

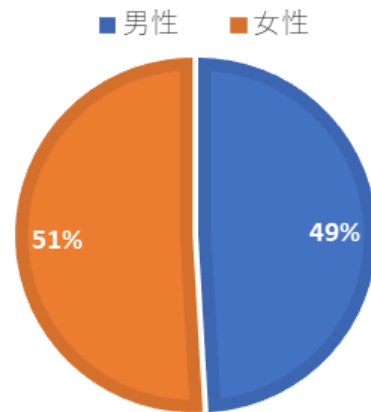
「人について学び 共に生きる」まとめ

メンタル・ストレス研究会/うつ病支援の会あさお

1. 参加者数 55名

(1) 性別

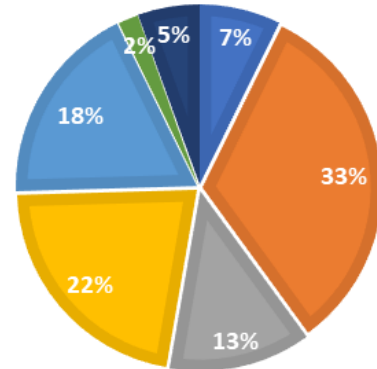
男性 27名
女性 28名



(2) 年代

80代 4名
70代 18名
60代 7名
50代 12名
40代 10名
30代 1名
20代 3名

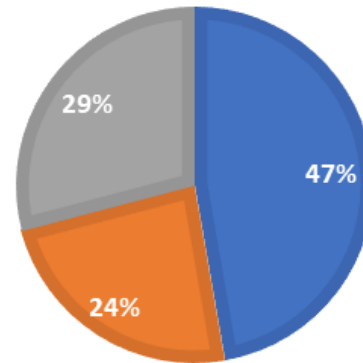
80代 70代 60代 50代
40代 30代 20代



(3) 居住地

麻生区 26名
川崎市他区 13名
他市・県・国 16名

麻生区 川崎市他区 他市



2. 各回の参加者数 (名)

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	合計
26	27	27	24	23	27	154

3. 録画閲覧回数 (回)

(1) 今年度学級録画

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	合計
249	189	112	109	95	61	815

(2) 昨年度学級録画・NHK番組

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	合計	NHK
157	309	331	182	250	1,229	169

4. アンケート

(1) 回答件数 64件

(2) 各回ごとのアンケートまとめ

「人について学び 共に生きる」 第1回 2021年10月23日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・受講者の方々が情報機器の設定を教えあいながら受講していること。
- ・みんな違ってみんな良い、多様化を認識する事。
- ・昨年度の振り返りの中の「ストローク」と「ディスカウント」というお話です。マイナスストロークとディスカウントが一見似たものに思いましたが、お話を聞き、相手の存在を認めた関わりが「ストローク」、軽視・無視したものが「ディスカウント」だと分かりました。
- ・「ストロークとディスカウント」について。「肯定的」という言葉。
- ・印象に残ったことは、前回は無かった質問を受け付けていた事です。
- ・参加者の方のご紹介の中で、金子みすずさんが自死されていたという事実を知ったこと。「みんな違って～」の詩は学校でも紹介され、子どもたちにも親しまれている方という印象でしたが、厳しい生涯を送ったことは知らずにいたので、少し勉強してみようと思いました。
- ・学級内容について細部にわたり説明をされていたこと。
- ・今回の学級は、前回より参加する意識をより持っていくことが必要で、受け身でなく発言もして、互いに学び合う場だと思いました。
- ・自分が生まれつき持っている性質、性格、体質などどれだけ認知しているだろうかと改めて思いました。
- ・こちらがストロークだと思っても、受け取る側がディスカウントだと思ふことがある、ということ。
- ・前年度までの概要が理解できた。

