

「大樹に育つためには、小さな自信の芽を伸ばしてあげましょう」その5

園長 高杉美稚子

「小さな自信の芽」のお話の最後です。

母はいったん、回復したものの、2度目の危機がやってきました。洋史先生と子ども達のための新しい教育環境である「キラキラタワー」に入れる遊具を買い付けるためでかけていた、ドイツの携帯に電話がかかってきたのです。このドイツ行きは、医者「当分は大丈夫でしょう、ドイツに行かなくても悪くなる時はなる、行っても大丈夫なときは大丈夫、あなたの行動で病状は変わるものではない。」という言葉が私にドイツ行きの背中を押し決心させ出発したものです。

でも病院からの第一声は『様態が悪いです。延命措置はどうしますか』というものでした。いきなり、延命措置はどうしますかという言葉は私を動揺させましたが、自己決断ですから「この時期にドイツへ」との反省はありました。しかし、卒園する子ども達のために早くそろえたい」と腹をくくって出かけて行きましたから、後悔の気持ちはありませんでした。今できることをできることから行動するのみでした。

取り急ぎ、娘と息子に連絡を取り、家族でなければ許可が下りない延命措置をとってもらい、その日の午後、機中の人となりました。日本に戻るときは日にちが短くなるために、その日の夕方ドイツを発ってつくのは翌日の夜です。十数時間の間何もする手立てはありません。後は二人のこどもがとってくれる行動と医者を信じるしかないのです。

このときほど、人にまかせきることがどんなに大切なことであるか、自分の人生は自己責任であると同時に人は一人では生きてはいけないのであることを痛感したことはなかったことでしょう。

福岡に着くと、すでに娘からメールが入っていました。病院のどこに行ってもどのように私が行動したらいいかがこと細かく指示されていました。午後10時、遅く着く私のためにそのことの病院への連絡と母と医師への面会の許可もすでに取っていました。

娘の的確な行動と配慮に感謝しながら、集中治療室に入ると、母はわずかながら、うなづいて笑ってくれたようでした。

それから1週間、集中治療室からは幸いにも出ることができるようになりました。それからまた私の病院への付き添いが始まりました。今度は1ヶ月の入院となりました。

その間に母は、食べ物を口から受け付けることが難しくなりました。医者からは「チューブにすれば、誤飲を防ぐことができます。誤飲は死亡につながる大きな要因です」と告げられました。

洋史先生からは、母のことに関する決断はつらいけど自分でするように告げられていました。義理の親子関係とはいえ、他人である自分が決断することは私の生涯の後悔になるから、そして、その決断をすることが娘としての最後の親にしてあげられる仕事だという理由からでした。

チューブを入れることは食べ物を口からは入れられなく、そして最後は、肺に機械で空気を送り込むことになる、言葉も失うことになります。それでは本当に生きているといえるのだろうか。答えは『否』です。

人が生きていく尊厳について、考えさせられました。病院は人を生かすのではなく死なさない治療をせざるをえないときもあるのだとも感じました。

私は医師にチューブをつけることを断りました。『最後まで、人として口から食べ物を食べさせてあげたい、誤飲がないように最大限してほしいけれど、そのことで、もし、誤飲があっても病院を訴えたりすることはしません。私達は二人とも一度死にかけるという体験を経験しており、そのことには十分向き合っていますので、慌てたり、パニックになることは決してありません』と静かに話しました。

食事は、その日からすべて流動食に切り替えられました。お茶さえも、とろみをつけられています。

でも、口から食べることは続けられました。そして『これ以上はもうよくなる見込みはないでしょう』ということで救急病院から、医療介護度の高い病院へ転院となりました。そしてそこからさらに、今の介護つき老人ホームに移ったのです。

老人ホームは、ホームにとって精一杯のことであるには違いないと理解できますが、家族にとってはパンフレットにうたってあるような内容ではありませんでした。家族への報告、連絡、相談など私の園では当たり前に行われていることが実践されないもどかしさを感じました。

人を預ける身になる、それは保護者の方がわが子を幼稚園に預けるときの不安と心配、期待の混じった複雑な気持ちを知るよい機会でもありました。

ここからは、病院や医師、ホームの職員に全面的に頼っても、悪い方向には行かなくても、よい方向に向かわないことは明らかでした。

そこで、私にできることは母に対して、私ができることをできる範囲からやっていくことでした。

これからはずっとそばにつけないけれどいつでもそばにいたような感覚を持ってもらうために、CDに私の声を朝起きた時、三度の食事と2回のおやつ、寝る前用の声かけに使ってもらうように吹き込みました。これは耳からの刺激です。

