

ゲストハウスジャパン浅間湯本 宿泊レポート
浅間山を前に発達障がいの問題について考えてみた

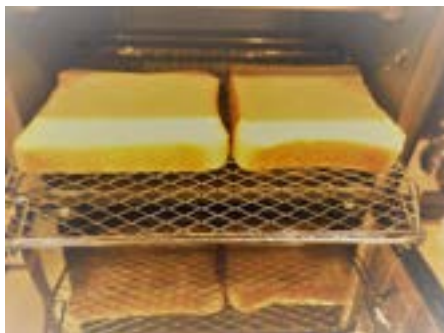


図 1

図 1…… “焼く機能、に特化したオーブントースターというぜいたくな家電はひとり暮らしの部屋にはないことが多い（と思う）。ピカピカのオーブントースターに感動しさっそく持参したパンを焼いてみる柏木。

少しだけ自己紹介をさせてください。

皆様はじめまして。ライティングオフィス・柏木サイエンスの兼業ライター、柏木と申します。ふだんは IT 企業の事務方として働いています。

ライティング業では主にクラウドワークスを利用して幅広く執筆業務をお請けしております。

私は ASD（自閉症スペクトラム）の当事者なのですが、ライター業を開業した理由も、自分と同じ発達障がいの者のために「なにかがしたい」という思いからです。

発達障がい児は子ども虐待のリスク要因となるばかりでなく、学校でもいじめに遭いやすいという研究があります。また成人してからも、女性の場合は不適切な男性から DV や金銭の被害を受けるなど、被虐傾向があります。発達障がい者がダメージを負うことを予防したい。それがライター業をしている直接の動機です。

発達障がいのことを社会にもっと知ってもらいたい。子どもたちが被害に遭うことなく、好きなことをのびのびとできる環境をつくりたい。そのために、自分が唯一できる「文章を書く」という仕事で社会に向けて啓蒙活動を行っています。

今回、ゲストハウスジャパン浅間湯本にお邪魔させていただいているのも、経営者の石田さんが「発達障がいの方が置かれている環境を改善したい」という、私と似た考えをお持ちだからです。

発達障がい児にとって “環境、は本当に大切です。



図 2

図2……バスの車窓から撮影した浅間山。大部分が雪に覆われています。

私は35年生きてきてはじめて浅間山を目の当たりにしました。

浅間山は古くから山岳信仰の対象だったそうです。それも納得せざるを得ない眺望でした。

なぜなら一見ただなかでありながら広大な裾野を持ち、静かに、しかし厳然として佇んでいたからです。あの息を呑むような大自然に、人々が「畏れ」を抱いたのもごく自然な感情だったと思います。

浅間山は活火山だそうです。1783年の噴火では天明の大飢饉をもたらしたといわれます。2023年現在も、いまだ死火山とはなっていません。直近では2019年8月に噴火警戒のため入山規制が行われ、同月25日には噴火したとのことです。こうしてPCに向かっているいままさに、“天明大噴火”の再来があってもおかしくはないのです。

山岳信仰の考え方は、大自然を前に人の無力を実感したためという意味も確かにありますが、より現代に寄せて考えるなら、「環境の重要さ」を謳ったものとも言えるのではないのでしょうか。

私たちは得てして、人間の「精神力」、「生来の性質」といったものに重きを置きがちです。なにか弱さ（例えば二次障がい）を持った人間がいると、総じてそれをその人生来の性質として帰属させがちです。それは裏返せば、人間の「精神力」といった類のものに過剰なまでに信頼を寄せていることの現れであるともいえます。

ですが浅間山は静かに問いかけます。人間の持つて生まれた性質というものは、大自然を前にすれば“強さ”も“弱さ”も等しく無力であると。人間に与える影響という点で考えれば、環境のほうがはるかに強大であると。こうして私がPCに文字を打っているのも、自然が今のところ穏やかでいてくれているからです。偶然という幸運に改めて感謝しつつ、環境の影響に思いを馳せずにはいられません。



図3

図3……薪の感触に感動する柏木



図4

図4……緊張しながら薪ストーブを使ってみました。激しい炎にドキドキします。

火は、自然そのままではひどくおそろしいものです。しかしこうして人間の英知を薪ストーブという形で上手く活用すれば、凍てつくような夜に火の“暖かさ、”といった恩恵に預かることができます。これこそが環境の効力ではないでしょうか。

私も ASD がうまく理解されず、これまでつらい思いをしたことも多々ありました。ですが友人らのように、理解してくれる人もいます。石田さん含め、発達障がいのために尽力してくださる方々もいます。支援して下さる方々に改めて感謝しつつ、本業も、兼業も、できることを少しずつやろう。仲間が少しでも、心地よく生きられるように。

