

マザーハウス たより

あなたは愛されるため、また、愛するために生まれてきたのです。あなたが必要であり、大切です。マザーハウスはあなたの家族です。



移送・出所される方は、必ずご一報ください。

表紙：Y・Tさん

2018

4 月号

- | | | | |
|----|------------|----|-------------|
| 2 | 理事長挨拶 | 13 | 育児日記 |
| 4 | 特別コーナー | 14 | 塀の中のたより |
| 5 | 出所者の声 | 20 | Lovely DAYs |
| 8 | 出所者の声② | 20 | 健康相談窓口 |
| 11 | ささきみつおコーナー | 22 | お知らせ |
| 12 | 心の相談室 | 23 | 行事予定 |

理事長挨拶

イースターの苦しみと喜び

イースター、おめでとございます。

復活祭の四月一日、私の大切な友であるマザーハウスのスタッフが洗礼を授けて頂きました。一度はマザーハウスのことを裏切り、戻ってきた彼に、キリストに生きていることが最高の幸せであることを伝えることが出来たのかなと思っています。これからの彼の成長が楽しみです。いつもキリストが彼を導いてくださるよう祈ります。洗礼式の場所は、桜の花が満開となった四ツ谷の教会です。私の所属教会であり、結婚ミサを挙げたところです。一緒にいた仲間も、今年に洗礼を受けたと決意したようです。

早いもので、あつという間に三月が終わりました。この三月に、F 刑務所から社会復帰した元受刑者の生活保護申請が受理され、支給が決定し、住宅も用意できました。また、月末には、以前試験観察で引き受けた二十歳の少年が仮退院となり、身元引受人として彼を迎えに娘と少年院に行きました。

社会復帰してから、二人とも甘い考えの上で行動し、周囲の方に迷惑をかけた結果、私から大目玉をくらいました。

正直、成人なので、叱責する必要はないとも思いますが、やはり誰かが厳しくしないといけないのではないかと感じています。関わるということは、問題もすべて引き受けるということではないでしょうか。

面倒くさい、やつていられないと思う時もあります。が、「キリストだったらどうするだろうか」ということを考えて、彼らと向き合うようにしています。

これらのことを通して、キリストの苦しみであり、大きな恵みの前の苦しみである四旬節を深く味わうことが出来ました。

そして、この苦しみを通して、復活への大きな喜びを体験させて頂きました。

喜びの体験の一つとして、三月二十四日に、被害者遺族・加害者家族支援者・元受刑者の私という三人の対談が実現し、NHKで放送されたことがあります。被害者遺族である片山さんと初めてお会いし、お話をさせていただく中で、改めて、自分の犯した罪の大きさを、そして被害者が受けた深い傷を考えました。片山さんからは温かい言葉と勇気をいただき、まさしくキリストの復活、愛と赦しであると感じました。当日は私の子どもたちも参加し、片山さんからすれば、被害者となった息子のことを思い出させてしまったのではないかと心配しましたが、片山さんはとても優しい言葉をかけてくださり、目頭が熱くなりました。

これからも、片山さんや、加害者家族支援を行う阿部さんとの交流を続けていきたいらと思います。この対談の様子は、今後、たよりに載せる予定です。

また、三月二十四日は息子の誕生日でした。家族全員が講演会に来てくれて、家族の有難さや、家族という絆、大切さを実感しました。さらに、四月三日は長女の誕生日であり、スタッフや仲間とケーキを一緒に食べました。次女の赤ちゃんも生後一ヶ月が過ぎ、シスターからは、「この子は迫力があつて不思議な子どもですね」と言われました。

そのシスターには、以前、「マザーハウスにはイエス様がいますね」と言っていたが、とても嬉しかったです。その一言が大きな大きな僕の原動力となっております。

活動を通して、苦しいことや辛いこともいっぱいありますが、仲間たちが新しい人生を歩んでくれていることが喜びです。そして、仲間たちが息子や娘に誕生日祝いのプレゼントを贈ってくれたり、みんなの優しさに心からありがたうと言いたいです。

当事者スタッフO君の回復

当事者スタッフのO君は、過去に覚醒剤で逮捕されました。O君とは約一年前に出逢い、その後、関わるようになりました。彼は積極的に当事者ミーティングにも参加し、自分との出逢いをしました。また、ボランティア活動にもとても積極的に参加し、その中で多くの人との出逢いがあったと思います。

その結果、仕事が見つかって生活保護を止めました。そして、マザーハウスの近くに住居を見つけ、日々の生活と休日のボランティア活動を両立しています。彼は毎週、教会での聖書の学びにも参加しており、彼の回復を見てみると、神様にただただ感謝です。キリストの愛と赦しを彼を変えた実感しています。キリストの復活そのものではないでしょうか。

最近の活動報告

今回も、逮捕されてしまった人がいます。途中までは頑張っていたのに、とても残念です。私は、このような状況でも、やはり出所者を管理することはしたくないと思っています。自由な場所ですが、本来の意味での自立はできないと思うからです。その人が自分と出逢い、気づくまで、忍耐強く待つことしかできないと思っています。大切なのは、神様に委ねることであり、祈ることです。私自身も、自分のこだわりを手放し、全面的に降参することが必要であると感じました。

先日、十八歳の少年の母親から相談を受けました。少年はオレオレ詐欺をしてしまい、逮捕され、余罪が出てきたとのこと。親はとても心配しています。本人は全く違いました。彼が自分と向き合い、罪と向き合うことを願っております。特に、裁判の 때가、自分と向き合う大きなチャンスであると思っています。

何より、裁判の時に大切なのは、弁護士が、反省ありきの弁護をしないこと。であり、被告人の少年の話をよく聞くことだと思っています。弁護士が疑問に思ったことを少年に対してとことん追求し、答えをもらおうというプロセスを、時間をかけてやることによって見えてくるものがあると思います。弁護士がそうやって少年が自分で考えるきっかけを作り、少年がそのきっかけをつかんで自分で考えて答えを出していくことが、少年自身の新しい人生の第一歩になると思います。



I・Nさん

先日、千葉刑務所に面会に行きました。年金の手続き等をさせていただきましたが、そのことを通して少しでも受刑者の役に立つことができているならいいなと思います。関わってくださっている方々に感謝です。

社会の人にとっても、受刑者にとっても、年金は重要であると思います。でも、そのことで支援者に負担を掛けるような依頼や自分本位のお願いはするべきではないと思います。相手にも都合があり、考えて行動しなければならぬと思います。自分の利益ばかり求めていれば、そのうち誰にも相手にされなくなるのではないのでしょうか。

時々、「お金がある」「知り合いがたくさんいる」「寄付をした」など、自分のことを大きくかつよく手紙に書いてくる方がいますが、刑務所の中での一番の敵は、孤独ではないでしょうか。どんなにお金があっても、知り合いがたくさんいても、多くの寄付をしても、社会の誰からも全く相手にされなければ、これほど辛い悲しいことはないと思います。

マザーハウスを通しての文通が、皆さんの生きる糧、いのちの糧となれることを切に願っています。また、文通ボランティアの方一人ひとりが、キリストの愛と赦しの実践を体験することを願っています。

教皇フランシスコは、いつも、底にいる人、小さい人のために行動されていると私は感じています。

何度も書いていますが、文通ボランティアはあくまで精神面での支えであり、物質面での支援のために文通しているわけではありません。受刑者の方は文通ボランティアの方に依頼事をしないでください。文通ボランティアの方は受刑者の方から依頼事をされた時、事務局に相談するか、断ってください。双方がその線引きを守らなければ、それは支援ではなく依存になってしまいます。



河童さん

「ご支援のお願い」

いつも皆さんにお願いばかりしており、支えてくださっていることに感謝です。

再犯防止と言いながら、国や行政が全く当事者を排除しているので、マザーハウスでは、当事者主体の居場所づくりをしたく、事務所の隣に「マリアカフェ」を開設することを考えています。この場所は、当事者ミーティングやカウンセリング、地域の方たちとの触れ合い、加害者家族の相談室、いじめの相談室、生活保護・住宅についての相談室などを行うスペースとして使います。

部屋は確保したのですが、もともとは倉庫として使用されており、壁などはコンクリートむき出しで、設備も全く整っていない状態です。そのため、改装等が必要であり、**200万円**を目標にしたいと思っています。一口**2000円**から応募できます。

五十以上の応募の方には、ささやかな気持ちですが、受刑者の方々が心を込めて描いた獄中POSTシリーズセット（ポストカード一枚、封筒一枚、便箋十枚）を二セットお送りさせて頂きます。

☆応募先

みずほ銀行 本所支店

普通口座 2043684

特定非営利活動法人マザーハウス

いつも本当に助かっており、ありがとうございます。負担をおかけますが、どうぞよろしくお願いいたします。



河童さん

特別コーナー

「ご家族が

お困りの方は」

NPO法人 World Open Heart

理事長 阿部恭子さん

初めまして。私は、加害者家族の支援活動を行うNPO法人の理事長をしています。

二〇〇八年、私が大学院に在籍している時、演習で、東野圭吾の『手紙』を原作とした映画を観ました。主人公は、殺人犯を兄に持つ男性で、殺人犯の弟であることが周囲に知られるたびに、結婚が破談になったり、仕事をクビになったりします。

私は、このような犯罪者の家族への差別が現実になっているのか調べたところ、加害者家族が自責の念から自殺に至るといったような悲劇が、新聞記事や事件のルポなどから幾つか確認されました。しかし、犯罪者の家族は、事件後、どこでどのように生活をしているのか、具体的な詳細については全く分かりませんでした。犯罪者の家族が相談できる窓口を調べたところ、専門の機関も見つかりませんでした。

