

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.4 2011年2月

## 森田療法の誕生

高良興生院・森田療法関連資料保存会会長

増野 肇

今年の3月で、ルーテル学院大学を退職することになった。1985年に、宇都宮大学の教育学部で大学教育に関わり、日本女子大学で10年、ルーテル学院大学で10年、計25年という四半世紀を、大学教育に関わってきたことになる。その中で、森田療法についても学生に教えてきて、授業の中でも森田療法の考えが学生たちに役立つことを確認した。

また、2007年に開催されたカナダでの国際森田療法学会では、森田療法の誕生とタイトルをつけたソシオドラマを上演した。外国の人に森田先生のことを理解してもらうには、ドラマ形式がいいのではないかと考えたからである。やっているほうは楽しかったが、少し長すぎると批判もされた。その翌年に、ロシアのセミノヴァさんに招かれて、森田療法の話をしに行ったときには、森田先生のエピソードをもっと簡潔にして上演してみた。ロシア語も少し混ぜたのが受けたが、どれだけ理解されたかは疑問である。

今回、ルーテル学院退職の際の、最終講義を、ソシオドラマでやってみようと考えている。私が生まれてから現在までを振り返りながら、その間に、日本の精神医療がどのように変化したかを表現してみるつもりである。2002年の日本精神衛生学会の大会でセルフヘルプグループの歴史をソシオドラマで演じたが、それを参考にしたい。

今回は、わたしが生まれた1933年に焦点を当てることになる。この年は、悪いグループの代表であるヒットラーがユダヤ人排除の政策を打ち出した年であ

り、2年後には、良いグループ、つまり、セルフヘルプグループの元祖であるアルコール依存の会 AA が発足している。森田先生は、その3年後の1938年に亡くなって、高良先生に引き継がれるのである。ドラマには、森田先生や高良先生のほかに、わたしが影響を受けたロジャーズやジロドゥが登場するが、水谷先生や長谷川先生も登場させて「生活の発見会」の発展も織り込むことにしている。

まだシナリオを書いている段階でどうなるか分からないが、3月12日の10時半からルーテル学院で上演する予定である。その後、この「街」でも上演を考えている。その時には、「かがやき会」や森田療法保存会の誕生も織り込むことになるだろう。春の精神保健講座も、それをテーマにすることで、今年の一つの目標としてみたいと考えている。

---

## 瀬戸行子さん宅訪問記

高良興生院・森田療法関連資料保存会

足立 美知子

保存会では高良興生院・森田療法に永年にわたり深くかかわっておられる方々に直接お会いし、お聞きした貴重なお話をDVD等に残しておこうという活動しております。

まずトップバッターでお願いしたのが瀬戸行子さんです。瀬戸行子さん95才。20代はじめから10年近く森田正馬先生宅に書生として住み込み、森田先生から直接生き方の指導を受けられた、今では数少ない方です。

2010年9月8日、大雨の降る日、増野肇先生と吉田恵子さんと私の三人で練馬の集合住宅にお一人で住んでおられる瀬戸さんを訪ねました。瀬戸さんはきれいに身繕いされて私達を玄関まで出迎えてくださいました。ヘルパーさんの手を借りながらも日常をお一人で生活され、パソコンを操作されたり、森田先生の本を読み返したり充実の毎日を送っていらっしゃいました。

増野先生のインタビューに、森田正馬先生と一つ屋根の下で過ごされた日々のことや、ご自身のこれまで生きてこられた足跡を一時間半にわたりお話してくださいました。じかにお話を伺っていると瀬戸さんの中の生きている森田正

馬先生を感じ取ることができ、その間、私も森田先生と対峙しているような不思議な得がたい体験をしました。また、当時のことを思い出しながら整然とお話される瀬戸さんは95才のお年を感じさせず、まだまだ知りたいことがたくさんあると、未だ森田を追究し続けていらっしゃるお姿に、私は人生の先輩として尊敬の念を抱きました。

大変貴重なお話をビデオに納めて瀬戸さん宅を後にしましたが、これからもお身体に留意されてお元気でいてくださることを願っております。

瀬戸さんのお話のDVDは保存会に置いて、いつでもどなたでも見られるようになっておりますので、ぜひご覧ください。瀬戸さんから元気をもらえます。

---

### ＜秋の心の健康連続講座のご報告＞

昨年10月から12月にわたり「秋の心の健康講座」を三回シリーズで行いました。

一回目の10月16日は「生きる知恵：精神療法から見たメンタルヘルス」という題で御茶ノ水医院院長の市川光洋先生にお話していただきました。個人・家族・仕事それぞれのメンタルヘルスについて大変わかりやすくお話してくださいました。

二回目の11月17日はテレビや多くの著作でご活躍の国際医療福祉大学大学院教授で精神科医の和田秀樹先生をお招きして「こころの健康と頭のよさ」についてお話していただきました。心にいい考え方とはどういうことか等、大変興味深いお話をしてくださいました。

三回目の12月8日は「女性の生き方とメンタルヘルス」という題でひがメンタルクリニック院長の比嘉千賀先生にお話していただきました。女性の心の危機からの回復とその指針について、先生のご体験を交えながらお話してくださいました。

この全三回シリーズ講座にのべ80名の方がご参加くださいました。小人数の講座のよさで、講師の先生方の近くでお話をうかがうことができ、なごやかで有意義な会となりました。これからも皆様と一緒に心の健康について考えていけたらと思っております。次回もご参加お待ちしております

足立 美知子

## ＜高良先生のカルテ保存＞

保存会では、高良先生直筆の昭和十年代からの古いカルテをスキャンして保存する作業を進めております。先般購入した保存会専用のPC、スキャナで貴重な資料を一枚一枚丁寧に手作業しています。高良興生院跡地の保存会に大切に残しておきたいと思っております。

---

## 2011年春の講座のお知らせ

---

今回のテーマは「精神保健の歴史と森田療法」。ヒポクラテスの医学以来、人間の自然治癒力を高めるやり方と、感染に対する治療のように、有害なものを取り除く医療とが発展してきた訳ですが、森田療法は、どのような流れの中で誕生したのかを、歴史を振り返りながら考えてみたいと思います。

第一回 2011年3月9日(水) 午後2時～3時半

「精神保健の歴史と森田療法 I」

第二回 2011年4月13日(水) 午後2時～3時半

「精神保健の歴史と森田療法 II」

講師 増野 肇 (ルーテル学院大学)

会場 就労センター「街」研修室

保存会会員は無料です。非会員 一回1000円

---

## 2011年度総会のお知らせ

---

2011年度の保存会総会は、就労センター「街」のスワンベーカー喫茶室にて軽食をしながら開催します。今回は、ビデオ収録させていただいた先生がたのお話や、高良留美子さんに高良先生の思い出を語っていただく予定であります。会員のかたにはまた別途詳細をお知らせいたします。

日時 2011年5月29日(日)午後 を予定しております。

===== 計 報 =====

高良武久先生のご長女、高良真木様が2月1日、肺がんのため逝去されました。享年80歳でした。真木様は画家で、昨年も個展を開かれ活動なさっていらっしゃいました。謹んでご冥福をお祈りいたします。