

イギリスの臨床心理関連施設の現状

谷井 淳一* 白井 幸子** ジャン・E. プレゲنز***

2010年8月22日から、9月1日まで、ルーテル学院大学臨床心理学科では授業の一環として、第2回のイギリス研修旅行を実施した。ホスピスを2か所と、HIV専門病院、グループホーム、ホームレス支援施設を見学した。これら施設の視察で得たことの報告を中心にして、今後ひきつづき実施されるであろう同種の研修に参加するに当たって、参考になるような情報の提供をしたい。

I. 研修の日程

8月22日（日）朝、成田空港出発
夜、ウィーン経由でロンドン着
8月23日（月）市内観光
8月24日（火）セントジョセフホスピス
8月25日（水）グループホーム（Community Housing & Therapy）
8月26日（木）マイルドメイ病院（HIV）
8月27日（金）午前、ホームレス支援施設・午後、ノースロンドンホスピス
8月28日（土）自由行動
8月29日（日）ロンドン発ウィーン着・遅いランチをして、夜、野外コンサート（録画）
8月30日（月）市内観光・夜、音楽鑑賞（モーツァルト）

8月31日（火）ウィーン13時55分発
9月1日（水）成田空港8時5分着

II. 研修の実際

（1日目）8月22日（日）

8時20分成田空港出発ロビー集合。オーストリア航空（OS）052便にて、10時55分成田空港出発、15時55分ウィーン着（乗り継ぎ）、17時15分ウィーン発、18時35分ロンドン着。出迎えの専用バスで一路ハマスミス（Hammersmith）駅前にあるNOVOTEL HOTEL LONDONに到着。あいにくこの日は日曜日で、食堂もお店も早く閉まるため、楽しみにしていたパブでの食事は翌日にお預け、そのままホテルで就寝。

（2日目）8月23日（月）

身体慣らしの市内観光とフリータイム。ハマスミス から地下鉄District 線に乗ってエンバンクメント（Embankment）で降りる。有名なビッグベンを見てバッキンガム宮殿へ（写真1）。コヴェントガーデンまで歩いて、そこで現地コーディネイターのデイビッドさんと合流、中華街と一緒に食事をする。デイビッドさんはプレゲنز教授の友人でロンドンに住む牧師さんである。臨

* Tanii, Junichi
ルーテル学院大学准教授
（臨床心理学科）

** Shirai, Sachiko
ルーテル学院大学教授
（臨床心理学科）

*** Plagens, John E.
ルーテル学院大学教授
（教養部門）

床心理関連の施設もよくご存じで、彼の紹介で今回の研修が実現した。セントポール寺院に行き、午後5時の礼拝に出席（無料）、バスを乗り継いで（セントポール寺院—エンバンクメント乗換—ハマースミス）ホテルまで2階建てバスで、ロンドンの街をゆっくり眺める。地下鉄を使えば、30分くらいのところ、1時間15分ほどバスに乗ったが、市内の様子がよくわかった。19時半よりホテルロビーでミーティング。そこで、1日遅れで参加の白井教授と合流、21時から明日の全員の食事の下見を兼ねて、3人で近くのパブへ。



（写真1）衛兵のパレード

（3日目）8月24日（火）

1. 本日のスケジュール

朝7時50分集合で、セントジョセフホスピスへ。ハマースミスから今度はピカデリー線でホルボーン、そこでセントラル線に乗り換えて、バスノーグリーンへ、さらにバスに乗り換え、セントジョセフホスピス（バス停名になっている）まで。

到着は9時5分ころだったが、講義の始まる9時半まで、コーヒー・紅茶とお菓子をいただき時間的にはゆとりがあり良かった。

9時半から、まず、Ruth Bradley氏からホスピスの歴史と現在提供しているサービスの話、Hilary Thompson氏から緩和ケアの実際のお話、最後にBridget Lee氏から緩和ケアの心理学的側面の話をつけた（写真2）。そののち12時から施設見学がはじまり、終了したのは13時半、施設