そこで、加害者家族が安心して話すことのできる居場所を作ろうと思い、「加害者家族が語り合う会」を仙台市で開催したことが、活動の始まりでした。

犯罪者の家族を対象とした支援は、国内では初めてということで、私たちの活動は数々のメディアで取り上げられ、全国の加害者家族から相談が寄せられることになりました。現在まで、約一三〇〇組の、様々な状況にある加害者家族と関わってきました。

二〇一一年頃からは、刑事施設で行われる「被害者の視点を取り入れた教育」の一環として、加害者家族について講話する機会を頂くようになりました。刑務所を訪問したり、家族を通して受刑者の方々と関わりを持つたりするうちに、罪を犯した人とその家族は、社会

的に見れば同じ「加害者」に属するにも関わらず、両者の居場所（塙の中と外）は全く異なっており、事件後の体験も大きく異なっていることが分かりました。

刑務所がどんな場所か、どのようなルー ルが働いているのか、皆さんの体験を加害者家族に伝えることができれば幸いです。同時に、受刑者の皆さんにも、加害者家族の現状について知って頂きたいと思っております。

加害者家族は、海外では、「隠れた被害者」「忘れられた被害者」と表現されることもあり、加害者と被害者の間でその存在自体が無視されてきた人々と言えます。欧米諸国では、加害者家族支援団体は数多く存在しますが、日本で加害者家族支援を掲げる団体は、当法人以前には存在していませんでした。

私は現在、加害者家族の現状を一人でも多くの人に知って頂き、決して他人事ではないという現実を訴えています。昨年は、『息子人が人を殺しましたー加害者家族の真実ー』（幻冬舎新書、二〇一七）という書籍を出版しました。本書は、受刑者の皆さんにも読んで頂きたいという思いで、できるだけ塙の外の動きや加害者家族の心情が想像しやすいように組み立てたつもりです。是非、読んでくだされば幸いです。

近年、受刑者の方から当法人にお手紙を頂くことがあるのですが、残念ながら当法人では受刑者の方への直接的支援を行うことはできないので、マザーハウスさんに「協力いただいている次第です。加害者家族支援団体は非常に少なく、年間約二〇〇件の事例に対応しなければならぬ事情から、ご理解いただければ幸いです。

ただ、「家族に関する相談」については、おひとりおひとりに対応することは難しいですが、マザーハウスたよりに相談コーナーを設けてもらうなどして、受刑者の方が多く悩んでおられる問題に可能な限りでお答えできればと考えています。間接的な関わりになると思いますが、こうした支援の動きを心に留めておいていただければ嬉しいのです。もし、「ご家族がお困りでしたら、当団体の情報をご家族にお伝えください。どうぞよろしくお願い致します。

☆ NPO法人 World Open Heart

〒九八〇〇〇八一

仙台市青葉区一番町

一丁目六番二二号

シャンボール一番町七〇四

ご相談受付中

「ご家族がお困りの当事者の方は、「マザーハウスたより編集局」宛にご相談のお手紙をお送りくだされば、阿部さんからの回答を返信させていただきます。もしくはたよりの誌面にて回答させていただきます。

マザーハウスの活動について

（三月号の続きから…）

*台詞の表記は次の通りです。

- ・インタビュアーのHさん → **イ**
- ・当事者スタッフNさん → **N**
- ・理事長の五十嵐さん → **五**

イ

コピー販売や、便利屋業などについてはどういう思いがありますか？

N

有難いことに、「ちよつと（便利屋業の）お見積りをしてもらいたい」とかつていうお声がけは、最近はだんだん多くなってきました。それもやっぱり地道に努力している皆さんがいたから、それが積み重なってきて、今の私たちになっていると思う。それを今はただ、「じゃあN行つて来いよ」と与えられているだけだから、本当に恵まれているなと自分の中では思う。生きていても、生活していても。

気持ち的な部分では、「もつとできるんじゃないか」「こうした方がいいんじゃないか」と思う部分はありますけど、まだ

出所者の声

ー当事者が

できることー

*保護司兼社会福祉士のHさんからのインタビューをご紹介します。

仕組みが整っていないのに、考えだけが先走つてしまうがないので、今は、一日一日与えられたことをやっていけばいいのかなと。本当それしかないですね、頭の中には。

イ

コーヒーとかつて、始まりは、今できることを始めていくつていうところから？

五

そうではなくて、もともと、罪を犯した人が回復するのに何が良いか、色々考えていたんですよ。

そしたら、まず、人との触れ合いっていうのが思い浮かんで。それで、人との触れ合いが一番良いのが、自分のためではなくて、人のために何かをすることだと考えた。

コーヒー販売つて、今、当事者スタッフがボランティアでやっているんですね。

お客さんが、「コーヒーを一杯ください」と言う。で、「ありがとうございます」ってこちら側が言うと、逆に「ありがとうございます」って美味しいね」って言うてくださる。自分が入れたコーヒーを、「美味しいね」って言うていただける。それは、嬉しいことだと思うんですね。

やっぱり、そういう言葉、生きた言葉をかけられると、こちら側は嬉しいわけですよ。「自分が必要とされているんだな」とか、「ここに居てもいいんだな」と感じる。これって物凄く大事なことだと思うんです。

会話での触れ合いというか。当事者どうしだけの会話ではなくて、対、表側との会話。これは、販売をする人は、スーパーでもどこでも同じ気持ちだと思えますよ。店頭で販売する人たちがいて、お客さんが買ってくれて、褒めてくだされば。人との触れ合いの喜びというか、そういう土台が大切なんじゃないかなって思います。

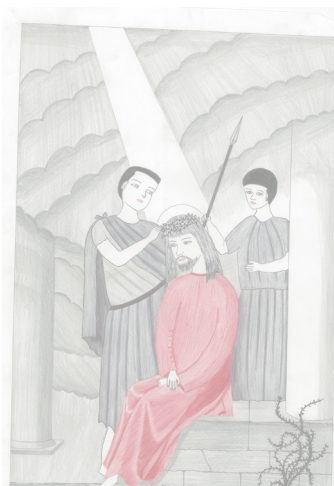
本人たちは、僕から言われたから作業している部分があるのかもしれないけれど、そうじゃなくて、言われたからではなく、そこに自分から出かけて行って、自分のためではなく人のために何かをして、それで人と触れ合うことが大事だと思います。

コーヒー販売は、個人の利益ではなく、マザーハウスという法人の利益になるわけじゃないですか。で、マザーハウスは、受刑者の更生のサポートをしていて、つまり一般的に言うところ、社会貢献活動をしている。ということは、その活動に関わ

ている人間は、自分も社会貢献の一つだということですよ。これってやっぱり大きいと思うんですよ。自分のために生きる道じゃなくて、自分も生きていくけど、人のためにも生きていく道。これって、相手のことを考えるからできると思うんですね。

相手のことを考えなかったから、犯罪を起こした。相手の痛みとか苦しみとか悲しみとか考えないから、自分の利益ばかり考えるから、そういう行為をした。僕はそうだったんですね。これが全員に当てはまるかは分らないですよ。ただ、往々にして、自分の利益ばかり求める

と、そうなる。具体的に言えば、金を追うかける人間、女を追つかける人間、「僕は絶対に犯罪しません」って言う人間は危ないと思いますね。



死刑囚

土台

五

さつき、Nが「シンプルに考える」ということを言っていたけれども、僕にとつてのシンプルな部分っていうのは、「日本の刑法はどこが土台なのか」ということです。

刑法の土台は、聖書に出てくる十戒（出エジプト二十章一〜十七節）です。この十戒がなかったら、罪に定める基準がなかったわけだから、僕は裁判にかけられることもなかったし、罰せられることもなかったし、逮捕されることもなかった。でも、十戒っていう刑法の土台があつたら、裁判を受けて罪に定められた。

新約聖書の中に、姦淫（※道義に反する肉体関係を結ぶこと）の女性が登場するんですよ。姦淫の女性と、律法学者っていう法律の専門家と、イエス様がいて、律法学者たちが、「姦淫の女は石打ちの刑にして死罪にするべきだと律法にある」と言つてイエス様を試そうとした。そこでイエス様が言ったのは、「この（群衆の）中で、罪のない者から石を投げつけなさい」と。そしたら、誰も投げつけ

なかった。一人も。で、みんななくなっちゃったんですよ。その時にイエス・キリストが姦淫の女性に言ったのは、「私もあなたを罪に定めない。だからもう罪を犯してはならない」。

これは、僕は一つの大きな赦しと、その赦しの上にある愛だと思っんですよ。その愛と赦しが根本的な僕の土台です。イエス・キリストが、「あなたは昔こういうことを散々やってどうしようもない人間だったけれども、私はあなたを罪に定めないから、同じ犯罪をもう二度とやってはならない」って、その部分を読んで、僕は神様が語ってくれたと感じた。

土台がある人と無い人では全然違うと思っんですけど、神様を信じる人間にとって一番大きな土台ですよ。神様が、「あなたを罪に定めない」ってはっきり言うてくれたことはすごく大きい。

「キリストの愛」ってよく言うけれども、じゃあイエス様は誰を大事にしたのって言ったら、人を大事にした。特に、一番底にいる人達を大事にした。その姿を実践しているのが今の教皇フランシスコだと思っ。やっぱり、そういう姿を見せてもらっているからこそ、自分もそういう人間になりたいと思っんじゃないかなと、僕は思っます。マザー・テレサにし

