

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。

2020

9 月号

表紙：Show Ryuさん

♪移送・出所される方は必ずご一報ください。
MLP（文通）に参加している方は文通相手へ
のお手紙のみ出して頂ければ大丈夫です（差出
人欄の住所で確認できるため）。MLPに参加し
ていない方は事務局にご連絡ください。
♪23ページのお知らせをご確認願います。

- 2 理事長挨拶
- 4 社会の声
- 11 ささきみつおコーナー
- 14 特別コーナー
- 15 育児日記
- 15 塀の中のたより
- 18 つぶやき！
- 19 回復プログラム 入門
- 19 健康相談窓口
- 21 プリズムアート倶楽部
- 22 ラブリーDAYS
- 22 行事予定

理事長挨拶

朝晩、涼しくなってきましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。個人事ですうが、九月六日の午前三時三十六分に三女が誕生しました。コロナ禍のため立ち合い出産はできず、退院まで、妻と娘と面会できない状況です。我が子が無事に誕生した喜びとともに、抱っこしてあげたくてもできない苦しみがありますが、キリストに祈り捧げることと心に平安を頂き、さらに苦しむ人々のために働きたいという力を頂きました。新しい命のためにも頑張っていきたいです。

十月三、四日に開催される犯罪社会学会は、オンラインとなつてしまいました。京都の龍谷大学に行けることを楽しみにしていたので、残念です。今回はシンポジウムでの指定制論者として、私がお話しすることになっております。マザーハウスとしても、「対立から対話へ」当事者と行政との共同による地域再犯防止推進計画づくり」として、円卓ミーティングを実施する予定です。再犯防止

には、社会全体が当事者たちの声を聴き、何に困っているのかを理解し、社会に居場所と触れ合いと繋がりを作ることが大切だと思っています。そのためのプロジェクトも計画中です。また、犯罪に巻き込まれた人たちの、地域における街づくりの運営協議会も設置する予定でいます。地域の中でマザーハウスのメンバーが活躍できればと願っています。

さて、元受刑者の就労支援のために設立したルツ合同会社には現在、二名の社員と二名の研修期間の訓練生が在籍しています。暑い中、日々、除草作業に従事しており、回復の道を歩んでいます。これも、多くの方がマザーハウスを支援してくださっているおかげであり、深く感謝しております。設立したてのルツ合同会社ですが、出所した方のために仕事を依頼してくださる皆様に、心から感謝です。有難うございます。先日、北関東の地域の除草作業を受注致しました。当事者スタッフ一丸となって作業にあたっています。現場の責任者を担っている方も、私のところに来て四年の月日が経ち、紆余曲折がありました。回復の道を歩み続けています。受洗し、多くの方に支えられて今の彼がいるのだと思います。皆様のサポートに、ただただ感謝でいっぱいです。また、恩師の依頼で、就労支援専門求人誌の東京支部責任者に就任することになりました。是非、企業関係者の皆様、よろしくお願い致します。

事務局において、新事業の関係で担当者の変更がありましたので、受刑者の皆さんにお知らせします。パトリック事業（パソコンやアイフォーンの修理など）の担当が「赤堀誠」、フランススコ事業（検索・書籍購入代行等）の担当が「風岡翔」になりました。お手をかけて申し訳ないですが、今後はフランススコ事業部への依頼は風岡宛にお願いします（連絡の行き違いで宛名の変更に時間がかかる方もいると思いますので、しばらくは赤堀宛でも受け付けております）。

また、入会費や寄付の送り先につきまして、法人宛か、もし個人名が必要でしたら理事長（五十嵐弘志）宛にお送りください。受刑者の方から、「きちんと明記しろ」という内容のお手紙を頂きました。他にも、「書類を送るなら、活動、支援の説明をもっと詳しく書け」といった、お客さん視点のような手紙が時々届きます。この方たちは、社会でも相手に対して高圧的な態度を取るのでしょうか。そのような態度では、お客さんであっても、どのような立場であっても、やがて周りが離れていき、孤独になると思います。分からないことは聞いて頂ければと思いますが、「あれしろ、これしろ」という態度は如何なものかと思えます。前科があるだけでも、とてつもない偏見と差別があるのです。だからこそ、人より努力する、人より謙遜になる、ということを経験に銘じておくべきです。多くの受刑者が「自分ができる」と思っています

が、それは大きな傲慢です。一人では全く何もできない状況です。それを受刑中の間によく考え、自分を変えることが大切であると思います。

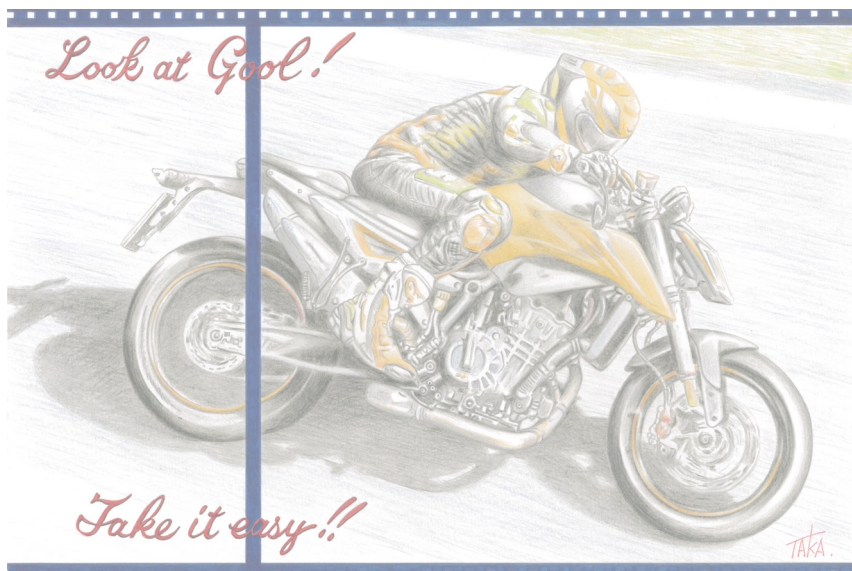
ラブレター・プロジェクトに参加している受刑者にとっては耳の痛いことだと思いますが、お願いがあります。「文通者に手紙を出しても返事がない。これでは入会しても意味がない」と訴えてくる人がいますが、相手のことをお互いが考えてみるのが大切だと思います。手紙をもらうことはもちろん皆さんにとって大きな意味があると思いますが、文通による交流を通して、相手への思いやりを学ぶことが一番大切なことだと思います。

手紙を書くというのは、簡単なものではありません。一人ひとりの思い、考え、叫びがそこにあると私は思います。良い関係を築くためには、お互いを思いやるのが欠かせないと思います。文通が何を意味しているのか、是非、皆さんに考えて頂きたいと思います。自分が何故、刑務所にいるのか。誰とも手紙のやり取りがない中で文通相手は何故、自分と手紙の交流をしてくれるのか。深く考えて頂きたいです。しかし、だからといって、表面を取り繕った綺麗な文章を書く必要はありません。お互いが素直に向き合うことによって、お互いを大事にすること、そしてお互いに生かされていることを私は学びました。素直に向き合った人たちとは今でも交流

があり、応援団としていつも活動を支えて下さっています。このような関係が築けるのは、文通が本物であったからだとは私は思います。綺麗なことばかり、文句ばかり書く文通は、本当に意味があるのでしょうか。お互いが腹にあることを書けることが大切であると思います。表面上のこととか、愚痴ばかりとか、例えばそこからスタートしたとしても、本物の文通へ変わって頂ければ願っています。

そして、本物の文通であれば、異性がいいと言ったり、差入れや調べ物を依頼したりはしないと思います。それができるのは、相手を、自分の何かしらの希望のために利用している、ということだと思います。異性がいい、依頼に応えてほしい、という希望の根本には何があるでしょうか。例えば、「異性の方が私は話しやすい、心の内を打ち明けやすいので、恋愛のためではなく更生のためにお願いします」と書いてくる方が多いですが、確かに異性の方が話しやすいという方はいるかもしれませんが。しかし、だからといって文通相手と同性的な方だと分かった途端に拒否するのは違うと思います。自分の文通者となってくれた相手を大切にする、ということをお忘れなで頂きたいです。話しやすい、というのは本人にとって大事なこともかもしれませんが、あくまで自分の都合の話です。社会で周りの方と生きていくには、出会った相手を大切にするという姿勢が欠かせないと思います。

最初から性別や第一印象で判断せず、「上手く文通できるか分からない」と思うことがあっても、何度かやり取りをして頂ければ幸いです。そして、お互いに色々な情勢や事情の中で文通に参加しているので、しばらく返信がなくても、何度かお手紙を出してみれば幸いです。その上で、ご相談があれば担当の「山岡るり」宛に状況をお知らせください。お互いがお互いの立場を尊重し、大切にするのを是非、MLPで実践して頂きたいと思います。



