

研究実践報告

子どもが安心して成長できる社会へ

三 石 春 香*

How We Can Create a Safety Society for Children?

Haruka MITSUISHI*

はじめに

小学校教諭として働いて12年が経過した。以下、これまでの自分の仕事・生活を振り返り、「『書かない』から『書く』へ」「教員時代の振り返り」「発信のきっかけ」「家族と私の生育歴」「私の家族観」を述べる。

I. 「書かない」から「書く」へ

教職10年目を迎えた年、教育学ゼミ時代にお世話になった徳本達夫先生に教職10年の振り返りを書くことを勧められたが、当時の多忙さと教員の働き方に課題を感じていたことから、「書かない」という選択をした。

『文教教育』には、教員を目指す学生の皆さんに夢や希望を与えるものを書かなければならないと思い込んでいたのかもしれない。

このように思っていた自分が「書く」ことを選択した理由を以下に述べる。

資料① 「書く」と決めた理由

一番のきっかけは、自身の妊娠である。自分の体の中にもう一つ命が宿った。この子が生まれて大きくなったら、いずれ幼稚園（または保育所）・小学校・中学校と学校に通うことになる。そう考えた時、我が子や我が子と同じように未来を担う子ども達が一日の大半を過ごすことになる学校という場所が、果たして、今のような状態で良いのかと疑問を抱いたからである。

ある国の子ども達は、教育を受ける機会を与えられず、一日の大半を労働に費やしている。この子ども達には、「働かない」という選択肢はない。働かないと生きていけないからだ。そんな貧困生活の中でも、その子ども達は「いつか医者になって病気の子どもを救いたい。」「いつかお金持ちになって家族を楽にさせてやりたい。」と、将来の夢を目を輝かせて言うそうだ。

一方、日本の子ども達は教育を受ける機会が保障され、ほとんどの子どもが寝るところ・食べることに困らない生活を送ることができる。自分が食べたいもの・欲しいものが選べる。物に溢れ、飽食の時代を生

きる子ども達である。

しかし、同時に不登校児童生徒数の増加、子どもの自殺者数の増加（2022年の児童生徒の自殺者数は計514人で過去最多を記録している。）、いじめ問題等、様々な問題を抱えている。

このような様々な問題を見ると、「豊かさとは何か?」と疑問を抱かざるを得ない。物質的に豊かであっても、子ども達の心身が満たされていないということが分かる。何の問題も抱えていないように見える子どもであっても、他者には打ち明けられない悩みや苦しみを抱えていることがある。

かつての私がそうであった。（「IV. 家族と私の生育歴」の章で詳細を綴る。）年々増え続ける子ども達を取り巻く問題をどうにかしたいと強く思う。

子ども達だけに限らず、病気休暇を取得する教員も年々増加している。令和3年5月1日時点で教職員の精神疾患による病気休職者数は、5,897人と過去最多を記録している。日本の子ども達にとって、学校現場で働く先生達にとって、現状のままではいけないと強く感じている。

こうした現状を変えるために、私ができることの一つとして『文教教育』に書くことと決めた。

もう一つ、書くことと決めた理由がある。産前に仕事を休み始めて、教職時代には持てなかつた健康・食・医療・子育て等、様々なことに目を向けて、たくさん本を読んだり、専門家のお話を聞きに行ったりして学んでいる。そのことで、今まで当たり前だったことが当たり前ではなかつたことにたくさん気づくことができた。

良いと思っていたことが良くないことだと知った。また、学生時代に「テレビで言われていることを鵜呑みにしてはいけない。」と何回も聞いたことがあり理解していたつもりでいたが、私はその意味をきちんと理解していなかつたのだと気づいた。

このような学びの中で、これからの未来を担う子ども達が、自他の良さを認め合い、未来に希望をもち、誰かの役に立つことに喜びを感じられるような大人になりたいと思えるような社会にするために、今の世の中を立て直す必要があると強く感じている。

* 公立小学校教諭（初等教育学科26期生）

以上のことから、私の学びや経験の一端を『文教教育』に書くことにした。

仕事を休み始めて、様々な事を学ぶ中で出会った人々の言葉に共通した言葉がある。「気づいた人が発信する。」という言葉だ。これは、「気づいた人がまだ気づいていない人に伝える。」というシンプルな行動である。気づいているのに発信しないのは容認（黙認は容認）である。

私達大人は、子育てや学校教育の中で子ども達に「いけない事はいけないと言おう。」ということを教えるはずだ。しかし、私達、大人はどうだろうか。いけないと思うことをいけないと言っているだろうか。当の私もそうでない大人の一人であった。いけないと気づいているのに「自分一人が発信したからと言って世の中が変わるわけではない。」という理由で発信しないのは、間違っていることを容認していることと同じである。一人が誰かに伝える。伝えられた誰かがまた違う誰かに伝える。そうすることで、一人一人の行動が変わってきて、やがて世の中を変えることができるはずだ。その可能性を信じて、今、私ができることをしようと考えた。

私の経験・学び・気づきを読者に向けて発信する。どう捉えるかは個人の自由である。どんな捉え方であっても良いが、全ての読者にしてほしいことがある。それは「そうなの?」「知らなかった。」「そんなわけじゃない!」と思うことがあれば、ぜひ、自分で本を読み、自分の目で確かめてほしい。

私も学んでいく中で、今まで良いと信じていたものがそうでないと知った時、ショックを受けた。今までの自分が間違っていたのだと否定されたような気持ちにもなったからだと思う。しかし、「間違っていることを間違いだったと気づけて良かった。」と素直に思うことができた。

多忙な日々を過ごしていた私が今まで知らなかったことを知ったことで、さらに学び、行動を変えた。まだまだ私自身も成長過程であるが、少しでも読者の生活が豊かになるヒントをお伝えできたらという思いで書いている。

本論文のテーマである「子どもが安心して成長できる社会へ」に込めた意味であるが、これは文字通り、子どもが安心して生活全般を過ごすことができることを指している。具体的に述べると、子どもにとって安心して過ごせる居場所があること、安心して過ごせる人的環境があること、自分の道を自分で選択できる環境があること、善意の第三者が居ること等である。子ども達が置かれている環境は一様ではない。家庭・地域・社会・国によって様々である。

子どもが安心して成長するためには、それを支えてくれる安心できる人の存在・環境が欠かせない。子どもが安心して成長できる社会にするためには、子どもに寄り添うだけではなく、子どもに寄り添う大人にも目を向けて、みんなで一緒にそのような社会を目指して歩む必要があると考えている。

II. 教員時代の振り返り

1年目～13年目までの教員生活について、以下に振り返りを述べる。

資料②-1

1～7年目「自分の時間を大切にできていなかった若手時代」

毎日、朝早く起きて仕事に行き、勤務時間内に授業準備に充てる時間がほとんど取れない程、膨大な仕事に追われ、当たり前のように残業をして帰る日々を過ごしてきた。朝ご飯をゆっくり食べる余裕もなく、朝の身支度（洗顔・歯磨き・水筒やハンカチの準備等）をして、ラップにご飯と梅干しを入れて包んだものを食べながら仕事に向かうことも多々あった。

仕事の量は減らないのに管理職からは「早く帰りましょう。」と声がかかる。定時退校日には17時または17時半に学校を出なければならぬが、早く学校を去ったところで終わらない仕事を持ち帰って家で仕事をするようになるだけのため、管理職が職員の勤務時間を適正にしていることをアピールするための定時退校日に過ぎないものだった。

平日は家に帰り着くのは早くても18時、遅くても20時になることがあった。（1年目の頃は23時になることもあった。6年目までは、土曜日にも学校に行って仕事をするのがよくあった。）

家に帰ってから、ただ空腹を満たすだけの食事（ファストフードやコンビニ弁当、冷凍食品等簡単なもの）をとり、入浴後は仕事をする。気づいたら居間で寝ていて朝を迎えるという生活をすることもあった。

教員になって1年目は専攻科時代の仲間とよく電話をし、「自分達は何のために生きているのか?」という話が電話の中で必ず出てきた程、小さい頃からの憧れだった小学校教諭という仕事に満足できていなかったことを互いに話し合ったことを覚えている。