ても、マザー・テレサの姿を見て、同じ様な道を歩んでいきたい、目指したいって人が思っ。

変化は人と触れ合う中で生まれる

イ Nさんはこれから洗礼を受けるじゃないですか。何か自分の中で感情の変化はありますか？

N 一番は、自分の思いとか言葉とか行っているのは、もう捨ててしまったんですよ。手放す、神様に明け渡す。「あとは判断はそちらでお任せします」という考え方になってから、すごく気分が楽ですね。どうしようもない時に、「神様お願いします。助けてください」っていうのは言えるようになったと思っます。

イ 今までは？

N やっぱ、自分でどうにかしたい、自分の持っている知識や経験でどうにかしたいって思っから、複雑な考え方になったし、ともすれば犯罪に走るような考え方になっっていたし、犯罪で生きる楽な生き方を知っている分、そういう考え方に陥りがちでしたけど、それはもう本当にスッパリなくなりましたね。考えても仕方ない、どうしても答えが出ないと思った時にはもう、「神様助けてください」って言っます。

イ Nさんが洗礼を受けようと思ったのは、その変化の前ですか？

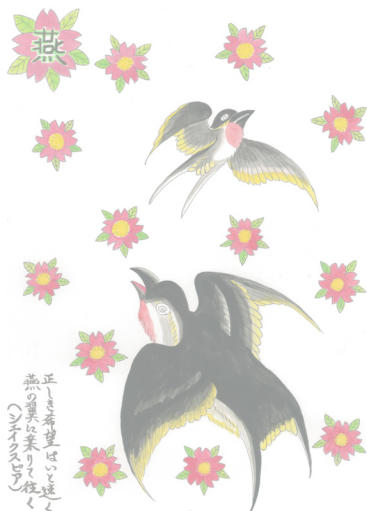
N 五十嵐さんたちの影響もありますけれど、ボランティアで来てくださっている方がたくさんいるんですけど、その人達と触れ合うことがすごく多くて、可愛がってもらったりしている中で、感化されている部分もあるし、影響を少なからず受けている。

そうすると、その人達と触れ合っている自分がすごく楽し、話をする時も楽しいと思っし、そういう変化を感じたのが去年。で、洗礼を受けると決めたのが去年の九月ぐらいから始まっている。

その頃から、自分の中で沸々と（洗礼を受けたという気持ち）芽生えてきているなと思っていて。

イ やっぱ、変化っていうのは人の中で生まれてきたんですね。

N 人と触れ合わないかや生まれないと思っんですよね。自分の殻に閉じこもって、自分の考えに固執してしまうと、変化っていうのは起きないと思っので。人と触れ合うことは本当に大事だと思っます。人との触れ合いが苦手でも、そういう場が与えられたのであれば、それは大いに使うべきだと思っます。



河童さん

改めて、当事者として 何ができるか

最後に、初めにもお聞きしましたが、改めて、当事者として何ができると思いますか？

N 一番は、色んな人と出会い、話し、そういうことを通じて、お互いに理解し合える、お互いに助け合える関係性を作っていくことは、自分にはできると思います。

I 自分っていうところから広がった部分ってありますか？

N まだそれは実感としては無いです、正直。色んなところで話をさせてもらって、対談とか色々とする機会は与えられていますけれど、ただ言われた質問に答えるだけだし、自分から何かこうアピールしていかなきやいけないっていうのはまだ無い。

やりたいと思うんですけども、今の自分の土台がまだしっかりしていないのに、語る資格があるのかって考えちゃうんですよ。だから、質問されたことには答えられるし、普通にこうやって会って世間話をするのであれば問題は無いんですけども。何か自分が語ってみんなに訴えかけて、こうしたいああしたいっていうのは、まだ無いというか、できていない、できないかなと思うんですね。

I 土台とは？

N 社会で生きていくための自分の立ち位置でしょうね、やつぱり。そこをちゃんと持つべきでしょうね。

I 今は立ち位置は無いですか？

N 自分の中には、イエス様の生き方を生きているという土台はあります。そこはしっかりしてきているとは思っているので、今それが一つあれば十分と思っている。そこからずれなければ、社会からずれることもないと思うので。それは、自分の中ではできています。

ただ、そこから何かを発信する段階には、まだないと思っています。まだそこまでの経験もないし、与えられた時にそういう話をするのが良いと思っています。

最後に、社会福祉士、弁護士、何とかって、色々皆さん肩書きがありますけれど、それを取り払って、人間としてどこまでやつてもらえるのかっていう疑問があります。なので、皆さんに何かを求めるのであれば、人としてどこまでやつてくれますか、どこまで答えてくれますか、どこまで気持ちを伝えてもらえますか、どこまで受け止めてもらえますか、ついでにのを求めたいと思います。

(おわり)

お問合せ受付中

以上、先月号と今月号の「出所者の声」コーナーにて、当事者スタッフNさんのインタビューの様子を掲載させていただきました。このインタビューへの質問や、「Nさんにこんなことを聞きたい」という方がいらつしやいましたら、編集局までお便りください。

河童さん



出所者の声②

—質問への回答—

*以前よりいただいていた、社会の方や出所者の方への質問を、当事者スタッフの方にお聞きしました！

☆回答者O・Kさん（理事長挨拶に登場したO君です）の自己紹介

- ・三十代後半です。
- ・子どもたちと遊ぶことが大好きです。
- ・主に薬物事犯などで計二回逮捕、合計5年、刑務所におりました。

（S・Yさんより）

出所後、

中と外のギャップに

早く慣れるには？

あまり早く慣れようと思わないことが大事かなって思う。あんまり早く慣れようとすると、どうしても、はやる気持ちみたいなのが出てしまうので。焦るのは良くないので、ゆっくりゆっくり慣れていけばいいんじゃないかなと思う。

自分の場合は、焦って早く仕事しようと思ったから、それで覚せい剤を使ってしまった。仕事をするために覚せい剤を使っていたし、ストレスっていうのもある。覚せい剤を使うと、普通の人より仕事ができるようになる部分があるし、もちろんマイナスになる部分もある。

最初は、無理して仕事を探すとか早く社会に慣れようという気持ちは持たないで、どこかの支援団体のようなところを頼った方がいい。生活保護でもいいと思うので、早く仕事をしよう、ということはあるまい考えない方が…。ボランティアとかやりながら、ゆっくり社会に慣れていくことが良いと思います。



河童さん

（同じく、S・Yさんより）

お金で

失敗しないためには？

その人の背景にもよると思うけど、少ないお金で生活する癖をつけるというか。仮に五十万円もらっていても、浪費してしまえばゼロになってしまう。

僕もお金にだらしないから、例えば七万だったら、七万で月に収める癖をつけるようにしている。お金で失敗したくなかったら、お金の本質というか、自分の財布で生活することが大事だと思えます。

から、時間を埋めるための場所になる。教会に行くとか暇がつぶれて、聖書の勉強とか始めるとさらに暇がつぶれて、人とも会えるし、孤独もまぎれる。社会での時間を埋めるのって大変で、一人でお金を持ってキャバクラに行っちゃったりして、それで生活が成り立たなくなったり…。

あとは、まず、タバコは吸わない方がいいです。刑務所ですつと絶っているなら、出てからもやらない方がいい。たばこは今、国のいじめのように値段が上がっているの、たばこを吸ったら、生活保護を受けた時に間違いなく生活が苦しくなる。出た時は一服したくなるんですけど、そこを我慢して。

他には、当事者ミーティングで言いたいことをしゃべると、誰かに認識してもらえる感覚になる。なかなか自分のことをより詳しく説明する機会ってないし、刑務所に入っている人は自分の内に秘めているものを話にくい、特に出所者は社会に言えないから、そういうのを言える場合は、ものすごく僕は大切だと思っています。

着るものについては、僕は、マザーハウスのような支援団体に頼って、洋服などをもらっているの、洋服はほぼ買っていないです。オシャレをしたいとか、そういうのはお財布の範囲内です。

やっぱり、仕事を探すと、どうしても前科を隠してついでということになると思うんですけど、そうやって生きると、反動で犯罪に走ってしまうこともある。隠して働いたり好きな人と付き合ったりすると、「いつ言おうかな」と思っているうちに反動で…。だから、正直に話せる場と

とか支援してもらえたり…。

例えば、ダルクのミーティングに行くと、みんな自分のダメなことをすこい言っている。最初は、そういうのをやって意味があるのかなって思ったけど、やっぱりいい

結局、教会に行くのがなんで大事かっていうと、出所者は時間が余っちゃう

事なんだなと感じた。話すことって絶対いいと思う。誰かに聞いてもらう方が、僕の場合はいいですね。

あと、知ったかぶりせずに謙虚になった方が、飾らない方が楽だと思います。あのままの自分で受け入れてくれる場所が大事。みんな自分のことを当事者って知っているから話しやすいし。

(M・Mさんより)

自分が被害者だとすると、
加害者を赦せるか？

(自分を被害者として僕の場合で考えると、)五人くらい友達が集まって、五人中四人が「覚せい剤やる」ってなつて、「じゃあ俺も。一回くらいなら大丈夫でしょ」って感じで始めた。勧めた人に対して責める気持ちは少しあったけど、結局、やったのは自分だから(勧めた人への恨みはない)。