先日、ある方から、「マザーハウスのメンバーが教会ミサに来ることをやめてほしい」という話がありました。その方がどういう気持ちで言ったか分かりませんが、教皇フランシスコが来日し、東京ドームでのミサにおいて、説教の中で何をお話になったのか、理解しようとしていない方がやはり多いのだと思います。キリストは誰と十字架につけられたのでしょうか。両隣りには誰がいたのでしょうか。キリストと十字架と一緒にいたのは犯罪者です。受刑者です。社会の底辺の人たちと一緒にいたのです。このことを心から理解しているのであれば、教会にいる一人ひとりが、刑務所から出てきた人たちに対して偏見や差別を持つことは無いと私は思います。キリストがどのような方であるかを知らず、上辺だけの信仰だから、そういう姿が表に出てくるのだと思います。外側だけを綺麗にしてもキリストは決して喜ばないと思います。キリストの愛とは、赦しとは、どういうものなのでしょう。世の中にも教会にも善人はいないのです。キリストから見たら、全員が罪人です。その「罪人」ということをクリスチャン一人ひとりが理解しているのでしょうか。私には理解しているように思えません。だから、世の中でも教会でも差別や陰口が横行しています。人は他人に簡単に何かしらの罪を見つめますが、自分の中にもたくさん罪があることを見ようと思わないのだと思います。マザーハウスのメンバーが何かしたのなら、「来

ないでほしい」と言う気持ちも分かりますが、マザーハウスにいるからということでは仲間たちが距離を置かれたのだと思うと、とても悲しいです。そして、まだまだ頑張らなければいけないと思った出来事でした。

マザーハウスの活動をしていると、腸が抉られるような辛さ、悲しさ、怒りが絶えずあります。自分は何でこの活動をしているのだろうか、と思う時もあります。でも、キリストが私の中で熱く生きているのを感じます。だから、そのことを決して忘れることなく、祈りと愛の実践をこれからも続けていきたいです。目の前の人を愛する、ということは凄く苦しいです。予想を超える出来事、裏切られる出来事の連続です。辛いです。痛いからです。キリストに祈り、助けて頂きます。辛い中にあるからこそ、たくさん恵み、感謝に気付くことができます。そして働く原動力を頂いています。

社会の声

学生の感想

■七月に立正大学社会福祉学部で行ったオンライン講義に寄せられた感想をご紹介します（一部、五十嵐理事長の返答入り）。

■【学】…学生

【五】…五十嵐弘志（マザーハウス理事長）

—先月号のつづき—

【学】今回のお話を伺うことにより、どんなにトップであっても受刑者であっても、土台には「同じ人間である」ということがあり、それぞれの人間が悩みを抱え生きていることから、罪を犯してしまうことはもちろんいけないことであるが、その背景には何があったのか、当事者の気持ちや家族の気持ちなど、本当に思っていることに耳を傾け、環境はど



光りんさん「道化師」…夕暮れの街」

のようだったか目を凝らし、寄り添っていくことが必要であると分かりました。そして、寄り添うことにより、その人自身のことが見えてくるから、受刑者を受刑者として見るのではなく、一人の人間であるということを忘れずにその人自身を認め、理解して歩み寄ることが社会福祉士には求められる、ということとを改めて再確認することができました。

また、家族に対し何か罪を犯してしまった者であっても、家族という組織は関われば関わるほど良い面も悪い面も見えてきてしまうものであり、その中で何かしらの理由があり罪を犯してしまったという可能性があることから、冷たい視線を向けるのではなく、その背景には何があったのか話を聞き、理解していくことがとても大切であると思いました。そのような人に居場所を確保・提供していく支援は絶対に行なっていくべきであり、その中で居場所があるということがどれだけ幸せで尊いことなのか、と体験することが必要であると感じました。

【五】愛は家庭から始まると思います。お互いがお互いを大切にできる家族であってほしいと思います。

【学】前回、日本と欧米諸国の厳罰化に対する考えについてのビデオを見ましたが、ノルウェーでは、日本では考えられない、受刑者

と刑務官が一緒に食事する場面がありました。施設は社会復帰するためにあるのに、現状、厳罰化することで社会復帰がかえって難しくなっています。五十嵐さんが考える「日本の厳罰に対する考え」を教えてください。

【五】加害者を厳罰にしたところで、本当に更生できるのでしょうか？更生という点で見ると、私は、厳罰は無意味であると思います。それよりも、回復のための刑罰にするべきだと思います。

【学】マザーハウスは自由だから厳しい、とお話しされていて、今まで刑務所で管理された生活をしていて、自由になった途端に自分で生きていかなければならない状況に置かれるというのは、酷なことだと思います。作業中には水分補給もできないことや、受刑者を人間として接している刑務官は好かれていたことから、受刑者と言えど、人権は守られるべきだと感じました。受刑者から好かれるような刑務官が増えたとしても、制度自体を変えなければ何も変わらないのだと思います。

【学】確かに、前科者だからと白い目で見る人もいますが、罪を犯したからと手を離すのではなくて、罪を犯した後はどう更生してい

くことができるかを考えると、手を差し伸べる人間が必要であるし、何より一人にさせないことも重要であるのだと感じました。

机に向かっているだけでは、勉強の知識を得ることはできても、実際の現場で起こっていることや、知っていないとはいけない知識を得ることができない、というのは本当におっしゃる通りだし、やはりその場に行って、現場を感じてからでないと、当事者の気持ちは分からないと思いました。

【五】反省は一人でできても、更生は一人でできません。何故なら社会では周りの人とともに生きていくからです。

【学】五十嵐さんの例え話で、目の前で倒れている人がいたら助けるか、という話がありました。助ける人がほとんどだと思います。だけでもし、その人が殺人を犯した犯罪者だと知っていたら、助けてしまっているのか、助けたことによってこの人は生き延びて他の誰かをまた殺してしまうのではないか、などと考えて、ためらってしまうのではないかともしました。ドラマなどを見て、犯罪をする人は本当に極悪で怖い人だと思ってしまっていました。何度も犯罪をしてしまう人は虐待などの傷を負っていて、当事者はとても苦しい状況にあるということが分かりました。私は実際に犯罪をした人から直接話を聞

いたのは今日が初めてで、最初は身構えてしまっている自分がいましたが、「この人、犯罪をしたの？全然私たちと何も変わらない」と感じました。そのとき、授業で受刑者とか犯罪者という目で見るとはではなく、同じ人間として接することの大切さを学んでいたのに、私の中にも偏見があったのだと気づかされました。

私は中学生の頃に、少年院で働きたいと思ったことがきっかけで、社会福祉士になろうと思いました。なので今日は五十嵐さんからお話を聞けて良かったです。

【学】「刑務所でマザー・テレサの本を読み、また、シスターと交流を持ったことで、自分の幼少期や中学の過去と向き合えた。刑務所の職員さんとの出会いがあった。自分に向き合ってくれた」と話されていましたが、その出会いが五十嵐さんにとって大きな出会いだったのだと感じました。また、受刑中にボランティアで高齢・認知症等の受刑者の介護をしていたとのことで、目の前の人、人との関わりを大切にされていたことが伝わりました。「出所後は、前科持ちで誰も相手にしてくれなかった中、受刑中にサポートしてくれた弁護士さんや、応援してくれたカトリック教会の方がいて、その方たちや社会の応援者のおかげでマザーハウスを立ち上げることができ、少年院・刑務所にいる人たちの更生改

善・社会復帰支援を行うことができている」と聞いて、同じ体験をした五十嵐さんだからこそ見えてくるものがあり、役に立つことができるのだと思いました。

お話を聞いて、受刑者が出所しても社会復帰することが大変であることを改めて実感できました。また、誰もが安心して暮らせる社会ができたらいなと思いました。当事者のお話を聞くことができ、とても貴重な体験と時間を有難うございました。少年院や刑務所の社会復帰や、アルコール中毒や薬物中毒の方の支援に興味があるため、このような機会がありとても勉強になりました。

【五】依存症の人はとても苦しんでいます。自分ではどうにもならない人もいます。その人たちに寄り添い、支えてくれる人がいなければ、依存からの解放は難しいと思います。

【学】受刑者にとって、社会復帰の際に社会との繋がりがとても大切だということが分かりました。その一つとして、文通は自分を大切に思ってくれる人がいると思え、自分を見直すきっかけになるものだと感じました。

また、人を被害者や加害者として見るのではなく、一人の人間として接することの重要性を感じました。今後、受刑者の人と会う機会があれば、肩に力を入れずに接したいと思いました。

【学】実際に色々な経験をされている方のお話だったので、一言一言に重みを感じ、とてもためになりました。

お話の中で、「あなたは専門じゃない」みたいなことを言われた、と話されていて、それを聞いたとき、「専門じゃなかったら、口出しはしてはいけないのか」「この世の中の専門員の位置づけはそんなに高いものなのか」と思いました。本日の講義を聞いて、改めて誰もが住みやすい世の中になればいいなと思いました。

【学】刑務所内の様子を聞きましたが、水を飲むという普通の行為さえも許されず（自由にはできず）、人間として扱ってもらえないことが分かり、刑務所の異常な厳しさが見えました。