☆何か気づきはありましたか？

- ・会議やテレビで議論をしているところを見ると、何か自分は完全だという仮定の下に、言い合いをしている。当方は以前から感じていたことではあるが、メンタルにもフィジカルにも100%完全な人はいない。皆多かれ少なかれ問題を抱えている。完全性が60%以下に落ちてきて、自分の行動や身体の機能が問題と感じる、あるいは周囲と問題を起こすようになってくると、診断や治療、カウンセリングなどが必要になる。ディスカッションの中で、Tさんが指摘していたように、皆(多かれ少なかれ)障害を持っている。そのように感じているのは私だけではないと思った。
- ・凄いね、と言われてから嫌いな事が好きになるプラスのストロークの大切さ。
- ・意見交換の時間の中で、小学校へのボランティアをされている方が、お子さんについて聞かれたというお話がありました。聞いた側にも決して悪意はなかったと思いますが、自分にもそう言った無意識の「当たり前」が沢山あるように思いました。
- ・「ディスカウントをため込んでいる人は、人に対してもディスカウントの反応をしてしまう」ということには、はっとさせられました。
- ・皆様初めての学習会でしたので、積極的な発言が無かった事です。
- ・今までの授業の振り返りがとてもためになりました。時間をおいたために違う観点から理解し直したりできました(忘れてしまっていたことも多々ありました・汗)。
- ・「みんなちがってみんないい！」社会の実現をめざして 今できることは何かを、学級を通して少しでも構築できればと思いました。

- ・自律的に生きることの大切さ。「ストローク、ディスカウント」について改めて気づかされました。
- ・生まれてから様々な経験をしてきましたが何を学んできたのか、何を学んでいないのか、学べていない理由はなぜなのかと思いました。
- ・自分で思う「普通」、自分の思い込みで判断してはいけないということ。
- ・少し理解ができた。ポイントがつかめた。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・オンライン講座として完成された良い学習の機会である。機器の操作方法まで親切に解説してくれる。当方空気読めないタイプなので、金子みすゞや相田みつをの詩を読んで、少し方向がずれてしまったようで申し訳ない。最初になかなか議論が出なかったが、回数を重ねるにしたがい、発言は増えてくると思われる。いつも集まりに出ている人たちを指名するのは良い方法であると思った。
- ・行き帰りの時間がかからず自宅でゆっくり話を聞く事が出来て良かった。
- ・カメラオフでの参加をさせていただきました。対面での受講に比べ、より内容に集中することができるように感じます。
- ・画面上には、ほんの数人しか写っていないのですが、Zoom のように、20人程度なら一度に写ったり、次のページで見れたりすることはできないのですか？顔出しはしなくても、画面上に多くの人が表示されていた方が、発言しやすいと思いました。
- ・取りあえずは回を進めて行く事で発言が増えてゆくのではと感じました。
- ・遠くからでも参加させていただけることをうれしく思います。またよろしく願いいたします。
- ・参加者の学級参加された動機や、各学級ごとの意見交流の時間(ブレイクアウトルームなど)を企画していただければ幸いです。
- ・何人ぐらいの方が参加していらっしゃるのかわからず、発言するときに少し戸惑ってしまいました。画面に人数が表示されていたかもしれませんが、顔を出すのは抵抗がある方も、ニックネームなど出していただき、見渡せると(見渡す方法も教えていただけたら)有難く思います。
- ・今回も質疑応答での皆様の生の発言を伺って本当に良かったです。次回も楽しみにしております。
- ・質疑応答の部分の聞けないのは残念ですが、録画を後で見ることができましたので、ありがたいです。(ライブの時間は都合が悪いため)
- ・ライブ感が不足だが仕方ない。

「人について学び 共に生きる」

第2回 2021年10月30日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・人類の進化の歩みについて知る事が出来ました。
- ・DNA のお話、面白かったです。今現在、沢山の多様な人間がいますが、元は1。(注:人類の誕生)なんだと、改めて認識する機会となりました。
- ・人類の誕生と進化の話が面白かった。II の遺伝子解析の中で祖先の歩み、のカラーが再現できなかった、プリントできなかった。
- ・みんな違って、みんな良いのです。
- ・この講座の主催者である田中先生が、細かいところまで配慮してきちんと運営されているのに、遺伝子解析では「忍耐力が低い」「勤勉性が低い」などの結果が出ていること。人間は遺伝子だけでなく、環境や努力で変えられることを知った。
- ・現代人とチンパンジーの比較。
- ・人類の歴史を詳しく知る事が出来ました。
- ・人類が生物の歴史的にはほとんど同じ生き物であるということ。