殺人の場合で考えると…赦さないと人を恨んでいる状況でいると、ネガティブな気持ちを持ち続けると良くないんじゃないかな、ということだと思います。

(同じく、M・Mさんより)
真の償いとは？

僕は、償うとしたら家族なのかな。人を殺しちゃったなどの場合は真剣に考えるんだろけれど、薬は結局、自分が一番傷付いてるんじゃないかなって思う。もちろん刑務所に行くことで家族が悲しむというのはあるけど、自分が立ち直らないままに家族のことを助けるっていうのは違うかなと思う。僕の場合は、自分が薬物から立ち直ることが、まわりの人を安心させる償いになるんじゃないかなって思います。



死刑囚

(同じく、M・Mさんより)
犯罪者は残りの人生を
どのように歩むべきか？

幸せになる権利は誰にでもあると思うから…もちろん懲役というかたちで社会のルールにのっとって刑を受ける必要はあるけれど…みんな簡単に「懲役何年」って言うけど、それって大変なことだから、出所した後は幸せになる権利は絶対あると思う。

だからって、まわりを犠牲にしてまで幸せになるっていうのは違うと思うけど、幸せになることを望んで生きていけばいいんじゃないかなって思います。ちゃんと法律に従って償ったんだから、悪いことをしないで正當なかたちで幸せを追求したいと思います。

僕は「幸せを望んで当たり前じゃん」って思っているけど、社会では「調子に乗ってる」と思われるかもしれないから言いにくいんだけど。

(おわり)



湘南のバイク乗りさん

お問合せ受付中②

以上、「出所者の声②」コーナーにて、当事者スタッフO・Kさんに色々お聞きしましたが、「O・Kさんにこんなことも追加で聞きたい!」という方がいらしましたら、編集局までお便りください。

やさきみつお コーナー

―重荷を 軽くするには―

*やさきみつお ブログ：http://ixsasaki.ti-da.net/

奇跡の人

ある少女は、五歳で失明し、八歳で母を亡くした。その後、アル中の父に捨てられ、弟も亡くして天涯孤独となり、統合失調症を患う。

十四歳になり、彼女は盲学校に入学した。何度も、つらい目の手術をし、少し目が見えるようになった彼女は、盲学校を首席で卒業。そして、二十二歳で家庭教師になる。

彼女は知人の紹介で、目も口も耳も不自由な少女の家庭教師になった。その不自由さの故に、裕福な両親に甘やかされて育った少女は、心が閉ざされていて、獣のように暴れて手が付けられない。

彼女は少女を両親から離して、たった一人で信仰と愛をもって徹底的に厳しく訓育した。

やがて少女は彼女に心を開くようになり、点字で本を読み、唇の動きを指で触って会話ができるようになる。自分の知的才能に目覚めた少女は、ハーバード大学に入学して熱心に学び、二つの博士号を授与された。

教師はアン・サリバン、少女はヘレン・ケラー。

二人は生涯、共に行動し、障害者を含む弱者の社会的平等実現のために戦い、世界中の人々に生きる勇氣と希望を与え、世の光として大きく輝いた。

日本では、三重苦を克服したヘレン・ケラーが「奇跡の人」と言われているが、アメリカでは、盲目、死別、孤児、心の病、貧乏、低学歴、障害者差別等の多くの苦難を克服したアン・サリバンを「奇跡の人」と呼んでいる。アン・サリバンあつてのヘレン・ケラーである。

二人とも、「キリストを信じるなら、どんな苦難をも乗り越えていき、栄光の道を歩むことができる」ということの素晴らしい証人である。

「重荷」を軽くするには

聖書は、神を信じる者にとつては、「苦難は軽い」から耐えることができるという。そして、苦難を耐える人によつて、「重い栄光」がもたらされると言う。

弁護士として様々な問題に苦しんでいる方々を助けていると、それが大きな重荷となってくる。弁護士には守秘義務があるから、誰にも相談できず、一人で問題を抱え込んでしまうことが多い。すでにこじれている問題がさらにこじれて、どんどん追いつめられてしまうこともある。抱えている問題の重圧から、心の病に陥る弁護士が増えている。弁護士会としても、この事態を無視することができず、弁護士のために専任の心のカウンセラーを置くようになってきた。

しかし、聖書には、誰でも重荷を軽くすることができる秘訣が書かれている。「重荷を背負って苦労している人は、わたしのところに来なさい。わたしが休ませてあげよう」(マタイ十一章二十八節)とイエスは語っている。柔和で謙遜なイエス・キリストから生き方を学んでいると、元気がでてくる。「重い荷物」を「軽い荷物」として背負える力が湧いてくる。

自分では「重い重い」と苦しみながら重荷を負っているつもりが、「これは重くないんだ、実は軽い荷物なんだ」と信じると、本当に軽くなるから不思議である。だから私は、どんな難問を抱えても、「重い重い」と思い煩わないで、「軽い軽い」と自分に言い聞かせている。イエス・キリストという最高のカウンセラーに相談していると、神の力が内側から湧いてきて、難問を軽々と背負うことができるようになる。

神を信じる者にとつては、本当はどんな苦難も一時的なものであり、かつ軽いのである。そして、一時の軽い苦難を生き抜くことによって、永遠の重い栄光がもたらされるのである。

「今の時の軽い患難は、私たちのうちに働いて、測り知れない、重い永遠の栄光をもたらすからです」(第二コリント四章十七節)

カウンセラー 岩崎風水さんによる

心の相談室

ーカウンセリングで 大事なことー

私のカウンセリングではどのようなことをするのか、よく聞かれます。個人のエピソードはクライアントとの守秘義務があるので、お答えできません。例外として、公益性があり、公開しても本人に悪影響が無さそうなことならば、その本人に許可を得て公開することがあります。

今回は、私の基本的なカウンセリング方法について、少しだけお話ししたいと思います。

カウンセリングを申し込まれた方とは、相談・援助を中心に対談しますが、学問的基盤は、心理学・応用心理学の一分野である臨床心理学を中心的に用い

ます。

カウンセリングは、アドバイスとは異なり、クライアントの質問や要求に対して、明確な解決策や具体的なアクションを直ちに提示することはありません。ただ、公知の事実関係をクライアントが誤解している時などはアドバイスをして、前提となる事実の確認をします。

カウンセリングをするとき、何が問題で、これからどうしたいのかは、クライアント自身に答えがあります。私は、答えに行き着く事ができない人、「答えがない」という人の行き詰まりを進めるお手伝いをします。カウンセリングという場においては、クライアント自身が自分と向き合い、その中で自分自身の新しい理解や洞察に自発的にたどり着くことが大事です。



湘南のバイク乗りさん

クライアントと対話する過程で、まずはクライアントに自由に発言をしてもらいます。

その方の何が問題なのかは、クライアントの表現をまず聞くことで始まります。クライアントの表現というのは、言葉に留まりません。仕草だったり、目線だったり、表情だったりします。その仕草、表情、目線が何なのか、その都度聞きます。「その仕草は何ですか?」「貴方が笑っているように見えますが、何を感じていますか?」「左の方を見ているようですけど、そうしていると自分がどんな状態が説明できますか?」などなど。すると、クライアントはその仕草について、立ち戻り、振り返りをします。「今、思い出したことがあります…」と、本人主体の話を続ける手法です。これは、「気付きのワーク」のとても大切な基本的なことです。

カウンセリングが目指す最終的なゴールは、そのカウンセリングの経験を生かして、クライアントが実生活の問題や悩みに主体的に相対していけるように導くことです。今抱えている生きづらさを知り、それにどう相対していけばいいのかをサジェスト（示唆）します。

こうして、自分のカウンセリングについて書き出してみると、自分にも今まで見えていなかった「気付き」があります。

「リフレクティング」というナラティブ・セラピーの技法の一つを考案したトム・アンデルセンはこう言います。「対話において自分が話すことを、最初に聞くのは自分自身です。自分の口に出した話を最初に聞くのは、その本人自身です。この「聞く」ということは、耳にするだけではなく、聴く、聞く、訊く、効くという多様性を含んだ言葉です。普段、自分が発言しているパターンでは、決して気が付かないことだと思えます。

リフレクティングについては、多くの人に学んでいただきたい対話方法なので、末尾に出版物の紹介をいたします。

また、私は、「カウンセラー」と「クライアント」という関係の中でも対等性を保ち、主従関係ができないように気をつけています。それができて、「場」を保ち、十分な「間」を持って、クライアントの自主性に任せて自由に記憶を語っていただきます。カウンセリングでは、その人が抱える問題（症状）の除去から、人生観の転換に至るまで、幅広い改善を起こすことを目的とします。

静かで話しやすい「場」を用意し、対

話にゆとりのある「間」を持つ。この環境を作ること自体が心理カウンセリングの基礎であり、最も重要なことです。その場で自由に語るにしても、過去のストーリーを話すには、時間が必要です。

私は、クライアントはどの話を優先したいのか、それを聞いてから、その後の時間でどのようにカウンセリングするかを決めます。

最後になりますが、カウンセリングは、刑事施設経験者をはじめ、そのご家族、PTSD、アダルトサヴァイヴァーなど、精神病理を抱える人の治療に大きな効果がありますが、「カウンセリング料金が高く、お金が払えない」という人もいます。「それでもカウンセリングをしてほしい」という人には、状況に合わせて無料でカウンセリングをしてきました。

しかし、治療効果が大きいのは、やはりお金を払った人です。これも、心理学的な裏付けがあります。

「これだけ『対価』を払ったのだから、効果を得たい」という気持ちで、本人の回復に不可欠なのです。私自身も、対価をいただく以上、専門的な技術を駆使してカウンセリングさせていただきたいと思っております。