1年目は小学3年生の担任をした。休憩時間、子ども達が将来の夢について雑談していた時、子ども達は思い思い、自分のなりたい姿をイメージして、目を輝かせながら「〇〇になりたい。」と話していた。途中、ある子が私に「先生の将来の夢は何?」と純粋な目で問いかけてきた。すぐに言葉が出なかった。「将来の夢…何だろう。」という言葉を出すだけで精一杯だった。すると、別の子が「先生は小学校の先生になることが夢だったんだから、もう叶っているんだよ。だから、今は無いんじゃない?」と発言した。それを聞いた別の子が「先生になる夢が叶ったのなら、また新しい夢をもてば良いじゃん。その方が楽しいじゃん。」と発言した。子ども達の純粋で素直な考えに触れて、考えさせられた。将来の夢を聞かれて答えられなかった自分は、今を生きることに精一杯だなと思った。「自分がどう在りたいのか。」「これからどんな生活をしていきたいのか。」等、自分のことを考えること（自分のために時間を使うことを大切にすること）ができてい

ないことに気付かされた。

しかし、同じ学校の先生や同期を見ても同様だった。自分のための時間よりも目の前の子ども達のため、学校のため、保護者のため、やってもやっても次から次にやらなければならない事が迫ってくる。子どものためと言いながら、「この取組は本当に子どものためになっているのか？」と疑問に思うが、そんなことをじっくりと考える余裕すらない忙しさだった。結局、「今までこういうやり方をしてきたからする！」というような、質や内容よりも効率を求める取組も多々あり、それが日常だった。

休日は、平日の睡眠不足を取り戻すかのように昼まで寝て、起きたらまた手軽に食べられるものを食べたり、同期とご飯を食べに行ったりした。健康であり続けたい気持ちは少なからずあったが、「毎日、栄養バランスのとれた給食を食べているから大丈夫。」と、自分の健康を他人任せにしていた。たまにオーガニック食品や有機野菜等を食べれば健康が維持できると都合のよい勘違いをしていたこともあった。(今ではそれが大間違いであることは分かる)

また、休日は自分の好きなことに没頭する時間はほとんど取らず、筑波大学附属小やその他大学附属小の研究会や勉強会に足を運び、教材研究に時間を割くことがほとんどだった。

「とにかく授業力を付けたい。」「ベテランの先生のように子ども達を惹きつけられる授業ができるようになりたい。」という一心だった。そのため、「1～6年目までの自分のやりたいこと＝教材研究」だった。

自分の時間を大切にしようと考え始めるきっかけとなった出来事が起きた。2校目の学校で6年目を迎え、研究主任に任命された。当時の管理職は、オペラートに包んで言うと、若手には厳しく、年齢層の高い教員には優しく、「若手には何でも好きなように言うくらいが丁度良い。」と言わんばかりに、多々、理不尽な要求をされた。例えば、出張に出て自宅に直帰する連絡を学校にすると、「起案した内容が不十分だから直帰せず学校に戻るように。」と言われたこと、作成した資料の日付を前任校の小学校の時の書き方(西暦と和暦を併記して記載)をしただけで「立場のある者がこのような書き方をして職員に配るといことになれば、組織が崩れる。」と言われたこと等があった。

理不尽な要求に耐えながら過ごした6年目が終わり、7年目を迎えた。「あれだけ私に不服を申し付けてきた管理職なのだから、今年は研究主任ではないだろう。」と思っていたが、この年も研究主任だった。

研究主任2年目を迎えて数日経ち、出来事(事件と言うべきかもしれない)が起きた。入学式終了後の放課後、私が作成・起案した研究計画について指摘したいことがあると校長室に呼び出された。上記のような「そこまで咎める必要があるのか？」と問いたくなるような校長・教頭の言葉に今までの怒りが爆発した。「修正するように」という指示は分かったが、なぜ、

そのような言い方になるのか納得できない。」というようなことを伝えた。すると、教頭(男性)が私の目の前にあった机を蹴り、「誰に向かって口を開いているのか!」と怒鳴った。今までの理不尽な対応も残念だったが、物に当たり、大声で怒鳴る姿、そして、それを目の前で見ている校長(女性)も当然のこのように何も言わない(止めようとしめない)姿に呆れてしまった。「このような対応になる意味が分からない。」という主旨のことを伝えて校長室を去った。職員室に出していたパソコンを片づけ、学校を後にした。「このまま仕事を辞めようか。」とも考えたが、起きた出来事について(これまでのことについても含む)、近所に住む親戚(叔父・叔母)に話すことにした。親戚が管理職との間に入ってくれることになり、後日、校長・教頭から謝罪があった。研究主任を辞退することを伝え、承認を得た。

これまで「学校のため」「子ども達のため」と、帰宅後や休日等、仕事以外の時間を教材研究のための時間に費やしてきた。自分の体や心が健全であることを蔑ろにしていたことに気付いた。「仕事をやり過ぎていたのかもしれない。」と気づいた出来事だった。

資料②-2

7年目「個々の児童に寄り添うことの大切さを学んだ一年」

教職6年目、初めて6年生担任をした。その時は、持ち上がりの6年生だったが、教職7年目で6年生を担任した時、今まで受け持ったことのない子ども達であったため、2度目の6年生担任とは言え、初めて6年生担任をするような気持ちになった。

この年、受け持った6年生の子ども達は、一見落ち着いていたが、低学年の頃から物隠しが絶えない学年でもあった。

また、5年生の途中から教室に入れない子、あらゆる新しい活動に強い不安を感じて学校に行けない子、学校に行きたくないからと家を出たふりをして家の近くに隠れていた子…様々な課題を抱える子どもが多い学年だった。今まで以上に個々の児童への児童理解が求められた一年だったように思う。「みんながしているから」という要求はこの子達には通用しなかった。「何に不安を抱いているのか。」「それはなぜなのか。」「どうしたいのか。」「どうしてほしいのか。」「…個々の児童に寄り添い、受け止めることの大切さを感じながらも、他の児童(問題なく静かに頑張る児童)との関わる時間が減ってしまっている申し訳なさも感じていた。

課題の目立つ児童に寄り添いつつも、目立ちはしないが気になる男児がいた。いつも表情を変えないが、何かに打ち込む時の集中力の高さが素晴らしい子だった。また、人に迷惑になるような行動はしないが、独り言が多く、それでいて周りからどう思われるかをあまり気にしないタイプであるため、女兒から「Aくんは何を考えているか分からない。」と敬遠されることもしばしばあった。

2学期終わりのある日の朝の会のこと。私が「卒業までにしたいことはありますか？」とクラス全員に投げかけた。卒業までにしたいことがあれば、できる限りサポートしたい旨を伝えると、「卒業文集を作りたい。」「めだかを飼いたい。」「お楽しみ会をしたい。」等、様々なアイデアが出てきて、クラスみんなで計画を立てながら進めていった。

数日経ったある日、男児が私のところに来て、「放課後、黒板アートを描きたい。」と申し出た。男児は絵を描くのが大好きだった。キャラクターではなく、有名な画家が描いた作品を模写するのが好きだった。東洲斎写楽の「富嶽三十六景」「三世大谷鬼次の江戸兵衛」等を、大きな黒板に大胆に描いた。お手本等を何も見ずに、黒板に描いた絵を頭の中でイメージして、それを描いていた。初めの頃は、私とその男児が教室に居て、男児がアートを描いているのを横目に自分の机で丸つけ等をして完成を待っていたが、次第に「Aくんが毎日黒板に絵を描いているらしい。」と話題になり、放課後に男児の黒板アートを見るために残っている児童が増えてきた。

ある日の放課後、その男児がレオナルド・ダ・ヴィンチの「ウイトルウィウスの人体図」（古代ローマ時代の建築家ウイトルウィウスの「建築について」の記述のもとにレオナルド・ダ・ヴィンチが描いたもの。両手足が重なる位置で男性の裸体が重ねられ、外周に描かれた真円と正方形とに男性の手足が内接しているという構図）を黒板に描いた。それを見た女児が「裸とか描かんで！キモイ！」と男児を非難した。私はその様子を見て、「すぐに誤解を解いてあげた方が良いかな。」と思ったが、しばらく様子を見てみることにした。