- ・DNA 鑑定で、性格までわかる事。
- ・白色人種も黒色人種も黄色人種も発祥は一つだったということ。
- ・最後の方で話がありました、日本人のルーツについて。
- ・ホモサピエンスの移動の歴史、日本人、日本列島の多様性。
- ・遺伝子の事。「人が生まれつき持っているもの」と「人類の誕生と進化」の関係。
- ・ミトコンドリアの DNA には男性の DNA が入っていない。よって祖先の DNA 解析は母系の影響が大きいミトコンドリアの DNA から祖先を紐解くことが出来るとの事。

☆何か気づきはありましたか？

- ・私たち日本人も色々な人の混血種であると言う事です。
- ・参加者の皆さん、多様な方々と思いました。
- ・IV.の移動と環境適応は非常に興味深く読みました。日本中に歴史博物館が存在するが、相互に連携した研究が何処で成されているか、調べてみたい。
- ・ちょっと難しかった。
- ・縄文文化なども興味深い話題である。当方、青森の三内丸山遺跡にも行ったことがあり、巨大な構築物は、石川県あたりの日本海側の遺跡でも見つかっていると聞いた。多分、出雲大社の古代の遺構も、同様な古代からの信仰に由来する日本文化の流れであろうと推測している。
- ・将来的にはインド、アフリカ諸国中心の人口分布になる。
- ・人類の歴史を知る事でより多様化、多様性の必要性がわかりました。
- ・現在の人類を遺伝子のレベルで歴史を捉え考えることができ、興味深かったです。近年私たちの持つべき意識として大変重要とされている「多様性」も、このような前提から考えてみると、より幅広く柔軟な捉え方もできるような気がします。生物の歴史や宇宙の空間の想像できない位の広い世界の中では、自分たちがどれほど小さい存在なのか改めて考えさせられました。でも小さい存在だからこそ、今ここで共に生きている出会いはほとんど奇跡であって、それぞれ多様性を持って存在していることも素敵なことだと思います。一方、異なる価値観、差別、自己の在り方等多様性の問題に直面するとき、今回のような科学的な広い視野から捉え直すことで、別の考え方ができたり気持ちの持ち方が変わるように思えます。
- ・人類の発生は同じところからで、環境や交雑で別れて来た事。
- ・「人類は知恵や知識を後世に伝えるために生殖年齢を過ぎても長く生きる」と聞き、高齢者の存在の重要性を再認識しました。(ちょうど介護や看取りについて、いろいろ考えていたところでしたので。)
- ・今まで自然な中で人間の進化が行われてきたのが、これからは人間の意図的な行動(戦争や温暖化)に困って人間の進化が大きく歪められてしまうのでは？と危惧します。今回のお話から想像し、今まで延々と続いてきた人間の歴史が、もしかすると近未来に終わってしまうのではないかと大変不安に感じます。
- ・遺伝子解析により、人類は DNA 配列の99.9%で一致している。人種の違いは存在しないということを知り、驚き、認識を改めました。
- ・「社会的学習能力」と資質の関係。
- ・性格5因子の情緒安定性、外交性、協調性、開拓性、勤勉性は母系の影響がかなりありそうだと思います。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・今日の内容は人類の進化や日本人とは、どの様な人なのかは分かりました。
- ・座学やグループセッション等、オンライン学習で十分効果が出せる学習と、オンライン学習では効果が比較的出せない実技やロールプレイは集合学習でと分けられることを、実感いたしました。
- ・オンラインによる学習非常に有効である。
- ・Tさんが指摘したように、デジタル難民の問題があると感じる。ネットを使えないと結局このような学習や向上の機会にも参加できない。格差は益々開いて行く。
- ・少しずつ慣れてきました。
- ・今回は都合によりライブで見れなかったのですが、後から録画で見れて良かったです。映像の文章は

一時停止でゆっくり見れて助かりました。

- ・今回は事情により移動中の視聴となりました。このような形の受講もあるんだと自分でもちょっと驚きでした。でも、もちろんきちんと集中できる室内で受講することが基本だと思います。今回ももう一度録画を見直しました。
- ・「皆んな違って皆んないい」は、金子みすゞさんの詩がすぐ浮かびました。他人と比べることなく、自分らしく生きること。
- ・用事があって、ライブはところどころしか聞けなかったのが、録画で落ち着いて学べてよかったです。
- ・話の内容が、人間の進化の歴史からメンタル・ストレスへの関連付けがどうなってゆくのか興味があるところです。
- ・手作りの資料に、感動です。心がこもった講義だと思いました。

