

■第 10 回精神障害者自立支援活動賞（リリー賞）受賞者 【当事者部門】

ひとり芝居語り部『闇の中、輝く命～統合失調 Show ♪♪♪～』などの創作表現活動を展開

おか よしこ（よっちゃん）さん 39 歳【大阪府大阪市】

統合失調症やさまざまな体験などを音楽、絵画を用いたひとり芝居や、文章など多様な創作表現で発表。精神障害者に対する差別や偏見、固定観念を打ち破り、一人間として、すべての人が生きていることに価値があることを伝えたいと創作表現活動を行っている。活動のユニークさやインパクトのある表現、また「芝居・音楽・絵画などを通じて自分自身をパワフルに表現しているところに“一人間”としての輝きがある」として高く評価された。

●統合失調症やさまざまな体験などを総合芸術で発表

1995 年、留学先の米国で不調を感じ、スクールカウンセラーに相談。精神科を受診するようすすめられたが、どうしたらいいかわからずそのまま帰国。病気の知識がなく、「“心を覗かれている”イコール“病気の症状”だとわからなかった。」とおかさん（よっちゃん）。自分で抱え込んだまま放置し、1998 年、窓から飛び降りようとしているところを家族に見つかりそのまま入院。これまでに 4 回入院。2012 年、「納得した生き方をしたい」と、総合芸術を発表するという昔からの夢の実現に向けて、国際障害者交流センターの「夢カナエルプロジェクト」に応募、優秀作品に選ばれた。また、2013 年には「第 39 回部落解放文学賞」に入選した（はたよしみ・著）。



おか よしこ（よっちゃん）さん

●「精神障害者である前に“一人間”なんよ」

精神障害者としてひとくりにされることが多いが、精神障害者である前にひとりの人間であり、「統合失調症をもって人に、こんな人間もいるよ」とさりげなく伝えている。ひとり芝居語り部『闇の中、輝く命～統合失調 Show ♪♪♪～』では、精神科病院の体験、信頼できる医師との出会い、仲間との交流など自身の体験を絵画や歌を用いた芝居で表現している。創作は試行錯誤の連続だった。公開稽古などを行い、「わからない表現があったら教えてください。」と当事者だけでなく、病気の知識がない友人の意見も聞きながら、必死にあがいて創り上げていった。



ひとり芝居語り部『闇の中、輝く命～統合失調 Show ♪♪♪～』では、脚立を堅牢な精神科病院やマンションに見立てて演じている

●“疲れ”“ストレス”“頑張りすぎ度”を測る体温計がほしい

「多くの人との出会いに恵まれたのは宝」と話し、退院後、ヘルパーとして働いていた経験や 2001 年より継続している支え合い電話（旧称：ピア・カウンセリング）の活動などから、「自分だけがしんどい思いをしているんじゃないんやな」と気づかされたという。体調コントロールはまだまだ苦手で、「“疲れ体温計”“ストレス測定体温計”“頑張りすぎ度体温計”が欲しい。『休みなはれ』というサインが目で見えたらいいのに。」と話す。今後は、SOS を出して人の助けを借りたり、人と支え合いながら、経済的な基盤と住まいを確保し、自立して一人暮らしができるようになることを目標にしている。



家族や周囲の人の支え合いの中で今の自分があり、「生きていてくれるだけで 誇らしい」と歌う