すると、普段なら自ら反応を示そうとしなかった男児が「これは下ネタじゃないんだ。」と説明を始めた。非難した女児や絵を見ていた児童達が説明を聞き始めた。男児の説明を聞いて、下ネタを描いてみんなを嫌な気持ちにしようとしたのではないということが分かると、女児はハッとした表情になり、「決めつけて悪かった。ごめん。あまり芸術のことは分からないし、普段、あまり話さないから何を考えているのかわからなくて、勝手にそう思っちゃった。」と素直に話していた。男児も「そういう受け止め方をする人も居ることが分かって良かった。今度からどんな絵を描くのか伝えてから描くようにする。」と話した。黒板アートをきっかけにして、普段、なかなか交わることのなかった児童同士が今までよりも少し分かり合えるようになった出来事だった。

この一年は大変なことも多々あったが、この一年があったからこそ、個々への児童に寄り添うことの大切さを学ぶことができたと思っている。

資料②-3

8年目『「こうしなければ」「こうすべき」脱却スタート期』

8年目に3校目の学校に転勤した。この学校では、

子どもの主体的な活動・学びを保障することを大切にしている考え方を大切にしていた。どの授業も子どもの疑問や興味・関心を基点とした授業づくりを大切にしている。教科によっては個々に学習計画を立てて学習を進める時間を取る等、子どもが生き生きと学ぶことを大切にしていた。

8年目で担任したのは4年生の元気な子ども達であった。クラスの半数以上の児童が学習に難しさを感じているクラスだった。「難しそう」「できないかもしれない」と感じると、すぐに学習に集中できなくなり、お喋りや手悪さに走ってしまう様子だった。

算数の「面積（広さ）」の学習に入る時、「この単元でどんなことが分かるようになりたい？」と聞くと、「学校の中で一番広い教室の広さが分かるようになりたい。」「家の面積と学校の面積を比べられるようになりたい。」等、様々な場所の面積を求められるようになりたいという意見が出た。

すると、ある児童が「『cm』はずっと知っていたけれど、『cm』に2が書いてある『cm²』という単位が出てくる。この単位の意味を知りたい。」と発言した。「面積の単位はこれです。」というので知るのはなく、「なぜ面積の単位は『cm²』と表すのか知りたい。」という疑問がとても素敵だと思った。

このように「どんな学習がしたい？」「どんなことが知りたい？」「みんなでどんなことを考えたい？」と、児童の率直な思いや考えを単元の導入で聞いてみることで、興味関心をもちながら学習に入ることができた。学習に難しさを感じる児童にとっても、「やってみよう。」「できそう。」と感じられるような授業を意識して取り組んだ。

算数以外にも次のような実践の一つを紹介する。図画工作科「写真立てをつくろう。」という単元だ。

児童から「写真立てのキットの余りのパーツを活用して、他に何かを作りたい。」という案が出たため、何を作るか、子ども達で話し合った。一人一人違うものを作るか、全員同じものを作るかという話し合いでは、クリスマスが近かったこともあり、「みんなでクリスマスリースを作りたい。」という意見でまとまった。

学級委員の児童が「飾りを全て各家庭で準備すると、準備できない家庭の子が可哀想なので、全員共通の飾りを準備したいと思います。」と提案してくれた。

「共通の飾りはどんなものが良いか。」「各家庭から持ってくる材料はどんなものにするか。」「各家庭から持ってくる場合のルールはどうすれば良いか。」「何時間でリースを完成させるか。」等、全て子ども達だけで話し合っ決めていった。

クラスの半数以上の児童が学習に難しさを感じているクラスだと聞いて受け持ったクラスだったが、このように「子ども達に任せてみる」ことを選んだ。そうすることで、先生が導かなくても、子ども達は自分達の知恵や経験を出しながら、自分達にとって最善の解を見つけていった。この子達から学ぶことがたくさん

あった一年となった。

資料②-4

9年目「後輩の人生観」

5～7年目に同じ職場で働いていた後輩が初任校での勤務（県採用は4年間）を終え、2校目の学校に転勤した。この後輩も同じ大学出身ということもあり、同じ学校で勤務していた頃、公私共に仲良くさせてもらっていた。この後輩は4年目で結婚して、夫婦2人での生活をスタートしていた。後輩が2校目に勤務し始めてしばらくした頃、久しぶりにこの後輩とご飯を食べに行った。

その際、その後輩から「仕事を辞めようと思っています。」と打ち明けられた。理由を尋ねると、「毎日、朝早く家を出て、夜遅く帰宅する。帰宅後、お腹を満たすだけの食事を作り、作業のように入眠前の準備をして寝るという繰り返し。食べることが大好きなのに、時間をかけて作ったり楽しく食べたりする時間すらないこの生活を振り返って、『このまま続けても幸せになれない。』と思ったんです。」ということだった。

さらに、この後輩は転勤してすぐに生徒指導主事を任されていたが、「教頭先生や年配の先生に『子ども達が廊下を走っているよ。』『子ども達の挨拶の声が少なくなっているよ。』と、私（その後輩）に指導を求めてくる。子どもが廊下を走っている姿を見たのなら、その先生が直接声を掛ければ良いことなのに、『生徒指導主事なのだから』と様々な責任を何でも押し付けられる。」と話してくれた。

これを聞いて、ハッとした。この後輩には、「大切にしたいもの」「それを大切にするためにやるべきこと」が明確にあり、後輩の「辞めたい。」という思いは後ろ向きの言葉ではなく、むしろ前向きな言葉であると思い、率直に「素敵な決断だな。」と思った。

今まで、「こうなりたい！」というビジョンはないけれど、嫌なことや理不尽なことが積み重なった結果、「仕事を辞めたい。」という相談等を他人から受けることがあった。

しかし、この後輩は、自分のこれまでの教師人生を振り返り、結婚生活をスタートさせ、新しい家族との生活（現在を含めた今後の人生）を考えた時、「こうなりたい！」というビジョンをもち、なりたい現実を手に入れるために行動を起こそうとしていた。

彼女は退職の日を待つだけではなく、年休を利用して就職活動をしていた。何かを手に入れようとすると何かを手放さなくてはならない。何かを選ぶということは、同時に何かを選ばないということだ。それを決断するまでにたくさん考えに考えたはずだ。

私はその後輩の決断を応援したいと思った。

資料②-5

10年目「周りで不妊治療をする友達や後輩達の存在」

周りで不妊治療に通う同期や後輩が多いことに気づいた。妊活をする友人と話をした際、「もう30歳を過ぎているから高齢出産。」「30歳過ぎたら不妊治療をし

ないと。」という言葉を見た。その話を聞いて、特に疑いもせず、「最近では、30歳を過ぎたら病院で検査をするのが主流なんだな。」「自然に妊娠するのが難しい人の方が多いんだな。」と思っていた。

資料②-6

13年目「約10年住んだ市から新たな市へ」

自分の周りに不妊治療をしている友人や後輩が多かったこと、結婚して一年が経ち、自身も30歳を過ぎていて早く子どもを授かりたいと思っていたことから、産婦人科に通うことにした。病院に電話をする、「新しい患者を受け入れる余裕がないため、早く2ヶ月後の日に予約できる。」とのことで11月から通うことになった。

まず、病院では自分の体が妊娠しやすい体なのかどうかを検査することから始まった。同時に、夫の検査も始まった。

検査の結果、どちらにも異常はなかった。しかし、医師に言われるがまま、「排卵を促進する注射を打ちましょう。」「人工授精をしてみましょう。」と、治療が進んでいった。

「医師が言うのだから正しいのだろう。」と、あの頃の自分は自分の体のことなのに医者任せ（無責任）だった。

治療がどんどん進んでいっても思うような結果に結びつかない。それどころか、注射をした方の左耳が聞こえにくくなったり、体中が浮腫んで体重が増えて疲れやすくなったりと、体にあらゆる不調が出てきた。

2022年3月。他市の小学校への異動が決まった。夫の実家のある市への転勤を希望して2回目で異動が決まった。通っていた産婦人科で2回目の人工授精をしてから新しい勤務地に行く予定だった。1回目同様、2回目の人工受精に向けて注射を打った。「今回は成功できるように注射の回数を増やします。」とのことで計6回の注射を打った。また不調が出たが、「成功のために必要なんだ。」と言いつけさせた。