たとえば朝食時の例では「おかあさん、みちこよ おかあさん、みちこよ、わかる？お母さん、朝ごはんの時間よ。お母さん一緒に食べようね。お母さん、おいしいよ。たくさんたべてね。お母さん朝ごはんたくさん食べてくれて有難う。たくさん食べてくれたから、みちことっても嬉しいよ。お母さんありがとう。お母さんだーいすき。お母さんだーいすき。又一緒に食べようね。おごちそうさましようね。お口もきれいにしようね。お母さん」などの言葉でした。

目に見えなくても、写真やビデオも持っていき毎日見せました。これは目からの刺激です。

体の感覚への刺激、姿勢をよくし、背筋を伸ばすために、半円形の少し硬いリハビリ用の背中の下におくもの（これは私の五十肩の治療に使うもの、こんなところで役にたつなんて・・・）をもっていき、その上に乗せて毎日リハビリを始めました。

上半身は、首、頭、手首、肩のつけね、腕、ひじの手指、手先の運動、私はベッドの上に乗って母の体重を借りて上からバランスをとりながら進めます。下半身は、腰、足首、ひざ、足の付け根、足先、指先の運動を30分します。それは同時に私の五十肩のリハビリにもなったようです。

深い呼吸をしながら、1箇所20ずつ数えながら進めます。それからこちらからおしゃべりをしながら全身を熱いタオルで拭き、乳液をつけてマッサージです。帰りは「さようなら」という言葉は使わずに「じゃあ、またね。また来るね。またあした」という言葉を使います。そして、3ヶ月、もうよくなれないと思っていたのに、母の口から「だーい好き」という言葉が聞くことができるようになったのです。一番に戻ってきた言葉は「だーい好き」という言葉だったことはとても私を感動させました。

これはすごい、『キラキラタワー』のお披露目もできると急遽案内状を発送したのもこのころのことです。リハビリも時々「10までいいい」と、母もきついのに、「あなたが疲れるから・・・」なんてお互いにいいあえるまでになるのにそれからは時間はかかりませんでした。

そのたびに笑いが出てき始めました。今では自分で20ずつ数えてリハビリもしています。

そしてついに、1月10日「キラキラタワー」のお披露目の会。いつものドレスを着て母は参加することができるまでに回復したのでした。右半身がまだ不自由なままですので、今も車イスのままでしたが、なんとそこで、お礼の言葉もいえるまでに回復して・・・

あの時、口からチューブを入れる決断をしなくてよかったと、前に起きたことの批判をすることだけなら簡単、でもそのときの決断こそがむずかしい、その時その時の今ここの感情に気づいての決断の難しさも痛感しました。でも本当にチューブを入れなくてよかった、後から分かる実感でした。

生きる力は不思議ですね。目に見えてもとの母に戻っていききました。9月、私を娘と認識できなかった、「お母さん、おねえさん、おなかがすいた」といって転がるようにあかちゃんになって私に甘えた母ではありませんでした。

そして倒れるまでは、死ぬまで絶対理事長は譲らないとあんなに頑固だった母が、「もうそろそろ譲らないとね」

と理事長を洋史先生と交代することを自ら決心し、自分の口から言ってくれたことは、私には、何よりのごほうびで、式典の日は感無量でした。やはり、わからなくなったままの世代交代とは、受ける側の意味が違います。本当によかった。嬉しかった。

看護師さんの『どんな薬より、高杉美稚子薬が一番でしたね・・・』の言葉は本当に私が母を許し、受け入れ、母と向き合うことができた日々が私自身への心の処方箋であったと感じさせています。

毎日ホームにいってリハビリを一緒にしますが、人に感謝する、お礼を言うということがあまりなかった大正時代の教育者の典型のような母が、どんな人にも私にも、オムツ換えやことあるごとに「ありがとう。ありがとう、みんなのおかげです。お世話かけます。ごめんなさいね。」と、何度も何度も頭を下げる姿に、母もまた、神様に愛される境地に達してきたのではないかと私に感じさせています。

そしてこの間、この母とのことを巻頭言で書いたおかげでいろいろな方が私の病気のことも心配してくださり、よい病院と治療法が新聞にのっていることを教えてくださいました。病名はメニエール病の中の「突発性良性頭位めまい症」と判明し、その病院で「エプレー法」という新しく発見された治療をしていただきなんと2回で完治したのでした。

