

平成28年度德育推進「心ゆたかな人づくり講演会」(同年度第3回《通算第26回》「新袋井フォーラム講座」)の記録

- ・日時：平成28年10月15日（土）
午後1時30分～3時
- ・場所：月見の里学遊館・うさぎホール
- ・講師：**藤田弓子**さん
(女優、声掛け運動アンバサダー)
- ・演題：**さあ、声掛けしよう**
—子どもたちを支える一言とは—
- ・参加者：約320名
- ・主催：袋井市・袋井市教育委員会・新袋井フォーラム　・後援：静岡県教育委員会

【以下講演要旨／文責・本誌編集部】

長嶋茂雄のコメント

私は父を3才の時に亡くしていました、母と2人の生活が長く続いていました。母は好奇心旺盛な人で、色々な所に私を連れてていってくれましたので楽しい毎日でした。特に母はプロ野球の巨人軍のファンで、その影響で私もプロ野球に詳しくなりました。パリーグの選手でさえ名前を全て知っているという位に野球選手に詳しくなっていましたので、周囲の友達からはちょっと浮いた存在だったかもしれませんね。

私は気に入った選手個人を好きでいるという「個人ファン」で、母のように巨人ファンにはなりませんでした。特に野茂英雄選手が好きでした。それより前でしたら、なんと言っても長島茂雄ですね。その長島さんが還暦を迎えた時に、テレビで記者会見をしたのを見ていたら、「私は今日、はじめて60歳になりました」とコメントされたんですね。(笑)。少しズッコケたんですが、長島さんらしいコメントですね。

ところが、よく考えてみると、このコメントは間違ったことを言っている訳ではないんですね。だれでも誕生日が来たら初めてのその年齢になるのですから、毎年全員に共通することであって、みんなが同じように、初めての年齢を迎えるのですね。それは何を意味

するかというと、同じ年の誕生日を二度繰り返すことはない、つまり人生は毎年、毎日が一度きりだということです。

そこで、誰でも思うことは、同じ人生なら、後悔することなく、楽しい良い人生を送りたいということです。では、良い人生を送るために何が大切かと言えば、人間関係です。人ととの付き合いが上手く出来ずにトラブルを抱えている人もいらっしゃると思います。大人同士になっても人付き合いで困っているという人へ、今日はささやかなアドバイスができればいいなあと思います。

トキメキのある人生を

人間関係を良くしたいと思っている人に申上げたいことは、まずは自分自身が、いつも何かにトキメキを感じて下さい、ということです。昔、私はNHKの「連想ゲーム」の女性陣キャプテンで出演していたのですが、あの番組で繰り返し言葉で何かを表現してお題のキーワードを当てるゲームがありました。トキメキとは何かを、あれと同じように表現すると、例えば、ドキドキとか、キュンキュンとか、メラメラとか、・・・ムクムクとか(笑)、いろんな言葉で表せると思います。そういうトキメクものを持っている人は、自分の方からそのことに対して行動を起せますから積極的な生き方ができます。

一番良いのは誰かに対してトキメクことです。同じ友達を持つなら、その友達にトキメキを感じられるような人であることが望ましいです。友達というのは常に自分で新しく作り続けないと居なくなってしまいます。私の親友は小学校時代の同級生ですと言っても、年老いてくれば体が不自由になって会えなくなり、やがて居なくなってしまいます。友達は作り続けないといけないです。

友達を作り続けていくために、あるいは友達の関係をもっと深めたいとか、一般的に人間関係を良くしたいと思う人に必要なことは何かと申しますと、自分から人に声を掛けていくということです。それをしないと友達もできませんし、既に友達であっても絆を深めることはできません。自分が何もせず、ただ

待っているだけの人は、より良い人間関係は作れませんし、幸せな人生も送れないと思います。この辺りから、今日のテーマである「声掛け」の話に繋がっていきます。

誰かにトキメキを感じて下さいと申しましたけれど、一番いいのは自分の配偶者にトキメクことです。この年になったら、なかなかそういうことを感じることはなくなつて、相手は空気と同じように特に意識することもなくなると皆さん申されますね。でも、昔はそう思ったから結婚をしたんでしょう。だったら、その気持ちを思い出して、いま再び、その人にトキメクことができれば、これは幸せですよ。いつも近くにいるのは夫であり妻ですから、そうでないと逆につまらないですよ。皆さんは、どうですか？