人工授精の前日、エコーで子宮内の様子を確認された。すると、「卵子が大きくなり過ぎている（注射が効きすぎている）から、今回は人工授精はできない。」と言われた。

子どもが欲しいという一心で、数日間、年休をもらって病院に通い、注射の副作用に耐えて生活したりしてきた今までの治療は何だったのかと怒りと悲しみでいっぱいになった。「明らかに医療ミスではないか。」と感じた。しかし、それをすると決めたのは、情けないことに医者任せにしていた自分自身だった。

3月末、紹介状を書いてもらい、引越し先に近い市の病院に転院した。転院先の病院では、一人一人の体の状態にあった治療をする方針だった。その当時の私の体の状態を見た医師から、「今まで服用してきた薬や注射は、あなたには必要無いものだったと思います。」と言われた。「医師によって、こんなにも違うのか。」ということを目の当たりにしたと同時に、今までいかに自分の体のことに「無関心」「無責任」だっ

たかということに気付かされた。

それから、食べるもの・日用品について真剣に調べて、まずは調味料から見直した。

Ⅲ. 発信のきっかけ

発信のきっかけとなる自身の経験を以下に述べる。

資料③

結婚して、子どもを授かり、「自分の体は自分だけのものではない。」ということを実感した。自分が選んだものがお腹の中にある子どもに影響を与えることを意識した時、果たして、今までのような食生活で良いのだろうかと不安になり、健康・食・日用品等、様々なことを調べ始めた。

教員時代、とても忙しく、教材研究のこと、保護者対応のこと、生徒指導のこと等、学校で生活することにしか目を向けられなくらいに余裕なく過ごして来た。テレビCMで新商品が紹介されると、「使ってみようかな。」と思って使い、友達が「これ、美味しかったよ!」と勧めてくれたお菓子を買って食べて…「みんながしているから大丈夫。」と、疑うこともなく、いわゆる思考停止状態で生活してきた。

しかし、子どもを授かったことで、自分が食べるもの・肌につけるものを他人事にはいけないと考えるようになった。子育ての本に限らず、医療・健康・食・環境問題等、様々な本を読んだ。すると、今まで疑いもせずによくかと思っていたことが病気を生み出していたこと、「テレビや新聞で言うことが全て正しいと思っはいけない。」という言葉の意味を理解したつもりになっていたこと等、今まで知らなかったことを知ることができた。

また、自分の周りや全国各地に、「我が子や家族の健康を守りたい。」という思いから、自分から勉強をしているお母さんがたくさん居るということを知った。

例えば、「team MOM」(チームママ)というお母さん達が集うコミュニティがある。このコミュニティでは、毎月、「アトピーについて」「BPAについて」等の主催者が設定したテーマや参加者から寄せられた悩みをもとに、毎月のテーマに関する現状・課題・家庭での取組等を交流して学ぶ会が設けられている。参加者全員と交流することを通して、一人一人、自分なりの答えを見つられる会になっている。「一人で悩まなくても良いんだ。」「困ったことがあった時に相談し合える仲間がいる。」と感じられるコミュニティである。

他には、自分の住む地域で、毎月、「ママのためのコミュニティサロン らいとあつぷ」というイベントがある。このイベントも、「お母さんを一人ぼっちにしない。」「地域の子どもは、地域の大人みんなで育てる。」という思いで開催されている。クラフトや物販等、様々な出展者さんが集い、子連れのお母さんや妊娠中の方等、気軽に足を運べるイベントとなっているため、自然と会話が生まれたり、顔見知りの人が増え

たりして、お母さんがリラククス・リフレッシュできるイベントになっている。

これらのコミュニティに参加することで、「この本を読んで、こんな勉強をしているよ。」「添加物や農薬が心身に悪影響を及ぼすから、無添加・無農薬の食品を〇〇のお店で買っているよ。」「子どものアトピーは薬じゃなくて、日用品と食事を見直すと治るよ。」等、有益な情報を交流することができた。コロナ禍で、人と人とのリアルな繋がりが制限されていたが、リアルでの繋がりの大切さを実感できたコミュニティである。

また、これらのコミュニティに参加する中で、よく耳にする言葉がある。それは「父が無知だと貧乏になる。母が無知だと病気になる。」というインディアンのことわざだ。どのお母さんも我が子を思って、何かをしてあげたいという思いから行動するだろう。

例えば、子どもが熱を出したら、苦しむ我が子を手助けしたいという思いから懸命に看病をする。その時、自分が今まで経験してきた方法やテレビ等で推奨される薬や食品を使って看病にあたるということは珍しくはない。薬を飲ませて熱を下げる。しっかりと食べさせて寝かせる。スポーツドリンクを飲ませる。こういった方法をとることが想像できる。自分もそのように育ってきた過去がある。

しかし、これらの方法は実は良くないということが分かっている。薬を使うことを全て否定はしないが、熱が上がっている時、免疫機能が働いて、体内のウイルスと戦うのだ。体温が35℃台の人は病気に罹りやすく、体温が36.5℃以上であると病気に罹りにくいということも分かっている。それなのに、薬で熱を下げてしまうことは根本治療ではなく、対症療法に過ぎず、体内のウイルスと戦う力を下げてしまい、結果として、ぶり返してしまう。薬はウイルスにだけ作用するようなCMを目にするのが、ウイルスだけに効くはずがなく、体内の免疫機能を下げてしまう。一旦熱が下がり、元気になったように見えるが、根本的な解決には至っていないのだ。

また、熱が出ている時に「しっかりと食べる。」というのも間違いである。熱が出た時、「食欲が起きない。」と感じる人が多いが、それは体からのサインである。熱が出ている時、体はウイルスと戦うためにエネルギーを使おうとする。しかし、ここで無理やり食べてしまうと、ウイルスと戦うためのエネルギーが食べ物を消化するためのエネルギーに使われてしまい、ウイルスと戦うことができず、回復が遅れてしまう。熱が出た時は、食べ物を食べずに寝ることを優先し、何かを口にするのであれば、しっかりと水分補給をすると良いのである。

水分補給であるが、スポーツドリンクではなく、水が望ましい。スポーツドリンクは好ましくない。スポーツドリンクの代用として飲むのであれば、水・レモン・ハチミツ・塩を混ぜたものを飲む方が良い。(ただし、1歳未満の赤ちゃんにハチミツを与えるの

はとても危険である。) スポーツドリンクが体に良いと思っ込んでいる人が多いが、実は体に良くないものである。以前の私も「スポーツドリンク=体に良いもの」だと思っていた。

スポーツドリンクの成分を見ると、「砂糖、果糖ブドウ糖液糖、果汁、食塩/酸味料、香料、塩化K、乳酸CA、調味料(アミノ酸)、塩化Mg、酸化防止剤(ビタミンC)」が入っている。成分表は、含有量の多いものから順に表記するきまりになっており、「/」以降には添加物が表記されている。これを見て分かるように、スポーツドリンクに多く含まれるのは砂糖である。

2015年3月、WHO(世界保健機関)は、「一日の砂糖の摂取量の目安は、一日に摂る総摂取エネルギーの5%未満に抑えるべきだ。」とガイドラインに示している。砂糖25g未満(スティックシュガー約8本分未満)にするということだ。

上記のスポーツドリンクに含まれる砂糖の含有量は、約30g(スティックシュガー約10本分)である。

さらに、このスポーツドリンクには「果糖ブドウ糖液糖」が含まれている。「果糖ブドウ糖液糖」は、「異性化糖」「果糖ブドウ糖液」「砂糖混合異性化液」と表示されることがあるが、どれも同じものである。これらは、ブドウ糖と果糖を主成分にした液状の糖である。これら(以下、「異性化糖液」)は、砂糖よりも甘味が強く、低価格であることから、多くの加工食品に使われている。加工食品はもちろん、ドレッシング・ポン酢・醤油等の調味料にも使われている。