また、印象に残ったのが、福祉の人間として、その人を受刑者や元犯罪者という目で見るとはではなく、一人の人間として話を聴くことが大切、という言葉です。将来、私は福祉職に就くと決めています。これは受刑者や元犯罪者の方に限らず、あらゆる人に対して一人の人間として話を聴く、ということは大切ではないかと思いました。

【五】傾聴はとても難しいことだと思いますが、是非、実践して頂ければ幸いです。

【学】自分や人と向き合うとはどのようなことなのか、について考えさせられました。再犯防止の支援では、手取り足取りのサポートというよりも、自分で考えることを投げかけながら、それができる安心した居場所、信頼関係を作ることが大切であるのだと知ることができました。

また、全体を通して、当事者自身が変わろうとすること、環境がそれを受け入れ変わっていくことが、再犯防止になるのだと分かりました。五十嵐さんは、「赦す」ことは大きな愛だと言っていました。私は、日常生活で何かしらのトラブルが発生したときに、他人を赦すということが上手くできず、苦手だと感じています。心の器が小さいのでしょうか。しかしこんな私が、誰かに赦される立場になったときには、心の中の氷が解けるような感覚が芽生えます。赦してくれる人の愛というものを感じているから、申し訳ない気持ちで沸き上がるのだと分かったような気がしました。逆に、赦されなかった時には逆上した気分になり、なぜか相手を憎んでしまいます。そうなった場合には、自分でよく考えて、長い時間をかけて反省しないといけない、と今日改めて感じています。愛を受けることで、自分の行いへの捉え方や感じ方が変わるなら、人々が憎しみ合い、壁を作り続けること（犯罪者と社会の壁のような）に社会を変える効力はないのだと思えました。

【五】幼子が、親に怒られたときに「ごめんなさい」と謝って、親が赦してくれた時はとても安心すると思います。それがないと、子どもは不安で仕方ないと思います。「ゆるし」の力は計り知れないし、とてつもない愛であると思います。

【学】色々な心にくるものがありました。話の中で、「社会で生きるには社会の人との繋がりが大事」「人は知れば知るほど、良い面も悪い面も見えてくる」という言葉が印象に残りました。人と関わることは大事だということとを改めて思いました。実際に刑務所にいた人の話は、滅多に聞くことがなかったので貴重だと思いました。

【五】人は繋がりの中で生きていけるのだと思います。孤独ほど辛いことはないと思います。

【学】私は正直、人は結局、根本的には変わらないのではないかと考えています。しかし、五十嵐さんの話を聞いて、きっかけ次第では変わるのかもしれないと思いました。しかし、「社会福祉士などの職能団体の人たちは頭だけの人たちだなと思った」という言葉は、職能団体の人たちのことも考えると、少し嫌な言い方だったのではないかと思います。

また、確かに、社会と当事者どちらかが変わるだけでは意味がない、両方変わる必要があることは納得しました。しかし社会を変えるには、当事者が実績を積んで、社会に再犯をすることはしない、ということを示していく必要があると思います。そして、それをサポートしていくことが社会福祉士の仕事であると思います。私も将来、更生保護分野に関わるかは分かりませんが、社会福祉士として当事者や社会に変革をもたらしていけるような人材を目指したいです。

【五】人を変えることは難しいです。社会を変えるには、そこにいる人たちが自分を変えていくことが大切であると思います。



TAKAさん

「古今東西、不変なるもの」

【学】生まれて初めて前科のある方にお会いして、最初はともドキドキしていました。ですが、五十嵐さんの社会に復帰してからのお話を聞いて、ぐっと引込まれ、無我夢中でお話を聴いていました。現在、活動を行っていることや、支援を提供する上で工夫していることはありますか。

【五】私は罪名のことは全く聞きません。常にその人の目を見て話を聞くようにしています。支援というよりも、ともに考えていくことを大切にしています。

【学】五十嵐さんは、三度目の受刑中、ボランティアという形で高齢受刑者の介護を約四年間していた。そこで、目の前の人を大切にすることということを学んだとおっしゃっていました。被害者の声が何よりも大切だということもおっしゃっていた。人を殴ったりしていた五十嵐さんが、受刑中に高齢受刑者の介護をすることは大きな壁であり、これを経験したことにより自分を見つめ直すことができたのだと思った。

過去に傷を持った人たちが社会復帰できず、刑務所に再び戻ってしまうケースが多いのは、自分の言葉を信用してもらえなかった、あるいは、自分を変えようとする努力をしなかった人であることを知った。この人自身の

問題でもあるが、その人の周りにいた人や環境の影響もあるのだと思った。どんな分野でも、人は自分自身の行動で人生は変えられるが、その人を取り巻く環境も大切だということとを再度確認できた。

【学】社会のあり方や繋がりを整えるだけでなく、受刑者が自分自身のことを理解して反省することも必要であるということが分かりました。最後に、実名報道についての質問に答えて下さって、僕自身も社会復帰において実名報道はどうかと感じていたので、五十嵐さんや先生の答えを聞くことができて良かったです。

【五】今の日本は自分に甘く、他人には厳しいのだと思います。だから生きづらいのではないのでしょうか？

【学】前回の講義であった、ニルス・クリスティーさんの政策というものは、受刑中の人の人権も大切にすることであったので、日本の政治に関わる人には見てほしいと思いました。また、刑務所の中にいる人にも見て頂いて、海外では、一般市民やその被害者などに直接語り掛けることができるんだ、ということを知ってほしいと感じました。

【五】どこにいてもみんな同じ人間であり、人は人によって変わることができると私は思います。

【学】犯罪というのは身近なものであり、誰でも犯してしまう可能性のあるものです。ですが、実際に私たちがそれを常に気にして生活しているかといったら違うでしょう。講義で勉強して、犯罪や後見人等のことは少なくとも知る機会はありませんが、実際に犯罪や罪を償った後の具体的な話というのは、当事者やそれを知る周りの人間しか知りません。なので、犯罪の怖さは、今回の講義でもとても痛感しました。本当に有難うございました。

【五】私はいつも、自分は犯罪をしやすい人間であると思って行動しています。どこに落とし穴があるか分かりません。だから常に意識しています。

【学】五十嵐さんを最初に見たとき、どこにでもいる中年男性だなと感じた。犯罪を本当に起こしたのかと疑問に思うくらい「普通」であった。それは表面的なものであって、見た目ややってきたことで見つけてはいけなさと分かっていたので、講演を聞くときは五十嵐さんの発言の背景を考えながら聞いた。お話の中で刺さったのは、「被害者や被害者の



光りんさん「ネコ・2020-09」

遺族はもちろん苦しんでいるが、犯罪を起こした本人も、もがき続けている」ということだ。私はこの言葉を聞いて、彼らにとっては、犯罪は意味のないものではなく、助けてほしいというサインなのかもしれないと考えられるようになった。犯罪によって社会に訴えるというのは、自傷行為をする人間と共通するものがあるのかなと感じた。

私は過去、摂食障害であって、食物を異常に拒否したり、食べてしまったりして自傷行為をしていた。しかし、今は完治に近い状態になり、普通の生活ができています。その症状を改善したのは恋人や友人の存在であり、周りの支援があったからこそできたのだと気が付いた。ボロボロでもそのままの自分を受け入れてくれる人間がいるだけで、本人のあり方が違ってくる。その面でも、周りの支援というものは犯罪をしてしまった人にとって大切であると考えます。やはり、人間は一人で生きていくことはできないのだなと実感させられました。

【五】人は人があるからこそ、繋がっているからこそ、生きていけるのだと思います。

【学】今回、貴重なお話を聞きましたが、事前にもう少し知っておけば良かったと後悔しております。今回のこの講演も何かの縁であり、繋がりと感じております。社会との繋がりが大切、刑務所は孤独との闘い、社会に出る際に社会との繋がりがなければ生きていくのが辛い、と聞き、確かにそうであるなと思いました。前回の授業で取り上げられたスウェーデンの刑務所では、社会に出る際、帰る家がなければまた再び罪を犯してしまう、と言っていました。そのことが現実起きていて、また自分が知らなかった世界です。普通に生きていく中で、このようなことに関わることはほとんどないと思います、この授業を履修して良かったと心の底から思っています。

一人の人間として見るのが大切で、それが本当の意味で社会福祉ではないかというお話を聞き、当たり前のことを忘れてしまっていたのではないかと感じさせられました。人の世は、偏見や歪んだ知識によるフィルターの上での生活になっているということがとても辛く、変わらない現状であると感じます。そして、知ることは力であり、本当のことを知らないで生きていくのは罪であると思いました。一人の人間と向き合うことが出会いに

なり、色々な人と触れ合うことによって教科書にはないことを学べるのではないか。この言葉はずっと心の中に留めておき、今後の人生に生かしていくことができると思います。今回このような素敵な出会いができたことを心から嬉しく思います。