夫婦だけでなく、子どもも含めて、みんなで食卓を囲み、一家団欒の時間を持つことも大事なことですね。テレビを見ながら食事をして、お互いに顔も見ず、言葉も交わさないのは良くないことだと思います。

具体的方法

さて、夫婦や家族、友達同士で、トキメキのある関係がない場合に、どうすれば良いかということですが、良くなる方法はあるんです。それは言葉をキチンと伝え合うということです。たくさん会話をしたいんです。それも、自分の方から言い出すようにすることです。待っているだけでは相手も変わりませんし、何も変わりません。まずは自分が積極的な人に変わることです。どういう言葉を相手に言えばよいのか、という点については、簡単な答えがあります。それは、自分が他人から言わされたら嬉しいなあと思う言葉を、自分も相手に伝えたら良いのです。

具体例を3つ申しましょう。

第1は、感謝の言葉です。「ありがとうございます」ですね。資料の中にもございましたが、本日は、このあとに「ありがとう」の歌を合唱することになっていますね。

この言葉は、当たり前のようにありながら、実際にはなかなか言えないことが多いんです。特に日本人の男性は下手ですね。奥様に対してこれが言えません。だから私も声を大にして言いたいんです（笑）。そんなこと言わなくとも分かっているはずだと夫の方は思って

いるんです。妻の方も実はよく分かっているんですが、それでも夫から言って欲しいものなんです。いま言わなくても死ぬ時にまとめて言ってあげるから大丈夫だよと考えている旦那さんもいますね。奥さんがそれを真に受けて、いざその時が来たら、だいたい既に認知症になっていますから、夫は何も言わずにあの世に行ってしまうんですよね（笑）。だから、言うべき時に言ってあげる方が妻としては嬉しいんです。食事の時でも、今日のこれは美味しいなあ、と言ってあげて下さいね。

第2は、相手を褒める言葉です。誰でも褒められて嬉しい人はいませんね。特に成長期の子どもにとっては、誰かに褒められたという経験は、それによって、もっと自分を磨いて、上に行こうという動機付けになることがありますから、非常に有効な場合があります。大人でも嬉しいのは同じです。そういう言葉をもらえた時には、相手が自分のことを良く見ていてくれていたんだなあ、ということも分かりますから、その人に感謝する気持ちも生まれます。もちろん、子どもには叱るべき時には叱る必要があります。でも褒めるべき時には、きちんと褒めてあげてください。これも実際にはなかなか難しいことではありますが、気をつけて良いことだと思います。

第3は、相手に愛情を伝える言葉、愛情のこもった言葉です。これは、好きだ、ほれてる、愛してる、といった直接的な言葉でなくて良いんです。たとえば、心配して声を掛けてあげる、注意してあげることも愛情があるから出来ることですね。

名前で呼ぼう

また、先ほども申しました夫婦の間では、なかなかこのような言葉を言い難いということも分かりますので、上のような言葉に代わるものとして、相手のことを名前で呼ぶことを提案したいです。カナダ人の友人が日本に来て、日本の女性の名前は「オイ」さんが多いんですね、と言われたことがあります（笑）。その友人が見聞きした多くの日本人夫婦の会話の中で、旦那さんが奥さんを呼ぶ時に、そういう言葉でしか呼んでいなかったんですね。これでは寂しいですね。そうではなくて、奥さんのことを名前で呼んであげてみてください

い。きっと、これまでよりも、良い関係になるはずですよ。

以上の3つのこと以外に付け加えて申しますと、言葉だけでなく、相手に何かを伝えるときは表情や身振り手振りも大事で、それを上手く使えるようになって欲しいということです。電話で話をする時にも、たとえ相手に見えないとしても、自分が表情豊かに話をすると、それは電話の言葉にも必ず反映されて、そういう声の質になるんです。相手にも、より深く伝わります。日本人は言葉だけで済ますことが多いですが、ここは外国人に学んで表情を豊かにしながら言葉のやり取りをして欲しいですね。そうすると、より効果的であると思います。

私はいま静岡県の声掛け運動のアンバサダーとしてお手伝いをしていますが、それをしていると、自分自身が私生活の中でどれだけ話をしているか反省し、見直す契機になります。自分のためにもなりますから、皆さんにもお勧めしたいです。そして、先ほど、他人を褒める言葉を掛けてあげましょうと申しましたけれども、最後には、きちんと生きた自分自身を自分で褒めてあげて欲しいと思います。それができるような生き方をしたいものです。

本日は、ありがとうございました。（了）