砂糖や異性化糖液の摂りすぎが良くない理由は、主に5つある。

- ①精製された砂糖には、ミネラル等の栄養素がなく、自然界に存在しない不自然な状態であるから。
- ②白砂糖は、体内のカルシウムを奪うため、イライラしたり情緒不安定になったりする原因に繋がるから。
- ③急激に血糖値は上昇して、身体に負荷がかかってしまうから。
- ④白砂糖を消化する時、ビタミンB1が欠乏しやすくなり、疲労・目眩・頭痛等の症状が出やすくなるから。
- ⑤白砂糖は体を冷やすから。

白砂糖・異性化糖液は、味に癖がなく、安価で使いやすいため、一般的に広く使われているが、身体にとっては栄養素がなく、むしろ、身体のビタミンやミネラルを奪ってしまう。また、体を冷やすことによって様々な悪影響がある(良いことがない)食品である。

砂糖だけ見てもこれだけの害がある。砂糖以外にも必要のない添加物(不自然なもの)が含まれている。

悲しいことに、「みんながしているから。」「今まで自分もしてもらっていたことだから。」と、良かれと思っしてしまっていることが実は良くないこと(むしろマイナスだったということ)が日常に溢れている。

る。

「悪いものをCMで紹介するはずがない。」「そうは言っても、みんなもしているから大丈夫。」ということはない。それを使うと決めたのは自分である。病気になるっても命に関わるような重大な事態になっっても、CMを作った人、商品を作った人、同じように使っっている他者は、責任を取ってはくれない。自分の命や家族の命を他人任せにはしてはいけない。

そのためには、「知ること」「学ぶこと」が大切である。「本当にそうかな?」と思う言があれば納得するまで調べる自分が自分や大切な人の命を守ることにつながる。インディアンのことわざにある「無知」とは、「みんながしているから。」「CMでやっているから。」と他人軸で物事を選択をしてしまう習慣のことではないだろうか。自分事として、自分や家族の肌に触れるもの、口に入るものの成分・製造過程・産地・作り手等を知ることはとても大切である。「時間がないから」「値段が高いから」「みんなしているから」という他人軸の選択をやめて、できることから自分軸で選択するようにしていくことが、自分の命や大切な命を守ることにつながる。

一つの内容を例として取り上げたが、他にもたくさんのことを調べ学んでいる。調べて気づいたこと・学んだことがたくさんある。私ができること=発信することであると考えている。私が気づいたこと・学んだことが100%正しいというわけではない。一人一人、正解が違っっても良い。しかし、知った上でどうするか(どうしたいのか)、何に納得して、何に納得しないのか、ぜひ考えてもらいたい。そのために発信したいと考えた。

発信するにあたり、私がどんな人間なのか知ってもらう必要があると考えた。どんな家庭環境で育ち、どんな学生時代を過ごしてきたのか。教員になっつてどのような経験をしてきたのか。全てではないが、主要内容をできるだけ詳細に記述し、私の歩み(自分史)を曝け出すことで、私の発信内容の一部でも誰かの役に立てば幸いである。

また、「教員になりたい。」と期待と希望を胸に文教で学んだ多くの仲間たちが、今置かれてる場所で、健康で自分らしく活躍してほしいと願っっている。忙しさのあまり、自分を後回しにしてしまっつていた自らの経験と、それを改善して生活している現在の状況を伝えることを通して、誰かの生活を変えるきっかけになれば幸いである。

IV. 家族と私の生育歴

文教時代、私が明かせなかつたことがある。それが家族についてだ。以下、「家族と私の生育歴」について述べる。

資料④ 家族と私の生育歴

私は高校2年生の冬から父子家庭で育つた。当時(文教時代)も一人親の家庭は特に珍しくはなかつた。だから、「なぜ、秘密にする必要があつたのか?」と

思われるかもしれない。

しかし、当時も現在進行形で家族に関する苦労は続いていたため、家族のことを明かさずにいた。「誰かに話しても何の意味もない。」(何かが解決するわけではないし、自分の辛さや苦しさを理解できないだろう。)と考えていた。ゼミの仲間や同級生達に話をしていたら、きっと自分の辛さに寄り添ってくれたであろうとは思いますが、寄り添ってくれる=家庭環境が改善するとは思えなかった。

また、誰かに話すことで相手に嫌な思いをさせる可能性の方が大きいと思ったこと、友人から「大丈夫?」と気遣われるのが嫌だったことも打ち明けられなかった理由の一つだ。物心ついた頃から夫婦げんかの絶えない家庭で育った自分にとって、学校は唯一、家庭のことを忘れて安心して過ごせる場所だった。居心地の悪い家庭環境だったため、小学生時代、家に居る時間が短くなるように、毎日、習い事をしてきた。大学時代もアルバイトをいくつか掛け持ちする等して、家に居る時間が短くなるようにして過ごしていた。大学時代も、自分の家族についての話題を持ち出さたくないという思いが強かったのだと思う。

確か、徳本先生のゼミで「自分史」というものが話題になったことがあった。自分が生まれた時から現在までの歩みを年表のように綴り、自分が他者とのように関わり、どんなことに興味・関心を持ち、何を大切に生きてきたのか、どんなことにつまずいてきた(立ち止まってきた)のか等、自己を振り返り、どのように生きていきたいかを考える…というものであったように思う。「自分史」自体、とても素敵な取組だと思ったが、当時の自分にとっては「ドキッ」とした。なぜなら、自分には語りたくない家族があったからだ。

私の家族は、父・母・私・妹・弟の5人家族だった。父母は、私が高校2年生の秋頃に離婚した。

書き出したらキリがないのだが、一部、書いてみる。

父

国家公務員。仕事場でも暴言を吐く。家庭内でも、相手が自分の言う通りにしないと、すぐ暴言・暴力をする。自信家で、自分が一番正しいと思っている。他者からの評価を気にする。男尊女卑。

私が小学生時代、勉強で分からないところがあると叩かれながら教えられていた。そのため、勉強ができないと叩かれるという恐怖に怯えて、「勉強がわからないということがないようにしなければ!」といつも考えていた。

小学1年生の時、私が逆上がりができないと分かると、学校の鉄棒で何回も練習をさせられた。次の日、ホームセンターで鉄パイプ等を買ってきた父は、庭に鉄棒を作った。「これで夜になっても練習ができるな。」と。「早くできるようにしないと、夜通し練習させられる。」という恐怖心から、必死に練習をした。(その日の内にできるようになった。)

弟のゲームの出来についても気になる父だった。パワプロという野球のゲームをしていた弟だったが上手にできなかった。それを見た父は、弟に深夜2時過ぎまで(父自身が眠たくなるまで)怒鳴りながら叩きながらゲームをさせた。本来、ゲームは楽しくするものなのに、そんな話は父には通用しなかった。それ以来、みんな、父の前でゲームをするのを躊躇うようになった。

母とはよく喧嘩をしていた。喧嘩と言っても、母が一方的に怒鳴られる・暴力を振るわれるものだ。その度に母が家を出て行ってしまふ。私達(私・妹・弟)は、どこに行ったのかも分からない母を探しに行くように、そして、「見つかるまで帰ってくるな。」と言われるので、父が仕事に出かける朝5時まで家に帰れないことが何度かあった。

母

家事がとても苦手。自由奔放。母方の祖母は何でもできる人。お金の苦勞をしたことのない裕福な家庭で育った。結婚後、家事全般ができず、父と何度も喧嘩をしていた。(喧嘩というより一方的に怒鳴られる。その度に家を出していった。)

私が中学生時代、母が弁当もろくに作れない、洗濯もしないということがあり、自分で弁当を作り、自分で洗濯をしてシャツにアイロンをかけていた。体育祭の前、自分の体操服にゼッケンを縫い付けなければならなかったが、母は裁縫もできないため、自分でゼッケンの端をアイロンで折り目をつけて、体操服の腹部にゼッケンを縫い付けた。

母が弁当を作ると、中身がいつも干からびたご飯・焦げた卵焼き・生焼けのウインナーだけで、隙間だらけのお弁当になっていた。冷凍食品のおかずが入れられていることもあったが、温め過ぎて乾燥しているもの、冷凍庫の中で乾燥して冷凍庫の匂い移って美味しくもないものが入っていることもあった。ご飯がずっと炊飯器の中に入ったままになっているものを弁当箱に詰めるので、傷んでいて食べられないこともあった。中身が少ないのですぐに食べ終わってしまうが、中身を知られたくなかったので、わざとゆっくり食べたり、中身が見えないように隠しながら食べたりしていた。

