

8月14日（月）その56 命とは使える時間のこと ー日野原重明ー

聖路加（せいるか）国際病院の名誉院長日野原重明さん 105 才が、7月 18 日にお亡くなりになりました。私は日野原さんが 99 歳の時に書いた「生き方上手」という本を読んで、大変感動し、校長講話で日野原さんの考え「いのちとは、君たちの使える時間のことです。時間を使うこと、それはいのちを使うことなのです。あなたは大切な時間を何に使いますか？大きくなったら、自分以外の誰かのためにも時間を使ってあげてください。」を子ども達に繰り返し教えてきました。NHK が7月 23 日に放送した「生と死に向き合った 105 年、追悼日野原重明さんへ」という番組を録画して見ました。

日野原さんは 10 歳の時に瀕死の母の命を助けてくれたかかりつけ医師の安永先生に感動し、医者になる決意をしたそうです。京都大学医学部を卒業し、聖路加国際病院に就職します。日野原さんは、「人間ドック」、「生活習慣病」、「終末医療の患者に寄り添った心のケア」、「地下鉄サリン事件での患者 650 人受け入れ」、など医者としての実績も高く評価されています。またボランティアとして「いのちの授業」を全国の学校で実施したり、100 才を超えて現役の医者であり続けた生き方を含めて、多くの人に生きる勇気や感動を与えてくれました（紙面の都合で詳細な説明は省略します）。

私は 105 才まで生きる予定はありませんが、せめて振り込んだ分の年金は、半分以上もらいたい。ちょっと自己チューです。（笑）

日野原さんは 1970 年の日本赤軍による「よど号ハイジャック事件」のとき、その飛行機に乗り合わせていました。4 日後に解放されたときに、「亡くしたはずの命を再びもらった。これから後の命は『与えられた命』であり、広く社会のために使い、お返しをしていきたい。」と、強く思ったそうです。

テレビ番組にも感動したのですが、それに触発されて、「生き方上手」を数年ぶりに読み返してみました。以下「生き方上手」からの引用です。皆さんにもじっくりと味わって欲しいと思います。

人生とは、ひと言で言えば習慣です。習慣に早くから配慮した者は、おそらく人生の実りも大きく、習慣をあなどった者の人生はむなしのものに終わってしまいます。習慣は日々の積み重ねですから、それが習性になってしまえば、その後はつらいとも面倒だとも感じなくなります。よい習慣を体に覚え込ませればよいのです。

鳥は生まれついた飛び方を変えることはできません。動物は這い方、走り方を変えることはできません。けれど人間は生き方を変えることができます。それは人間だけが、いのちに終末があることを初めから知っているからです。「限りある命をどう生きようか」と生き方を考えることができるのは、人間だけに許された特権なのです。年とともに肉体は衰えても、心はつねに生きる意味を探求しながら前進できるとは、なんとありがたいことでしょうか。

高血圧、心臓病、がんなどの病気の根は、めいめいの若いころからの過ごしかた「生活習慣」にあるのです。動脈硬化などは、20 さいころから始まることがわかっています。誰が病気をつくっているのかと言えば、自分なのです。自分でつくる病気です。食事、嗜好品、運動、仕事、睡眠、そうした日常生活のありかたを見直し改めれば、一生発病せずにすむかもしれないのです。かからなくてもすむ病気にまで医療費を使うのは、大いなるロスです。自分の健康は自分で守る。医者まかせ他人まかせにしない。これが基本です。

8月16日（水）その57 きみの臍臓をたべたい

「キミスイ」って、何のことかわかりますか？最近の日本人は何でもかんでも縮めて表現したがる。私が本屋で迷いながら何度も手にした本が「きみの臍臓をたべたい」（双葉社）。「住野よる」（男性）という作家の作品です。縮めて「キミスイ」だそうだ。

ぎょっとするようなタイトルだけど、ちらりと表紙を見たら、満開の桜の下で若い男女が別々の方向を向いて立っている。ホラー小説ではなさそうだ。「でも女子高生が読むような小説だったら、どうもなあ……。」と思った。本屋で何度も手に取っているから、いつか読むだろうなと思っていた。最近、安い文庫本が出版されたので、「よし！」と決心して買って読んだ。

本の裏表紙の内容紹介の「あおり」は、次のように書いてある。「ある日、高校生の僕は病院で一冊の文庫本を拾う。タイトルは『共病文庫』。それはクラスメートである山内咲良が綴った、秘密の日記帳だった。そこには彼女の余命が臍臓の病気により、もういくばくもないと書かれていて……。

読後、きっとこのタイトルに涙する。『名前のない僕』と『日常のない彼女』が織りなす、大ベストセラー青春小説！」とある。

「へっ？」と思ったけど、土曜日の夜少し読み、日曜日の暁から読み始め、午前中で一気に読み終えた。3～4か所で、涙がちょちょぎれた。

映画もやっていることを知っていたので、夜、見に行くことにした。「日曜日の夜は外出はしない！」ことが、若い頃からのモットーだったが、妻もいなくて一人だし、シネマQまで出かけることにした。

