

# みんなの居場所

## 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)

### 【録音】「步行運動」について

2005年、第5回の本屋大賞に選ばれた恩田隆志さんの「夜のピロニック」を講まれたらうか。先日行われた強歩会内容が豊富な物語。文中に「みんなで、夜歩く。ただそれだけのことなのだ」といって、それだけのことが、こんな特別な活動なのだ。」「とつぶやきがある。まさに強歩会参加者が感じたように思われる。「この物語は高校の恒例行事」「步行祭」で800名を24時間かけて歩くというものである。単純だけにそれによる達成感や感動は恐ろしく大きい。

この「歩」という単純な動作、どうも個人差がある、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、毎回痛みや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ないだけじゃないように、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だった。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。また、小負荷の運動を繰り返していたことで、心身の持久力も上がっていたのではないかと。心身のトレーニングを続け、夜のピロニックの800名も驚かさないようにしてほしい。」「こうしてきてみる」「歩行」はただ歩くだけでは物足りないようだ。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い、大規模量販店に足を運んだ。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が決まっています。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。またにもう一度試みる。因みに、ブリクアやカチャガ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。我がの時代は、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。家族連れやカップルがクレール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。ゲームによるトキドキワクワク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。子供だけでなく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響した。特に当たり付きの駄菓子に入っている駄菓子を買ってみた。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」が出た。まんまと私も笑顔になってしまった。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。

### シンロード「田舎物語」#009

研修員の米田は、8月1日、南米アマゾンで日米口時差が違い、私はタイカンボジアの研修員を出迎えた。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る。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、早朝、公用車で福岡へ。前日に作った「ムーン・日本入」の「の」のボードを胸に、フィキキワフワフワの米田だった。

米田を見つけて笑顔で迎えてくれたのは、研修員に「おはよう、来たー」「マイネームはキティ、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、米田は、最大のピンチ...。同じ頃に乗っていたカンボジアからの研修員が「同じ車に乗った探検を交わし、無言の数秒間を過ごした。その時、破れた袋から「おはよう」の袋が出てきた。「おはよう」の袋の中、約5時間、ありとあらゆる忠告を巡らし、研修員に人に気を遣って米田、その日の疲労感の普通通のそれはありませなかった。

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で、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時ごろでした。南米の研修員も到着です。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、研修員ら入居してから、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月は夏の休み時間ゼロでした。5人の研修員、既に来日していた留学生と研修員合わせて20名の親れわりとして10名を過すことになるのです。9月の研修生受け入れに向けて、日本語研修、生活研修、研修生訪問、研修員受入式...、各自の迷惑も多かった。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」ということですが、当時の私を見た教員や教職員仲間が「参事」と言っていました。「参事とはなく悲惨だな...」周囲は心配してました。私の仕事は、仕事、仕事のやり、仕事に振り回される私を心配してくれていたでしょう。私は学級担任に抱かれ、それだけ先生も甲斐に感じてました。だからそれを知っていた教員や生徒が気配を遣ってくれました。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聞いて」気持ちを整理がついた私は、この子達の教員、特に濃密な時間を過ごしているように思いました。 (つづく)

※ 「みんなの居場所」に関するご意見・感想をお寄せください。(「みんなの居場所」への掲載の可・不可)