「人について学び 共に生きる」

第3回 2021年11月6日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・日本人とは？日本文化とは？とても勉強になりました。
- ・韓国で土下座してきた元首相H氏「東大出てもバカはバカ」！その通り！！悪夢の民主党を思い出す。基地問題で腹案があり、少なくとも県外など言っておきながら、辞任で逃げた。(田中先生は奥ゆかしいので、H氏と仰っていたが、実名で言ってもよかったのではないか。)
- ・人類の文明の発展を改めて見直しできたこと。
- ・今まで、心理関係の講座など多数受講しましたが、地球の進化など「ヒトが生まれてから身につけるもの」のつながりが意外で、興味深く聴きました。
- ・韓国と日本の文化の違いについて学び、「過去と他人は変えられません。できることは、今・ここでの相手への理解や対応を変えることです。」を国と国にも生かせたらと思いました。同時に、身近な人間関係にも思いを馳せました。地球をタマネギにたとえ、地球環境問題を捉えると、本当に、目先の対策では対応できないということが印象に残りました。
- ・縄文人の精神的な特徴1～6の中で命を大事にし、平和と多文化や人を受け入れる心を第一にしたこと、女性を尊重した多様性と個性的な地方色が豊かである、格差がないことが印象に残りました。

☆何か気づきはありましたか？

- ・今回は考える事が多く疲れました。途中で一度休みを入れた方が良いのでは。
- ・日韓関係がいつまでたっても改善できないのは、韓国では幼い子供の時から日本に対する侮蔑と憎しみを植え付けているから。[崔碩栄『韓国で行われている「反日教育」の実態』彩図社を参照] このような子どもたちが、成長し大人になると、政治的に反日活動という日本への人種差別、ヘイト活動を行うようになる。しかし韓国にも李栄薫氏のようなまともな方がいる。ひどい迫害を受けているので、日本が救ってあげられないか。日本にも反日種族主義者がいて、事実を曲げて、日本を悪く書く新聞がある。[慰安婦の吉田証言、福島原発事故の吉田調書]従軍慰安婦の話を知ると思い出すが「からゆきさん」である。「サンダカン 八番娼館 望郷」(1974)という映画があった。戦前は貧しい家庭の子女は娼館に売られていった。それは、日本だけでなく、日本統治下の朝鮮でも同じ。戦前・戦中の事情を、現代の人権侵害の常識で非難するのは筋違い。韓国は「過去と他人は変えられない」という言葉を心の底に刻む必要がある。日本人はまともなので、原爆を落とされ、空襲で焼かれようとも、戦後アメリカを憎むような教育を行わなかった。
- ・義務教育で学んだ文明文化の歴史を改めて学び直す機会となりました。昔教わった内容と現在の見

解が異なっている部分があることは新しい気づきでした。また私自身年齢を重ねて(義務教育時代の試験対策よりは・笑)実感をもって文明・文化を見直すことができたように思います。今回までのいずれの回でも人類、また個人の存在がいかに複雑な成り立ちの上にあるかを実感できました。この「複雑さをそのまま理解することが大切」というのはいろいろな事柄において重要な視点だと思いました。

- ・遺伝と環境が、ヒトに与える影響。
- ・縄文文化は豊かで、多様な人々が生きやすい、包括的なものだったと感じました。日本の文化の基底にあることを知り、納得でき、ときどき思い出したいと思いました。田中さんがいろいろたくさんの本を読み込まれ、紹介して下さり、私が知らなかったことが多々あります。様々なことに気づかせて下さり、大変ありがとうございます。
- ・渡辺京二氏著「逝きし世の面影」「欧米人」の日本の子供の楽園という表現に、とてもはっとさせられました。日本の子供達にとって「楽園」と感じる時はどのくらいあるのだろうかと思いました。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・3で答えた事と同様です。
- ・田中先生が、講義の中でモースやイザベラ・バードの言葉を引用して、日本の伝統文化、日本の伝統的国民性の良い点を話して下さったのが非常に良かった。
- ・「脱線」というコーナーには、和みました。地球とヒトの関係は、とても学びになりました。色々な書籍から引用して作られた資料には、頭が下がる思いです。有難うございます。
- ・チャットのご紹介を読み、障害者も弱者も誰もがともに生きられる社会であることが人類が続く、たおやかな在り方である、というようなことを受け取りました。強者といえますか、できる人に目が行きがちなのですが、それだけだと偏ってしまいますよね。自分も含め、弱い人であっても、学び合って(互いに影響し合いながら支え合って)生きられるような、広い大きな視野で過ごせる人類であってほしいと思います。
- ・温暖化のこと、長江文明のことも又詳しく伺いたいと思いました。