また、昼食の時間に弁当箱を開けると、昨日の弁当の中身がそのまま(空っぽで汚れたまま)のこともあり、担任からお金を借りてパンを買いに行くこともあった。

私は、母に何度も怒って「弁当ぐらい、ちゃんと作って!」と訴えたことがあったが、面倒くさそうに「ごめん。気を付ける。」と言われるだけだった。また同じような弁当だった時、母は「お母さんだって忙しいの!」と反省の色はなかった。「弁当が作れないのなら、パンを買うからお金をちょうだい。」と言うと、最初の頃は、1日500円をくれた。それが毎日になってくると、母が「毎日、毎日、お金をあげられない。」と言い出した。毎晩のようにお酒を飲みに出かける母

(浪費の激しい母)は、自分のために使うお金はいくらでも出せるけれど、それ以外の家族のために使うお金は出せないようだった。その頃から、母を頼りにできなくなり、自分で弁当を作るようになった。

母の浪費が原因で、当時、中学2年生だった妹が修学旅行に行けないかもしれないと分かった。(母が積立金を支払っていなかった。)

当時、私は高校1年生だった。進学校のため、基本的にアルバイトは禁止の学校だったが、申請すればアルバイトができると分かり、高校1年生の秋にアルバイトを始め、妹を修学旅行に行かせた。妹が修学旅行に行った後も食費等を工面するためにアルバイトを続けていた。

高校1年生の冬休み、私が稼いだアルバイト代(約6万円)が通帳に振り込まれた。しかし、母はその日の内に6万円全額を無断で引き出し、パチンコに費やした。勝手に人が働いたお金を引き出して勝手に使っておいて、悪びれもせず「また返すから。」の一言だった。

父は、仕事で1ヶ月以上、家を空けることがあった。母は、父が不在の日はほぼ毎晩、飲みに出掛けた。そのことを父に知られると「止めないお前達(私・妹・弟)が悪い。」とよく怒られた。「止めても行ってしまう。」と言うと、「車の前に立ってでも止めろ。」と言われ、何度か車の前に立って止めようと試みると「轢かぞ！」と母が怒鳴り、本当に轢かれそうになるのではないかという勢いで車を発車されるので避けざるを得ない…ということがあった。

そんな母だったが、私の記憶の中で、唯一、母親らしいと感じた思い出がある。それは、私が小学2年生の頃、遠足を終えて家に帰っていた時のことだ。一緒に帰る友人の中で私の家が一番遠かったため、友人と一緒に通学路を帰っていると最終的に一人で家まで歩く時間が少しだけあった。その日、珍しく家の前に母が立ってこちらを見ていた。母に「何してるの？」と尋ねると、「遠足で帰りが遅いと聞いていたから、心配になって帰ってくるのを待っていた。」と答えた。今までそういうことはなかったが、少し「本当かな？」と疑う気持ちもあったが、母のその言動に嘘はない気がして嬉しい気持ちになったことを覚えている。

高校2年生の時の出来事

高校2年生の春、家に帰ると、妹と弟の姿がなく、家には両親だけが居た。すると、父が「今日、中学校の校長先生から呼ばれて学校に行ってきた。」と口を開いた。妹が中学校のアンケートに「お父さんに暴力をふるわれる。」「いつも両親が喧嘩をしていて、朝まで家族会議を開かれて寝られないことが続いている。」と書いたようで、担任が妹や弟に聞き取りをした結果、父による虐待が疑われ、家庭センターに保護されることになったということだった。しばらくの間、妹と弟は家庭センターで生活すると知り、私は「これからどうなるのだろう。」と不安に思ったと同時に、い

つも一緒に居た妹と弟が突然居なくなり、すごく寂しい気持ちになった。

父に「校長先生からその話を聞いて、何て言ったの？」聞くと、『『良かった。あの子達が何か悪い事(犯罪等)をしたのではないかと思ったけれど、そうじゃないと聞いて安心しました。』』と答えた。私は、「父の虐待を疑われて保護されたという話を聞いて、よくそんなことが言えるな。」と驚いた。

同じ年の秋、私が帰宅すると、家出から帰って来た母・妹・弟に父が暴力を振るっていた。竹刀で頭を叩かれて頭に短瘤ができて泣いたまま正座をさせられている妹や弟、誰か分からないくらい顔が腫れ上がった母を見て、とても怖かった。

「お父さんがお風呂に入った隙に逃げよう。」という話をして、4人で家を出た。家から少し離れた児童館の建物の裏に隠れて、そこで家庭センターに電話をした。約30分後、家庭センターの方に保護され、私・妹・弟は家庭センターへ、母は母子生活支援施設に行くことになった。この時、私は「このまま離婚になるんだらうな。」と思った。

約1ヶ月、家庭センターで過ごした。両親が離婚することになり、家庭センターの方に、両親のどちらについて行くかを聞かれた。私は父方の叔父を選んだ。父にも母にもついて行きたくなかったからだ。叔父は未婚で祖父母の家で暮らしていた。穏やかな性格で、いつも優しくいろいろなことを教えてくれていた。「祖父母宅で暮らせば、安心して生活できそうだな。」と思った。妹と弟は母を選んだ。「お母さんについて行ったら苦労するだけだ。やめときんさい。」と言ったが、妹は「お母さんが一人になったら可哀想だから。悪いのはお父さんでしょ。」と言った。父は確かに悪い。暴言も暴力もふるう。しかし、母も悪い。母は、家族のお金を全部使い、多額の借金を作り、家族を苦しめた。母の浪費が夫婦喧嘩の大きな原因の一つであることを妹も弟も理解していなかった。その事実を妹や弟に伝えても、「そうなったのも、お父さんが悪いからだ。」と言う。きょうだい3人みんなで同じ場所で暮らしたい気持ちは3人に共通してあったが、「お姉ちゃんも一緒にお母さんについて行こうよ。」と言う妹や弟の誘いには乗れなかった。母はきっと自分の子どもが自分(母)を選んだことに感謝しないし、私達を守ってはくれないと思った。また、母のもとでは、小さい頃から夢見た「小学校の先生になる。」という自分の夢が叶わない。それどころか苦労することが目に見えていた。以前、自分のバイト代を使い込まれた事実も許せなかった。

結局、妹と弟は母に、私は父について行くことになった。父について行くことになったのは不本意だったが、叔父に「お父さんが生きている間はお父さんについて行きなさい。何か困ったことがあったら、絶対に助けるから。」と言われて、渋々、父について行くことになった。

帰宅後、「母・妹・弟はどこへ行ったのか？」とし

つこく怒鳴られたり、「勉強だけでできれば良いんじゃない。」と毎食の準備・洗濯等の家事に追われたりすることがあったため、叔父や叔母に助けを求めた。叔父や叔母が父を説得し、私が学業に集中できる環境に身を置けるように、高校2年生の3学期から寮生活をスタートすることになった。

大学時代

大学生になっても父が気に食わないことがあると、「出て行け。」と言われ、家を追い出されることが多々あった。友達の家や祖父母の家に泊まらせてもらったり、車中泊をしたりしたこともあった。また、一般の吹奏楽団に在籍していたのだが、それについても「辞めろ。」「辞めないで学費を払わない。」と脅されることもあった。

大学4年の時、弟が父のもとに帰ってきた。母のもとで自由にできなくなり、父を頼って帰ってきた。父は弟の帰宅をととても喜んだ。きょうだいの中で唯一男だった弟は、小さい頃からずっと甘やかされて育ってきた。

弟は、バイクの免許が取りたいと言って、免許センターに本試験を受けに行ったが、何度も試験に落ちた。毎回、私が免許センターに弟を連れて行くように父に言われていたため、渋々、連れて行ってあげた。次第に、「お前（私）の教え方が悪いから合格しない。」と、不合格になる弟ではなく、私が責められるようになった。弟は20回目にしてやっと合格した。

