



## “慣れるということ”

理事長 高杉 洋史



昨年の今頃は多くの時間を新型コロナウイルスウィルスの情報収集に費やしていました。毎日の感染者数の増え方から、2週間後とか4週間後のことを考えていました。入園式はいつできるのだろうかとか、自分をはじめ身近な人が感染したらどうなるのだろうかとか、不安だけが膨らみ、何から手を付けていいかわからない毎日でした。そのころ買い込んだ非常食の缶詰とか塩や砂糖の袋を見るにつけ、あの頃はマスクも品薄のうえ結構な金額だったことを思い出します。桜の花もチューリップの花もいつ咲いたのか記憶が定かではありません。あれから一年、私自身もマスクの生活に慣れました。状況はウイルスが変異し感染力も強くなってきたており、もっともコストストレスがたまるはずなのですが、外出を減らし手洗いうがいに気を使い、ほかの人と話をするときも適度な距離を取れば何とか生活できることに慣れました。

さて、この生活が子どもたちにとってどんな影響を及ぼすか考えるのが、幼稚園の先生の仕事です。大人がマスクを手放せない現状では、子どもたちがどうやって先生の表情を読み取るかを考えないといけません。私事で恐縮ですが、同じような背丈で、髪型も似ている先生の後ろ姿の見分けがつかないことは頻繁に起こります。

子どもは大人の口元をみながら言葉を覚えると言われていますので、マスクは必要最小限のほうがいいという意見もあります。

大人はマスクをすることが常識になった今日この頃、子どもたちに接している私たちは口元を見せられない分、身振り手振りを大きくして、自分の気持ちや子どもたちに伝わりやすくし、言葉かけも増やすように心がけています。マスクをすると声の大きさも影響を受け、質感も変化します。根本的な対策は打てませんが、少なくともこのような現状であることを忘れないようにしようと思っています。

この状況に慣れないとストレスにつぶされるし、慣れすぎて、今が普通ではないことを忘れるのも危ないことだと思っています。園児はもちろん保護者の皆様、家族が楽しい毎日を過ごせるよう教諭全員で知恵を絞っている毎日です。



## 「子ども達がヒトとして生まれ本当の人間に育っていくプロセスを 共に楽しみながら歩んでいきましょう」

—自分の感情に気づき、自己決断し、自分を信じていくことが出来る教育をめざして—

園長 高杉美穂子

子という字は、一と了とで、出来ています。故に始まりと終わりを意味するそうです。  
10千十二支では、2008年の子(ね)の年から新しい60年が始まりました。  
2020年で十二支が巡り、さわやかな春風と共に新しい年度がやって参りました。  
ご入園・ご進級を心よりお喜び申し上げます。



何もかも新しい仲間が増え、一番大変な時期でしょうと言われるかもしれませんが、子ども達も教師も親も最も成長することが手に入るように見ることが出来る、私の一番好きな季節です。依然として、コロナ禍の中であり、いつまた緊急事態宣言が出るか分からない状況はありますが、春はやっぱり何だか心がワクワクするような、心改まる、そんな4月です。

この大変な時期、困難な時代だからこそ、園児たち、保護者の皆様、先生という、素晴らしいゆりの樹幼稚園の仲間が巡り会ったことに意味があり、このメンバーであることに心から感謝致します。少し大人びた進級生、新しい園児たち、保護者の方を迎えて、そして職員と共に歩き始める新年度のスタートです。



コロナ禍でなくても、不安があるのは、いつの時代でも同じです。そして、私達には真っ暗闇で先が見通せない中、「出来ないことを考えるのではなく、出来ることを出来る精一杯で頑張ろう、出来た事にだけ感謝しよう」とみんなで知恵を集結して、何度も修正を加えながら、企画構成し、実践してきたことで、昨年度を乗り越えられた「だからこそ良かった」と思えることや学びも多くあったという貴重な経験があります。



