



# 精神科サバイバーによる 独立運営のコミュニティセンター アナザウエイ



下平美智代

国立精神・神経医療研究センター  
精神保健研究所 社会復帰研究部 研究員

アメリカ、バーモント州の州都モン

トピアに、精神科サバイバーによつて設立され、運営されているアナザウエイ (Another Way) というコミュニティセンターがあります。

「サバイバー」は「生存者」という意味です。何か耐えがたい過酷な状況を体験し、そのなかを生き残った人を指します。

2012年2月の上旬のある午後、私たちは通訳を含めた総勢9人でアナ

ザウエイを訪問しました。

その日、ディレクター (所長) のステイブン・モーガンさん、数人のスタッフさんとメンバーさんたちが我々を迎えてくださいました。

## 始まり

アナザウエイには、すでに四半世紀以上の歴史があります。

設立者のケイト・クインさんは、当時、州内のメンタルヘルスセンター(ア

メリカで一般的な精神医療保健福祉が一体となったセンター)の一利用者でした。

通常の精神的サービスが自分のニーズに合っていないと感じていたケイトさんは、1984年、州の小さな助成金を得て、3部屋あるアパートを借り、ピア(当事者の仲間)や家族が利用できるようなドロップインセンター(立寄り所)を設立しました。それがアナザウエイの始まりです。



アナザウェイ  
外観

## 別の方法

現在、アナザウェイは庭つき3階建ての建物をコミュニティセンターとして活用しています。ディレクターもスタッフも利用者も、ほとんどすべて精神科サバイバーです。

「ほとんど」というのは、精神科治療経験はないけれど何らかの心的外傷体験を持つ人も利用しているためです。ただ、アナザウェイでは、「サバイバー」という呼び名を大事にしているとのことでした。

アナザウェイの名前、英語の“another way”は、「別の方法」とか「もう一つの方法」という意味です。

ディレクターのステイーブンさんは、「私たちの活動は、従来のメンタルヘルスサービス

のオルタナティブ (alternative) として機能している」と言っていました。

意味するところは、精神科的治療やケアサービスにとってかわる「代替」サービス、「別の方法」です。

アナザウェイでは、「服薬についてのパンフレットを置かない」など意識的に精神科的な情報を排除するようにしているそうです。

ステイーブンさんによると、「何かあったときに『病気だから』という視点は入らない」ここではメンタルヘルズに焦点をあてていない」とのことでした。

アメリカでは1970年代に、精神科サバイバーによる当事者運動が活発に展開されました。精神科的治療の枠組みから距離を置いたサバイバーたちは、既存の「精神保健システムに影響を与える」ことよりも、むしろ「実行可能なオルタナティブを発展させる」ことをめざしたといえます。アナザウェイ

の設立者も自分だったらこういうサービスがほしいと思うサービスを自ら創造する道を選んだので

「メンタルヘルズに焦点をあてない」アナザウェイでは、むしろホリスティック (holistic) な健康が重要視されています。これは、「全人的健康」という意味で、その人の一部分ではなく、心と体、そして人間関係などの社会的な面を含めた全体の健康を指します。

アナザウェイのホームページには次のように記述されています。

「私たちの第一のミッションは、精神科サバイバーのニーズにこたえることです。ここでは、ホリスティックな健康



アナザウェイ入口

康やウエルビーイング（よい状態）や創造的な表現を探求する機会を持つことができず」

### 🌐 食とアートを分かち合う

ホリステイックな健康を重視するアナザウェイの設立当時のスローガンは「食とアートを分かち合う」だったそうです。そしてそれは現在でも受け継がれています。

私たちが訪問したとき、キッチンでは誰かが料理をしていました。

アナザウェイでは、「食」をとっても大切にしており、水曜日には朝食、金曜日にはダイナーサービスがあります。

また、地元の野菜を使ったヘルシーな料理をつくり、注文に応じて研修会や会議等に料理を届けるケイタリングサービスを行っています。

こうした「食」に関する活動を通して、メンバーが料理を学び自分の食生活を豊かにすることを奨励しています。

食事と同じくらい大事にしているのが「アート」を用いた創造的表現です。アナザウェイには楽器を演奏したり、絵を描いたり、作品を創作したりするための専用の部屋があります。

### 🌐 コミュニティをつくる

アナザウェイには休業日がなく、月曜日から木曜日は午前9時から午後5時まで、金曜日は午後7時まで、土曜日と日曜日は午後1時までオープンしています。

センターにはシャワーやキッチン、電話、インターネット通信可能なパソコンがあります。

アナザウェイで提供されるサービスは、メンバーがこうした設備を利用できるといふことだけでなく、グループ活動に参加することや、個別のさまざま



アートスペース

まな相談、アドボカシー（権利擁護）など、ピアスタッフによるサポートが含まれます。

来所したメンバーは、基本的に自由に過ごすことができます。ただ、「ドラッグは使用しない」等のルールはあり、さまざまなことを委員会で決定しているということです。



そして、スタッフは家庭のような雰囲気や、メンバーが他の人とのつながりをつくりやすいように配慮しています。

ステイブンスさんは、こんなふうにご話してくれました。

「私たちが大事にしているのはコミュニティをつくること、会話をし、一緒に食事をする機会をもつことです。サバイバーは孤立しがちです。孤立してしまっている人が他の人との関係をつ

くれるようにサポートするのがアナザウェイの役割だと考えています」

以上のような、シャワーや通信など人の生活のニーズに合ったサービスマも、コミュニティをつくるとい

うことも、ホリスティックな健康につながる重要なサービスであり、活動だと思えます。

### ゆるぎない軸

アナザウェイはケイトさんの個人経営から始まりましたが、数年後には法人経営に切り替え、州や連邦政府、その他さまざまな民間の助成金に応募して、活動資金を拡大していきました。

以降、ディレクターもスタッフも法人が雇用しています。

この年月(約30年)の間に、メンバーの入れ替わりはもろろのこと、ディレクターやスタッフの交替、引越、プログラム(活動内容)の改善など、アナザウェイは変化し続けています。

私たちが訪問したときにディレクターだったステイブンスさんは、2009年から2012年の夏までの役職を務め、秋にはアナザウェイを離れました。任期中に「建物やプログ

ラムの改善を行い、資金を安定させ、地域のより広い範囲におけるアナザウェイの評価を確立した」とホームページに紹介されています。

一方で、設立当時からずっと変わらないのは、アナザウェイが精神科サバイバーによるサバイバーのための、精神的サービスのオルタナティブを提供する場であるということです。これは、アナザウェイがアナザウェイであるためのゆるぎない軸といえるかもしれません。

ステイブンスさんのこんな言葉が思い出されます。

「ピアサポートは全米にたくさんあるが、多くはメンタルヘルスセンターの中にあり、ディレクターも臨床家になることが多い。この場合どんなに理解のある臨床家であっても、メンタルヘルスとは独立しているアナザウェイとは少し違った形になるのではないかと思う」