私は、クライアントとして訪れる、生きづらさを抱えている人の回復していく姿を見たいので、今後もカウンセリングを続けています。

☆本の紹介

・題：『リフレクティング…

会話についての会話という方法』

・著者：矢原隆行

・出版社：ナカニシヤ出版

(2016年9月15日)

・価格：二千円＋税



河童さん

理事長の奥さんによる

育児日記

赤ちゃんが産まれてから、Kちゃんは抱っこしたり、おでこにキスをしたり、お姉ちゃんぶりを発揮しています。A君は、トイレに行った後に手を洗わないことが多々あったのですが、「洗わないと赤ちゃんに触れないよ」と言うと、「そっか」と素直に洗ってくれるようになりました。二人とも、妹の誕生を喜んでいます。



おうまさんの
ぱぱ♪

Kちゃんは自己主張が出てきて、自分のしてほしいことが通らないと、顔を真っ赤にして叫んでいます。抱っこをしてもらいたい時も、してもらったままその場から離れず、泣き叫びながらずっと待っています。その姿も可愛くて爆笑してしまいます。どうやらこの自己主張は私に似ています。

A君は、私が寝不足でイライラして怒った時、「さつきは怒ってごめんね」と言ったら、「うん、それでもだいすきだよ」と胸キュンする言葉を言うようになりました。A君は四歳になり、まもなく幼稚園に入園するので、今後の成長が楽しみです！

受刑者からのお手紙

塀の中の たより

祈りと感謝から
気づかいが生まれる

カモミールさん

(花言葉は「逆境に立ち向かう」)

私は、いろんな方から支援を受け、刑務所伝道により、主イエス・キリストに目覚め、聖書を読み、デイブーションをすることにより、神さま、主イエス・キリストを身近に感じるよう、祈りを捧げております。その証として、私は聖書、主イエス・キリストのみことばを噛み砕くように理解しようと、必要以上に祈り、感謝することを心掛けています。

そのせいか、同囚の人達に対し、気づかいが生まれ、何かあれば「大丈夫?」とか、「元氣?」と声を掛けることで、良好なコミュニケーションが生まれ、「ありがと」「元氣だよ。君も体に気をつけて」とか返事が返ってきて、対人関係が上手くいっております。みんなの協力もあり、無事、三年無事故です。主イエス・キリストが私を無事生かしてくださり、祝福されている結果です。主イエス・キリストのみわがが成していることだと思います。

「人のすべての考えにまさる、神の平安があなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあつて守つてくれます」(ピリピ四章七節)



死刑囚

神さま、主イエス・キリストに癒され、祝福され、心に平安と喜びがあり、受刑生活が上手くいっています。皆さんも、神さま、主イエス・キリストに祈り、感謝することを勧めます。皆様へ、神さま、主イエス・キリストからの恵みが豊かでありますように。

不安を言うよりも、
すすんで

明かりをつけましょう

NS50さん

私は五年目になります。

先日、歯科治療を受けました。以前なら、願い出してから一年近く待たされたのですが、最近では、二週間ほどで順番がまわってきます。一般診療が火・木の二日から、月曜から金曜の五日に増えていました。治療も、以前の抜歯前提ではなく、麻酔、根の治療、被せ物と他の歯の検診など、とても丁寧に診てくれました。

また、給食委員会があり、質疑応答でリクエストの多い揚げ物の回数を増やしたと、厚生省の給食規定に基づき、塩分をおさえて他の香辛料で味を濃く感じるように努力していること、などなど。

そして、三月から油性ボールペンに加え、ゲルインクのノック式ボールペンが購入できるようになったこと。官本も以前より新しくなり、ジャンルも豊富になりました。刑務所の処遇に不満ばかり言う人もいますが、私は毎年改善されていると思っております。そして、その取り組みに感謝しています。

そもそも、私は人の権利、尊厳を犯してにいます。私の六才になる息子は、養護施設でたくさん「ガマン」をして生活しています。自分の権利など主張できる立場ではないと考えています。

職員全てが「亭主の好きな赤烏帽子」(※意味は、「公家や武士の帽子である烏帽子は黒塗りが一般的であるが、一家の主が赤い烏帽子を好めば、家族はそれに従わなければならない」とのこと。どんなに非常識と思えるようなことであっても、一家の主の言うことには同調せざるえないということ)「(ことばライブラリーより)」というわけではなく、

上司に反発して反感を買っている人、私達の側に立つて親身になってくださる職員もいます。

昔の刑務所、他の刑務所のこととは分かりますが、二月号のたよりにあった、H・Kさん「当たり前の日々に感謝」、N・Hさん「感謝すべきことはたくさんある」のように、今の私はただ感謝です。

しかし、その反面、刑務所の対応に思うところもあります。

刑務所に居る時間を無駄にせず、社会復帰、更生に有効利用しようと、絵画の勉強をしたく、スケッチブックを購入しました。が、6Bと4Hの鉛筆（当所は色エンピツの販売がありません）の使用許可も購入許可も下りません。また、英会話の通信教育を自費で始めようと相談願を出しても、こちらの意を汲んでもらえず。

クラブや教誨、職業訓練の募集人数や回数少なさも合わせて、学習意欲や芸術、技術への取り組みに対し、もっと協力・規制の緩和・優遇することが、学力や創造力の向上につながり、矯正施設としての機能、役割なのでは、という思いも持っています。これは、刑務所というより、もっと上の方の問題なのでしょうか。

私は、マザーハウスを通して、たくさんの言葉を頂きました。暗いと不安を言うよりも、すすんで明かりをつけましょう。私は立場をわきまえ、日々の感謝を忘れず、真摯に、学習意欲に対する協力と緩和などを願いつけていこうと思っています。この投稿を通して、皆様の貴重な意見が得られたらと思います。

平和を祈って

C・Mさん

私は今、平和を希求し、圧政には「非暴力と不服従」で立ち向かったインド独立の父、ガンジーの本に夢中です。感涙ものです。

ガンジーは大戦中、「全ての日本人へ」と題した文章を発表しているんです。

「あなた方は、『アジアの解放』という崇高な理想から、帝国主義的な野望に堕ちてしまった。（略）その野望は実現することはないでしょう。アジアを分断

した張本人になるかもしれません」と。

また、第二次世界大戦の直前にヒトラーに手紙を書いています。

「今、世界中で、あなたが人類を無法状態におとしめる戦争を回避できる人物のひとりであることは、間違いありません。（略）戦争という手段を故意に避けてきた人々の声を聞いてもらえないでしょうか」と。

どこまでも平和を希求した言葉は熱く深いですね。

暗殺されてから今年で七十年。北朝鮮のミサイル開発などに対抗するように、日本も防衛力を増強して、米国と北朝鮮は挑発し合つて…。この状況をガンジーが見たらどう思うのでしょうかね。

日中平和友好条約の締結から四十年。冬季五輪も開かれました。それが対立から対話のキツカケになつてほしいものです。

ちなみに、ガンジーは、暗殺された時に、薄れゆく意識の中で、自らの額に手を当てたそうです。それは、「あなたを赦す」という意味だそうです。

世界の平和を心よりお祈りします。

理性の愛アガペ

真耀さん

私は今年で獄中生活十三年目に突入した者ですが、皆様、日々の獄務、本当にご苦勞様です。

さて、早速ですが、マザーハウスやボランティアの方々が協力して心血を注ぎながら運営しているMLPを、「女子大生やキャバ嬢と文通ができる」「女性と文通ができるだけでなく、本などの差入れもしてくれる」というデマに乗せられて希望申し込みをするのは一切控えて頂きたいものです。



I・Nさん

（※白い部分は、写真などを飾る用に空けてくださったものです）

グダグダとネガティブな事柄を認めるのは止められますが、「聖書」に出てくる愛とは、「フィリア」と「アガペ」の二つがあると知ってください。

フィリアは、私達が愛だと思っている感情で、こちらが好きになると向こうも好きになる、という好意の還流によって生まれる愛です（※フィリアは同等関係のようなイメージ。聖書に出てくる愛は、フィリアとアガペの他に、エロス（満たされていないものを求めようとする欲求のようなもの）がある）。

ところが、イエスが「愛しなさい」と言う場合の愛は、「アガペ」なのです。「アガペ」とは、理性の愛です。だから、愛せない相手なら少し無理をしてもいい、理性によつて「自分が相手にこうすべき」と思う行動をすればいいわけです。これが本当の愛だとイエスは言っているのです。まさにこれがMLPでの愛なのです。

もっと分かり易く説明すると、昔、戦争中だった頃、国際赤十字社が敵兵を命がけで助けていましたが、もし、自分の親、兄弟、子供、一家を殺した敵兵が倒れていたなら、そこら辺にあるもので殺してやりたい、と私なら思うでしょう。然し、理性をもつて、傷ついた敵兵を安全に国際赤十字社の手に渡さねばなりません。これは情ではなく、理性の愛に

よるものです。

繰り返しになりますが、イエスが説いている「アガペ」、理性の愛とはこういう事なのです。この辺のところをよくよく熟考した上で『ヨ』に申し込んでみては如何でしょうか。

「父よ、彼らをゆるしたまえ、彼らは自分が何をしているのか分からないのです」（十字架の上でのイエスの言葉）

刑務所の一日一日は、 社会に繋がる一日一日

（同じく、）真耀さん

私は、なかなか寝つけない時に——子供がよく「羊が一匹、羊が二匹、……」と唱えているではないですか——、私はそれを、聖書の中で感銘を受けた御言葉で行っています。ノートに書き溜めた御言葉を暗記しようと思って、眠れない夜は「聖書」を唱えています。すぐに眠れてしまう日もありますが（苦笑）。