【五】貴方との出会いに感謝です。是非、マザーハウスの仲間たちとも触れ合って頂ければ幸いです。

【学】福祉の方に向けた講演会で相手にしてもらえなかった、とのお話を聞き、福祉を学ぶ学生としては、その福祉関係者の方に対して残念な気持ちになりました。この講義をきっかけに、更生保護についてより深く考えていこうと思うことができました。

【五】是非、目の前の人を大切にしてほしいと思います。そのことによって救われる人がいるということを忘れないでほしいです。

【学】現状、受刑者に対する環境や考えがまだまだ不十分なのが改めて分かりました。刑務官が受刑者として扱うか、人間として見るかによって、大きな違いがあります。この国は差別的で、あらゆる環境下にある人々に対し、どこか無関心であると思います。受刑

者であろうと誰であろうと、一人の人間として受け止めることが大切であり、お話の中にもあった、「目の前の人を大切にする」ということはとても大切であると感じました。

本当の意味での更生とは一体何なのか。社会全体もこれらに対してもっと関心を寄せていかなければならないと思いました。

【五】愛の反対は無関心、無視であると思います。多くの方に関心を持ってほしいです。

【学】お話を聴いて本当に感動しました。そして胸が苦しくもありました。今、社会福祉士になるための勉強をしていて、様々なことを勉強しているのに、向き合っていくことがとても重要だと分かっているのに、何故やらないのだろうと疑問を感じました。それができなければ福祉職の意味はないと思います。本当に困っている人と向き合っている人はほとんどいないのかもしれないと思いました。何故、人に寄り添うことができないのに、社会福祉士を目指したり、福祉の仕事に就いたりするのだろうか、とすごく疑問に思っていました。

【五】学生時代に多くのボランティア活動に参加し、現場を見て様々な当事者と触れ合って頂ければ幸いです。

【学】思ったよりもヘビーな経歴をお持ちであることにまず驚きました。また、ローマ教皇との手紙でのやり取りなど、更に驚くお話ばかりでした。差別無く支援を届ける、レッテルを介さない触れ合い、という観点は、大学で学ぶ上で何度も教えられてきましたが、また深く痛感しました。

【五】ローマ教皇と謁見した時は号泣でした。

【学】犯罪をしてしまう人も自分たちと何ら変わらない一人の人であり、一人ひとり違った境遇、違った事情がある、そして、それを裁く側である裁判官もまた人間であり、常に正しいとは限らない、という当たり前ではあるけれど失念しがちなことを改めて深く考え、見つめ直す良い機会となりました。人と人が関わり合って作られる社会の中で、物事を様々な視点から多角的に見るということ忘れずに今後の勉学や生活に生かしていきたいと思いました。

【五】色々な角度から物事を考えて頂ければ幸いです。

【学】社会復帰するにあたって、自分は誰かに必要とされている、と感じることができないと難しいのではないかと考えてしまいま

す。日本では、犯罪者は一生犯罪者の肩書を背負わなければならない、と学んだことがあります。犯罪をしたことで差別され続けてしまえば、また再犯に走ってしまうと感じました。マザーハウスでは出所者の支援を行っているということで、出所者は怖い存在ではないんだと思いました。社会福祉士になったら、どんな人も一人の人間として、普通に「こんにちは」と話しかけたいと思いました。

【学】「刑務作業とは別に高齢受刑者の介護も行った。他人のお世話をするというのはやはり辛い。知識はほとんどゼロの状態で作らされたが、目の前の人を大切にすると重要なことを学んだ」という話を聞き、人というものに直面した結果、人の尊さに気づいたのではないかと思う。また、赦すということは大変なことで、大きな愛がなければできない難しいこと。それを五十嵐さんはキリスト教から学び、マザーハウスを通して受刑者の方やその他の人にも伝えたいのだと思う。

また、自分を変えるのは自分であって、他の人が変えることはできない。ではなぜ自分が自分を変えることは難しいのか。理由は、過去に大きな傷を持っているから。大きな傷を持っているからこそ、自分にはどうにもならない。自分が分からない。依存症だって、自分の理解ができれば抜け出すことができ、困ることはない。福祉という勉強をしている

身として、何度も繰り返し「当事者意見」ということを言われているが、まさにこのことだと再確認できた。支援者としての立場はあくまでも利用者の社会復帰の促進等であり、全てを代わりにやってあげることではない。その点、五十嵐さんは当事者だったこともあり、普通に過ごしているだけでは理解することのできないことを学べたのだと思った。

「できません」という人間よりも、「分かりません」という答えの方が辞める可能性がある。どんなことも一人で抜け出すことは難しい。他の人がいる、支えがあることによって、犯罪からの脱出、復帰への道が見えると感じた。この支援を怠ったりすると、再犯したり、社会への参加が難しくなったりするのだと思う。また、出かけて行ってその当事者の方と触れ合うことが一番大切。触れ合いを通して、本当に何が必要なのかを知り、実践することが重要。知識だけではどうにもならないことがあることを知り、実際の現場で体感することが良質な支援に繋がる。元受刑者の方のお話を聞ける機会はないので、とても貴重な体験をさせて頂いた。犯罪者、加害者、受刑者と見るのか、一人の人間として見るのか。一人の人間として見るのが福祉本来の仕事ではないのか。そうおっしゃっていた時に、福祉の仕事だけではなく、その他の仕事でも関係のあることだと改めて実感した。自分たちの仕事は人と携わっていく仕事であり、繋がりを重要視する。それは利用者であつても

同業者であつても同じこと。これから社会に出ていく身として、人と人との繋がり、人との関係性を大事にして過ごしていきたい。

【五】目の前の人を愛することは厳しいことですが、自分のできることを一步一步、実践することが大切だと思います。

—つづく—



Show Ryuさん

ささきみつお コーナー

「日本人」であることの

素晴らしい価値に目を覚まそう！

*ブログ：<http://ixsasaki.ti-da.net/>

一．日本人であることの

罪悪感と劣等感

一九四三年（昭和十八年）一月、まさに太平洋戦争（大東亜戦争）の最中に、私は日本人として生を受けた。東京浅草という下町文化の中で生まれ育った典型的な日本人であつた。

戦争末期、米軍の東京大空襲で浅草一帯は火の海になり、約十二万人が死んだと言われる。私は新潟の父の実家に疎開していたので難を免れた。浅草にいた母は、空襲のたびに私の妹を背負って防空壕や小学校に逃げ込ん

だが、B29の大軍が、空から焼夷弾をばらまいて人家を燃やし、逃げ惑う人々を機関銃で撃ち殺していった情景を目の当たりにした。我が家も跡形もなく焼け落ちてしまった。最後には長崎と広島に原爆を落とし、何万もの人命を一瞬のうちに奪ったアメリカという国は、なんとという怖い国かと、子供心に思わざるを得なかった。

父は陸軍軍曹として当時中国の大連に進駐していたが、終戦直後の大混乱の中、中国から無事引き上げてきた。私は祖国日本を守るために命をかけて戦った人々に心から感謝した。特に、特攻隊員として自ら命を捨てていった多くの若者たちの純粋さを思うと、感動の涙を抑えることができなかった。

中学生になると英語の授業があり、これが一番嫌だった。「国語だって難しいのに、なぜ日本人が外国の言葉を苦勞して学ばなければならぬのか!」。こう心で反発して、英語をまじめに勉強しなかった。

ところが、高校の頃から、「帝国主義の旗を掲げた大日本帝国は、軍部と財閥が結託して政治家と天皇を利用し、その権力拡大と金儲けのために、中国をはじめ東南アジア諸国を侵略して甚大な被害を与えた、とてもない極悪民族である」と授業等で繰り返し教わり、日本と日本人に対するイメージが一挙に低落してしまった。それ以来、日本人であることに大きな罪悪感と劣等感を持った。

学生時代は左翼運動華やかしき頃で、安保条約改定反対、大学管理法反対の国会デモ等で明け暮れた。そんな状況で、自分と日本の将来について明るい希望を持つことなどとてもできなかった。

二．日本民族の自虐史観を

抜け出そう

当時は無神論者であり、思想的には左翼主義者であったため、公務員試験に受かったが、国家権力の手先である官僚になる気持ちがいかなかった。大手商社にも内定したが、資本家の手先と言われるのが嫌で、自分から断った。結局、司法試験にも受かったので、弁護士を選んだ。

弁護士の仕事をするうちに、人を弁護する視点から、また後にクリスチャンになってからは神の視点から、「真実を見極める」という習慣が身についてきた。

なんと、裁判という最も公正であるべき世界で、意図的な誇張や明らかな偽証がまかり通っているのを見てきた。物事の本当の真実よりも、証拠があるかないかで、人間による判決が下されている。そのため、ときには誤った判断によって、マスコミがこぞって断罪し、

