

皆さん、こんにちは！

去年に引き続き、今年の夏も猛暑に苦しめられました。先月後半には急に涼しくなったり暑さが戻ったりと、体調管理も大変だったかと思います。また、相模原市では1時間当りの雨量としては観測史上最高記録という豪雨もありました。不安定な天候が続きますね。でも、当初心配されていた、夏場の電力不足による大規模停電は、なんとか回避されたようで、まずは一安心です。

日中はまだ蝉の声が賑やかでも、夜になるとどこからか虫の音が聴こえてくるようになりました。秋の気配が感じられますね。9月の異称の一つに「色取月(いろどりづき)」という呼び方があります。今の暦では少し早いのですが、旧暦では秋まっさかりのこの時季。木の葉も色づきはじめることから、この名前が生まれたようです。

日中の暑さは残るものの、盛夏とは違う抜けるような青い空の下、まだ咲き残る夏の花々に加えて、秋の花が咲きはじめます。昔とは意味あいが違って、彩り豊かな月といえそうですね。

天気予報によると、まだ暑さが続く可能性もあるそうです。夏の疲れが出る頃ですし、十分休養を取り体調最優先でお過ごし下さい。

では、今月もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。





ヘクソカズラの憂鬱

当カウンセリングルームの近隣に生い茂る夏草・秋草の中に、ヘクソカズラというのがあります。蔓性の草花で、他の草やフェンスに絡まりながらラッパ型の白い小花を鈴なりに咲かせます。花の真ん中は赤紫で、葉の緑との色のバランスも絶妙。つくづく眺めてみれば何ともいえない風情があるのですが、ヘクソカズラ（屁糞葛）とは、またひどい名をつけられたものですね。しかし、茎や葉を安易に手折ると、その名の由来を思い知ることになるので要注意です。本当に名前通りの臭いなのかは人によって諸説あるので、興味と勇気のある方は一度試してみてください。

同じく、あんまりな名前ということで連想されるのがオオイヌノフグリ。春によく見かける草花で、花の青色がきわめて美しいのですが、実の形が犬のフグリ、つまり陰嚢に似ているようで、この名がつきました。こんな可憐な花にこの名前じゃあんまりだ！と思った人が多分いたのでしょう、天人唐草とか瑠璃唐草といった別名も与えられていますが、残念ながらそちらはあまり広まっていないようです。

さて、ヘクソカズラやオオイヌノフグリを見て、「あんまりな名前がついちゃって気の毒に（涙…）」とか、「こんな名をつけたのはどこのドイツだ（怒!）」などと感じるのは人情というもの。でもちょっと考えると、当の植物はもちろん、自分がかわいそうとはツコほども思っていないわけで、彼らはただあるがままに生を謳歌しているだけです。つまり、名前を聞いて勝手に恥ずかしくなったり申し訳なくなったりしているのは私のほうで、いわば私がヘクソカズラを相手に一人相撲をとっているのですね。こんなふうに、本当は自分が感じていることなのに、まるで相手がその気持ちであるかのように思うことは、私たちは日常生活でもしょっちゅうやっています。

例えば、一人でいる人を見ると「一人ぼっちで寂しそう」「誰か声をかければいいのに」と、なぜかこちらが勝手にヤキモキしてしまうとか。そんな時、実はそこには、普段はあまり気づかない自分の中の色々な思いが映し出されていて、それを教えてくれているのかもしれない。

お話を戻しますと、ヘクソカズラにもヤイトバナ、サオトメバナなどの別名がありますが、知名度はいまひとつです。私がこの蔓草花にすぐ目がとまるのも名前のインパクトゆえでしょう。ヘクソカズラは万葉集にも登場するので、名づけ親は万葉人かあるいはもっと昔の人ですね。歌に詠むくらいだから、こんな名前をつけたからといって、ひどく忌み嫌っていたともいいきれません。なにより「これ、ほんと臭いよねえ？それじゃ。」と、この名をつけてしまうおおらかさがすごい。臭いものにはフタをして「ない」ことにしてしまいがちな現代の私たちからみると、なんだか羨ましい気がします。



飯島 典子 (いいじま のりこ)
勤務日：火曜日・木曜日 (本院)

カウンセリングルームからのお知らせ

○本・CDの貸出

カウンセリングルーム待合室の図書は、貸出が可能です。ご希望の本やCDがありましたら、受付までお申し出ください。貸出期間は1ヶ月以内です。ご協力よろしくお願いいたします。

○予約の変更・キャンセルについて

当カウンセリングルームでは、面接日時の変更・キャンセルは、ご予約の2時間前までとさせていただきます。無断キャンセルが続く場合キャンセル料を申し受けることもございますので、ご注意ください。詳しくは担当カウンセラー、受付にご相談ください。

○第9回市民メンタルヘルス講座のお知らせ

上記講座「考え方を変わると気分が変わる～認知行動療法を学んでストレスに対処しよう」を当室臨床心理士 佐々木良枝が担当します。ご興味のある方は是非ご来場ください。＊詳しくは別刷のチラシをご覧ください。

日時：2011年10月15日(土) 10時～11時30分

会場：おださがプラザ4F 多目的ルーム 定員：60名(先着順)

本誌の表題「うがみやぶら」は鹿児島県奄美地方の「こんにちば」というあいさつを意味したことばで、「おがみあげてそろろう(拜み上げて候)」が転じたとされています。

発行・編集：特定非営利活動法人神奈川県メンタルヘルスサポート協会

相模原市南区相模大野5-29-23

TEL 042-748-3532 FAX 042-815-3990

メールアドレス mail@msak.jp

2011年9月1日