を案内してくれたトンプソンさんは昼休みもほとんど取れなかったように思えた。学生たちは比較的きちとした服装であったが、病院の雰囲気にマッチしていた。

13時半にバスに乗って、地下鉄のバスノーグリーンに戻る。ここで解散、谷井・白井で途中食事をしてから、ハロッズ百貨店に行くことにした。ホルボーンの駅で降りて、喫茶店で、サンドイッチと紅茶で11ポンド使う。ハロッズではその広さに驚いたが、紅茶とハロッズバッグを買った。クレジットを使ったところ、日本円でも購入可能ということで、おそらく一番効率よく（確かレートが、1ポンド136円で、手数料はついてなかったような気がする）買い物ができたのではないかな。両替は、日本ですか、現地ではクレジットを使うか、クレジットの自動両替支払い機を使うのが手数料が少なくなるように思う。



（写真2）セントジョセフホスピスの歴史と現状の説明

2. セントジョセフホスピスの歴史と現状

1年間で延べ600人（1人で5回という患者もいる）の患者を扱っている。デイホスピスでは120人、死別のケアでは、300人くらいを扱っている。現在は癌患者が中心だが、今後は、呼吸困難のケースなど他の疾患の患者にも適用を広げていくという。

東ロンドンには移民が多く、誰でもが利用できるようにするために、とくに民族の問題には注意を

払っている。それぞれの民族の固有性を理解することが大切であることが講義では強調されていた。例えば、死を悼むときの表情にも違いがあるし、お祈りの回数や、家族が見舞うと言った時の人数（時には30人）なども違う。食べ物の違いも勿論大きい。

3. 緩和ケアの実際

まず最初に、どういう風に呼ばれてほしいか、を聞き、個としてのあなたを大切にしていることを伝えている。好き嫌いはどうか、どのように関わってほしいか、食べ物の好みはどうかなど、その人の個性を大切に理解する。日本人だからご飯が好きだろうなどの先入観をもたないようにする。死ぬ前の質問として「あなたの人生にとって何が大切だった」と聞く。そして、もし、ネコが大切だった、ということなら、できるだけネコを連れてくるようにする。また、自分自身に正直であるよう努めている。「私は明日死ぬでしょうか」と尋ねられた時、「そんなことはないだろう」などとは答えられない、「私には分らない」と答える。常に、次の時間に向かうとき、「これでよかったのか」と内省を経てから向かうようにしている。

4. 心理学的ケア

家族によって「死」についての位置が違う。死を語るのはタブーだと思っている家族もいる。まずは自分の死に関して声に出していえることを援助する。また、家族に会うこともある。子どものケアは特に大切である。子どもには「家族に何が起きているか」という質問をする。親が言わなくても子どもはかなりよくわかっていることも多い。そのことが親に分ると親はほっとするようだ。子どもは、死別後、誰と暮らすことになるのか、とか、ギターレッスンは誰が送ってくれるのかとかを案じている。子どもは自分が親の病気の原因かという心配をしていることも多い。小さい子では乳がんなどは自分が原因だと思込んでいる。死にゆく親が子どもに伝えたいことを代

筆するという難しい仕事を託されることもある。

死別後のケアとしては、子どもを今後、見ていく人に、子どものことをどのように考えているかを話し合うことが大切である。子どものグリーフケアについてその人と話し合う。家族療法として家族に集まってもらってみんなで話すということもある。勿論、プレイセラピーやドラマセラピーを使う場合もある。また、専門家のトレーニングのプログラムやスタッフのためのケアも行っている。例えばナースは痛みのケアはできない、それがつらい。患者が治療を拒否することもある。そのようなスタッフの相談にも乗る。

（4日目）8月25日（水）

1. 研修のスケジュール

プレゲンズ班と白井・谷井班に分かれてCHT（Community Housing & Therapy）の見学である。CHTはランチがいくつかあり、1か所で20人は多いということで、2か所に分かれての実施である。プレゲンズ班は、Dainton House というロンドン郊外の施設で、ハマスミス始発のバスに乗って、2時間ほどかかる。素敵な田園ドライブと帰りに、リッチモンドという町に寄ってゆっくりするというプランである。白井・谷井班は、ハイアムロッジ、プレゲンズ班よりも距離が近いので、場合によっては、夕方にフロイド博物館に寄ろうかというプランだった。ピカデリー線に乗って、グリーンパークでビクトリア線に乗り換え、終点のウォルサムストーセントラルで国鉄に乗り換え、最終的にハイアムパークという駅で下車、無人駅であった。そこからは、鉄道沿いに北に5分、おそらくこの辺だろうというところに、ハイアムロッジという掲示はなかったが、49と51という住所の番号がドアに記載された家があった。思い切ってドアを開けるとそこが目的地だった。