最高裁判所裁判官全員一致の有罪判決が確定してしまう。

しかし、「本当の真実」が変わることは絶対にない。だから後に再審が認められて、無罪とされることがあるのである。

そうだとすれば、「これまで学んできたことも含めて、ビジネスや政治や歴史の世界にどれほどの真実があるのだろうか?」と素朴な疑問を持つようになった。

そんな思いを持ちつつ、ある昼休みに散歩しているとき、何気なく小さな古本屋に入った。そこで多くの日本人を戦犯として裁き処刑した東京裁判(極東国際軍事裁判)の本を立ち読みし、裁判官の一人であるインドのパール判事の判決文(反対意見)を読んで、非常な衝撃を受けた。十一人の裁判官のうち唯一の国際法専門家として、パール判事はただ一人、膨大な資料の調査と検討の後、「東京裁判は、戦勝国の敗戦国に対する復讐劇にすぎず、国際法の根拠のない後付け裁判であり、証拠的にも、訴訟手続的にも、有罪とするに値する被告人は一人もない」「敗戦国の戦争関係者が裁かれるなら、戦勝国の原爆投下や空襲による一般市民(非戦闘員)の無差別大量殺害の関係者たちはなぜ裁かれないのか」として、被告人全員無罪を主張した。

その後、東条(＝東條)英機元首相の主任弁護人・清瀬一郎弁護士(後の文部大臣、衆

議院議長)の東京裁判における、「大東亜戦争は侵略戦争ではなく自衛戦争である」とする極めて論旨明快な弁論である『秘録、東京裁判』(中公新書)を読んだりしているうちに、従来の自虐的歴史観に大きな疑問を持つようになった。

最終的には、時間がかかったが、結果として日本人であることへの健全な自意識を持つようになった。

三. 日本人および日本民族としての健全な誇りを持つ

司法研修所での研修終了後、私は東京の大きな国際的法律事務所に入所した。その事務所のトップは、リチャード・W・ラビノウィッツというユダヤ系アメリカ人弁護士であった。

ハーバード大学ロースクールから東京大学法学部大学院に留学し、博士号を取得した、日本語堪能の非常に優秀な弁護士である。IBM、チエースマンハッタン、ロイヤルダッチシェル、エクソンモービル、フォード、クライスラー等、当時のユダヤ系世界トップ企業の社長が来日するときは、まずラビノウィッツを訪問して彼の意見を聞くという

で、「ラビノウィッツ詣で(もうで)」という言葉まで流行したほどであった。

私はラビノウィッツ弁護士と、彼が引退するまで二十五年以上にわたって一緒に仕事をした。不思議にも、彼との間には外国人という違和感が全くない。同じ事務所の他のユダヤ人弁護士ともよく仕事をしたが、同様に違和感がなかった。

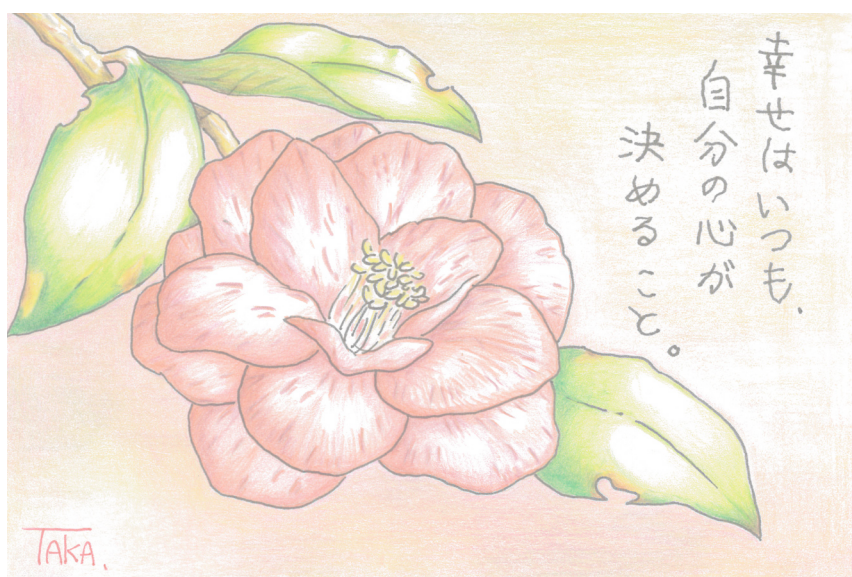
そのうちに、久保有政牧師、エリ・コーエン元駐日イスラエル大使、ケン・ジョセフ牧師の書物等から、日本民族とユダヤ民族の歴史的、文化的、宗教的、人種的な深い繋がりを学び、自分なりに深く納得するものがあった。両民族には、勤勉で、約束を守り、礼儀正しく、家族や隣人を大切にするという共通点がある。

またある時、法然が始めた浄土宗の総本山・知恩院の住職に招かれ、信者の集いの「お念仏会」でキリストの証をするように頼まれた。証をした後で、皆で交読文を読んでいると、「空の鳥を見なさい」とか「野のユリを見なさい」とか、新約聖書のマタイ福音書の言葉がそのまま出てきたので、とても驚いた。

私は、長年にわたり国際弁護士として、多くの人種、国籍の人たちと接触し、三年間の外国滞在を含めて多くの国を訪問してきたが、日本人と外国人の間にある様々な繋がりが

を知ると同時に、日本人の品性(宗教性を含めて)や知性は、どの人種、国籍の人たちにも劣らないと感じた。また、日本ほど住みやすく恵まれた文化・風土の国もないと思っている。

私たちが、日本人としての素晴らしい価値と、日本という国に住んでいる素晴らしい恵みに目覚め、他の全人類同様、神に愛されている民族、国家としての認識を新たにすることが、愛と平和に満ちた神の国の実現のための大きな原動力になるのではないかと思っている。



TAKAさん

特別コーナー

非常の時

■高村光太郎氏の作品「非常の時」をご紹介します。

■（以下、5月14日の岩手日報より）

彫刻家で詩人の高村光太郎（1883～1956年）が、東京をたち疎開先の花巻に向かった1945年5月15日から75年を迎える。

終戦5日前に遭った花巻空襲で、負傷者の救護に当たった医師、看護学校生らの勇敢さをたたえた詩「非常の時」の情景が、新型コロナウイルスの感染リスクと闘う医療従事者の姿と重なるとして、共感が広がっている。非常時に人間は何をなすべきか、詩は訴えかけてくる。

（以上、原文ママで抜粋）

☆

非常の時

高村光太郎

非常の時 人安きをすてて人を救ふは難いかな。

非常の時 人危きを冒して人を護るは貴い（とうとい）かな。

非常の時 身の安きと危きとを両つ（ふたつ）ながら忘れて ただ為すべきを為すは美しいかな。

非常の時 人かくの如きを行ふに堪ふるは偏（ひとえ）に非常ならざるもの内にありて人をしてかくの如きを行はしむるならざらんや。

大なるかな、常時胸臆の裡にかくれたるもの。
さかななるかな、人心機微の間に潜みたるもの。

其日爆撃と銃撃との数刻は 忽ち血と肉と骨との巷を現じて 岩手花巻の町為めに傾く。

病院の窓ことごとく破れ、銃丸飛んで病舎を貫く。

この時従容として血と肉と骨とを運び この時自若として病める者を護るは 神にあら

ざるわれらが隣人、場を守つて動ぜざる職員
の諸士なり。

神にあらずして神に近きは 職責人をして
おのれを忘れしむるなり。

われこれをきいて襟を正し、人間時に清く、
弱きもの亦時に限りなく強きを思ひ、内にか
くれたるものの高きを 凝然としてただ仰ぎ
見るなり。

（筑摩書房『高村幸太郎全集第三巻』より）

☆

■以下、簡単に意識してみました（意識の為、あくまでご参考用に…）。

☆

非常事態に 人が安全な場所を捨てて人を
救うことは難しい。

非常事態に 人が危険を冒して人を護るこ
とは貴い。

非常事態に 身の安全と危険とをどちらも
置いて（どちらにも振り回されないで）た
だ為すべきことを為すことは美しい。

非常事態に 人がこのようなことを実践で
きるのは ひとえに、非常ではないもの（平
常、平穩）が内にあり それが人にこのよう
なことを実践させるのではないか。

なんと偉大なものであろうか、常日頃から心の内に隠れているものは。

なんと充実したものであろうか、人の心の些細な動きに潜んでいるものは。

その日、爆撃と銃撃とがあつた数時間はたちまち、血と肉と骨との町を現わして（町を悲惨な状況に変えて） 岩手花巻の町はそのために大きな被害を被った。

病院の窓はことごとく割れ、銃丸は病舎を貫いていった。

この時、冷静沈着として血と肉と骨とを運び（傷ついた人々を運び） この時、取り乱すことなく落ち着いて病の者を護つたのは神ではない私たちの隣人、置かれた役割を守って動じなかつた職員たちであつた。

彼らは神ではないものの、しかしその姿が神に近かつたのは 職を全うするという責任感が人に自我を忘れさせたためである。

私はこのことを聞いて気を引き締め、人間が時に清く、弱い者がまた時に限りなく強さを表すということを思い、人の内に隠れているものの高貴さ（偉大さ）を ただじっと仰ぎ見る。