誰もが知っているような御言葉ばかりです。

「何事でも、自分にしてもらいたい事は、他の人にもそうしなさい」（マタイ七章十二節）とか、「イエスは朝早く、まだ暗いうちに起きて寂しいところに出かけて行き、そこで祈っておられた」（マルコ一章三十五節）、「第一の戒めはこれです。『あなたは心を尽くし、命を尽くし、知性を尽くし、力を尽くして、あなたの神、主を愛しなさい』。第二の戒めはこれです。『あなたの隣人を自分自身のように愛しなさい』。これらよりも重要な命令は、他にありません」（マルコ十二章二十九〜三十一節）など。

真実にその通りだと思います。何か目的を持って生きていたら、情熱を持って生きていたら、「嘆き」も「虚しさ」も解決しますしね。「聖書」の御言葉は、胸に沁みるもので埋め尽くされています。極限の状況に置かれていれば、そうした御言葉は身に沁みて感じられます。中途半端な精神では実感としては届きませんよね。（略）

懲役にいても人間の世界ですし、社会にいても人間の世界……。形が変わるだけだと私は思っていますから、総じて大切なことは、折れないこと、氣力を無くさないことだと思っています。

社会で出来ないことは刑務所でも出来ませんし、その逆でもそうだと思います。ですから、己を少しでも良い方向に変えていきたいと思つたら、刑務所の一日は本当に社会の明日に繋がる一日一日だろうと思います。つまりは、その一日一日が、いかに己を磨く日々となるか？その自覚と、その一日一日を修行としていかに楽しいと思えるか？それこそが「胆」なんだと思えます。何に就いてもこれは言えることなんですけどね。

楽しく生きるといっても、いろんな楽しさがあるわけで、人から見たら苦しいような修行も、当人にとっては楽しい事かも



湘南のバイク乗りさん
「タンクローリー」

しれないですし、人の楽しい遊びも、別の人からしてみれば、何の向上にも繋がらない無駄な時間のつぶしだと思いかも分かります。餓死者がいつはい出ているようなアフリカの子供にしても、明るい笑顔をしているではないですか。どんな過酷な状況に居ても、人は楽しさ・面白さを探す生き物なのかもしれません。

それでは皆様、日々の獄務、勉学を自分に負けずに全うしてください。

終始一貫！活機応変（※機を活かす、チャンスをつかむ）！God bless you（※神の祝福がありますように）！



おたふくさん

感謝が次へのバトンとなる

カリンさん

以下は、私が法務省矯正局に宛てた手紙の内容です。

私は京都刑務所に収容されている者です。先日、平成二十九年十一月二十二日に、当所において外部の方々の協力を得て、映画「しゃぼん玉」の上映会がありました。

それだけではなく、原作者である乃南アサさんからのボイスメッセージや、株式会社エスプリ代表による映画製作の流れ等の貴重なお話を聞かせて頂き、私はとても感動し、なおかつ感謝の気持ちをいつばいになりました。後日、毎日新聞の記事が各所に貼り出されており、それを読むと、法務省矯正局からコメントが出ておりましたので、矯正局にお手紙することになりました。

製作者を呼んでの上映会は、全国で初めてと書いてありましたが、私はこういう教育はどんなするべきだと感じました。原作者の気持ち、製作者側の意図

を知った上で見る映画には、胸を打つものがありました。

犯罪者の私達に更生へのきっかけを与えようと、このような企画を考えてくださり、その「愛」に心をノックされたような気がします。心を固く閉ざした者が多い受刑者にとって、この心のノックが大変、必要なのではないのでしょうか。このノックが心を開くきっかけとなり、更生への第一歩となるかもしれません。

しかし、再犯者が多いのが現実で、なかなか刑務所側の教育が実を結ばないのが実情ではないでしょうか。それでも、私のように心に温もりを感じ、勇気や希望を持つことができた人もたくさん居たはずだと思います。そして、とても反省を促されました。ですので、全国の刑務所と同じような取り組みをしていくべきだと進言させて頂きます。そして、一人でも多くの人が救われたら、私もなんだか嬉しいです。

（略）私は、十四才から施設のお世話になり、今回出所する時には、拘禁生活が二十年を超えます。この身を投じてやつてきていますが（苦笑）、人はどうすれば更生できるのか？という命題が、私の一生の研究材料です。

この命題の陰には何人もの被害者の方達が居ます。刑務所が注目される時代

となり、加害者もある種の意味で被害者の捉え方があります。しかし、本當の被害者の方が居て、今の自分があるという、この一点をもっと伝え、自覚させていくべきだと思います。この自覚こそが、更生への糸口ではないのでしょうか。

受刑者の身でありながら、偉そうなことを言つて申し訳ありません。この先の受刑生活で、更生の仕方を身をもって体得し、その経験で一人でも多くの人達を救つていたら本望です。まずは、自分から…です。

この度は、このような機会を頂けて本当にありがとうございます。この上映会がなければ、このようにお手紙することもないかつたし、考えをまとめることもなかったはずで。本当に感謝しています。

（略）

京都刑務所は、教育が充実しているような感じがします。本当にありがたいことだと感謝しております。自暴自棄になった時期もありましたが、今の工場担当を筆頭に、愛のある指導に触れ、自分も少しずつ変わってきたように思います。

「人が人を回復させる」という言葉を聞きます。愛を持って指導してくださる職員さんが全国に増えますように…と、

最後にわがままを書いたところでペンを置きたいと思います。本当にありがとうございました。

以上のように法務省に手紙を送ったわけですが、全国の受刑者の方々も、不服申し立て、苦情ばかりでなく、刑務所側の良い働きかけ、処遇に対しては、感謝の気持ちや感想をどんどん伝えていくべきだと思います。それは、収容されている私達、そしてこれから先の受刑者達の為になると思います。「感謝が次へのバトン」となる。自分たちでより良くしていきましょう。

信念を持つて行動

—「口論」で成長を
実感した出来事—

1854さん

自分自身が少しずつではありますが、確実に人間的に成長することができているのだ！と実感できた出来事が先日ありました。更生への確かな手応えを得て、更なる成長・更生への励みとなった今回の経験をマザーハウスたより読者の皆様と分かち合いたく、筆を執らせて頂きました。

その出来事とは、「口論」です。

私の配役されていた工場には、Sさんという受刑者がいました。実はこのSさん、一ヶ月ほど前に雑居房でトラブルを起こし、独居房に転室させられるとともに工場立役も下ろされてしまっていたことから、完全に不貞腐れて（※ふてくされて）いました。刑務作業も酷い手抜き。日常生活でも、例えば工場での昼食の際に故意にお茶を大量にこぼして撒き散らし、おかずのお皿にお茶をわざと入れる…といった行為を執拗に繰り返していました。

ある日の昼食時。Sさんのそれらの行いを見るに見かねたNさんが、Sさんに「お茶を入れる際は、こぼさないように、湯呑みを「手に持つて入れてもらえませんか？」と助言しようと思いました。するとSさんは突然激しくブチギリ、乱暴に舌打ちすると、「どーでもいいやんけツ！ボケツ！」と声を荒らげました。

それを目の当たりにした私は、Sさんのこの言動を諫めなければと考えました。自分の為を想って忠告してもらったにも拘わらず、このような態度をとっていれば、イタズラに敵を増やすだけですし、自身の過ちを素直に認められないのであれば、人間的な成長・更生など有り得ない、と伝えたかったのです。そこで私は、Sさんに、「どうでもよくはないですよ。現に、お茶もおかずのお皿に入る程こぼれているわけですし…」と進言しようとしたところ、Sさんは、「じゃかましいわッ！クソがッ！」と更に激しく激昂。

この件で私とSさんは「口論」の疑いで調査となりました。

私は、ただただ一方的にSさんにブチギレられただけなので、懲罰にはならないうと高を括っていたのですが…。

①「私の言葉がSさんの粗暴な言動を引き出した」、②「自分自身の身を守る為にも、このような場合は不用意に仲裁に入ったり他人に関わったりすべきではなかった」、とのことで「口論」であり、懲罰（閉居罰五日間）と相成りました。

このような施設ですから、喧嘩両成敗なのは理解できますが…、少し納得していないかったのも事実。確かに、私の言い方も悪かったのかもしれませんが。昼食後、Sさんが落ち着いてから改めて話をする等々、どのようなやり方があったのかを考え続けることも大切です。どちらにしても、今回のこの懲罰中にSさんが自分を見つめ直してくれることを切に祈っています。

でも、どう考えたって、見て見ぬふりは有り得ませんよね。もしも我が身可愛さに理不尽なことに目を瞑ってしまうのなら…：自分の保身の為だけに人を傷付け、罪を犯してしまった当時と何ら変わっていないということなのですから。

確かに私は、この懲罰で色々な物を失いました。工場立役や理髪係、舍房配食係等、責任ある立場を任されていたにも拘わらず、別の工場へと転業させられてしまいました。また一番下から新しい作業を覚え、ゼロから積み上げていかなけ



K・Kさん

ればなりません。書類上でも「口論」の事実が残ってしまいます。

ですが、(略)今回のこの出来事で、私は、己の成長を実感できたのです。服役以前の私なら、キリストに出逢う前の私なら、間違いなく事勿れ主義を貫き、頼被り(※知らないふり)を決め込んだことでしょう。