昨年度の保護者の方の協力、職員の成長、そんな中で素晴らしい育ちの姿を見せてくれた園児達、その縁関係があるからこそ、今年もきっと、何かあっても過去の失敗を学びに変え、きっと乗り越えられるだろう、成長できるだろうと違った意味で、胸いっぱい「力を合わせて頑張ろう」という希望があらわれてくるような感じがします。

皆様のおかげで令和3年度を迎えるにあたり、今日ここに新年度がこの中間でスタート出来る事を心より嬉しく思い、感謝申し上げます。今年はこのメンバーであることの必要性がきっとあるはずです。だから、この中間であったことに感謝して、自分に謙虚に精一杯生きていきたいと思えます。



今、教育で最も大切にされていることは『生きる力』です。では本当の生きる力とは何でしょうか。生きる力とは逆境を受け止め、乗り越え、時々はねのける力です。逆境が人生のねのけになることを、大人は子どもに教えてあげる必要があり、自分自身も常に確認しておくことが大切です。

逆境が人生を輝かせるのです。「憂鬱み」というのがあります。憂鬱みから育つのです。その一番は生きる基本を知ることです。その意味で、昨年度のコロナ禍は、子ども達に大人の生き様を教えるいい機会だったのかもしれない。





行事後、年度末に多くの感謝と労いの言葉を、保護者の方のみならず、JRさんをはじめ多くの関係者から頂けたことは望外の喜びでした。昨年度の最後のお礼にも書きましたが、全ての行事が分散開催となり、園児達と全員で過ごせない寂しさはありましたが、だからこそ得たこと、学びも多い年でした。園児、保護者、職員の感動の為に変更し、次ぐ変更を重ね、出来ないことを嘆くのではなく、どうやったら出来るかを考え、立案し、再考し、出来たことを喜び、上手くいかなかった事から学び、成長できた年でもありました。



理事長、園長として、最後まであきらめない気持ちと、全力を尽くしたのだからこそ、手放せたことがあった、思い切った変更と決断ができた、そしていつも前向きにできることを重ねてきた姿勢が、少しでも未来を担う園児達の生き方に響くものがあったならば園児たちの生涯教育に携わる身として嬉しい限りです。

今年も、きっとこれからも、園児達だけでなく私たち大人にとっても、辛い、悲しい経験は数知れなくやってくるでしょう。今年も、ゆりの樹幼稚園のあらゆる体感保育を通して、今、目の前に起きていることに対して、最大限にできることに柔軟に取り組み、何事も周りにいる人たちと手を携えること、「当たり前前」のことが当たり前前にできることの有難さを感じて、家族と共に、きっと、どんなことも乗り越えて生きてくれる、豊かで広い、優しく、深い、思いやりの心が育ってくると信じています。



そして、幼稚園という集団に入った、子ども達、そして、ご両親にも、いやかたもなく、飛び込まなくてはならない世界が人間社会です。「ヒトが人間に育っていくプロセス」には必ず人間関係が存在します。



狼に育てられた「アマラとカマラ」は発見された後、どんなに愛情を持って育てても、人間にはなれなかったという記録がありますが、人間として育つ時に人間として育たないと人間にはならないのです。だから、基本的な人間としての生き方が必要なのです。欲望を満たすことと抑制すること、人として生きていく姿勢を身につける、感謝する「有難うございました」という型は人間として生きる基本です。

特に最近ではもらって当たり前、ちょっとでも気に入らないと文句を言います感謝するという姿勢が足りない気がします。感謝するという型は人間として一番の生きる基本であるはずですが。

型はめられながらも個性は出せます。むしろ型こそ個性です。なぜなら、型の窮乏さを知ったから初めて個性が出るからです。以前にも紹介した言葉ですが、仏教用語に「守戒離性」という言葉があります。