私は、大学を卒業して別の大学の専攻科に入学した。同時に、妹が専門学校に行くために実家に帰ってきた。数年ぶりにきょうだい3人での生活が始まり、とても嬉しかった。父が私達に「大人なんだから、友達と出かけたり旅行に行ったり、自由にしたら良い。」と話していた。言葉通り、妹は新しくできた専門学校の友達と夕食を食べに出かけた。しかし、妹から「20時に帰る予定だったけれど、帰りが遅くなりそう。」と連絡を受けると、父が怒り始め、「帰って来なくても良い。」と言い始めた。このことがきっかけとなり、妹は友達に距離を取られるようになった。

同じ年の夏、私は教員採用試験の2次試験のため、3日間、友達の家で過ごすことになった。2次試験を終えて帰宅すると、妹も弟も居なかった。

弟は、お父さんに怒られて家を追い出されていた。妹は、父が仕事で家に居なかった日、「弟を家に入れないこと」「弟にバイクの鍵を渡さないこと」を告げられていたのだが、妹の家の戸締りが不十分だったことから、弟がベランダから家に入り、バイクの鍵を取り、バイクに乗って行ってしまったこと（バイクを持って行かれてしまったこと）を父に怒られた妹が出て行ってしまっていた。私が2次試験中だったことから、父は妹や弟に、「お姉ちゃんは将来がかかった大事な試験中なんだから、絶対にお姉ちゃんに連絡するな。（邪魔をするな。）」と伝えていたそうで、父の言いつけを守った妹や弟からは、3日間、何も連絡はなかった。

採用試験後、妹に連絡を取り、帰ってくるように連絡をしたが、「もうそんな家には戻らない。」「お父さんのせいで友達も失った。」「専門学校も辞める。」と言って聞かなかった。父は、「せっかく専門学校に入ったのだから帰って来なさい。家に帰って来なくなったら寮に入れば良いから。」と、父にしては譲歩した姿勢を見せたが、妹は断固として拒否した。

妹は、小さい頃からいろいろな習い事をしてきたが、続いた試しがない。中学1年生の時、妹は剣道部に入部した。道着や防具を全部買うと10万円を超えるため、「本当に続けられるのか？」と両親に聞かれた妹は「3年間、続ける。」と答えたが、3ヶ月足らずで退部した。両親に説得されたが、一度辞めると決めたら譲らなかつた。そんな妹だったので、妹に専門学校を辞めないように説得しても無意味だと思ったが、父は分かっていたようだった。

その後、妹は再び母のもとに帰った。弟も何度かこちらに戻って来て生活をしたが、父との関係が悪化して、弟も母のもとに帰って行った。

V. 私の家族観

以下、「私の家族観」「小学校教諭を目指すきっかけ」「過去を打ち明けられるようになった理由」についてである。

資料⑤ 私の家族観

以上で述べてきたような家庭環境で育った私は、「自分以外の友達の家族は幸せそうで良いな。」「いつか自分の家族ができれば、大切な家族にはこんな酷い経験を絶対にさせたくない。幸せな家庭を築きたい。」と、思って大人になった。

一方で、「こんな酷い家庭環境で育ってきた自分は、そもそも家庭を築くことができるのか？築いても良いのだろうか？」と思った。「虐待されて育った子は、大人になって、自分の子どもを虐待してしまう。」という話をテレビ等で耳にしたことがあったからだ。

自分は酷い家庭環境で育ったが、「自分がされて嫌だったこと・悲しかったことは、絶対に自分の家族にはしない。」と考えていた。だから、同じように虐待をするということはないだろうと思ったが、不安な思いはあった。

両親が離婚した頃、父から「お前は結婚できない。」と言われたことがあった。理由を聞くと、「一人親家庭で育ったから。」「お父さんとお母さんが離婚した理由がまともな理由じゃないから、良い相手と出会っても、相手の親に反対されるから。」と答えた。両親の離婚が理由で、自分の未来が台無しにされるかもしれないと思うと、悲しく、そして腹立たしく思ったことを覚えている。同時に絶望感も抱いた。今でこそ、「そんなことあるわけないでしょ！」と思えるが、当時の自分は、まだ父に支配されていたように思う。父は、自分の手の届かないところに行こうとする娘を見ると、そうしないように言葉巧みに支配しようとしていたのではないかと思う。

資料⑥

私が小学校教員を目指すきっかけ

1 家庭環境の悪さ

私は、自分の家庭が「みんなと違う。」という違和感をずっと感じて育ってきた。また、子どもながらに、「家庭環境が子どもの育ちに影響を与える。」ということを実感しながら育ってきた。心身ともに安心・安全な家庭環境で育った子どもは、じっくり読書をしたり、長い時間集中して学習したりできる。しかし、そうではなかった私は、自分の部屋に居ても、「また夫婦げんかが始まるのではないか。」「寝ている時、急に起こされて家族会議が始まるのではないか。」と不安でいっぱいになり、なかなか勉強に集中できないことがあった。

良好な親子関係とは何か、親が子に対する言動はどうあるべきか、子どもの健やかな成長のための大人の役割は何か等、学校教育について学ぶことを通して、自分の家庭環境では体験できなかったことを学びたいと思った。

2 学校＝自分の居場所

こんな家庭環境で育った自分にとって、学校は安心して過ごせる居場所だった。先生や友達はその存在を認めてくれる。先生が大切な話や面白い話をしてくれる。楽しく考えたり学んだりできる学校は、自分にとって、とても居心地の良い場所だった。「身近にいる憧れの大人＝先生」だった。家庭環境が一人一人違う子ども達を相手にして、こんなに居心地の良い教室をつくってくれた先生のように、自分もそんな教室をつくれる先生になりたいと思った。

3 妹のいじめ

妹が小学3年生の時、いじめにあった。「学校に行きたくない。」と言う妹を見て衝撃を受けた。なぜなら、当時の私は、「学校は誰にとっても好きな場所」だと思い込んでいたからだ。自分にとって、学校はとても大好きで安心できる場所なのに、妹はそうではなかったということに驚いた。誰にとっても、学校が「楽しい場所」「安心な場所」にしたいと思ったのを覚えている。

妹が「学校に行きたくない。」と両親に話した時、私は『「馬鹿なことを言うな。学校に行け！」と、お父さんに怒られるんじゃないかな。」と思った。しかし、父は「行きたくないなら行かなくても良い。」と言った。私には理解できなかった。詳しく理由も聞かずに、「いじめられている。」という言葉だけを聞いて、父はそう答えたからだ。

私は、妹に「どんな風にいじめられているの?」「その子に自分の気持ちを伝えたの?」と聞いた。すると、妹は「何もしていないのに、無視された。ずっと睨んでくる。」「自分の気持ちなんて話せないよ。無視してくるし、睨んでくるし、話す気にもなれない。」「先生に言っても、どうせ変わらないよ。」と答えた。私が「先生とも話してみたら?その友達とも話した方が良いよ。」と伝えたが、妹は「そんな意味ない。

お父さんだって、行かなくても良いって言っているし、お姉ちゃんならできるかもしれないけれど、私は言えないの。」と返ってきた。

両親の対応や妹の言動を見ていて、両親や妹には問題を解決するつもりがないんだなと思った。この時の親の対応に疑問を抱いたこと、いじめが原因で学校に行けなくなった妹に何もしてやれなかったことがきっかけとなり、誰にとっても学校が「楽しい場所」「安心な場所」にしたいと考えるようになった。

4 妹からの「お姉ちゃん、グレよう。」の誘い

私達きょうだいは、毎度起きる夫婦喧嘩にうんざりしていた。誕生日でも試験期間中でもお構いなしに起きる夫婦喧嘩、そして、それによって、「ご飯抜き」「夜通し家族会議」「お母さんの搜索」等、意に反した事を強いられるため、家の中で自分達がやりたい事に時間を割くことがほとんどできなかった。

ある時、妹から「お姉ちゃん、グレよう。」という誘いを受けた。「なんで?」と聞くと、「こんな家、もううんざり!あんな親なのに、なんで自分達が我慢をして真面目にやっているのか。馬鹿馬鹿しい。あんな親だから私たちがグレても、周りの人達は『あんな親の子だから仕方がない。』』とってくれるよ。だから、自分達も好き勝手にしようよ!」ということだった。