☆

— おわり —

五十嵐亜利沙（妻）による

育児日記

群馬県高崎市で草刈り作業をしている当事者さん達が住んでいる借家に、家族とスタッフの方と一緒に遊びに行ってきました。庭が広いので、子供たちはプールに入って大はしゃぎ♪

昼食にはカレーを食べて、食後は榛名湖に行つてロープウェイに乗り、山からの綺麗な景色と美味しい空気を満喫して、スワンにも乗りました。やはりコロナウィルスの影響で人が少なく、湖が貸し切り状態でした。最後に花火もして、子供たちは「楽しかった♪」と大満足したようです。

次女のRちゃんは、今二歳でとっても可愛い時期です。私が「Rちゃんは天使だね」と言っていると、「Rはてんち」と自分で言うようになりました（笑）。

お話も上手になってきて、最近は誰も居ないのに「ママ、うちろにたれかいるよ（後ろに誰かいるよ）」とか、冗談で私が「Rは宇宙人」って言うのと、何もない所を指して「うちゅうじんいるよ」と言ってくるのが少し怖いです（笑）。



塀の中のたより

受刑者からこんなお手紙が届いています

病院での治療を受けたい

U 拘 M さん

いつも理事長が言う「刑務所に言っても、悪さの勉強をしてくるだけで何も変わらない

い」ということについて、私なりに考えたところがあるので、手紙を書くことにしました。

私は今まで五回の服役を経験しています。何度目の裁判だったか忘れましたが、同じことを発言したことがあります。本来は更生するために服役するのですが、更生できないから何度も捕まっているので、私は一般の人と比べて精神が狂っていると思います。なので、私のような者は刑務所ではなく、それなりの病院で治療を受けた方がまともになるのではないかと思っています。ただ、精神鑑定は受けたこともなく、仮に受けても異常者として認められるわけじゃなく、健常者として扱われるため、刑務所行きは確定しています。しかし本心は病院での治療を望みます。

今回の懲役は刑期が何年になるのか全く読めませんが、これを最後にしていかなければ、私の人生は終わってしまうと思います。刑務所よりも病院で治療を受けてみたいと願っても、無理だと思えますので、皆さんの力をお借りしながら刑務所で更生できるように頑張っています。

刑務所の昔と今

大阪のピーちゃんさん

私が日々過ごしているこちらの施設には、過去最大1400人ほどの受刑者が収容されていましたが、現在その数は700人ほどとなり、そのうち無期懲役の者が130人ほど収容されております。受刑者の高齢化が進んでいるのは、うちの施設だけではないと思います。収監される受刑者数が減る一方なので、各工場とも人手不足に悩まされている状況です。収容される者が少ないということは、社会的には良いことなのかも知れませんが、収容人数が減ったことで、生活がしやすくなったように思います。現在では雑居生活の者はほとんどおらず、ほぼ独居状態。どの建物も比較的新しいですし、昨今すべての部屋のペンキ塗りも終わり、居室内もとてもキレイと言えます。

私がこの施設に来た頃は本当に地獄でした。長年、雑居生活をしておりましたが、小さな空間に九人がすし詰め状態。布団を敷いても、隣の人に敷布団がかぶってしまいますので、ともに寝返りもうてませんでした。動く布団から相手に伝わり、隣の人が目覚めるといふ、今では考えられないような生活をしてきました。ですので、どの部屋もよくトラブルが発生していました。殴り合いの喧嘩を何度見てきたことか。室内もとても汚く、狭い上に、建物も幽霊が出そうなボロ屋敷でしたし、部屋の中にゴキブリ、ネズミ、コウモリまで、毎日のように姿を表す、とても

ない所でした。オーバーな話ではなく、廊下を見たらビュンビュンと大量のコウモリが飛び交っており、部屋の中にも入り込んでくるのです。とても建物の中とは思えません。当然、衛生的にも良くないですよ。それに比べての今ですから、自由は無いものの、ある程度まともな生活をさせて頂けることに、感謝せずにはいられません。食事も、昔と比べて量は減ったものの、味付けはとても良くなっているもので、これも栄養士さんたちに感謝です。この頃、気が付けば色々な暮らしをしていると、様々なことに対して有難みの念を感じるようになるのです。いつも何も思わずに行っていた行為の一つひとつにさえ、有難みを感じます。人間は贅沢だと今思います。でも出所すれば、この思いは消えてしまうのだろうか。私は忘れずに背負い続けていきたいです。



彰流さん

2019
彰流

私の残刑はあと三年少々。この受刑生活を最後に、生き方を修正します。自分のために頑張るといっても、大切な友人や家族のためを思って頑張りたいです。結果的にはそれが自分のために繋がっていると思います。もう家族を泣かせないためにも、必ず立ち直ってみせます。

幸せは、場所でも状況でもない

M 刑 F さん

マザーハウスと出会って二年半が経ちました。MLPでは偽情報に惑わされ、出会い系的なノリで軽はずみな手紙を送ってしまったことを今でも恥ずかしく思います。

この二年半で最も変わったのは、「信じる力」だと思います。ここでは四人の教誨師の方がいますが、四者四様です。そこから得たもの、文通や毎月の冊子から得たもの、そして今年一月から始めた聖書読書：今はまだ創世記の途中ですが、この身に沁み込むように読み進め、気になるところにはラインを引いています。アブラハムからイサク、イサクからヤコブへと継がれていく物語の辺りまで来ました。一日一日、新しい出会いや想いを大切にしながらこれからも続けていきます。

クリスチャンになろう、なりたいという想いが先だったのか、祈りのある生活の中で導かれたのか：はつきりとは分からないけど、祈るという行為が私にくれたものは偉大でした。こんな心で安らくなり、優しく、温かい気持ちになるなんて：本当に幸せに思います。私が聖書や祈りの中で頂いた教えは、「信じ、愛し、祈る。信じて、愛して、祈って祈って祈り続けなさい」ということでした。生活の中心に祈りがあるようになってから、不思議と感謝と幸せを感じます。伝えるのは難しいんですが：「生かして頂いている」という基本ができて、変わっていったのだと思います。

この世の中に当たり前のことなんて何一つない。こうして罪を犯し、囚われても、衣食住が保障されてみんな生きていくわけです。老若男女、お金のある人、無い人、手紙が来る人、来ない人、面会がある人、無い人、それぞれですが、当り前のことは何一つないと思います。偉そうに言うつもりはありませんが、飯がまずい、仕事がつまらない、誰それは偉そうにしているとか、文句ばかりの人たちがとても多いです。無いもの、できないことに目を向けて愚痴ったところで何も変わらないのに。そうではなく、今あるもの、今できることに目を向けて、しっかりと自分と向き合い、認めて受け入れなきゃ、何も変わらず、ただ歳月を無駄にしてしまうだけだと気づきました。

朝、「今日も生かして頂き…」と感謝の祈りから始まります。そして夜、どんな日であっても、生かして頂いた感謝をもってその日を振り返り、祈ることができれば、人生ってそんなに悪いものじゃないはずですよ。小さな幸せは身の回りに沢山あります。例えば好きなメニューの日だったり、集会であったり、買った本が来る日とか。そういうものを心待ちにして、自分で幸せの価値観を変えていく：誰かの「おはよう」であったり、「有難う」であったり：文句ばかりに目を向けるのではなく、自分の幸せの目盛りを小さくしてみるとが大事だと思います。感謝こそが人を変えたい、考えて考えて考えて：自力で戦える力を創造していきたいです。

「生きている」ことが当り前ではなく、幸せだと思えたとき、人生は本当に素晴らしいものになります。私がそうでした。だから私は、今日も明日も明後日もずっとずっと祈ります。信じて愛して祈り続けます。幸せは場所でも状況でもなく、自分の心の中にあるのだと気づきました。二年半で私はこの想いまで至ることができました。イエス様によって…。

残刑はまだありますが、しっかりと大事なことを見定めて正しく在り続けたいと思っています。

「塀の中のたより」のボリュウム少なめ版です

つぶやき！

〇刑ではコロナ・ウィルスのため集合教誨が中止になっています（五月時点）。本当に残念なことです。たよりの別冊、「福音たより」を利用してお独り様ミサ（苦笑）をやっています。私はカトリックの集合教誨で聖書朗読係を務めており、朗読の事前に居室で黙読しているのですが、やはり実際に声に出して読むと思わぬ発見があります。そんな時、朗読の素晴らしさを改めて実感します。一日も早く集合教誨が再開され、声に出して聖書を読みたいものです。（〇刑 Nさん）

あることに凝り固まってしまうと、他の面を見る目が曇ると思う。物事は多角的な面を持つのに、「一つの答えしかない」と思い込んでしまう人が私の周辺には結構いる。そして、あの手この手を使ってその「粹」から出られないようにし、それを他人にも強いる。また、反する者は悪として排除しようとする。自分が大切に思うことと他人が大切に思うことは尺度が違う、という自覚を持つことが多くの人の幸せに繋がるのではないかと思う。（一兵さん）