マネージャーのテリーさんが、交通事情で遅れており、他のスタッフは、その日は私たちのためにオープンハウスを計画してくださっていたので、沢山の来客があり、その方々と豊かな交

わりの時が与えられた。午前中は、テリーさんの講義、午後から私たちを含めてのオープンハウスが、16時まで予定されていた。フロイド博物館の計画は自動的になくなった。オープンハウスは、バーベキューパーティということで、用意された食材をセルフサービスで食べ、参加者と交流するというものだった。参加者は、CHTのスタッフ、クライアントだけではなく、その家族や支援者、近隣の病院や福祉関係者ということだった（写真3）。



（写真3）CHTグループホームの中庭
（農作物を育てている）

パーティ参加者で唯一名刺交換した相手は、肩書きがFood Bank Managerでホームレスに食事を提供しているベアドスレイという人であった。その他にも、ルーマニアから来ているカウンセラーなどもいたが、とにかく、こちらから話しかけないと相手が誰なのか分らない状況で、楽しかったが少し気も使った。16時にパーティは終了したが、それからクイズをやるということで、スタッフとクライアントに交じってグループ対抗のクイズにも参加した。クイズは、「この施設で、一番年上の人は誰でしょう」というようなもので、クイズを通して施設の中の人間関係を大切にしているように思えた。施設を出たのは17時を回っていた。

本日は、昼食をそろってとったので、夕食は各自、谷井は編入生の一人に誘われて、オックス

フォードサーカス駅近くの日本食店（SAKURA）で、たんめん（費用5.5ポンド）を食す。19時半より、Hotelでミーティング。

2. CHTの活動

マネージャーのテリーさんはギリシャ人、施設で働きだして6年ということである。この施設には、ドラッグやアルコール中毒、強迫症状などの問題を抱えた、精神病圏あるいは境界例圏の人が生活している。現在男女合わせて15人が入っている。病院から紹介されて入所、病院と施設を行ったり来たりする場合もある。病院に入院するとコストは週あたり3000ポンドである。それに比べここで生活するコストは、3分の1の週あたり1000ポンドなので、政府にとっても患者にとっても最後の手段としてこの集中治療が考えられているようだ。ここでは、18か月から2年間の治療（個人および集団のビオン流の精神分析的治療）が実施されている。掃除とか身の回りのことは自分でやる。何かあってもスタッフは基本的に介入しない。スタッフも生活はクライアントと同じ立場で共同生活をしている。妄想なども指摘して修正させるのではなく自分でおかしいと気付くのを待つ。

個人セラピー以外に、1週間の間に、5つのグループがある。2つのセラピーグループと2つのコミュニティグループと1つのオポチュニティグループである。グループセラピーは非構造的な方法で行われ、古いメンバーが新しいメンバーに共同体で過ごす方法を教えてあげることになる。例えば、アイデンティティの問題やセクシュアリティの問題なども自分たちでどう考えてきたかをメンバー同士が教えあう。オポチュニティグループでは、服薬の問題、セクハラの問題、ダイエットの問題など適切な話題をスタッフが話し合って決定、3か月単位で実施される。コミュニティグループでは、食事の方法など日常生活の問題をみんなで考える。予算はどうするか、誰が買い物に行って誰が料理するか。また、掃除がきちんとなされてなかったり、ある人が最近セラピーグルー

プに行っていない、などの問題もここで取り上げられる。

3. スタッフに関する問題

スタッフは、1週40時間勤務、9人でテリーさんは昼間のみの勤務だが、他のスタッフは交代で1日に2人が当直を行う。

精神病圏の患者さんを扱うのは時に辛い。スタッフの中で「なぜ自分はこんな仕事に就いたのか」「この仕事は自分に合っているのか」などの問いが生じてくる。患者に対するネガティブな感情や同僚との関係、自分の能力に関する懷疑など極めて当たり前の問題が生じてくる。それを週に1度のスタッフ・サポートグループで取り扱う。また、大学院でSVを受けている。ここで大学院の実習も行っている。マスターの1年目はアシスタントとして入り、2年目からセラピストになる。修士号をとるには3年必要である。誰かが食事を作らないとか、問題は毎日のように起こるが常にスタッフで話し合っていて考えている。患者さんの自立が目的なので、介入は最小限にしたいが、問題が大きいとその影響力も大きくなるのでそのバランスが肝心である。しかし、経験を積みばつむほど、介入の頻度は少なくなる。