「人について学び 共に生きる」

第4回 2021年11月13日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・皆さんが活発な意見を言われた事。
- ・偏見・差別～等、近いテーマでありそうですが、人それぞれ、百人百様、感じ方、アプローチが違い、楽しいひとときでございました。
- ・Aさんの、男女共同参画で数値目標を掲げるのは、社会に出たいが出られない少数派の女性を後押しするためであろうというご意見に納得した。
- ・トランスジェンダーに関し関心の多いことを認識いたしました。
- ・偏見・差別・属性・人間性・個性との関連。田中先生の「人に期待しない」という言葉。
- ・トランスジェンダーの言葉は知っていましたが、トイレやお風呂、結婚、難しい問題だと感じました。
- ・仕事は好き嫌いで捉えると苦痛が少ない。
- ・偏見と差別について、好き嫌いについて。
- ・日本では自然との共生、循環型の縄文文化が約14000年も続いたとのこと。自然を破壊せず女性を尊重し格差が殆どない平和な社会が実現し、身体障害者を養って暮らしていたこと、しかし経済的にはゼロ成長だったと思われる。

☆何か気づきはありましたか？

- ・人それぞれ意見は違うと言う事。
- ・百人百様だなあ～、と感じました。
- ・Tさんのご意見で、専業主婦(主夫)であれば自由で良いが、最近は経済的な理由で、共働きになってきている。Uさんのご意見にもあったように、子供を育てる時は常に親が寄り添っているのが理想で、仕事を辞めた。母性本能という言葉もあるが、私自身やはり母親が子供を育てるのが良いと思う。会社のストレスと、育児では女性の負担が大きすぎると思う。ストレスの多い親に育てられた子供は不幸だと思う。Tさんのご意見のように、専業主婦でも、財布を握っていれば、ある程度男女平等であると思う。しかし昔の夫のように経済を握って専制君主のようになる夫がいると困る。
- ・人類のDNA配列は99.9%で一致する事、人種による違いが存在せず、外見の違いは進化による多様化に過ぎないとのこと、0.1%の違いが人種による外見や能力の違いであるとは驚きである。
- ・日常の些細なことではありますが、人に対して不満があったり人間関係で悩むとき、思い返してみると、確かに「相手の人にこうあってほしい、このようにしてほしい」と期待をしている自分がいることに気づきます。思ったとおりであってくれない相手を不思議に思ったり不満に思ったり、またそれは自分が至らないためではないかと思ったり。でも、「人は人なのだから期待しない」と考えると、見方はぐっと変わって気持ちも楽になります。「期待しない」というのは相手を突き放すという意味では決してなく、物事を広い視野から捉え直す重要な視点だと思いました。期待する根拠、判断基準は自分の価値観に基づくので、なかなかそれから離れて考えることも難しいところですが、他人に対して不満や悩みを持ったときは、「人に期待しないで考えてみる」ことを自分に声かけしたいと思います。その他主婦の就業やLGBTQの意見交換も大変興味深かったです。
- ・多数決でほぼ決まるので流されてしまいますが、少数派は生きづらいと思います。
- ・自分の事を良く知り、向き不向きを見極める。
- ・不平等嫌悪や不平等選好は、誰でも無意識のうちにしている。偏見・差別・嫉妬・ねたみなどが、どこから来るのか、という事。
- ・各国CO2%表示よりも森林率の%表示をした方が明確で説得力があるのでは、とのご意見に私も同感しました。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・オンライン学習は、受講する場所、受講場所への移動時間、交通機関のトラブル等々を、気にしなくてもよいので、今後も、よろしく願いいたします。
- ・毎回興味深いお話をありがとうございます。講義の後、ジェンダー(LGBT)や男女共同参画など、哲学カフェのようにいろいろな議論が沢山出て、楽しく充実した時を過ごした。
- ・皆様の人生経験からの意見が聞かれて良かった。
- ・着替えることや移動も無く、気楽に参加できることです。
- ・聞き逃した部分を再生出来て助かります。
- ・「人が生まれつき持っているもの」「生まれてから身につけるもの」が、「みんないい」に、どのようにつながるのか、初めに資料を読んだだけではわかりませんでした。講義を受けながら自然の流れでわかるようになる、という構成に感心させられました。ユーモアもあり、心のこもった語り口には、毎回感動しております。
- ・仕事について/多様化時代には自分に合った仕事、自分が好きな仕事に着くことが重要だと思います。人間性・個性は良い悪いという物差しでは測れない、皆違って良いもの。そんな物差しは不必要。人生の価値は今・この一瞬一瞬にあり人生の価値を感じ取って生きる、このプロセスそのものに価値があるのだと思います。

