

令和2年9月9日



相談室からのお手紙（9月号）

愛媛県立松山中央高等学校

短い夏休みが終わり、まだまだ暑い中、皆さんは運動会や中央祭などの準備に忙しい毎日を送っていますね。それでも季節は夏から秋へと移りかわっていて、夜は虫の音が聞こえるようになりました。

しなければいけないことや考えなければいけないことがたくさんあって、気持ちがあっぴあっぴしている人も多いでしょうね。リラックスできる時間が少しでもあるでしょうか。「今はそんなことをしている場合じゃない！〇〇の時までは！」と気力を保ち続けようとしている人もいるでしょう。期限があるのなら、いつかはそんな緊張した状態から抜けられる時が来ます。でもいつまでも続くものなら、次第に体だけでなく心も疲れ切ってしまう。だから時には休憩を挟むことも大切です。

「無」になる時間や何もしないでぼんやりとする時間は、一見無駄なようですが、とても大切で、心にとっても必要な時間ではないかと私は思っています。私は高校生のころバードウォッチング部に所属していました。放課後に河原を歩いて鳥を観察しつつ、部員の皆と河原に座って話したり黙ったりしながら、川の流れを眺めて水に光が反射してきらめくのを見たり、空に浮かぶ雲や夕焼けでピンク色に染まる石鎚、風になびく草や河原に咲く四季折々の花を見たりしていました。

皆が近くにいる、でも誰も周りの人を邪魔しない、静かに過ぎていく時間。今思い出すと笑ったり遊んだりした思い出よりも、皆でゆったりと穏やかに過ごした温かい時間をとても愛おしく感じます。ありのままの自分自身でいられる、自分に戻れる時間。皆さんも大切にしてくださいね。

スクールライフアドバイザー 岡本 綾

★スクールライフアドバイザー来校予定日（12：00～18：00）

9月15日（火）・17日（木）・24日（木）・29日（火）・25日（火）
10月1日（木）・8日（木）・13日（火）・15日（木）

★メールアドレス

Kawamin_chuosoudansitu@school.esnet.ed.jp

★生徒の皆さんだけでなく、保護者の皆様も、気軽に利用してください。

みんなの心の中に、優しい気持ちがあります。

最近、SNS 上での誹謗中傷や、感染症拡大に伴う差別などを耳にする度に、悲しい気持ちになります。苦境に立たされた時こそ、お互いに傷つけ合うのではなく、人の心が優しい気持ちで満たされるような社会にしたいものですね。

今回は、読めばきっとそんな思いになるエピソードを紹介します。

「病院まで遠いよ。最期の会話になるかもしれない」「そんなことない。間に合う」と小声で言い争う男女の声が、師走の電車に揺られていた私の耳に入ってきた。聞き耳を立てるつもりはなかったが、切羽詰まった男女のやり取りと内容が気になった。

夫婦と思しき2人は、携帯電話をのぞき込み会話を続けていた。「電話したほうが良いよ」「いや、人の迷惑になる。駅に着いてからでいい」。他の乗客も気になるのか、2人に視線を向けていた。「意識なくても耳は聞こえるって。掛けなさいよ。お義父さん、待っているよ」「電車内だから掛けられないよ」。お互いに感情が高ぶり、少しずつ声が大きくなっていった。携帯電話の向こう側で、息を引き取ろうとしている父親がいて、臨終の場に間に合わない状況にあるという事は、その場の誰も理解できた。

ためらいながらも席を立ち、2人に近付こうかとした時、「電話、掛けたほうがいいですよ」と2人の正面に座っていた女性が声を掛けた。近くにいた乗客も見守りながらうずいている。背中を押されたように男性が電話を掛ける。

「お袋、親父の耳元に携帯電話を置いてくれ」。電車内に声が響く。「親父、親父が一生懸命働いてくれたから、俺たちは腹一杯に飯が食えて、少しもひもじい思いしなかったよ。心配しないでいいから。本当に、本当にありがとう」。静まり返る電車内で嗚咽を懸命に抑える男性。苦情を言う者などいもしなかった。



2人は何度も乗客に頭を下げながら、目的の駅で降りていった。電車内に師走の喧騒と冷気が入り込む。しかし、言葉にはできない胸の温かさを私は感じていた。あの場にいた誰もが、胸の温かさと同様に感じていただろう、「その声は届いている」と。

引用：『第10回「忘れられない看護エピソード集」』（日本看護協会）より
齋藤 泰臣さん 「その声は」