最初の病院での入院の後遺症として肩の痛みが残りましたが今のところ、もうめまいに悩まされることもなくなり、母の介護もすいぶん楽になりました。

このことを通して、私は今一度吉塚幼稚園の教育も振り返ることができました。



1、大変なことは、トラブルではなく課題ととらえましょう。

私は20年前、心理学の勉強を始める前は、母の「べき」思考の中で、他者承認ばかりを求めて苦しみ、そしてそのことを、全部の母の責任にして、自分で自分の人生に責任を取っていきなく、本当に心が大人へ成長していなかったことを感じています。

臨床心理に出会い、もう一度、人間としての発達レベルを体感、体験の中で今一度クリアし、大人になった気がしています。この学びに出会わなかったら私は、自分が大人になれていない、自分が自分で自分の人生に責任を取っておらず人のせいばかりにしている、自分の感情に気づけていない、自己コントロールができていない、でも他人に気づかり遣って疲れ果てている未熟な人間であることにも、気づけていなかったでしょう。今は本当にやっと自分の足で歩いている、私が私にやっとなったと感じています。だからこそ伝えたいのです。子ども達が本当に自立するためには、今何が必要か！を…。

親も教師も同じです。最初から立派な親、教師はいません。だからこそ私達に子育てという仕事が与えられているのでしょう。子育てを通して、親、教師として悩む中から、そのことに真剣に向き合っていけば、越えられなかった、自分のクリアできていない発達レベルをもう一度乗り越えることができるのです。

問題として降りかかるということ、そのことで思い悩むということ、そのことをクリアできていない自分がいるから思い悩むのです。だから、トラブルはトラブルではなく、自分にとって乗り越えるための大切な課題なのです。そのことから逃げなくて真剣に向き合えば、結果がどうであれその過程、プロセスの中から学べるのです。だから、人間にとってつらい、悲しい、苦しい体験も必要なのです。逃げてはいけないのです、立ち向かう心、気力が大切なのです。

居心地が悪いことを居心地が悪いと、その自分の感情を感じることができれば、知っていれば、その居心地が悪いことに染まらずにすみずみ。そこからそのことを客観視して学ぶこともできます。反面教師ということもあります。ピンチは成長のチャンスです。

そのことを感じなければ、いつの間にか自分がいやだと思っていた、居心地が悪い人間になっていることにも気づけないのです。だとすれば、居心地が悪い場所が自分を悪くするのではなく、そんな場所こそ自分が成長

できる場所なのです。だからすべては回りではなく自分の受け止め方、対処の仕方しだいです。

課題をクリアした人は、人の心情にも気づけるようになります。でもどうか心配しないでください。本当に人生にとって遅いことはないのです。気づけばいいのです。もし変われなくても、そんな自分がいるということを感じているのと気づいていないのでは天地の差があります。気づけなければ人間は変わりません。でも、もし変わりたいという気持ちがあるなら、気づいたそのときからでいいのです。気づいたそのときから、そのことをゆっくりと待って受け止めて、自分が変化したい、変化しても良いと感じたことから始めればいいのです。

2、足ることを知り、感謝しましょう

吉塚幼稚園が最終的に子ども達に培わせたいことは、そんな課題を乗り越えるための気力、最後まであきらめない心、何があってもそれを乗り越えていく力を身につける教育です。

その為の「自分が大好きで自分が信じられる教育」を達成するために、その年齢に不可欠な体験させたいカリキュラムを設定し、体験教育を毎日の生き生きとした活動の中で、さらに体・心で感じる体感教育として実践する中から生まれるものだと考えています。

そして自分がいる場所を心地よいなあ、悪いなあという自分の感情に気づき、正直に自分と向き合うことができれば、その感情をコントロールすることができる本当の大人になって、どんな場所にいても、そこから何かを学ぶ力、知識だけではなく本当の知恵を持った、幸福感を感じられる人間に育ってくれるでしょう。

きっとそのような人は、真に自立し、自己承認し、自分の人生に何があっても勇気と自信を持って生き抜いてくれるに違いありません。

幸福とは、日本の教育と心理学の第一人者、河合 隼雄先生（京都大学名誉教授、教育学者、数学者、臨床心理学者、哲学者）の本の一冊にこんなことが書いてありました。

要約すると、「これまで教育は個性をないがしろにしてきた、これからの教育は形を教えるだけでは教育にならない。教育で個性をどう育むかというキーワードは幸福である。金持ちやいい地位や、いい大学でなくても、幸せな人とはいっぱいいるし、そういうものを全て手にいれても不幸な人とはいっぱいいる。人間は人生を出世設計でやっているうちは満たされない。金持ちになるか、幸せになるかという問いには、幸せを選ぶ幸福設計で考えると、より個性的な人生が送れる。