「人について学び 共に生きる」
第5回 2021年11月20日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・GENさんの病気の原因と、うつ病の当事者としての長さ。
- ・講師のお話を伺い、うつ病と言ってもその時の状態、症状が百人百様、高低浅深なのだなと、理解いたしました。
- ・メンタル不調の当事者の気持ちになって考え、その立場、相手と同じ高さの目線、思いやりを持って共に生きようとする心。
- ・田中先生の企業における死闘！
- ・稼ぎ手が精神障害となることで起こる、苦労や困難がよくわかりました。
- ・田中さんのご実家のお話から発症に至るまでの経緯。
- ・常に感じていますが、具体的な事例の紹介は、それまでの講座より遥かに理解しやすく、何時までも忘れずに、心に残ります。今回のようにご当人の説明があれば、なおさら強い印象を残してくれました。
- ・メンタル不調の事例をご紹介くださったこと、またその内容。
- ・メンタル不調の事例から学ぶ事はとても参考になるとのこと。そしてご自身の実体験を詳細に語ってくださった事にとても感謝しております。
- ・うつ病の実際の話は参考になりました。
- ・うつ病になった経緯。そして、そこから回復され、このような講座を開催されているという事。

☆何か気づきはありましたか？

- ・いかにすれば、回復に至れるのか、に対する意識。
- ・就労支援の際改めて気づき、傾聴、多種専門職との連携、見守りが大事と実感いたしました。
- ・パーソナリティ障害について、子どもが自分でやるべきことを親がやってしまう、社会に出て自分というものが認識できなくなってしまう、ということ。周囲の人が、「何かしてあげなくてはいけない」と自分のエゴで行動するのは良くない、ということ。このふたつは、私の子ども時代のことや、親としての私の親子関係について言われているように思い、心に残りました。それから、共依存ということも自分にあてはまるのでは、と感じました。気づくと同時に、いろいろ過去のことを思い出し、苦しくなっていました。過去のことをずっと申し訳ないと思いながら生きていかななくてはいけないのかと思うと、つらくなります。
- ・毎回有意義で興味深いお話をありがとうございます。講師の壮絶な企業体験は、この連続講座の圧巻である。Kさんが後半のディスカッションで指摘されたように、人事課員として初めは社員のメンタルケアを担当していたが、その後ご自身が深刻な鬱に陥り、10年以上にわたり奥様に支えられ、ご自身が苦闘を続ける。自分では苦しかったのであろうが、ご自身のうつ体験により元々の社員のメンタルケアの真の意味が分かってくる。その苦しい体験を克服した実績により、現在の有意義な活動が活きてくる。まるで生まれた時から計画されたような、運命のような天命を感じる。
- ・田中さんの奥様が素晴らしい支え手であったことがわかりました。
- ・人に思いやりの気持ちを持つと言う事はうつ病の発症を防ぐ事に繋がるので、現代社会において思いやりの気持ちが持てる様になるにはどの様にすれば良いか、改めて考えて行きたいと思いました。
- ・改めて、うつ病の怖さを思い知らされました。
- ・ご自身の体験をご紹介くださり、ありがとうございました。長い期間向き合われたことがよくわかりました。大変なご苦労だったと思います。完治されて本当によかったと思います。今の複雑な社会において誰でもがメンタルの不調を経験する可能性はあると思います。実際に経験された方のお話は大変心に響きました。
- ・誰でも、うつ病になる可能性がある、という事。精神疾患には、様々な症状があるという事。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・オンラインは、移動時間やお天気等、気にしなくても学習できますので、今後も、よろしくお願い申し上げます。
- ・講義をじっくりテンポよく聴くことができます。本日もありがとうございました。
- ・Kさんのご指摘のように、奥様の支えが大きいと思った。Sさんのご指摘のように、明確な原因がわからない鬱の方もいて、朝日を浴びることが第1歩、そして散歩をするなど、小さな成功体験の段階を踏んで改善してゆく。Aさんが指摘されたように、薬を服用しながら、with 鬱で問題なく生活してゆくこともできる。うつ体験者の方々のコメントが参考になった。
- ・質問からは外れますが、第6回の資料を拝見しました。「共生」というテーマに関連する事件では、2014年に川崎市多摩区で起こった精神障害者グループホーム建設の反対運動がとても記憶に残っています。反対運動の旗振り役をしていたのが医師という点もショックでした。田中さんや皆さんのコメントがお聞きしたいです。
<https://www.asahi.com/articles/ASP7Q004WP7DUTFL019.html>
<https://wa9ta.hatenablog.jp/entry/2015/03/15/144628>
- ・話のスピードや声の大きさも丁度良かったです。
- ・コロナ騒ぎで仕方ありませんが、学習だけならこの方法も良いのでしょうか、質問や話し合いになると、参加者の表情が見えづらいので、どうしても気後れしてしまいます。

