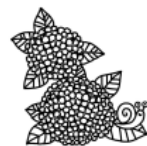




高良興生院・森田療法関連資料保存会

# ニュースレター **あるがまま**

NO.9 2016年6月



## ごあいさつ

**市川 光洋**

このたび増野肇先生が、高良興生院・森田療法関連資料保存会会長を御勇退され、当会の第三代会長を拝命することとなった、市川と申します。

2008年に、この会の事務局長としてのごあいさつをさせていただいてから、早くも8年が経過し、その間に、多くの方々に御賛同いただき、会員となつていただくとともに御寄付もお寄せいただき、誠にありがとうございました。

今、私の前に古いカルテのコピーが二つあります。一つは、平成4年、もう一つは、昭和26年のものです。

カルテは同じYさんのものです。平成4年のカルテの病名は、アルコール依存症で主治医は私です。Yさんは、定年退職後に依存症となり、K病院に入院しましたが、退院後に再飲酒、「酒をやめて妻と二人で楽しい生活をしたい」と東京アルコール医療センターに入院し、退院後も、高田馬場のアルコール専門クリニックに通院を開始しました。ある日外来でYさんと話していると、ふと「そういえば、心臓神経症で若いころに入院しました。この近くの病院です」との話になりました。高良興生院のことかと確認すると、間違いありません。

私は、興生院に行き、阿部先生にYさんのことをお聞きしましたが、それは以前に高良先生が一人でやっておられた頃の入院だろうとの事でした。そこで興生院に残っていた初期のカルテを調べていくと、昭和26年にYさんの記録が出てきました。その頃のカルテは簡潔なものであり、「心臓神経症」とその症状以外に詳しい記述はありません。

そこでYさんに当時の体験を聞くと、2時間にわたって熱心に話していただきました。そして、「今でも印象に残っていることが二つあります。一つは、臥褥中、夜中に不安になった自分が、看護婦さんに内線電話をかけると、最初は黙って聞いてくれていたが、私があまり不安が強くて、今にも死んでしまいそうですと訴えると、『死ぬのは運命だからやむをえません』と一言、電話を切られてしまいました。あきらめて『このまま死ぬよりしかたがない』と覚悟したら、だんだん心臓がおさまってきていつの間にか寝られるようになりました。

でも、まだ、作業中は、速く動いたり駆けたりすると心臓が止まるのではとの不安で動けませんでした。ある日、庭で高良先生が『来なさい』というのでついていくと、門をでて『この坂を駆け上がってみろ』と言われました。『もし倒れたら』と躊躇していると『私が救ってやる』と言われるので、必死で駆けて帰ってきました。何年ぶりかで走り、心臓はばくばくしていましたが、『駆け足したらだれも動悸がするのがあたりまえなんだ。そのあたりまえのことをあたりまえでないと思ったのが、今までの君の心の迷いなんだ』と言われて、初めて『こういうものか』と納得できました」

Yさんは、その後も断酒を続け、また、神経症も再発することなく数年後に亡くなりました。

もし、あの時、興生院にYさんのカルテが残っていなかったら、そして、Yさんが2時間、御自分の話をしてくれなかったら、昭和26年の興生院の治療と、高良先生の患者さんへの関わり方はわからなかったでしょう。

現在まで、保存会ではボランティアの方達の協力のもとに、高良興生院のカルテを、デジタル化して保存する試みを継続しております。また、高良先生の蔵書を中心とする図書の整理を進めるとともに、森田療法関係の図書、雑誌、資料の拡充も進んでまいりました。

さらにこの会が行っている二つの大きな試みがございます。

一つは阿部亨先生を始めとする、高良興生院において、実際の診療をされた先生がたのお話を映像として残したり、入院された患者さんたちの体験談を集めたりする、生きた記録の保存です。今後も先生方や患者さん達のご協力のもとに、できるだけ多くの方々の高良興生院の森田療法体験を後世につないでいきたいと思っております。

また、現在まで、地域の方々や学生さんたちを対象に、春と秋とに森田療法をベースとしたメンタルヘルスの講座を催しております。これは森田療法だけにとどまらず、「メンタルヘルス＝精神の健康」に関する、様々な専門家の方たちにもご協力いただき、毎年多くの参加者の方たちが、高良先生がおっしゃっていた「健康な精神とは何か」という命題を深めていく機会として活用していただいております。

今後もゆっくりとしたペースですが、皆様の御協力のもとに高良興生院の治療の記録と記憶とを残す作業を続けさせていただきますので、宜しく御願い致します。

---

## 保存会の会長を退任するにあたって

**増野 肇**

このたび、高良興生院・森田療法関連資料保存会の会長を終えることになりました。長い間皆様に支えられて何とか務めてきましたが、高齢と共に、思うように身体が動けなくなり、特に夜間の外出が困難になったのでご辞退することになりました。これまで長い間、お付き合いいただき有難うございました。

高良武久先生が亡くなられた後、先生の残された貴重な資料の保存と森田療法の普及を目指して藤田千尋先生を会長とする「高良武久・森田療法関連資料保存会」が組織されました。精神分析の創始者フロイトの診療所がフロイト博物館としてウイーンにあるように、森田療法の実践が行われていた高良興生院の跡地に、その資料を保存し研究ができる場所があるといいという発想でした。外口玉子理事長のご厚意で、図書室をその場に充てることができました。この会は5年後に一応の使命は終えたものとして終了いたしました。しかし、多くの会員から、この会の活動を期待する声が強く聞かれ、私が新たな会長として現在の名称に変更して再出発することになりました。それから、これまでの春と秋の講演会に加えて、さまざまな新しい試みを付け加えてきました。特に、水曜日の懇談会は、私が高良興生院で体験した高良武久先生のお昼の談話会の楽しさを思いながら、お昼を食べたあと話し合いのできる場を作ってきました。一方、現実の活動を企画し運営していく事務局にも多くの新しい活動家が参加するようになり、ホームページの充実、藤田先生や阿部先生のインタビューのビデオ化など、新しい事務局の人たちの熱意の中で進められてきたことはとても嬉しいことです。三島の森田病院の見学や、森田先生ゆかりの里である根岸、駒込の散策など、さまざまな懐かしい企画を実行することができたのも、この