私は妹に「親がとんでもないからと言って、自分達もそんな道に進むなんてありえない。グレたところで損するのは親ではなく自分だから。親のせいで自分の人生を台無しにするなんておかしい。」と怒った。そして、「周りの人は、グレたあなた(妹)を見て『あんな親だから仕方がないよね。』』と同情しない。グレるかグレないかは、あなた(妹)が選んだことだから。」と伝えた。

親の人生と私の人生は別物である。親がろくでもないからと言って、同じ人生を歩む必要はない。自分の人生を親任せ(他人任せ)にしたくない。そう思っていたからだ。

こういう複雑な家庭環境は学校では見えにくいですが、そういう思いをもつ子に寄り添える先生になりたいと思った。また、自分のしたい事を見つけられる子、興味関心のあることを追究できる子等、大袈裟だが、自ら幸せに生きるための道を切り拓ける子を増やしたいと思った。

資料⑦

なぜ、自分の過去を話せるようになったのか。

今まで、友達との会話の中で「過去に戻れたら、いつ戻りたい?」という話題になった時、友達に合わせて何となく答えていたが、実は、私には戻りたいと思える過去がない。過去に戻ることは誰にもできないが、過去に戻ることができたら、やっと過ぎ去った辛くて悲しい体験をまた経験することになるからだ。

自分の過去について話すこと自体、意味がないと思っていた。自分と同じように辛くて悲しい体験をすることはほとんどの人にはない体験であるがゆえに、その辛さ・悲しさを誰にも理解してもらえないと思

ていた。また、聞く人によっては、不幸自慢のように聞こえるのではないかと思った。また、「可哀想な人」と決めつけられ、腫れ物に触るように関わられるのではないか、友達から特別扱いされるのではないかと思った。つまり、過去を打ち明けることでプラスよりもマイナスの方が大きいのではないかと思っていたということだ。

それでも、いつかは過去について話したいという思いはずっとあった。なぜなら、自分を信頼して、自分の考えを素直にさらけ出してくれた仲間と出会ったからだ。当時、その仲間に話せなかったことを申し訳なく思っている。申し訳なさを感じつつも、話せなかった。それは、自分の過去を自分自身が受け止めきれなかったからだと思う。

今、ようやく話せるようになったのはなぜか。それは、過去のマイナスの経験よりも、たくさんの素敵な人との出会いや体験を通して、プラスの経験（「満たされた経験」「楽しい経験」）の割合がマイナスの経験を上回ったからではないかと思う。今まで出会ってくれた素敵な先生・友達・保護者・子ども達に感謝している。

なお、以上に述べてきた両親・妹・弟については私の目線から見た言い分である。大人達の言い分はまた違ったものであると思う。

おわりに

以上に述べた内容は、自分のこれまで考えてきたこと・経験の一端の振り返りである。

現在、健康・食・日用品等について学びを続けている。それらは自分や自分の大切な人を守るために必要な情報であるからだ。

こう言う「自然派」「意識高い系」等と一括りにされるが、一部の人がすれば良いことではなく、本来、皆が選択すべきことである。ただ無理強いはできない。感じ方・考え方は人それぞれだからである。

しかしながら、便利なものに溢れた現代社会であるにも関わらず、病気になる人、精神疾患者、自殺者が増え続けていることに疑問をもたなければならない。便利なものは私達の生活を豊かにしているのだろうか。立ち止まって考える必要がある。便利なものを全て否定するつもりはないが、便利なものに頼り過ぎてしまったために、人間に本来備わっている力を失っていないだろうか。

2023年11月初め、特定非営利活動法人「NGO GOOD EARTH」代表・藤原ひろのぶさんのお話会に参加した。

その際、とても印象に残った話がある。

一つは、「僕が考える『平和』とは、『子どもが安心して成長できる社会』です。」という言葉だ。この言葉を聞いて、自分が日本の現状を知ってモヤモヤしていたことがこの言葉に集約されていると納得した。私も今の日本は平和とは言えないと考えている。

もう一つは、「生まれた環境が違うだけで、学校に

行ける子、行けない子がいる。学校に行けないだけではなく、安心して寝るところがなく、食べることも保障されていない子がいる。それは、その子の努力とは無関係である。生まれた場所の違いだけで、学びが保障されていない・安心して生活することが保障されていない子ども達がいる。」という現実があることだ。海外で起きている「子どもの貧困」は他人事ではなく、実は、私たち日本人が「安い」「早い」ばかりを追い求めた買い物をしていることが貧困問題を引き起こす原因の一つになっている。

日々、目の前のことを懸命に取り組んでいる大人が多い日本。日々過ごすことに懸命になり、自分のことや自分の家族のことで手一杯という人も少なくないだろう。

精神的・時間的な余裕がもてていない状況では、自分の心身を満たすことができない。自分の心身を満たすことができないと、他者を満たすことはできない。余裕をもつことはとても大切なことである。

藤原ひろのぶさんのお話を聞き、「このお話をもっと多くの方に聞いて考えて欲しい。」と思い、同じ思いを持つ知人と共同で藤原ひろのぶさんのお話会を2024年2月17日に開催することにした。

別の活動として、産後に取得した「おむつなし育児アドバイザー」の資格を生かした「子どもの排泄講座」(タイトル未定)を月に1回実施したいと考えている。赤ちゃんからお年寄りまで全ての人に関わる排泄問題、紙おむつの長時間使用による赤ちゃんの発育への影響等、赤ちゃんに限らず、人間本来の排泄について考えるお話会を計画中である。

また、2023年12月下旬に広島県内の養護施設に出向き、そこで生活する子ども達にクリスマスプレゼントを届けるボランティアに参加した。そこで生活する子ども達は、虐待や育児放棄、それ以外にも様々な原因で家族から離れて生活をしている。私も両親が離婚する際、養護施設に行く選択肢があっただけに、養護施設は私の人生において無縁とは言い切れない場所だ。欲しい物をもらったことがない、クリスマスにサンタさんにプレゼントをお願いしたことがないという子ども居た。事前に子ども達から欲しい物を聞いておき、当日、サンタさんからプレゼントを受け取るためのお手伝いをした。子ども達は、自分が欲しかった物を受け取ると、とても嬉しそうにして、何度も感謝の言葉を伝えてくれた。

子ども達の中には、10年以上、この施設で暮らしているという高校生がいた。その高校生がこの施設に来た時、一番下のきょうだいは赤ちゃんだったため、その子がよく面倒を見ていたようだ。

ボランティアには、夫・私・我が子の家族全員で参加していたのだが、その高校生が何度も我が子のところに来てくれて、可愛がってくれた。「将来、保育士になりたいんです!」「妹が赤ちゃんだった頃、よく面倒を見ていたから、小さい子が大好きです。」と話してくれた。その日のたった数時間の交流であった

が、彼女をはじめ、施設で生活する子ども達は笑顔で楽しそうに過ごしていた。現在進行形で辛い経験・悲しい経験をしているかもしれない子ども達であるはずなのに、我が子のためにたくさん笑顔に向けて、たくさん温かい言葉をかけてくれたことがとても印象に残っていると同時に、感謝の気持ちでいっぱいになった。施設で生活する事自体、不本意であるかもしれない。しかし、「安心して寝ることができる。」「安心して食べることができる。」「安心して誰かに自分の気持ちを話すことができる。」等、安心して過ごす環境があること（その積み重ね）が「誰かの役に立ちたい。」という思いにつながっているように感じた。

教員という仕事は子ども達の健やかな成長に寄り添い、共に学び、喜び・感動・苦労・失敗等、様々な経験を子どもと共有できる素晴らしい職業である。

自身も熱い思いをもって教職を志した。ほとんどの教員がそうであると思う。しかし、教職の多忙化、長時間労働等、働く環境に課題が多々あるがゆえに、熱い思いをもって教職に就いた先生達が休職・離職する現状がある。決して個人の責任ではない。この状況を変えなければ、日本の教育はどんどん衰退していくだろうと危惧している。

子どもが安心して成長できる社会の実現を目指して、今後も発信や自分にできる活動が続けていきたい。

付記

今回、『文教教育』執筆にあたり、ご指導いただいた徳本達夫先生、毎月のオンラインゼミのために時間を割いてくれた教育学ゼミの2人に感謝の意を表します。