4. 経費・その他について

地域に、ソーシャルサービスデパートメントがあって、地域の精神的な問題の支援は、この局が責任を負っている。費用は税金で賄われている。テリーさんの話によると、自分の給料の30%が税金になっているから、政府が負担するのは当然である。自分はギリシャからきたが、税金が高くてその分社会保障が充実しているロンドンのほうがずっといいと思っている。

他にもCBT（認知行動療法）が使われる場合もあるが、抑うつ程度なら、CBTは有効だが、もう少し重度の精神疾患だとやはりCBTには限界があり、精神分析的方法を使用している。

軍隊帰りの人の問題も深刻化している。軍隊から帰ってくる人の65%が精神的に何か問題を抱

えていると言われている。もともと家庭崩壊の問題を持った人が軍隊にいく場合が多く、生活が構造化されていない。軍隊ではある程度規律のある生活ができるが、それは権威主義的な構造の中での規律なので、規律が内面化していない。帰国後も初めはなんとか仕事もし、家庭を持つ場合もある。PTSDの症状も悪夢にうなされる程度であったのが、結局、酒、暴力、離婚ということを経て、ホームレスになる場合が多い。結果的に軍隊をやめてから8-9年経たのち、深刻なPTSD症状がでることも多い。

（5日目）8月26日（木）

1. 研修のスケジュール

2日間、朝7時台の出発が続いたので、この日は午前中はお休みで、研修は午後からという計画である。ホテル出発予定は、11時45分である。午前中、ハマスミス駅周辺の町の探索に出てみると、商店街はけっこう大きくて駅から一方通行の道路沿いに西に延びていた。9時過ぎには、店も開店し、大きなショッピングモールには衣料品も安くて良質のものがあった。また、医療関係施設のチャリティのお店や本屋など楽しそうな店が並んでいた。

予定通り11時45分に出発、ホルボーンでセントラル線に乗り換え、リバプールストリートで降りた。駅前ビジネス街であったが、少し歩くと、町の様子は下町風になった。

13時にマイルドメイ病院（Mildmay Hospital）に到着。ディレクターのフィリップスさんが建物を案内しながら、解説をし、最後にまとめの講義をして下さった。キッチン+ランドリーのような部屋がアセスメントセンターとなっているのが印象的であった。食事の用意や洗濯といった日常活動がどの程度できるかをアセスメントして、施設を離れたあと自立できるよう支援しようという姿勢が表れていた。今回訪問したすべての施設で共通しているのは自立を支援するということを強調し、そのためのアセスメントをしてより現実的な支援をしている点である（写真4）。

ホテル到着後、17時10分から手短かにミーティング。18時からインド料理店で食事。そのあと、明日の夕食場所のパブを下見する。



(写真4) キッチン風のアセスメントセンター

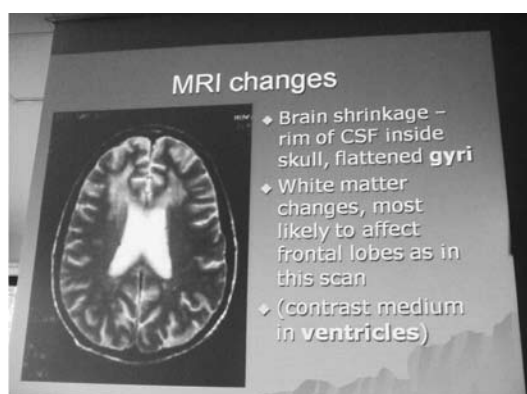
2. 病院の歴史と現状

HIVは脳の認知の障害を起こす病気で、感染から脳が侵されるまで10年かかる。この病院は、イギリスで唯一のHIV専門病院で、ベッド数は16である。デイサービスにも16人を受け入れている。職員数は60人、ボランティアは30人である。従来は緩和ケアが中心であったが、最近はりハビリにフォーカスした治療をしている。服薬と適切な治療をすれば患者は必ず良くなる。感染すると判断力がなくなったり、性的異常がでてきたりするが、薬をきちんと飲むことにより改善する。しかし、これまで薬を飲むという習慣がついてない人が多く、その習慣をつけさせることが重要である。また、母子感染に関しては、母親が妊娠中に薬をきちんと飲めば死亡率は0.5%程度に減る（対処しなければ80%）ということであった（写真5）。