1. 「守」とは師の教えをそっくりそのまま守る事。一切師の教え通りにやる。それ以外のやり方は許されない。これは師が長年修練し修練を重ね一つのものを楽しみあげて出来ているわけである。故に経験のない者が批判するのは間違いである。まず最初は、師が「どのような修練のもとに、どのような考え方どのような態度、姿勢をもっているか」をそっくり学ぶ。言われた事に違反しない。これが基本である。
2. 「破」とは、師のものを自分のものにした上で、そこに自分の新たな工夫、努力を加え「師の教えから少しずつ抜け出し、脱皮していく段階」
3. 「離」とは、自分の工夫、努力により師の教えから逸脱し、さらに修練を加え、自らが一つの境地を楽しみ上げる。という意味である、といわれています。

まずは決まりを守る。先人の教えを守る。そして、それが出来て初めて「型」を打ち破ってごらんというのが個性教育です。人間は、一度は「型」にはめられる必要があるのかもしれませんが、どうして「型」にはめられる必要があるのかというと「型」とは基本的な人間の生き方の姿勢であるからです。





料理をする時もそうでしょう。必ず味付けの基本があります。よく言われる所の「さしすせそ」砂糖、塩、酢の順番ですね。色を組み合わせる時にも基本があります。同系色、これは同じ色に、黒、白、グレーを混ぜた色、類似色とは、色相環の両隣の色、補色とは反対の対称色の事ですが、この組み合わせは合うと言われてます。味づけにしる、色にしる、ルールがちゃんとあるわけですね。



プロの方が変わった、奇抜な事をされる場合にもこのルールはちゃんと分かって、それに少しアレンジしているのであって、ルールを知らないとか全く無視している所からは、人が心地良い、美味しいと言う事は生まれてこないわけです。人間社会、集団生活にもルールがあります。最近のルールを守れない人が増えているのかもしれない。

そんな時代だからこそ、今一度、生きる基本、愛と思いやり、厳しさも含めて子ども達に教えてほしいのです。親も教師も、特に、親の厳しさを教えることが困難になっている時代です。もちろん、厳しさと優しさの適度な密着が大切なのは、大人は承知しておく必要があります。



そして、優しいことは厳しいこと、厳しいことは優しいこと。だからこそ、その上で親や教師には勇気を持って優しさの上に、本当の意味の厳しさに取り組んでもらいたいのです。そしてそのことが、本当の厳しさになるか、優しさになるか、効果が上がるか、あがらないかは、状況、場所、周りをよく見て、人の声を聴いて、自分の感覚を大切に、自分で判断することが大切です。そして、どのような言葉を発するかが大切です。「覆水盆に返らず」の言葉の通り、一度言った言葉は戻らないのです。だから、時と場所と相手、言うタイミングと語り、量を考えることが大切です。

そして、どんなに素晴らしい言葉も、適時、適量を間違えると大変なことに繋がります。どんな言葉にも致知量があるということを覚えておきましょう。眠れない時に飲めば安眠剤でも、量が過ぎれば覚醒です。こちらの言う事が、どんなに正しくても、その量と濃さとタイミングが一致しなくては、相手の心を壊してしまう事があるということを考えて行動しましょう。

人付き合いが良くなるには、自分の中に「心の処方箋」をいくつか持っているかにかかっています。ストレスの解消法だったり、自分を元気づける言葉です。そんな言葉をいくつかご紹介しましょう。私の好きな言葉があります。

### ★「二人が睦まじくいるためには」

二人が睦まじくいるためには  
愚かでないほうがいい  
立派すぎないほうがいい  
立派すぎないこととは  
長持ちをしないことだと  
気付いているほうがいい  
完璧をめざさないほうがいい  
完璧なんて不自然なことだと  
うそびいているほうがいい  
二人のうちどちらかが  
ふざけているほうがいい  
ずっつけているほうがいい  
互いに非難することがあっても  
非難できる資格が自分にあつたか  
どうかあとで  
疑わしくなるほうがいい  
正しいことを言うときは  
少しひかえめにするほうがいい  
正しいことを言うときは  
相手を傷つけやすいものだと  
気付いているほうがいい  
立派でありたいとか  
正しくありたいとかいう  
無理な緊張には  
色目を使わず  
ゆったり ゆたかに  
光を浴びているほうがいい  
健康で、風に吹かれながら  
生きていくことのなつかしさに  
ふと 胸が熱くなる  
そんな日があってもいい、  
そしてなぜ胸があつくなるのか、  
黙っていても  
二人にはわかるのであってほしい



