

裏面の話題

みんなの居場所の裏面は、小学生にとって必要ではないかと思う問題、漢字、語、慣用語等々を載せていきます。ご家族の団らんの話題にしてみてください。会話が広がります。

令和5年5月12日(金)

みんなの居場所

【接】「歩行運動」の裏面

2005年、第2回の本屋大賞に選ばれた恩田隆之の「夜のランニング」を講まれたらどうか。先日行われた強歩会内容がタツる物語。文中に「みんな、夜歩く。ただそれだけのことなのね。とっついてそれだけのことが、こんな特別なイベントだね。」とこの言葉がある。まさに強歩会参加者が感じたことだと思ふ。この物語は高校の恒例行事「歩行祭」で800名を24時間かけて歩くことにもなる。単純だけれどそれによる達成感や感動は金では買えない。

この「歩行」という単純な動作、どうも個人差があり、体調や歩行姿勢、精神的な強弱も影響を及ぼすらしい。私自身何年も強歩会を経験したが、毎回痛む場所や痛みの程度に差がある。また、コース(歩道)の状況によっても影響が出る。今年の強歩会はコースに恵まれた。私は足腰に我慢できないような痛みは発生しなかった。スタート直後から姿勢に注意して、急昇急降停止はできるだけしないように、靴の表面が足全体にフィットするよう、靴の紐を強く締めて歩いた。更には、休憩を極力減らし、休憩場所ではすべて直立の姿勢だった。この方法が良いかどうかは別として、私には合っていたようだ。例年強歩会終了後、立ち止まると筋肉が強張り、一度座ると痛みで立ち上がれなくなることもしばしばあった。今年それが無いのは、前述の取組が奏功したのではないかと思ふ。また、小負荷の運動を継続していたことで、心身の持久力も上がっていたのではないかと思ふ。トレーニングを続けねば「夜のランニング」の800名も歩けないように思ふ。

こうしてきてみる「歩行」はただ歩くだけとは言えないようだ。基本運動であるだけに、今後定期的に小負荷の歩行を続け、健康維持に努めていきたい。

GWの風景

今年のGWも例年と同様に前半のバツと良かったが、それでも家族と少しでも平日を味わいたく思ふ、大規模書店に足を運んだ。家族は待たされた時間まで有難義な時間を過ごしたのだが、私はとよよは訪問する場所を決まっています。書店、スポーツ用品店、玩具店を回る、かなりの暇な時間かできてしまった。そこで、何をしようかと考えてみた。

まずはゲームセンターに行ってみることにした。まさに10年ぶりだ。因みに、プリクラやカチャカチャは特設コーナーとして存在しており、パフィーも豊富だ。我々の時代は、マーセン、不良等のイメージがあった時代だが、そのような雰囲気は微塵もなかった。家族連れやカッパルがクレーンゲームをしている姿を見ていて気が付いたことがある。みんな笑顔だということだ。ゲームによるアドキワワフが笑顔につながるのかもしれない。

次に、駄菓子屋に行ってみた。子供だけで大人まで楽しんでいる様子で、ここでも殆どの方が笑顔だった。ここでは家族が大いに反応した。特に当たり付きの駄菓子である。ヨーグルト風味のクリームが入っている駄菓子を食べてみた。風食のついでに食べてみたら、懐かしさが広がる。何と「あたり」が出てしまった。まんまど私も笑顔になってしまい、私の笑顔を見て家族も笑っていた。金のかからない有難義な時間になった。

シリーズ「田舎生活」#009

研修員の米田は、8月10日です。南米アジアでは来日時刻が違います。私はタイとカンボジアの研修員を出迎えました。中国語の通訳さんが出迎え、南米はスペイン語の通訳さんが出迎えます。タイ、カンボジアの研修員は福岡空港の国際線に午前の到着でした。早朝、公用車で福岡へ。前日作った「エイコ」日本入りの「ポード」を胸に「エイコ」の米田です。

「いっ、来たー!」
「マイネームはキチンサックセーラオ、ナイストゥミーチュー」
「ナイストゥミーチュー、マイネームは...」
この後の会話が続きませんでした。米田、最大のメンバー、同じように乗っていたカンボジアからの研修員が、「同じように挨拶を交わす、無言の数の瞬間を過ごしたけれど、さっさと破れかぶる」「さっさと手招きして来い。さっさと、場の雰囲気を読んで頂戴、私の案内に従ってください。公用車の中での時間、ありとあらゆる忠告を巡り、研修員2人に気を遣う私米田、その日の疲労感や普通通のそれではありませんでした。

県庁に到着した後、挨拶を済ませ商客へ送り届け、数日分の食料の準備、ガス水道の使い方等を一通り教えて、私は再度県庁へ。南米と中国の研修員の到着を待ちます。中国の研修員は熊本空港到着、中国語通訳の方が同じ宿舎まで送り届けていました。南米の研修員は夜到着です。成田空港到着後、福岡空港到着です。その後、公用車で熊本にきます。午後10時ころでした。南米の研修員の方が到着です。遅い時間でしたが、食事とガス、水道の使い方について話した後、私は帰宅しました。

次の日は、研修員5人まとめて、日本の生活についてレクチャーしなければなりません。8月は夏の休みの時間はゼロでした。5人の研修員で、既に来日していた留学生と研修員合わせて20名の親戚のついでに20名を過すことになりました。9月の研修員受け入れに向けて、日本語研修、生活研修、研修員訪問、研修員受入式...、まじ目の回を忙しかつた。忙しいというよりは、仕事が自分の目の前を通り過ぎていくという感じでした。国際課での私の役職名は「参事(さんじ)」でしたが、当時の私を見た教員や教職員仲間が「参事(さんじ)ですか。参事とはなく惨事だな...」周囲は心配していたようです。私の仕事は、仕事のことより、仕事に振り回される私を心配してくれていたのでしょう。私は学級担任に抱き、それだけを生涯甲斐としてしましたからそれを知っていた教員や生徒が気遣ってくれました。しかし、私はその頃、既に気持ちを切り替えていました。

「この子達(研修員や留学生)を教えることについて接していい」
気持ちの整理が済んだ私は、1000名の教員と濃密な時間を過ごして、1000名になりました。(つづく)