入院期間は4週間から26週間であり、まず、神経の認知能力の調査を4週間かけて行う。この間に、精神科医、臨床心理士、作業療法士、言語療法士、一般医2人、ソーシャルワーカー、チャプレンなどからなる専門家グループが毎週アセスメントの会議を行いながら指導にあたっている。入院中は食事などを自分で作ることも勧められている。アセスメントセンターとして、キッチンや

洗濯機が設置された部屋があり、食事の準備・かたづけ・洗濯などを自分でどのくらいできるかがアセスメントの対象となっている。

全人的な対応をしており、自立して生活できることが目指される。また、ネットワークをもち、各種のサークルに関与できるようになることも求められている。入院患者は、アセスメントのうち、リハビリ指導を受ける。薬の正しい飲み方や薬が変わったときのサポートはもちろん、問題行動があればそれを話しあうこともする。そして最終的にコミュニティの中で生きていけるように指導される。デイサービスでは、昼食を提供して、スキルの回復を目標にさまざまな活動を通じた支援、援助が行われている。



(写真5) HIVが原因の脳収縮

(6日目) 8月27日 (金)

1. 研修のスケジュール

9時ホテル出発、ピカデリー線で、レセスタースクエアまで行きノーザン線に乗り換え、カムデンタウンで、ハイパーネットブランチの方に乗り換え、ウッドサイドパークに到着（10時10分）、徒歩かれこれ30分で、HAB（Homeless Action in Barnet）に到着。途中、本日午後訪問予定のノースロンドンホスピスの経営する募金ショップが商店街にあった。

昼食は、HABの近くの商店街で、食料を各自買って、TRINITY CHURCH CENTREのスペースを借りてとる。この教会もデイビッドさんの関係の教

会のように紅茶とコーヒーをサービスしてもらう。

教会を出て20分ほど歩いて、13時半に、NORTH LONDON HOSPICEに到着。施設の見学とたまたまその日来ていた日本人の女性患者との面談。その後、15時からパワーポイントを用いた説明(Larry氏による全体説明、Jayne Robinson氏による子どもを支援する方法、Josie Hostyさんによるリスクアセスメントについて)があった。多宗教のホスピスとしての最初の施設であることが強調されていた。そのため、患者さんとの面会部屋の開閉式の柵には、いろいろな宗教に対応できるように宗教別の道具などが用意されていた。

2. HABが行っている仕事

HAB (Homeless Action in Barnet) は、ホームレス支援活動をしている施設で、1.5ポンドという安い朝食と昼食と休憩場所を提供している(写真6)。また、入浴や洗濯、使い古しの衣料の提供なども行っている。利用者の50%は住居は持っているが、支援がないとそれを失いかねない状況にある。利用者は18歳から80歳まで平均30代後半か。だいたい6カ月をめどに、職業につくか生活保護を受けるかして、この施設を自立して出ていけるようになることを目指している。代表のエディさんは、元ソファの販売をやっていたが報いのある仕事を求めてボランティアからこの仕事を始めた。従って、この仕事に資格はいらない、しかし給料は高くない。



(写真6) ホームレス支援施設での説明

イギリスの精神障害や身体的疾患に関するサービスは非常に手厚いが、そこに働いている人には、厳然とした階層的秩序があるようである。病院は、それぞれ整備された設備を持ち、政府からの援助も多く、財政的基盤もしっかりしている。そして、そのスタッフの多くは白人である。しかし、それだけのサービスをすべての人に行うのは財政的に大変なので、グループホームのような施設が存在する。そこには高学歴で、能力的には優秀なスタッフが揃っている。しかし、働いているスタッフは、主として東ヨーロッパや南ヨーロッパあるいはアフリカ出身の専門的訓練を受けた人たちである。そして、HABのような物質的援助を担う施設のスタッフは無資格でよく、しかしこのような仕事に情熱をもつ人々が活躍している。

3. ノースロンドンホスピスの概要

病院の経営は、20%は政府からの補助、80%は基金で成り立っている。ボランティアは400人存在し、この人たちなしに施設は存在しえない。ボランティアの主な仕事は基金のためのお店の運営や患者の送迎である。ホスピスはサンダースという傑出した女性によって創設された。サンダースは医学、看護学、社会福祉学を修め、全体的に人間をみる視点でホスピスを立ち上げた。患者は症状ではない。癌になったかもしれないが患者は癌ではない。人間としての独自性を尊重されるべきである。彼女が提唱したTotal Painという考え方で援助を行っている。すなわち、4つの苦痛がある。身体的な、社会的な、心理学的な、スピリチュアルな4つの苦痛である。