ような若い人たちの熱意に惹かれての事でした。本当に感謝しています。

そのなかで事務局長を務めていただいた市川光洋先生は、森田療法への深い思いを持っておられ、この活動に熱心に取り組んで来られました。したがって、この会の後継者としては最もふさわしい人だと思います。新会長の人となりや熱意は同じニュースに書かれたご挨拶の言葉を読んでいただければよくわかります。高良興生院を愛し、そこで学んでこられた体験が新しく深く、森田療法の資料保存のためにも大きな力を発揮してこられました。新しい会長として、この会をさらに充実したものにしていけることと期待しています。新会長を迎えてこれまで同様のご厚意とお支えをお願いいたします。

---

## 心の健康講座のご報告

高良興生院・森田療法関連資料保存会 足立 美知子

### 2015年「秋の心の健康講座」

保存会主催の「秋の心の健康講座」を昨年10月から12月にかけて連続3回シリーズで行いました。

1回目は、「家族療法と森田療法」の題で、石川元先生（大西精神保健研究所附属大西病院名誉院長）にお話していただきました。石川先生には、はるばる四国の高松市からお越しいただきましたが、お話は、具体的でとても分かりやすい内容で、参加者も得るところが多かったと思います。

2回目は、「外来森田療法—高良興生院の森田療法の進化」の題で、市川光洋先生（飯田橋光洋クリニック院長）にお話していただきました。高良興生院の森田療法が大学病院での森田療法を経て外来療法へと進化していく過程と、外来森田療法の具体的なケースについて、丁寧にお話していただきました。

3回目は、「仕事とうつ病」の題で、やはり市川光洋先生にお話をしていただきました。ストレスの多い社会の中で種々の仕事をしていくことの困難さと、それを乗り越えていくための対処の仕方を教えていただきました。

全3回のシリーズ講座に、のべ60名近くの方にご参加をいただきました。今回の講座は、家族に関することや仕事とうつなど、皆様が大きな関心を持つテーマだったこともあり、参加者からの質問も多く、大変有意義な会になりました。これからも、心の健康について、皆様と一緒に考えていけたらと思います。次回の講座にも奮ってご参加ください。お待ちしております。

### 2016年「春の心の健康講座」

2016年の春の講座は、「心の健康と森田療法」と題し、全2回のシリーズで3月・4月に開催しました。講師は2回とも当会会長の増野 肇先生でした。

第1回は「心の健康と森田療法（その1）—森田療法の立場から—」のテーマで開催しました。

第2回は「心の健康と森田療法（その2）—グループセラピーの立場から—」のテーマで開催いたしました。

全2回の講座には、のべ30名の皆様にご参加いただきました。講師と参加者との交流の中で、参加者から様々なご意見をいただきました。

日々、あわただしい生活の中で、時に立ち止まり「心の健康」について考えてみる、そんな機会になっていると思います。

## 2016 年度総会の結果ご報告

高良興生院・森田療法関連資料保存会 藤田 嘉信

去る5月22日(日)に開催された総会は、多磨霊園での墓参を兼ねて行われ、好天のもと、15名の方々にご出席いただき、無事に終了いたしました。

午前11時に集合したのち、最初に高良武久先生、次に藤田千尋先生のお墓の順でお参りしました。藤田先生の奥様も参加されました。この墓地には、九州大学の呉秀三先生のお墓もあります。

12時半すぎ、総会会場へ移動し、事業報告、会計収支報告、新年度の事業計画案が審議され、いずれも承認されました。そのあと、現・増野会長が顧問に就任すること、新会長には市川光洋先生が就任することが承認され、増野顧問、市川会長からごあいさつがありました。

以上をもって総会は終了し、昼食へと移り、終始なごやかな雰囲気の中で懇談が続きました。



---

### 「ランチで始まる増野先生の水曜講話（毎月第三水曜日）」継続開催決定

恒例の「水曜講話」のご案内です。今年度も引き続き開催いたします。増野 肇先生（保存会顧問、精神科医、ルーテル学院大学名誉教授）とご一緒にランチをとり、その後、2階の資料室に移動し森田療法を中心に講話を聞いたり質問したりの時間を過ごします。どなたでも参加自由で、ひきこもりがちの方のためのグループ学習としてもお勧めです。

- ◆会場：就労センター「街」（新宿区中落合1-6-21）西武新宿線「下落合駅」または「中井駅」下車、徒歩5分、都営大江戸線「中井駅」下車、徒歩7分  
※講話のみ希望の方は、直接、2階の「森田療法資料室」へご来室ください。
- ◆参加費：1,000円（保存会会員は無料） ※ランチ代は各自でお支払いください。
- ◆申し込み：予約不要。参加する方は一階の「スワン・ベーカリー喫茶室」へお越しください。  
詳細は保存会ホームページをご覧ください。

---

**編集：発行 高良興生院・森田療法関連資料保存会**

【連絡先】：東京都新宿区中落合1-6-21 就労センター「街」内  
☎03-3952-9975（10時～17時。ただし、火・水・金曜日）

【電子メール】：info@hozokai.net

【ホームページ】：http://www.hozokai.net/ ※講演情報など、最新の情報をご案内しております。