しかし、私は今回、臆することなく己の信念のままに行動できたことがとても誇らしく、更なる成長・更生への自信と糧となっています。

結果だけを見れば懲罰となり、思わしくないのかもしれませんが、しかし、職員さんの中にも、「君の正義感には頭が下がるが…」と理解を示してくれる方も少なくありません。このように、見てくれている人は必ずいます。そして、主は必ず見てくださっています。ですから、皆様も、理不尽とは思えぬような処遇を受けたとしても、腐らず、自分の信ずる道を突き進み、ともに成長・更生していきましょう。

主の恵みと愛が皆様とともにありますことを。アーメン。

ちよつとしたことからでも

一日々

氣をつけていること―

夏姫の妖精さん

私は、自分を変えてもらう為にイエス・キリストに救いを求めました。もう自身力だけで更生するのは不可能と思つたからです。

更生する為には、自分の弱点、内面を磨くことが重要だと思っています。

私は元々、短気な上に人見知りの性格ですので、人付き合いが苦手なのです。しかし、刑務所でも社会においても、一人では生活できないので、人との付き合いは大切です。

人間の本性を変えるのは難しい。今まではそう思っていたのですが、努力次第で、心の持ち方や考え方を変えることができますし、前進することも可能です。

腹の立つことがあっても、自分にも一パーセントの非があったのだからと、相手の間違つた部分だけを見るのではなく、自分自身と照らし合わせて考えることに

よつて、我慢もできるようになりました。自分で気付いていないだけで、私の言動が他の人に不愉快な思いをさせてしまっている場合だつてあるかもしれません。だからこそ、自分の言動には責任を持たなくては行けないと、常に心掛けるようになりました。

言葉は相手に対する配慮や思いやりに通じるものがあると思うのです。

受刑者同士が親しくなりすぎると、礼節を欠くときが見受けられますが、「親しき仲にも礼儀あり」と言うように、氣を付ける必要があると思います。「言葉遣いが乱暴だつたり、曖昧だつたりしていないか」とか、いつも穏やかな表情で話をするようにしています。



K・Kさん

私は、工場で計算係をやらせてもらつており、立場上、同囚に説明したり、会話する機会も多く、口調や顔の表情を意識して接しています。社会人としての基本として、こうしたことも受刑生活を通して身につける努力をしています。

ちよつとしたことからでも、自分の足りない部分を補うことができると思えます。

もう一つ、更生する為に大切なことは、自分の犯した罪とどれだけ向き合えるかです。

私は、少年時代からの罪により、多くの人を泣かせてきたので、一生涯かけても償いきれるものではありません。それほど取り返しのつかないことをしてしまったのです。刑務所だけでなく、社会復帰した後も反省し続け、生涯をかけて償いの日々を送る決意です。

最後に一つだけ伝えて終りにします。私たちは更生支援を受けている身です。色々な形で力添えしてもらっています。常に感謝の気持ちを持てはけません。これは社会復帰してからと同じです。

毎月、何十件もの送付物が戻ってきているとのこと。死活問題にも発展しかねません。私たち受刑者も、宛先人不明

で戻ってきたら、これほど淋しいものはないですよ。移送になったら、または出所したら、マザーハウスに一報を入れるのは、当然やらなければいけないことだと思います。

私は、出所したら、声・言葉により、お世話になった人に感謝の気持ちを伝えるのが、せめてもの恩返しだと考えています。

皆様に神様の愛と恵みが豊にありますようにお祈り申し上げます。

川柳

Ｔ・ーさん

・母からの 手紙読んでは ただ詫びる
・塀の中 住めば都と 言い聞かす
・部屋の窓 見えぬ大空 鳥の声
・見えぬ目に 見えた一筋 神の手か

詩「十字」

K・Ｔさん

十字 それは完全のしるし。
十字 それは生命のしるし。
十字 それは無上の喜びのしるし。
十字 それは経験のしるし。
十字 それは復活の力。
十字 それは聖なる完全への手段。



理事長の奥さんによる

Lovely DAYS

あまりにも家に居ない主人に、「そんなに家に居たくないの?」とある日聞いてみたら、「ちっちゃがうよつっ! しっしっしことだよ!」とかなり動揺していました。

看護師 中谷さんによる

健康相談窓口

— 肝臓 —

こんにちは。

先月、花粉症のコーナーでお示しましたら、早速、自分が花粉症の症状に直面して、鼻水と目の痒みに悩まされております。私は、アレルギーはヒノキの値が一番高値なのですが、スギもあり、この季節は辛い日々です。

以前ご回答いただいた健康アンケートで、十名程の方がウイルス性B型・C型肝炎の治療を受けられないことによる不安を述べておられました。個々によつてその段階が異なりますので、一般的知識として二・三回に分けて肝臓の特集を書かせていただきます。

今回は、基礎知識として、肝臓の働きや症状についてです。

肝臓のはたらき

肝臓は、よく、からだのなかの化学工場、貯蔵庫に例えられます。それは、肝臓が、腸で吸収された様々な栄養素を代謝・貯蔵するほか、胆汁の生成や分泌、および解毒や排泄などの、生命の維持に必要な多くの働きを行なっているからです。

肝臓には約二千種以上の酵素があると言われ、これらの酵素の働きによつて、様々な機能を営んでいます。



おたふくさん

肝臓の病気がもたらす 主な症状

肝臓の病気にいかつても、すぐには症状が出にくいことから、肝臓は「沈黙の臓器」と言われています。

症状が出ないことは、患者さんにとって苦しみがない反面、知らないうちに病気が進み、判明した時にはかなり進行してしまっている、という場合もあります。手遅れにならないよう、肝臓の病気の主な症状を覚えておきましょう。

1 全身の倦怠感

疲れ、だるさは人によって感じ方が異なりますが、急性肝炎になると、食欲不振、吐き気とともに、強い倦怠感があらわれます。脂肪肝、慢性肝炎、肝硬変などの慢性肝疾患のある人は、この倦怠感を訴えることが多く、この場合、肝機能のさらなる悪化をともなっている場合があります。

2 黄疸（おうだん）

血液中にビリルビンという色素が増えていく状態で、眼球結膜（白目の部分）、皮膚や粘膜が黄色くなってくる症状です。人によっては、尿の色が濃くなったり、便の色が灰白色になったりすることによって黄疸に気づく場合もあります。

黄疸が起るのは、急性肝炎、肝硬変などの肝臓の病気だけではなく、胆石やガンによって、胆汁の流れる道が塞がれてしまう閉塞性黄疸、溶血性貧血という血液の病気、生まれつき黄疸を示す体質性黄疸などの病気でもあらわれます。



河童さん

3 手掌紅斑（しゅしょうこうはん）

手のひらの親指や、小指のつけ根のふくらんだ部分が異常に赤くなり、点状の赤い斑点が散在しているもので、慢性肝障害の人によく見られます。

4 クモ状血管腫（けっかんしゅ）

肝硬変の人は、前胸部、首、肩、腕に赤く隆起した斑点が見られます。これは小動脈の血管が拡張しているため、よく見ると、赤い隆起を中心に毛細血管が放射状に浮き出しています。

中心の赤い隆起部分を押すと周囲の毛細血管は消えますが、離すとまたあらわれるという特徴があります。

5 女性化乳房

肝硬変の男性は、乳房が女性のように大きくなることがあります。押すと、痛み（圧痛）があり、しこりに触れることがあります。これは、肝硬変によって肝臓での女性ホルモンの分解力が低下し、女性ホルモンが血液中に増加するた

めと考えられています。
ひげや陰毛が薄くなり、睾丸が萎縮する場合もあります。

6 腹水（ふくすい）、浮腫（ふしゅ）

肝硬変になると、尿の出が悪くなり、下肢がむくんだり（浮腫）、腹部に水が溜まってカエルの腹のようにふくれる（腹水）ことがあります。

これらの症状は、肝硬変が進行し、肝機能がかなり障害を受けている場合に見られます。しかも、腹水の溜まり始めは気づかないことが多いため、体重の増加には注意が必要です。

7 吐血（とけつ）

肝硬変の人が、突然血を吐くことがあります。この吐血の原因としては、食道の粘膜にできる食道静脈瘤、胃・十二指腸潰瘍、出血性胃炎などが挙げられますが、肝硬変による吐血は血が止まりにくく、特に、食道静脈瘤の破裂（はれつ）は大量に出血して死に至ることがあります。

吐血した場合はすぐに医療機関を受診しなければなりません。幸いなことに、最近の内視鏡的治療によって、出血による死亡はかなり減ってきました。

8) 肝性脳症 (かんせいのおうしょう)

進行した肝硬変や劇症肝炎などの重症の肝障害では、血液中のアミノニアが上昇し、肝性脳症といわれる意識障害を引き起こすようになります。

症状は、進行の程度により様々ですが、精神活動が鈍くなり、徘徊、尿や便の失禁、異常な言動などが見られます。このような症状を起こした後は、よく眠るようになり、最後に昏睡に陥ります。

このような人には、手首が羽ばたくように震える羽ばたき振戦、芳香性の独特の口臭 (肝性口臭) があります。

※肝機能の悪い方で上記症状があるようでしたら、医務にお伝えください。肝機能が悪化している可能性があります。

お知らせ

●獄中POSTシリーズについて (詳細は裏表紙をご覧ください)

3月25日より、ポストカード・封筒の郵送販売が始まり、4月10日からは便箋の郵送販売もスタートする獄POSですが、本当に獄中ボランティアの皆様にあたたかい感謝です。

さて、せっかく獄POSを作ったので、2018年度より、下記の通り、感謝をこめて皆様に配布する予定です (デザインはランダムです)。

- ・正会員の方：ポストカード1枚、封筒1枚、便箋10枚
- ・賛助会員の方：ポストカード1枚
- ・ご寄付くださった方 (4月以降) (5000円以上) :
ポストカード1枚、封筒1枚、便箋10枚