身体的苦痛に関しては、苦痛を完全になくすことはできないが、我慢できるレベルまで痛みを減少させて生活の質を保てるようになることを目標にしている。社会的苦痛としては、家族に対する影響、仕事に対する影響、経済的問題などを問題にしている。スピリチュアルな苦痛では、希望と現実のギャップを埋め合わせる援助をしている。仕事だけが生きがいだった人々にとって病気がなった今、何が大切かをともに考えている。4つ

目は、心理学的苦痛の軽減である。不安や怒り、悲しみ、やり残した仕事、言い残した言葉、そのようなことに対処していく。

4. 子どもに対するケア

親は子どもにどう接したらいいかわからない。子どもはしばしば直接的で意外な質問をする。例えば、祖母が死んでもまだ食事はするの、とか。死んだら祖母を友達に見せてもいいか、とか。そのためにあらかじめ親にこのような質問を子どもがすることがある、ということを伝えておく必要がある。それだけで、そのショックを和らげることができる。また、子どもは心のなかでは混乱していてもそれを表面には出さないことも多い。何か悪いことが起こっていることは知っている。そして、そのことが自分のせいだと感じていることも多い。小さい子の場合、母親が乳がんであることを知ると自分が原因でそうなったと考えてしまう。親が正確なことを伝えないと子どもの想像は悪い方に悪い方に向かう。それを避けるためにも子どもには正直に正確な情報を伝えることが必要である。また、子どもだからという理由で無視されたくないという思いも持っている。親も子どもも同じ人間としてそのような不安を語り合って共有することが大切になる。死に対する子ども用の教材・絵本もたくさん出ているので、それを活用できる（写真7）。



（写真7）子ども用に死を説明する教材

5. 死別に対するリスクアセスメントとサポート

死んだ人そのものはもう帰らないが、そのために打撃をうけている家族が立ち直ることを支援することはできる。その意味でこの仕事はとてもやりがいがある。そして、どん底の家族にどこまでも付き合う勇気が必要である。家族の状況进行评估するための評価システムがある。あなたは介護の中心でしたか。あなたは子どもですか。扶養家族はいますか。経済的な問題が生じていますか。コミュニケーションはうまくいっていましたか。突然の死でしたか。などの評価項目がある。突然の事故死に比べて慢性的の病気による死のショックは少ないように思うかもしれないが実際は違う。家族にとって、患者の介護は日常になっている。介護をすることで満たされていた部分がある。その中心が欠けることは、今後の家族の生活や人生をすっかり変えることになる。

死別に対するケアは、もうすぐ死がくるのだとの予知の日（病名の宣言）から始まる。1か月、3か月、6か月、とその時の家族の状態をチェックして助言する。個人セラピー、グループセラピー、家族セラピーなどを提供している。そして、死後14カ月まで続く。1年後というのはとくに大切にカードを送るようにしている。その時期に心理的問題が顕在化することが多い。1年後になってはじめていろいろな話ができて始める場合もある。

まず、悲しむことが大切である。その人らしいやり方で悲しむことができることが大切である。しばしば、死者に対して怒りを覚えることがある。そのことについても正常な反応なのだと支持することが必要である。いろいろな形で反応があらわれてもすべては正常な反応なのだと受け入れることが重要である。

6. 日本人患者との面談

たまたま、その日訪れていた日本人のBさんが面談に応じてくれることになった。

Bさんは、足が痛いということで、昨年、町のGPを訪ね、X線をとった。何も映らないので、

さらにMRIをとったところ、脊髄の中に（良性の）腫瘍が見つかる。すぐに（月曜の夜に）専門医（ナショナルホスピタル）に転送され、火曜に診断を受け、水曜には手術した。その時の話では、良性なので99%の人は助かるということだった。1年後、癌ということが分かった。それで、この病院に入って手術をした。理学療法士がいて、手術後のケアとして、マッサージや気功その他のリハビリなどを行っている。作業療法士がいて、退院後の日常の食事準備とか洗濯仕事のチェックをしてくれる。立ってする作業がづらいようだとかートを用意したり、トイレの高さを高くしたりしてくれる。つまり、自立的な生活がしやすいようにアセスメントをして、道具などを工夫してくれる。Bさんがこのようなサービスを受けられるのは、永住権をとったからである。最初、学生としてきたが、この国で働いて永住権を得た。その有難さをしみじみ感じている。