「人について学び 共に生きる」

第6回 2021年11月27日(土)アンケートまとめ

☆今日の学級で一番印象に残ったことは何ですか？

- ・子供の頃の育ち方で、人は犯罪者になってしまう事。
- ・ふたつの事例紹介と生き心地の良い町の概要。
- ・事例を通して、【他人と過去は変えられない】。自分自身が、辛い思いを抱えている方から、気持ちを【カミングアウト】してもらい、または、【気づく】アンテナを高く感度よくしておきたいと思いました。そしてよく【聴き】、必要に応じて支援機関等に【繋ぎ】、信頼関係を保ちながら【見守る】ようにしていきます。
- ・凶悪犯罪の事例を解りやすく説明して頂き、背景が判りました。育った環境が問題ありで、誰も相談する人も無く、自暴自棄で、自分を認めてほしい事の裏返しの結果しか考えつかず、犯行に走ってしまったと思いました。離婚した両親も無責任です。事情は分からないので、どういう理由で育児放棄に至ってしまったのか。叔父夫婦との関係も複雑です。他人からは見えない事を推測するのは、難しいです。
- ・毎回有意義な興味深い講義に感謝いたします。天皇の御製の句も紹介され、田中先生は古来からの日本の伝統の良さを基礎にして、この有意義な講座を展開されていること。イザベラ・バードなど江戸最後期あるいは明治初期の西欧人の旅行記をもとに、当時は「子供の樂園」と叙述し、日本の家族関係、人々の品行や礼儀など日本文化の素晴らしさを伝えていたこと。また人類が生き延びるために、人は他人が死んでも冷徹に行動し、戦争のように他人を殺しても自分が生き残るような人が、一定の割合を持って生まれてくる。なるほどと納得した。今回のコロナ禍は人口密度が高まればウイルスの感染は起き易くなり、人口が増えすぎて化石燃料を消費して起きる気候変動による災害で人が亡くなるのは、限られた地球上に人口が増えすぎたためかと思った。
- ・事件の事例から、生育環境でディスカウントを受け続けることにより、人格形成がうまくいかず自己肯定感を持てなくなることを学びました。事件の加害者は極端な生育環境で、凄まじいものだったと思いました。資料の6-8、6-9を拝見し、人格形成、精神的な成長への影響の複雑さを思うと、親や周

困の人々の責任は大変なものだと感じました。

- ・登戸、秋葉原の事件の内容。
- ・悲惨な事件を起こした人たちの生育歴、事件の背景など。
- ・各回の資料を作成された田中様のご尽力と、録画編集操作に係られたみなさまのご支援。
- ・事例から学ぶという事がとても大事なことだと思いました。現場、現実、現物の中にこそ真実があるということと、それゆえ幼少期の養育環境や親子関係の影響はどうだったのか知ることも必要なのだと思いました。
- ・犯罪を犯す人達には、そうならざるを得なかった成育歴、という事情があるという事。

