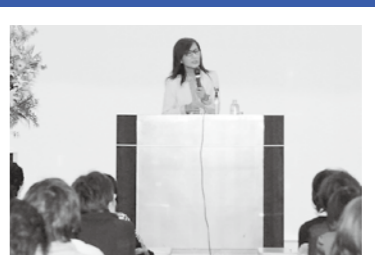


もつと自由にく、もつとやさしく、

〜もつと生きる社会をめつと〜

平成24年11月18日、山形市保健センターにおいて、精神科医の香山リカさんを講師にお迎えし、山形市男女共同参画講演会が開催されました。



いま、人は弱っている？

現在、言論・思想は自由な世の中であるとはいえず、女性が発言すれば「女のくせに」「女なのにな」とたたかれたりします。政治家も男女半々が望ましいのに、なかなかそうはなりません。

特に、ネット上では「匿名」という隠れみの中で、男女にかかわらず中傷やバッシングが多くなっています。これは、書き込む本人が弱っていたり、追い詰められたりしているからではないでしょうか。自分自身不安で仕方がない。他人をたたくことでつかの間の安心感を得、自分の身を守ろうとしているのではないのでしょうか。

みんな不安な世の中

今はみんな不安を抱えています。大企業が倒産したり、赤字経営でリストラが横行したり。「私は大丈夫」という安心感が持てないでいます。そこで、自分以外の誰かをバッシングするという行為に出たりしてしまいます。これは、人間としては未熟でおろかな自己防衛手段であるといえるのではないのでしょうか。

3.11以降

未曾有の大震災のあと、私は被災された人々に声のかけようがありません

40代・50代の人へ

自分の人生を自分で決めてこなかったと悔やんでいる人が多いようです。今からでも遅くありません。人の顔色をみるのではなく、自分の考えで物事を決断しましょう。

暮らしの中でアクシデントやトラブルの発生などは当たり前のこと。やせ我慢をやめて人に頼ってみましょう。自分ひとりのため込まないで、話してみましよう。きつと、解決の糸口を見つけていけることができます。肩の力を抜いて。そして立ち直ったら、今度は他の人の役に立つよう、努力してみましよう。

人は、いつだって希望がもてる

人間は、最後の最後まで希望を持ち続けるものです。

ガンの末期でホスピスで過ごす患者さんも、自分なりの小さな希望を見つけています。最初は自分の症状を受け入れる事ができなくて、聞こえないふりをしたり怒ったりしますが、事実を徐々に受け入れ、限られた中でも希望や楽しみを見つけていこうとします。それは、フレッシユなオレンジジュースを一口飲んでみたい。と思つことであつたり、生まれてくる孫の顔を見たいと願うことであつたりします。

日々の中に、小さな幸せを見つけ、世間や社会の常識にとらわれず、自分の考えで自分なりの幸せを見つけていきましょう。

しなやかに、したたかに

しなやかに生きましよう。人を頼り、力を借りて、時にはその場からエスケープもして、したたかに、しなやかに。

自由に発言できる強さを持ち、無理して自分をがんじがらめにすることなく、どんな場面でも小さな楽しみ・希望を見つけてしなやかに生きてゆきましよう。

取材を終えて

全く飾り気がなく、自然体で自然の言葉で聴衆に語りかけてくださった香山

Profile 香山リカ

かやまりか

北海道生まれ。東京医科大学卒業。豊富な臨床経験を生かして、現代人の心の問題を中心にさまざまなメディアで発言を続けている。専門は精神病理学。

こころの悩み、話してみませんか？

自分自身の生き方のこと、夫婦のこと、法律のことや体のことなど、誰にも言えずに悩んでいませんか？男女共同参画センター（通称「ファーラ」）の「ファーラ相談室」では、専門の相談員が各種相談に応じています。相談は無料で、男女問わず利用できます。一人で悩まず、気軽にお電話ください。

予約・お問い合わせ先

山形市男女共同参画センター
TEL 023-645-8077

◆一般相談（女性のカウンセラーによる相談） 要予約

- 開設日 毎日（休館日等を除く。曜日により時間帯が異なります）
- 内容 生き方、夫婦、家族等の心の悩み相談など

◆法律相談（弁護士による相談） 要予約

- 開設日 毎月第2～4金曜日の午後4時～6時
- 内容 法律に関わる悩み相談

◆女性の思春期から更年期までの相談（女性助産師による相談）

- 開設日 随時（電話でお問い合わせください）
- 内容 育児の心構え、母乳育児相談や女性の体に関わる悩み相談

※各相談日は変更になる場合があります。毎月の予定は、広報やまがた毎月1日号でご確認いただくか、男女共同参画センターまでお問い合わせください。

女性の生き方

みんな「生き方のモデル」を見つけないといけないのでしょうか。

ある日、偶然にも、40代の女性3人が続けて診察を受けにきた日がありました。

1人目は、未婚の女性。疲れて気分が安定しないとのことでした。長く勤めているので仕事には慣れているし、人間関係にもとりたてて問題はない。小さいな

村木さんは良いお手本

厚生労働省の官僚であった村木厚子さんは冤罪で突然逮捕され、5カ月も拘留されていました。

「二〇二〇と穏やかな村木さんがなぜ毅然として戦つてこられたのでしょうか？」

ある日、村木さんが取り調べ後にラジオを聞いていたら、野球放送が流れていたそうです。大阪の拘留所にいたのでタイガース戦が放送され、ルールなどまるっきり分らないながらも聞いてみたら、意外に面白かった！

だんだん興味が湧いてきて、不安の中にあつても野球放送が楽しみになりました。

その後、家族と初めて面会した時に「プロ野球名鑑」の差し入れを頼んだのだそうです。家族はびっくり。

村木さんは、世間を恨まず、楽しみを持とうと努力しました。かつての官僚としての自分に「たわる」ことなく、しなやかに前を見つめて冷静に生きた結果、無罪を勝ち得たのでした。

先生。講演後に会場から出た3人の質問者にも、丁寧にやさしく話してくださいました。「なりたくなつた精神科医ではない」と言っておられました。天職ともいえるお仕事になったのではないのでしょうか。今後のご活躍に注目していきたいと思いました。

（編集協力員 後藤 桂子）