（7日目）8月28日（土）

長いと思われた研修の1週間があっという間にすぎ、本日は、自由行動日。

この日は3つのグループに分かれた。1つ目のグループは、ミュージカルグループ。ロンドンに来たのだから是非ミュージカルを見たいと言う人がいて、それに同行する人を募ると11人が集まった。ロンドン初日に、レシアムシアターという劇場に行き予約券をとる。こんな急なオファーに対応できるのも地元のコーディネーター・デイビッドさんの存在のおかげである。ちょうどライオンキングをやっており、予約券は私たちが買いに行ったとき、もう売り切れ寸前であった。このミュージカルの終了する時刻が、16時半だったので、3つのグループはこの時刻に劇場に集合し、それから、デイビッドさんのお宅でのホームパーティに向かうことになった。

2つ目のグループは、ミュージアムグループ、セントジョセフホスピス訪問の午後も少ない自由時間を博物館に行こうとチャレンジしたが結局、道に迷って、到着したときは閉館間近になったと

いう。本日は、テムズ川沿いの新しい博物館で一日をゆっくりと過ごす。

3つ目のグループは、テムズ川クルーズグループ。教員はすべてこのグループだったので、報告はこれが中心となる。

8時45分にホテルを出発、エンバンクメント駅で降りてすぐの、エンバンクメント桟橋に向かう。チケットを買おうと思うが、係員はおらず、しかしとりあえず待っていれば船がくることがわかった。エンバンクメントピアから乗ると、一旦、船は西に向かい、ロンドンアイでさらに乗客を乗せてから、東に向かった。船からは川沿いにあるセントポール寺院が見え、ロンドンブリッジを下から見上げることができる。約1時間で、グリニッジについた（写真8）。



（写真8）グリニッジ天文台に向かうクルージング

グリニッジは、古きイギリスの良さを残した落ち着いた街で、グリニッジ天文台を見学したあと、デイビッドさんの息子のトムさんと合流して、近くのパブで昼食をとった。プレゲنز教授お薦めのスープとヨークシャーピングというローストビーフをロールパンでラップした料理を注文した。スープにパンがついていたが、それを食べると、メインディッシュが食べられないような気がしたので、待っていた。あとで分ったことだが、スープなどの前菜（スターター）を頼むとそれがなくなってしまうのは、メインディッシュがでてこないようだ。イギリスのパブはすべて同

じょうなシステムのように、日本人が宴会気分で食事をするときは、スープは頼まない方がよいようである。このことを知らないために、昨日の夕食も今回の昼食も必要以上に時間のかかるものとなった。

そのあと、グリニッジのマーケットで御みやげをいろいろ買って、帰りも船でロンドン市内へ帰る（写真9）。往復のチケットを買っていたため、船になったが、次回からは帰りは鉄道で帰った方が時間を有効に使えるように思った。結局、帰りの船は行きに比べ乗客も多く、乗り降りに時間がかかるため、16時半に劇場につくためには寄り道する余裕がなかった。



（写真9）グリニッジのマーケットの日本人のお店

劇場を出発、コヴェントガーデンから、レセスタースクエアで、ノーザンラインに乗り換え、さらにフィンチレイセントラルで支線に乗り換えて終点のミルヒルイーストで降りた。そこから221番のバスに乗って、約10分ほどでデイビッドさんの家に着く。デイビッドさんの家では、食べきれないほどの食事とデザートが出てホームパーティを楽しむ。デイビッドさんはピアノがうまく、学生さんの中にもピアノがうまい人がいたので、楽しく歌をうたい、話に花が咲いた。

（8日目）8月29日（日）

午前6時20分ホテル出発。そのため、前日の夜、朝食用の簡易ランチセットを渡されていた。

中には簡単なパンとシリアルとミルク、ジュースが入っていた。

6時40分頃、空港着。9時25分発オーストリア航空でウィーンに向かう。機内食は簡単な軽食だったと思う。12時50分ウィーン着。出迎えのバスに乗って、地下鉄ピルグラムガッセ駅前のHOTEL ANANASへ。