なお、デザインは、当事者が描いた絵画+当事者が書いた言葉を組み合わせたものです。同じデザインは最大でも2枚のみとなっております。

絵画部分を指定しての購入をご希望の方は、講演会などでの販売や、ホームページでの郵送販売をご利用くださいませ (ポストカード：3枚800円、封筒：3枚800円、便箋：30枚800円です)。

☆お問合せ☆

・FAX：03-6659-5270

・メール：

motherhouse.tayori@motherhouse-jp.org (QR↑)

・ホームページ：

<https://npo-motherhouse.amebaownd.com/> (QR↓)



●World Open Heartの阿部さんより… 獄POSで募集する絵画の題材について

「宮城刑務所の近くで、年に一度、10月頃に「猫祭り」が開催されています。そこでは、「猫」にちなんだグッズ販売やイベントが行われており、毎年、全国の猫マニアたちがつめかけます。そこで、猫の柄の獄POSシリーズを販売したらいかがでしょうか。猫祭りの主催者に確認したところ、出店の了解は頂きました」とのことなので、獄POSでは現在、猫の絵画を募集中です (もちろん他の題材の絵画も随時募集中です！)。



●MLP文通の整理について

このたびは、MLPの大整理にお付き合いくださった皆様、本当にありがとうございました！！

文通相手の通知書は、順次発送する予定でしたが、たより4月号に同封して一斉にお送りすることとなりましたので、もし、「同封されていない！」という方がいらっしゃいましたら、大変お手数ですが、事務局の山岡りまでお知らせください。何卒どうぞよろしくお願い申し上げます。

☆お問合せ☆

・FAX：03-6659-5270

・メール：loveletter_project@motherhouse-jp.org (QR↓)



ご寄付ありがとうございます！

2月16日～3月15日の寄付金

合計：136,831円

(内 愛のプリズム宣教基金：1,000円)

投稿文ほどしっかりと書けないけれど、
日々の想いや気づきを分かち合いたい！
という方のための一言コーナー！

つぶやき！

今回も当事者スタッフに
直撃！
「四月一日、皆様の支え
があつて、晴れて洗礼を
授かる事が出来ました。
これからはキリスト者とし
て、信じる道をしっかりと
歩んで参りたいと思いま
す。」(Nさん)
受刑者の皆さんの一言
も募集中です！

行事予定

▼ 4/16 14:00～

東京地方裁判所刑事部にて、情状証人

▼ 4/17

神戸拘置所にて、被告人と面会

11:00～ 神戸学院にて、講義

テーマ「刑務所の問題」

▼ 4/18 18:00～

龍谷大学にて、APS 研究会 (in 京都)

▼ 4/28 14:00～

聖イグナチオ教会(四ツ谷)にて、

VIP プリズム講演会

対談「刑事弁護と回復」

▼ 5/6 午前のミサ終了後～

カトリック松原教会にて、マリアコーヒー等の販売

お知らせ(つづき)

●カウンセリング部門の岩崎風水さんより…

「犯罪からの回復とグループセラピー」について

カウンセリング部門の岩崎です。

このたび、カウンセリング費用の負担が困難な依頼者がセラピーを受けることのできる場をつくりました。「犯罪からの回復とグループセラピー」と題して、刑事施設経験者の方には無料、もしくは半額で参加していただけるワークショップです。

当事者の方には、「罪を犯さなくても生きられる」という自身の回復の手段を知ってもらうために。矯正関係の支援職の方には、人が変わっていくその過程に立ち会っていただくために。一般の方には、こうした取り組みがあることを広く知ってもらうために。

毎回、講師を変えて開催するこのグループセラピーは、参加する全ての人の人生がより良くなるための道標になるものだと思います。

来年度前半の講師が決まりましたので、ぜひともご参加ください。直近の開催は5月5日の子どもの日です。以下詳細です。

☆「おとなも絵を描くこどもの日」☆

・講師：飯島波奈さん

(アートセラピスト・アトリエアムリタ代表)

・日時：5月5日(土)13:00～17:00

・場所：聖イグナチオ教会 307号室

・参加費：第一部アートセラピー 参加費寄付制

第二部お茶会 参加費 500円

・内容：アートセラピストの飯島波奈さんと、親子で参加できるアートセラピーをし、その後、ゆったりお茶会をします。大人だけでも参加できます。

編集後記

いつもたよりをお読みくださり、ありがとうございます！

4月号の発送が終わったら、いよいよ福音たよりイースター号(今年のイースターはもう過ぎましたが…汗)の仕上げに取り掛かり、たより5月号に同封して発送する予定です！お楽しみに！

マザーハウスたより編集局

マリアコーヒー（ルワンダ・コーヒー）

＊製造から販売まで、元受刑者が携わっております。

FAX：03-6659-5270

メール：maria_coffee@motherhouse-jp.org（QR →）

価格：粉200g または 豆200g …… 900円

カフェドリップ10g（1回分）… 100円



☆継続して購入・販売してくださっている皆さま（順不同）☆

カトリック茅ヶ崎教会／カトリック北仙台教会／カトリック所沢教会／カトリック中和田教会／カトリック布池教会／カトリック東山教会／カトリック浜松教会／カトリック新子安教会／カトリック菊名教会／カトリック碑文谷教会／カトリック東仙台教会／カトリック春日部教会／クリスト・ロア宣教修道女会／カトリック足利教会／カトリック神田教会／カトリック松戸教会／カトリック戸塚教会／カトリック桃山教会（平和環境部）／カトリック大分教会／カトリック西千葉教会／カトリック下井草教会／カトリック新潟教会／日本カトリック神学院／ドン・ボスコ社



☆ルワンダの祈り☆

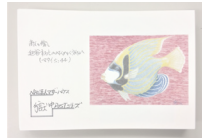


ルワンダでは、1994年、フツ族によるツチ族の大虐殺がありました。史上稀に見る残虐な内戦によって、ルワンダの人々は心身ともに非常に深い傷を負います。

しかし内戦終了後、恨みや憎しみから、復讐が復讐を呼ぶ状況に陥りかねない中、ツチ族の人々は、復讐ではなく、和解と共生を選択しました。

マリアコーヒーは、この和解と共生の地から届けられた生豆を使用しており、ルワンダのコーヒー園で働く女性と子供たちの自立支援にもなっております。

獄中POSTシリーズ



＊獄中ボランティアの方の絵画と文字をポストカードなどに印刷する企画です。

FAX：03-6659-5270

メール：motherhouse.tayori@motherhouse-jp.org（QR →）

入手方法：会員の皆様や、ご寄付（5000円以上）くださった方々、

その他の機会等で感謝を込めて配布させていただく予定です。

（絵画＋言葉の組み合わせで、同じデザインは最大2枚しかないため、デザインはランダムです。）

＊デザインの絵画部分を選んで購入されたい方は、講演会や郵送にて販売しておりますので、お気軽にお問合せくださいませ。

（ポストカード／封筒は3枚で800円、便箋は30枚で800円）

ホームページ：https://npo-motherhouse.amebaownd.com/（QR →）



マザーハウスたより4月号

2018年4月15日発行 発行責任者：五十嵐 弘志

〒130-0024 東京都墨田区菊川 1-16-17-102 NPO 法人マザーハウス



↑ 理事長 Facebook ↑ たよりブログ ↑ MLPのメール ↑ VIPプリズム講演会のメール

ラウレンシオ（便利屋業）

＊元受刑者の就労支援の一環として、不用品処理、遺品整理、掃除などをさせていただきます。お見積もりは無料です。

TEL：080-4614-8508

FAX：03-6659-5270

メール：lawrance@motherhouse-jp.org（QR →）



古本募金（きしゃぼん）

＊書籍やDVDを下記送り先にご寄付いただくと、マザーハウスに還元されます。

送り先：〒358-0053 埼玉県入間市仏子 916

（マザーハウス事務所に送らないようお気を付けください）

TEL：0120-29-7000

Webコンサルティング

＊WEB解析士マスターの資格を持つ当事者スタッフが、サイト制作から解析、マーケティングまで一貫したコンサルティングをいたします。

メール：sepi@websepi.com（QR 右→）

ホームページ：http://websepi.co.jp/（QR 左→）



ホームページ ↑ メール ↑

カウンセリング

＊当事者やご家族の方を対象に、当事者スタッフが、実務に役立つ専門的なカウンセリングを行います。

メール：iwazakifuusui@gmail.com（QR →）

価格：30分5000円より

ホームページ：http://profile.ameba.jp/fengshui0708/（QR →）



お問合せ

いつも本当にありがとうございます。

随時ボランティアの方を募集しております（詳細はお問合せくださいませ）。

TEL：03-6659-5260

メール：info@motherhouse-jp.org（QR →）

ホームページ：「NPO マザーハウス」で検索ください。（QR →）



☆ご支援☆

口座名：特定非営利活動法人 マザーハウス 【トクヒ】マザーハウス

郵便振替口座：00170-0-586722

みずほ銀行：新宿支店 普通口座 2376980

正会員：一口5000円（年会費） 【獄POSミニセットをプレゼント】

賛助会員：一口3000円から 【獄POSポストカードを1枚プレゼント】

社会復帰支援：ご寄付 【5000円以上で獄POSミニセットをプレゼント】

☆洋服等の物資の送付先：〒348-0061 埼玉県羽生市稲子 36-5

（担当者：江口 TEL：080-4057-2518）