そう思うと、暖かい炎の色合いが優しさを帯びてきたような気がします。

出典：Wikipedia「浅間山」2023年1月16日閲覧

感動の連続がすぎる

こんなに感動が連続することがあるのかと思うくらい感動します。

感動ポイント：

1) 冬の星空

空気が透明できれい、さらに街の灯りなど遮るものがないので、冬の星空が明瞭で美しい。星は本来、無数に空に存在することを思い起こさせてくれる。

2) 薪ストーブ

なんと薪をあらかじめ用意してくださっている。ストーブのそばに積み上げてあるのだ。本当に至れり尽くせり。

じんわりと身体の芯から暖かくなる。ほのかな優しい木の香りに心から癒される。一生もののあたたかい思い出になるだろう。

3) フルスクリーン

紐を引っ張れば巨大なフルスクリーン。暖炉の灯りとの相性は抜群である。長いソファにだらけながら、気になっていたものの追えていなかった映画を気ままに鑑賞するのはこの上ない贅沢。

4) ゲストハウスジャパンオリジナルのコラボコーヒー粉を置いてくださっている

袋を開けると芳醇なコーヒーの香りがする。素人の私にも、高級なコーヒーの香りとわかる。



図 1

図 1……ちゃんとドリップポットも収納してくださっています。



図 2

図2……後ろにあるのは岩塩とコショウです。気遣いが至るところに散りばめられています。

5) 露天風呂、岩風呂、サウナ

あまりに非日常すぎて感動しすぎたため、いったん落ち着くため二階に戻ってきました。

数秒入ったサウナは木の香りに癒されます。落ち着いたらまた行ってきます。

掃除が隅々まで行き届いていて、心遣いが溢れる設備が充実しています。大切に利用しようといった気持ちになります。

ゲストハウスジャパン浅間湯本 宿泊レポート

あまりに環境が良すぎると軽度のうつ状態がどうでもよくなる

現在時刻は午前9時1分。晴れ。とうに昇りきった朝日が輝き、陽の光がきらめきながら差し込んできます。雪の純白がことさら際立ち、その中で生かされている自身の存在を改めて実感します。大自然への感謝が自然と湧いてきます。

ライティングオフィス・柏木サイエンスの兼業ライター、柏木と申します。ふだんはIT企業の事務方として働いています。ライティング業では主にクラウドワークスを利用して幅広く執筆業務をお請けしております。

私はASD(自閉症スペクトラム)の当事者なのですが、ライター業を開業した理由も、自分と同じ発達障がい者のために「なにかがしたい」という思いからです。発達障がいに関心をお持ちの石田さんからお招きいただき、こうしてゲストハウスジャパン浅間湯本にお邪魔しています。

一泊してみた感想ですが、「リラックスした状態がここまで長時間つづいたのは人生初」という驚きに尽きません。

私と同じくHSP傾向(HSPは精神医学用語ではありませんが……)のあるASD女性ならわかっていると思いますが、日常では常に緊張しっぱなしではないですか？

帰宅してなんとかリラックスを試みるけれども、布団の中でもぐるぐると自動思考がめぐるってしまう。

こんな状態ですから、軽度の「うつ状態、風の気分になることもあります。ASD特有の、「過去のつらい記憶の唐突なよみがえり」に凍りついたり怒りに苛まれたり。

ですがゲストハウスジャパン浅間湯本に一泊してみて、「これがリラックスという状態なのか」と実感しているところです。心臓は穏やかであり、呼吸はゆったりとしています。頭はすっきりとしていて、目の前の執筆作業に集中できています。身体感覚のフィードバックをとおして、リラックス状態をさらに深めることもできます。

忙しい日常生活に戻れば、またしても軽度の「うつ状態、風の気分」に陥ることもあるでしょう。そのときに今の状態を呼び起こせるよう、この感覚をしっかりと味わい尽くしておこうと決めました。

大自然はジャッジしません。雄大な流れの中で、今この瞬間は静かにただそこに在り、われわれに恵みをもたらしています。それらは清浄な空気であり、豊かな腐葉土であり、暖かな陽の光であり、そして私にとってはゆったりとした「落ち着き」、リラックスです。

あまりに環境が良すぎるため、思考がクリアになっていきます。環境の重要性を身をもって実感しました。



図1

図1……降り注ぐ陽が美しいですね。暖かな部屋がすぐ横にある安心感。夏はきっと深い緑でさわやかですね。