ホテルについてまずしたことは、翌日の、コンサートの予約。ミュージクヴェレン（Musikverein）という劇場で、モーツァルトのコンサートがあったのでホテルを通じて予約を入れる。席は、40, 54, 65, 79ユーロの4種類があったので各自の財政事情に合わせて予約券を手配。券の種類毎に25%程度の前金をホテルに支払って、残りは会場で支払うというシステムである。

少し休憩したのち、15時ころに市内見学と食事のために外出。ピルグラムガッセからU4地下鉄線で、2駅目のカールスプラッツで降りる。降りると音楽家スタイルに変装した音楽会の勧誘グループに声をかけられる。日本人観光客が多いのか、ほとんどの人が日本語を話す。この人たちの勧めるコンサートが信用できるものなのか、どうなのか、私たちはすでにコンサートを予約していたため、確かめるすべはなかった。

ロンドンの初日と同じで日曜日のため開いているお店は少ない。大きな商店街から一本、横道に入ったところにあるウィーン料理の店、フェルデナント（Ferdinandt）に到着。中途半端な時間だったので、客は私たち以外には2人連れが1組。戸外のテーブルも含めて一番よさそうな場所に2グループに分かれて着席。イギリス料理に飽きていたので、できるだけ、イギリスになかったものをと思い、メニューをにらむもドイツ語で書かれているため難しい。ウィーン人の店員さん相手に英語で確認しながら、シチュー系やサラダ系の料理を頼んだところ、がんばった甲斐あって比較的多様なバラエティに富んだ料理が注文できた（写真10）。

その後、18時ころから、シュテファン寺院や町の中心部を見学、たまたま1軒だけ開いている

お店が見つかりみやげものを物色する。20時頃には市役所についた。市役所ではコンサートビデオの野外上演会があった。ニューイヤーコンサートのビデオだそうで、20時20分つまり日没ころからみられるということであった。周辺にはお店もたくさんでいて、各店共通のグラスや皿を使っていた。ここでワインを飲みながら、コンサートを楽しむ。



(写真10) ウィーンのレストラン
(メニューがドイツ語)

イギリスは、最高気温が20度くらい、ウィーンは25度くらいということだったので、日本に帰るまで、少しずつ気温の上昇に慣れるはずだった。しかし、昨日からウィーンは異常気象で急に寒くなったらしい。山では雪が降っているという。結局、ロンドンよりも寒いくらいであった。そのため野外コンサートは、今年に限っていえば、厚めのジャケットか、フリースやセーターがあればよいくらいの状況であった。

(9日目) 8月30日 (月)

午前10時、シェンブルン宮殿到着。グランドツアーという40室すべてを見学できるコースを選ぶ。日本語の音声ガイドキットを借りて、12時に門で集合ということになる。2時間たっぷり見学時間があつたため見学速度に差が生じた。12時以降は自由行動であったので、12時の集合はなくしてグランドツアー出発の時点で解散しても

良かったかもしれない。ただし、多くの学生が時間をもて余したのは、庭園を見学できることを知らず、部屋の見学が終わった後すぐに門へ向かったので時間が余ってしまったのである。

次にホテルを出発する17時までは自由行動。カールスプラッツに戻って、各自、昼食をとり、買い物を楽しんだ。

17時、各自正装して、ホテル玄関集合。ただし、男性はジャケットさえあればネクタイはいらないということだったので、普段とさほど変わらない。シュテファンプラッツ駅まで地下鉄でいって、徒歩5分のハンガリー料理店 (ILONA STÜBERL) へ。この店は日本人がよく訪れるのか、日本語のメニューがあった。このあと、20時15分からコンサートなので飲み物は水で我慢する。19時半、お店を出て一路、劇場へ向かう。カールスプラッツまで一駅乗って、コンサートホール (Musikverein) へ、20人の予約券を精算するため、切符を手に入れるのに10分ほどかかる。

「正装でないと入れてもらえないと脅かされていた」が実際は、観光客が多く、ジープやスニーカーの観客もいた。しかし、少しドレスアップしていくのも悪くはない。演奏は、45分ほどたつて休憩が15分ほど入る。その休憩時間中は、ワイントイムのように、ロビーでは、みんながお酒をたしなんでいた。

(10日目) 8月31日 (火)

午前10時30分ホテル出発、送迎バスで、ウィーン空港へ。午後13時55分発オーストリア航空で一路成田に向かう。翌9月1日 (水) 午前8時5分、予定通り成田空港着。

夢のような10日間が参加者それぞれに深い印象を残してこうして終了した。

