



そのままで  
あなたでいい  
～こころの居場所で  
出会った笑顔～

田邊順一さん 写真・文  
(筒井書房・2000円＋税)

東京・調布市にある「クッキングハウス」は、心の病気に悩む人たちの居場所として、その活動と実績は、最も注目される場所の1つになっている。

何よりも、この人たちの笑顔がそれを物語っている。

学業のなかばで、あるいは育児の真っ最中の突然の発病に、どれほど苦しみ、絶望の淵に立たされたことか、私たちの想像をはるかに超えるものだった

に違いない。

7回も8回も入退院を繰り返した人もいる。8年間自室に閉じこもった人もいる。

その人たちが見事に立ち直り、この町でこのように堂々と胸を張って暮らしている。だが、心の病気は長い間、偏見と差別にさらされてきた。残念ながら、いまだに払拭されたとはいえないのが実情だ。その原因は、無知からくる誤解に他ならない。そのために、今も閉じこもり、苦しんでいる人たちは少なくない。家族の苦しみもいかにばかりか。

この本の目的は2つある。

1つは「心の病気」というものを知ってもらうこと、決して怖いものでもなければ、特別なものでもないことを理解してもらえたら、ゆえなきバリアはきっとなくなる筈だ。

目的の2つめは、今も苦しんでいる人たちに向けて、クッキングハウスのメンバーからの連帯のあいさつだ。

あなたは決して一人ではない。私たちと同じように、あなたは照らす太陽はすぐそこにあるということ。  
(まえがきから)