前半はほぼ原作どおりで、感動して涙があふれた。少年時代を演じた「北村匠海」と「浜辺三波」という若い俳優の演技が素晴らしかった。終末はストーリーが書き換えられていて、12年後の大人になった主人公を「小栗旬」が演じていた。……突っ込みたいが、営業妨害はしないでおう。（笑）

なお「君の臍臓を食べたい」という表現は、「あなたの爪の垢を煎じて飲みたい」というような意味。臍臓の病気を患っている主人公の少女にかけて出てきた言葉で、「あなたのような人になりたい」、「あなたのことが大好きだ」という意味だと私は理解した。

原作本や映画を通して、私が強く感じたことを2点述べよう。人間の毎日は小さな選択の連続、人生は選択の連続なのである。出会いは偶然ではない。選択と選択の結果、出会いがあり、今の自分があるのだ。私も人との関わりの中で生まれる「今日」を、自分なりに精一杯生きていきたい。悔いがあるうがなかろうが、自分の選択の結果を受け止めて生きていきたい。

二つ目は、人は一度きりの人生でいつ死ぬのかは、誰にもわからない。生きている人間には、必ず死が訪れる。「生きる」ということは、誰かと心を通わせること。「死ぬ」ということは、全てが消えることではなく、「心を通わせた誰か」の中で、ずっと生き続けていくということである。

しかし我ながら、ピュアな17才の少年に戻って話題の小説を一気読みしたり、感動して3度も4度も涙を流したり、即、映画を見に行く行動力。たいしたもんだ。誰かが言ってたけど、青春とは人生のある期間をいうのではなく心の若さをいうんだって、君達い、わかるう？（笑）

でも2～3日前から少し腰が痛くて、立ちあがるとアガガガガ……。

8月17日（木）その58 私の数学の授業の原点

南部広域行政組合は、琉球大学や沖縄女子短期大学と連携・協力の協定を結んでいる。島尻教育研究所主催の各種の研修会に両大学から素晴らしい講師の先生方を派遣していただいている。先日も琉球大の山口剛史、沖女短大の平田美紀先生に来ていただいて、多くの参加者の中で研修会を実施したばかりだ。琉大の山口先生の話聞いて驚いた。資料の中に仲村貞子先生の名前が出ていたのだ。大変嬉しく思った。西表島に住んでいる方で、私がこの35年間忘れたことのない名前だったからだ。

私は初任者で船浮中に配置され、少し焦りがあった。こんなにのんびりと毎日を過ごしていいのだろうか。本島に採用になったみんなは毎日学級経営や教科指導、生徒指導等、多くのことを吸収しているはずなのに、私は毎時間一人二人の生徒に家庭教師のような授業をのんびりとやっている。このままでいいのだろうか？と、少し焦っていた。そんなとき、隣の白浜小で算数の研究授業があり、みんなで見に行った。授業をなさっていたのが、退職前の仲村貞子先生だった。5年・6年の算数の複式の授業、始まって10分も経たないうちに、僕は思った。「何で？何でこのおばあちゃん先生は、こんなすごい授業ができるんだらう??？」

目から鱗というか、頭を殴られたような印象を受けた。複式の算数の授業をそれぞれの学年のリーダーの児童が授業を進めていくのだ。先生はあまりしゃべらず、リーダーの子どもがやることを見ている。そして時々アドバイスをやっているくらいなのだ。なぜこの子ども達は、先生の代わりができるんだらう？先生は、いつリーダーの指導をしたんだらう？「？」がいくつも湧いてきた。授業研究会で、「ガイド学習」という北海道のへき地で生まれた授業形態で、仲村先生はその研究のため、2回も北海道の学校に半年間の研究教員として派遣されているということを知った。

船浮へ帰るモーターボートは、潮風が心地よかった。私の心の中から焦りが消えていた。「へき地にいても、勉強はできるんだ。今できることを一生懸命頑張ればいいんだ！」と強く思った。次の日から私は全ての数学、算数の授業を予め指導の略案を書いてからやることにした。指導略案は3年間で500枚ほどになった（残念ながら西表を出るときに燃やしてしまった）。

それから西表島の数学・算数の先生方に働きかけて、みんなで数学史の研究を始めた。この資料は、採用2年目にみんなでまとめたレポートだ（実物を見せる）。私の宝物で、原点である。転勤した後も時々出して眺めた。仲村貞子先生のガイド学習の衝撃が、鮮やかによみがえってくる。

私は転勤した大規模校で、ガイド学習を応用した授業形態が作れないか考えた。そしてついに「朗式ガイド学習」が完成した。（笑）ソシオグラムに基づいて生徒達の間関係を考慮して3～4人のグループを作り、数学の授業はそのグループで座らせる。一斉指導や一人学びの後、グループを作り、リーダーがわかったかどうか確認し教え合う。そして練習問題をやる。また同じように自力で考えた後グループで教え合うのである。人間関係を考慮してグループを作っているため、気軽に質問できるし教え合うことができた。島尻地区の先生方を招いて公開授業も行った（教研集会）。エヘン！「35年も前から主体的・対話的で深い学び」の授業をやっていたのですよ（笑）