幸福設計とは、そもそも、自分にとっての幸福とは何かを考えなければならない。

その為には、他人に振り回されず、自分の尺度を持って、自分で考えなければならない。それが出来る力を持った子どもを育てなければならない。親は誰でも、子どもに幸せになってもらいたいと思っているのに、不幸にしている人がいっぱいいる。それには、親がまず、幸福について考えなおさなければならない。親自身が出世人生の人生観を改め、幸福追求の人生にしなければ、子どもたちの幸せも未来も無い」いうものでした。

幸福感を持ってない人々が増えているのかもしれませんが、自分の今の人生の中で、何が幸福か考えて、今、ある事にまず感謝する。『足ることを知る』ことが一番の幸せだと昔の人が言ったそうです。まさに、現状に不満や不足ばかりを感じて、文句ばかり言っている方は、まず、幸福感からは程遠いでしょう。

その上で、しっかり自分の幸福の優先順位を考える。そして人生設計をしていく。そのことをしっかり出来なければ、子どもの教育の方向性を見誤る時代に来ているといえるのではないかと感じています。



3、いつも感覚を鋭敏にして、自分の元気になる姿勢・呼吸に気づいて、そして、肯定的な言葉を使いましょう。

見えることー背中を伸ばして、顔の向き、目線、肩のはりぐあい、手の動き、自分の足がこの地球とつながってスクッとたっている感覚をもつようにしましょう。鏡を時々、チェックしましょう。そのときに自分を励ます言葉をいしましょう。

幼稚園では、体を動かすことの大切と同様に、じっとして、姿勢に気づき腰骨を立てるということを大切にしています

聞こえることーだいすきなど、感じたことを素直に表現しましょう。「～しないでね。」ではなく、「～～してね。」と表現しましょう。受験生の話で、『受験票を忘れないでね』というと忘れる確立が高いそうです。そのときは『受験票は必ずもって行ってね』と肯定的に言う方が効果的です。

幼稚園では、『心の教育』の中で、子ども達の感情、心情の動きに問いかける言葉かけをしています。

感じることー深呼吸して、呼吸、顔の表情はどうなのか、感じていましょう。自分が今、何を考え、何を感じているか、どうしたいのかに気づいていましょう。ボディランゲージ、アタッチメント行動を大切にしましょう。何事もまずは、受け止め、すべて包み込んで笑ってゆるしましょう。怒り続けていると、怒りでいつまでもそのこと、人から縛られてしまいます。自分から怒りを解いたとき、自分が自分自身から自由になれるのです。自分の感情に気づくと正直になれます。自分を偽っている限り自分を好きになることはできません。

幼稚園では、年長組になると丹田呼吸法を取り入れています。

この三つは私が母とのリハビリで気をつけて行ったことです。たったこれだけの見る、聞く、感じるという感覚に注目することだけで、母が元気になっていったことはまぎれもない事実です。子どもにも同じことが言えることはもちろんのことです。

どうか、子ども達の自信の芽を伸ばしてあげられる環境としてのご両親でいてください。

結婚生活でも、「幸せにして」ではなく、「私が幸せを感じるから、あなたも幸せを感じてね」と言う事が大事なのだと感じています。

要は、どんな苦難、状況であれ、自分が幸せであるか、幸せとを感じるか、自己受容できるかは相手ではなく自分がどう受け止めるか、自分がどう感じるか、自分がどう変わるか、相手軸におくのではなく全て自分軸で感じる、自分次第であると言う事なのだと感じています。

1年にわたり、私と母との体験を具体例として、自信の芽をのばすということをテーマに書いてきました。まだまだ、書き足りないことは来年度に譲りますが、「大樹になる一歩は、その芽を伸ばすこと」この吉塚幼稚園が目指している教育で、親も教師も、子どもの成長に負けないくらい、自分を見つめ成長する、お手伝いができたなら嬉しい限りです。

どうか、いつも自分を信じることを、好きでいることを忘れないでください。そしてそのために必要なことは、吉塚幼稚園の自己決断から始まる自立の循環であることを信じてください。

『あなたに必要な答えはいつもあなたのそば、そしてあなたの中にある』ことを覚えていてください。

卒園生の皆さん、いよいよおわかれの時がやってきます。在園中のご協力に心からお礼申し上げます。

卒園しても、いついつまでもこの幼稚園から大きなエールを送っています。

力強く、自分を信じて生きてくださいね。ありがとうございました。