☆何か気づきはありましたか？

- ・子供に対しては、過保護 過干渉にならないことが大事な事と思いました。
- ・地域のなかで、付かず離れずの関係の必要性。
- ・百人百様、気づきのアンテナを高く感度よく。
- ・民生委員の方とか、児童保護施設等ありますが、自分の家庭の事情を、赤裸々に見られたくないとの感情が有るので、把握しにくいでしょう。
- ・講義の後の意見交換も有意義であった。M氏の不幸な環境で育っても、立派に成長する人もあれば、犯罪者になる人もいるのは何故だろうという問いに、多くの参加者が意見を述べた。良い出会いがあり、支えてくれる人があれば、悪い方にはいかない。社会から見捨てられていても、誰か一人でも愛してくれる人がいれば、最後にはその人は救われるのではないか。犯罪を起こすのはほとんどが男性である。男女差はあるのか。A氏は、男はこうあるべき、女はこうあるべきという教育によって、男は弱音を吐けないことが原因ではないか。そのため鬱屈を内部に貯める。T氏は、心の弱い人は自殺し、心の強い人は犯罪に走る。
- ・「生き心地の良い町」の本をご紹介いただき、救われる思いです。過保護、過干渉がディスカウントであること、改めて自責の念にかられています(難しいですが、自分の生育環境も振り返ってしまいました)。今回、よい気づきだったと思い、これから肝に銘じて気を付けていきたいと思えます。最後にKさんが「自分がいい状態でなければ、相手に寄り添えないと思う」とおっしゃったこと、本当にそのとおりだと思いました。
- ・どちらも幼少期の養育、親子関係から事件に繋がった事が浮き彫りになっている事がわかりました。事件から社会の在り方を考え、改めていかなければと思います。
- ・これまで6回の講座、大変興味深く受講いたしました。ありがとうございます。一人一人が違ってそれぞれ大切な人生を生きていることをいろんな観点から学ぶことができました。現代の人間は様々な多様性、複雑性の中にあり、しかしまた同時に科学的 歴史的にはほぼ同一の生き物であるということも学びました。これから先、人間関係の問題を抱えたとき、今回学んだような様々な視点から人間を見てみることで、より深い考え方やものの見方ができるように思いました。毎回の御準備、本当に大変なことだったと思います。心から感謝いたします。
- ・多様性を認め、共に支え合って生きることの大切さと困難さ。
- ・第6回の内容は少々重かったです。
- ・認定 NPO 法人ニュースタート事務局も教えて頂き有難うございました。あさお希望のシナリオプロジェクトでやりたいことの提案3つあり実現されると良いと思えました。
- ・今の世の中は昔と違って、人のつながりが薄いので、心配。

☆オンライン学習で感じたことを お聞かせください

- ・リアルに近い雰囲気を受講できました。ありがとうございます。
- ・ライブ講座と、アーカイブ講座、ともに準備に関わってくださりました講師、スタッフの皆さまに、感謝いたします。有難うございました。
- ・初めて参加させて頂き、聞く方は自宅で移動時間も無く有り難く思います。元介さん始め、スタッフの皆様のご尽力に感謝します。うつ病の経験をお話下さり、考える機会を与えて頂きました。
- ・武漢発パンデミックの感染を予防し、移動のためのエネルギーも節約でき、外出の準備(着替えなど)と移動の時間の節約になり、リアルの講座よりも優れている。ネットにアクセスできない人は、ハイブリ

ッドで講座を実施できる。勉強させていただきました。ありがとうございました。

- ・いろいろな観点から、人について学び、考え、意見を伺うことができました。長い間、大変ありがとうございました。少しずつでもこれからの生き方にいかしていきたいと思います。
- ・今年度初めて視聴させて頂いて、なかなかライブで参加が出来なかったのですが、どの回も本当に為になる講義で毎回楽しみに聞かせて頂きました。理解ある大人が一人でも増え、少しでも心が満たされた子供達が増える事を望みます。ありがとうございました。
- ・次回、参加されているみなさまの紹介や意見交流を加えていただければ幸いです。
- ・6回のうち5回を録画で視聴させていただきました。5回と6回は、間を置いて視聴しました。長い視聴期間を設けていただいて、有難うございます。とても素晴らしい講座でした。感謝申し上げます。

—ご協力ありがとうございました—