私自身も、「人の痛みや苦しみの上に、幸せや充実感などあるはずがない」ということは分かっているのですが、他に幸せや充実感を感じることができませんでした。家族や他人に対する悔しい気持ちや憎しみしかなかった、ということでしょうか。私は昔から何をやらせてもできない人だと、親からもそんな風に言われて過ごしていたので、他人が苦しむ姿を見るのが楽しい感じがして、幸せや充実感を得ていたのでしょうか。今考えると悪魔みたいな性格です。そして、それを正当化していました。しかし、私は過去を「否定」したい気持ちはなく、その時には、私自身にその選択肢しかないほど、そこまで追い込まれていたのだと思います。（F刑 Yさん）

ステイホームで作業が中止となり、差入れや読書クラブ用の小説などを三十冊以上読み、その中で三冊、良書に出会えました。そんな中、身元引受人となって下さった牧師夫妻から励ましの手紙が：教会全体で応援している、と。ちょうど本を読んで人の心に触れて感動していた後のため、涙が止まりませんでした。有難いという心と嬉しいという心は、なかなか同時に発生しません。また、色々な方と接するうちに、私の心が人間として少しはまともになったと思える日々が、毎日の祈りの中で感じられるようになりました。感謝の思いを表面だけにしない日が続けられています。（C刑 Mさん）

朝食に出る、「卵風味ソース」と「明太風味ソース」が美味しっ！ご飯が進む！

（山上の本屋ちゃんさん）

『病があるから素敵な人生』という本を官本で見つけて読んでみた。一つひとつの詩に力がある。著者の「けん三（下田憲）」氏は、北海道にて独自の診療を行っている。愛しあう・許しあう・支えあう・癒しあう・生かしあう、の五章から成っており、どの詩も良いものなので、いくつか紹介する。

「愛せるって嬉しいこと 愛せないのは悲しいこと あなたが人を愛せるのは あなたも誰かに愛されてきたから」「愛する人を失うことは 病でさえも辛い悲しい だからやめてよ 戦で命を奪いあうのは」「嫌だと思ふあの人も 好きだと思ふこの人も みんな居るからこの世だね」「悪人なんてこの世にいない 悪い役目を与えられている きっとそうだね」「していただいてありがとう させていただいてありがとう 心から思ってたさしい笑顔になろう」「楽な道ばかり歩めばだらけてしまう そんな私をいましめようときっとこの坂が与えられている」「いつか私が目を閉じるとき 涙を流してくれる人が一人だけでもいるように どうぞ生かしてください 今を」。皆様にとっても励ましとなるように：！毎日を大切に生きよう！

（山上の本屋ちゃんさん）

来月に出所となります。今回の受刑生活が私は四回目で、すごく悔いた受刑生活になりました。失う人の多さ、そして自分がこれほど愚かだったのかと思います。後悔先に立たずと言いますが、全くその通りだと思います。

私の場合、今回の事件の背景には色々な絡み合う事柄がありますが、振り返り考えてみると、全て自分の蒔いた種なので、出所後は自分に言い訳することなく生活していこうと考えています。

(K刑 Oさん)

この度、仮出所が決まりました。私は一番懲罰になっている人物として、どの工場でも危険視されていました。刑の三分の一は調査と懲罰で過ごしたほどです。もう満期のつもりでしたので、今の工場に配役になったときも、「手を抜くか…」と思っていました。

しかし、担当のオヤジ(刑務官)が変わり、金属の班長を任せられ、また、他の班長や衛生などと兼務になり、毎日本当に忙しく、休憩時間にも一人作業をしたりしていました。担当のオヤジからも信頼され、仲間からも頼られるようになり、一生懸命働くこと、工場へ毎日出ることが本当に楽しくなりました。これは社会に戻っても生かせる大事な経験になりました。

これまでのサポートに、重ね重ねお礼申し上げます。

(Y刑 Mさん)

回復プログラム入門

★このコーナーでは、自分の心を書き出す練習をします。マザーハウスの回復プログラム(冊子)に既に挑戦しておられる方も、ぜひ取り組んでみてください。

【コツ】綺麗に書こう、丁寧に書こうとせず、リラックスして、出てきた思いをそのまま乱雑に書き出す。後でやろうと思わず、数行書くだけでも、今やってみる。

【補足】よろしければ、皆さんとの分かち合いとして、書いた内容を編集局にお送りください。基本的にはたより掲載の予定ですので、掲載を希望しない方は掲載不可と明記してください。

★今月号のテーマ…【こわい】

(以前も同じテーマに取り組んだ記録がある方は、今回の記録と見比べてみましょう)

- 一、私はよく、どんなときに「こわい」と感じますか。
- 二、何故、そのようなときに「こわい」と感じるのでしょうか。
- 三、反対に、全く「こわい」と感じないことは何ですか。それは何故でしょうか。

看護師 中谷先生による

健康相談窓口

痔

皆さまこんにちは。まだまだ残暑が厳しい日々が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。九月上旬になっても感染の収束には至っていないため、様々な活動もスムーズに行えない状況です。

先日、認知症高齢者が生活される施設とオンライン夏祭りの企画・運営に携わりました。コロナ禍のため、新しい生活様式ということで、その取組みにも挑戦し、高齢者や施設で働かれる職員の支えになれるようにと思ひ活動しています。その取組みを岐阜放送・岐阜新聞が取り上げて下さいました。私の専門は老年看護という領域なので、新しい認知症ケアの開発なども実はしていたりします。皆さまにも私の活動を報告して参ります。

十二月のクリスマスシーズンには、ピアノコンサートをウェブで配信する予定です。施

設で生活される皆さまの元へも配信されるようにと、これから動いていきたいと思っています。

さて、今月号は、痔（じ）について取り上げます。施設で生活される皆さまの多くは、どうしても長座や正座、椅子に座るなど、座った姿勢で長時間過ごすことも多いかと思えます。その姿勢が、痔にも影響しています。

痔とは、肛門部とその周囲部分の病気を総称し、裂肛（れっこう）、痔核（じかく）、痔瘻（じろう）の三種類が全体の九割を占めます。痛みや出血、腫れ、脱肛（肛門の外に腸が出ること）、かゆみなど、様々な症状があり、時には化膿して便が漏れ出ることもあります。日常生活にも影響を与えてしまう病気です。

日常生活から考えられる原因

一．同一姿勢や、力むことが多い

二．排便異常

↓痔のほとんどは、便秘や下痢がきっかけとなります。便秘の時の便は硬くなるので、この硬い便を無理やり出そうと強く力むと、肛門の皮膚が切れて、裂肛（肛門から近い部位

が切れた状態。切れ痔とも言います）や、うっ血（様々な要因によって、静脈や毛細血管内の血流が停滞し、増加した状態）を起こし、イボができる痔核の原因にもなります。また、下痢が原因となることも多く、便が勢いよく出たり、排便回数が増えたりすることで痔を悪化させ、細菌に感染して痔瘻を引き起こすことがあります。

三．運動不足やストレスにより血行が悪い

場合や、肛門部の不潔

↓運動不足は下腹部の血行を悪くし、肛門に負担をかけます。また、ストレスによって自律神経が乱れることでも、肛門の血行が悪くなり、痔を引き起こして悪化させることがあります。他には、肛門部を不潔にしていると、肛門に炎症が起こりやすくなり、痔を誘発することがあります。

痔の種類

一．裂肛（切れ痔・裂け痔）

↓肛門の皮膚が硬い便との摩擦で傷ついて、それが続くと傷が深くなり、強い痛みと出血を引き起こします。排便のたびに激しく痛むために、排便を我慢し便秘となって再び肛門を傷つける、という悪循環に陥りがちです。

二．痔核（イボ痔）

↓肛門と直腸の境界周辺の粘膜の下には血管が密集しています。その血管がうっ血を起こし、それが膨らんでイボ状の塊になるのが痔核です。この塊が直腸の内側にできるのが内痔核で、痛みを感じることは少ないですが、排便時に大量の血が出る場合があります。一方、肛門の外側にできるのが外痔核で、ある日突然、しこりのような塊ができて激しい痛みを伴います。

三．肛門周囲膿瘍

↓主に下痢が原因となって、直腸から肛門の周囲の粘膜に傷がつき、大腸菌などの細菌が侵入して、炎症が起こり、膿が溜まります。膿は自然に皮膚を破って外に流れ出します。痔瘻の初期段階です。肛門の周囲にしこりや腫れがあらわれ、同時に肛門周囲の灼熱感や痛みを感じます。また、高熱や寒気、吐き気などの症状を伴い、ときには四十度以上の高熱になることもあります。

四．痔瘻

↓肛門周囲膿瘍を放置すると、膿が自然に皮膚を破って外に流れ出します。この、膿が流れ出した通り道が、肛門の周りに残るのが痔瘻です。溜まった膿が外に出ると症状は楽になりますが、常に膿が出たりするため、下着が汚れて不快感があります。放っておくと段々とひどくなり、自然に治ることはありません。

