

みなさん、こんにちは！

先月は、都心で10月としては7年ぶりの真夏日が観測されましたが、夏の名残りの暑さもさすがにそこまで。その後、急に涼しくなり一気に季節が進みました。風邪をひいてしまった方も多かったようですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

来年の手帳やカレンダー、年賀状印刷の案内などが街中にあふれる時節になりました。2ヶ月毎のカレンダーは最後の一枚。これから年末に向かって駆け足で進んでいくのでしょうか。

また、これから紅葉が美しい季節を迎えます。北から南へ、山から里へと紅葉前線が下りてきます。澄んだ青空とさわやかな空気の中、赤や黄色に色づく木々に秋の深まりを感じます。

紅葉は、夏から秋にかけての日照が長いこと、そして朝晩の冷え込みが厳しく日中との寒暖の差が大きければ大きいほど、その色は美しく、鮮やかさを増すのだそうです。

厳しさを乗り越えて、しかもそれを肥やしにして美しく輝く・・・そんな紅葉のあっぱれさが、人の心を打つのかもかもしれませんね。

紅葉前線の南下とともに、木枯らしが吹き始める頃ともなります。木枯らしは、秋の終わりから冬の初めにかけて吹く強い風のこと、木を枯らしてしまう風という意味です。

冬の到来を告げる木枯らし・・・心が引き締まる思いがします。今年一年も残り少なくなってきたことを教えてくれる使者だからでしょうか。

では、今月もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。





失われた 2 話はどこにある？

過日、私が楽しみにしていたテレビドラマが視聴率低迷のため打ち切られるということがありました。打ち切りを知ったのは 5 話くらい放映された頃で、全 10 話の予定を 8 話で終了すると。「えー聞いてないよ！」という怒りやら、楽しみが奪われる悲しさやらで、しばらくもやもや気分が続いたのでした。

最後まで見終えてみると、さすがプロの仕事で、打ち切りとはいえちゃんとした終結を迎えており、初めから全 8 話ときかされていたら十分いけるよなあ、と感心しました。そもそも全部で何話かなど気にしていなかったのに、打ち切りと聞いたとたん、失われた 2 話が無性に貴重に思え、まだどこかにある気がしてくるから不思議です。

足掛け 15 年続いた『太陽にほえろ！』や、あの『水戸黄門』のように、かつては永遠に続くかと思うような長寿番組がいくつもありました。そうなるともう、週に 1 回、同じ時間に必ず会える心の友のようなもので、いつか終わるかも？などとは想像するだけで辛いので、考えないようにしていたと思います。

対して、今の番組は初めから、3 ヶ月、12 話くらいで終わるとわかっています。大好きなドラマの場合、意識はしないけれど、6 話目くらいで「もう半分...でも終わりはまだまだ先だ」、9 話くらいでは「あと×回か...終わってほしくないよー」と、心のどこかで思うことで、無意識のうちにドラマとのお別れの準備をしている。そして終わってしまった後は、しみじみと名残を惜しむ。という具合に、上手に終わりを受け入れていくわけです。

ただ、それができるのは大人になってからです。小さい子どもは時間の感覚が未熟なので、今日と明日は同じ日だし、楽しいことはいつまでも続くはずだと錯覚しています。それが、生活リズムを刻む、時間割に従う、小学校は6年、中学は3年で卒業するなど、様々な枠組みを与えられるうちに、時間には限りがあること、その中でちゃんと終わる必要があることを理解し、やがて自ら時間枠を設定できるようになっていきます。つまり、主体的に有限の時間を体験できることが、大人らしい時間とのつきあい方といえるでしょう。ちなみに、『サザエさん』は、四季はめぐれど時は流れない、まさに終わりや別れが来ない世界を生きていますが、このアニメが高視聴率を維持しているのも、うなずける気がします。

さて、先の打ち切られたドラマの場合、視聴者は終わりを受け入れる心の準備ができませんでした。そのため、ネット上には「打ち切りを撤回して」「カットした2話をDVDに収録するべき」など抗議の声が寄せられましたが、時間がたつにつれ「6~8話も良かった」「残念。だけど、素敵なドラマをありがとう」といったコメントが多くなりました。予期せぬ終わりに対して、ドラマ製作者も、私を含む視聴者たちも、大人としてなんとか現実を受け入れ、あきらめ、しみじみ名残を惜しみつつ終わることができたようでした。

飯島 典子 (いいじま のりこ)



カウンセリングルームからのお知らせ

○年末年始のお休みについて

12月29日～1月4日まで、お休みをいただきます（年内は12月28日までで、1月5日より開室します）。カウンセリングルーム全体として閉室しますので、この間、連絡がとれなくなりますが、どうぞご了承ください。ご予約は担当のカウンセラーとご相談ください。

○予約の変更・キャンセルについての確認

体調不良などで変更・キャンセルが増える時期かと存じます。当カウンセリングルームでは、面接日時の変更・キャンセルは予約の2時間前までとさせていただいておりますので、ご協力よろしく願い申し上げます。

○お電話・メールでのご予約・変更について

当カウンセリングルームではお電話・メールでもご予約・変更を承っております。ご連絡の際には当カウンセリングルームのご予約カードをご用意ください。お申し出の際に、ID番号・お名前・担当カウンセラーをお伝えください。新たにご予約・変更した際には、ご予約カード裏面のご予約表に、お日にち・お時間の記載をお願い申し上げます。ご予約カードを紛失された方は、受付までお問い合わせくださいませ。ご協力よろしく願い申し上げます。

本誌の表題「うがみやぶら」は、鹿児島県奄美地方の「こんにちは」というあいさつを意味したことで、「おがみあげてそうろう(拝み上げて候)」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

2012年11月1日発行