五. 肛門そう痒症(こうもんそうようしょう)
↓肛門部が痒い状態のことを指します。便の付着などの肛門周囲の不潔が大きな原因です。しかし、糖尿病や肝臓病などの全身的な疾患や、精神的なストレスが原因となることもあります。

日常生活でできる予防法

- 一. 排便のリズムを作る
- 二. 食生活を改善する(好き嫌いなく食べる。特に朝食はしっかりと取る)
- 三. 同じ姿勢を長く続けない
- 四. 腰回りを冷やさないようにする
- 五. 適度な運動をして、ストレスをため込まないようにする

痔の治療方法

- 一. 手術療法(施設内ではなかなか対応してもらうことが難しいかもしれません)
- 二. 保存療法(主に座薬処方となりますが、薬が処方されないこともあります)

専門インストラクター ニロ先生による

プリズムアート倶楽部



★このコーナーは、絵画の模写を体験するもので、絵画技法の習得を目指すものではありません。模写(アレンジOK)の投稿を募集中です。
★当技法についての詳細を知りたい方、また、作品発表等について考えている方は、規定が設けられているため必ずご相談ください。

【お月見団子が食べたい、お月さま】

【今月号のコツ】はじめに、用紙の三分の二ぐらいまでの位置に、お供えされたお団子を描きます。右側には、小さなもちつき臼を、丸みを帯びた四角い形で描きます。お好みで、臼に顔を描いても楽しいです。臼の横側には、お月さまの為にもちつきをする、くまさんが描かれています。

くまさんは、全体的に丸く描くと可愛らしく描けます。お月さまは丸く描き、お好みで帽子を被せて、お団子を食べようとしている手を描くと、面白い絵になります。各自のお月見のイメージで描いてみてください。

【解説】ボタニカルファインアート技法とパステルアートのコラボレーションで描いていますが、ボールペンや鉛筆等、入手し易い文具で描いてくださって結構です。ボールペンは、PILOTの細いペン等が推奨されていますが、描きやすいと感じるもので良いと思います。鉛筆は、形が見やすいように、B以上のもので濃く描くと、質感も柔らかく、描きやすいです。HBやH等ですと、固い質感の為、描きにくいかと思えます。

文通をされている方は、見本の絵を色々アレンジして、便箋や封筒に描くと、楽しく可愛いアクセントになりますので、ぜひお試しください。

五十嵐亜利沙(妻)による

ラブリイDAYS

毎年恒例のマザーハウスの夏休み、今年はみんなで那須に行きました。色んな施設が入った大きな公園です。コロナウィルスの影響で人が居なくて、貸し切り状態でバーベキューができました。食後は川に行き、自然を満喫して、みんなでサイクリングもして、最後に温泉に入りました。

とても楽しい思い出ができましたが、理事長は川で滑って右手にヒビが入り、全治四か月の怪我をしてしまいました!!



彰流さん

行事予定

▼九月十五日 十九時～

千葉生涯学習センターにて、講演会

▼九月十九日 十四時半～

岐部ホールにて、

中央大学のゼミ生とミーティング

▼九月十九日 十五時半～

当事者ミーティング

▼九月二十五日 十八時～

APS研究会

▼十月二日 十時～

東京大司教区事務所にて、

菊地大司教と面談

▼十月三～四日

犯罪社会学会(詳細は※を参照)

※三日 十四～十七時

テーマセッションC(ラウンドテーブル)

「対立から対話へ」当事者と行政との協働による地方再犯防止推進計画づくり」

※四日 十四～十七時半

シンポジウム

「再犯防止について真剣に考える」

コーディネーター・司会：本庄武(一橋大学)

指定討論者：五十嵐弘志

▼十月九日(もしくは二十三日) 十五時～

埼玉大学にて、講義

▼十月十七日 十四時～

聖イグナチオ教会主聖堂にて、

受刑者と共に捧げるミサ

(オンラインで実施・ライブ放送予定)

▼十月二十日 十六時十分～

ノートルダム清心女子大学

蒜山セミナーハウスにて、

広島教区司祭会議で講演



光りんさん「ネコ・2020-07」

編集後記 by 編集局

今月号もお読み下さり有難うございます。

たより作成のラストスパートで、眠くなったりすると、「終わったら気持ち良く寝るぞー！くたくたで寝るのはきっと最高だなあ」と思いながら頑張るのですが、いざ完成するときには脳が完全に起きており目もギンギンなので、なかなか眠れず、結局、「寝ないと明日起きられない」と焦って必死に目を閉じることになります（笑）。思っていたのと違う…（笑）。

ご支援 誠に有難うございます！

2020年7月14日～2020年8月7日の寄付金
(内訳不明分も寄付金として含んだ場合)

合計：310,650 円

(別途 愛のプリズム宣教基金：4,000 円)

お知らせ

【重要】2021年1月以降、フランシスコ事業部は、会費を全額納付された方のみのご利用となります。フランシスコ事業部を利用されない方は、引き続き会費の分納が可能です。なお、マザーハウスに送られた切手やお金は返還できませんので、あらかじめ資料をよく読み、計画的に送られるよう、お願い致します。

【重要】下記に当てはまる場合は、事務局までお知らせ頂きたく、宜しくお願い致します。

- 突然たよりが送られなくなった。
- 刑期（出所日）が変更された。
- 切手やお金を送った後、2か月経っても、受領書が届かない。
- 入会申込書もしくは会費を送った後、2か月経っても、マザーハウスから何も届かない。
- 年金に関する手続きを希望する。
- 聖書（寄贈された中古のものです）の送付を希望する（送料800円分が必要です）。

【重要】会費やフランシスコの費用を切手で納める場合は、82円以上の切手のみ受け付けております。なお、切手で納める場合は、現金交換手数料（5円）がかかるため、算入額は一枚につき5円ずつ引いた額となります。（例えば、100円切手を5枚送った場合は、500円－手数料5円×5枚分＝475円として受領）。

○フランシスコを利用される際は、対応まで最大4か月ほどかかる可能性があることをご了承ください。

○身元引受不許可に関するお問合せが多いですが、マザーハウスでも詳細が不明なため、観察所に直接お問合せ願います。

また、有期刑の場合、マザーハウスでやり直したい！という方は満期出所後のサポートも可能です。出所日の朝に必ずお電話ください。ただし、あくまで当分の住居や仕事がほしいだけ、という方のご要望にはお応えできません。

○たよりのコンセプトは、刑務所と社会の双方に向けて、「こういう意見・思いが届いています」と発信して橋渡しをすることなので、こういう考え・感性の人が刑務所・社会にいて、マザーハウスを通して自分と繋がりを持っている、という感覚で読んで頂ければ幸いです。

なお、投稿文以外の普段の（事務局などに宛てた）お手紙から抜粋して掲載することがあります（受刑者の皆さんは、入会申込書に同意欄があります）。ですので、「掲載してほしい」というお手紙・絵画につきましては、都度「掲載不可」と明記して頂きたく、よろしくお願い致します。また、たよりはマザーハウスのホームページでも公開されます。

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＋税
カフェドリップ10g（1回分）…… 100円＋税



☆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／カトリック浜松教会／カトリック東山教会／
カトリック布池教会／カトリック菊名教会／カトリック中
和田教会／カトリック新子安教会／カトリック碑文谷教会
／カトリック桃山教会（平和環境部）／カトリック東仙
台教会／カトリック春日部教会／カトリック足利教会／カトリック神田教会／
カトリック太田教会／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／カトリック多治見教会／カトリッ
ク芦屋教会／カトリック鷺ノ宮教会／カトリック松戸教会／ドン・ボスコ社
／クリスト・ロア宣教修道女会／日本カトリック神学院／聖母訪問会



☆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
ております。

獄中POSTシリーズ

＊獄中ボランティアの方が描いた絵画や文字を、
ポストカード・封筒・便箋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：講演会等での販売のほか、ご注文を受け付けております。

☆ポストカード／封筒は1枚300円、便箋は10枚300円

☆ホームページにカタログ（随時更新）がございます。

☆収益は全て、身寄りのない方の住宅支援に充てられます。

また、ご寄付・ご支援くださった方に、デザイン等ランダム
でお贈りしております。



マザーハウスたより 20'9月号

発行日：2020年9月15日 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 ↑ 理事長奥さんブログ ↑ MLP問合せ

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。お見積りは無料です。

TEL：03-6659-5260

FAX：03-6659-5270

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



古本募金（きしゃぽん）

＊書籍やDVDを下記送り先にご寄付頂くと、

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 きしゃぽん係

（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

カウンセリング

＊当事者やご家族の方を対象に、専門家がカウンセリングを行います。

※価格は別途かかります。

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



お問合せ

いつも有難うございます。随時ボランティアの方を募集しております。

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」でご検索ください。(QR ↓)



ご支援

☆正会員（一口5000円／年） ☆賛助会員（一口3000円）

☆社会復帰支援（ご寄付）を随時募集しております。

→振込口座名：

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

☆洋服等の物資の送付先：

〒130-0024 東京都墨田区菊川1-16-18-1F マザーハウス

(TEL：03-6659-2110)