正しいことを言うときは少し控え目にするほうがいい  
正しいことを言うときは相手を傷つけやすいものだと気付いているほうがいい

正論ばかりで来られると、相手が正しいだけに疲れます。  
最後には何も言えなくなります。

「窮鼠、猫を噛む」の言葉通り、追い詰められたねずみは  
猫にはむかうしかないので。

だから、少し、相手にゆとりを持たせた言い方が必要です。

その結果いつのまにか、コミュニケーション言葉をぶつけるドッチボールではなく、  
言葉を受け止め柔らかく投げ返せるキャッチボールになっていきます。



なぜ胸が熱くなるのか、黙っていても二人には分かる そんな関係が築けるのではないのでしょうか。そして、  
どんなに努力をしても上手くいかない事もあります。その為の次の処方箋の言葉です。

★「嫌いな人がいることこそがひとづきあい」

嫌いというのは自分の中の同じものを見るから。同じところに反応しているだけのこと。  
そう思えば嫌いな人が一番近い。どうしても嫌いという事が止められないのはその人を  
意識しているから。鼻にもかけない人のことは嫌いになんかあったりしない。意識しあっ  
ている人間関係には、不安も悩みも生まれます。それが全く無くて泣き言も不満も口に  
しないという方がおかし。いい気持ちだけ味わおう、不快な気持ちになったら状況を  
改善しなければならないというほうが無理をしている感じがします。もし揺らぐ事が  
ない平穏な人生を望むのだとしたら、生きる事を放棄するようなものではないでしょうか。



嫌いな人に心が乱れ、自己嫌悪に揺れ、怒りに揺れ、不安に揺れ、  
その事に気付いていければ大丈夫、もしその揺れを楽しんでいる事が  
出来たら更に素晴らしい。そのことを受け入れた時、私たちは安心し、  
嫌いな人から自由になっているのだと思います。

嫌っている間、その人から離れなくしているのは  
他ならぬ自分自身だからです。手放したとき、自由になれるのは、  
相手ではなく自分です。私たちは、完全ではない、相手も完全ではない。  
そして、それでいい。私たちは嫌いな人をどうしても好きになれない。  
相手もちっとも変わらない。それでOK。嫌いな人で揺れている自分が許せない。  
そうさせている相手が許せない、それでもOK。

I am not ok. You are not ok. Its ok.その事に気づいていければ大丈夫！



★「嫌われていると思っている人へ。嫌われても一人ぼっちではない」

私達が本当に嫌いな人から開放されるときが来るとしたらそれは、  
私たち自身が「あるべき自分」という幻想から解放される時なのでしょう。  
完全に解放される時が来るとは思えませんが、それでも、「あるべき自分」ではなく、  
「今のこのどうしようもないありのままの自分」の方を愛せる自分でありたい。  
嫌われないようにどんなに努力しても嫌われる。それは相手も未熟だからです。  
誰かがあなたを嫌っても、あなたの価値は傷つくわけではない。  
あなたがあなた自身の問題で相手を嫌っているように、相手もその人が  
抱えているその人自身の問題であなたを嫌っているだけのことで・・・。  
だからどんなに嫌われないように生きても嫌われる。  
だからといって孤立しているわけではない。





嫌われるということと孤立するということは別物です。誰か一人二人に嫌われたからといってまるで世界中から拒否されたような孤独感を抱いてしまう事がありますが、どうか、どうか、忘れないで下さい。

たとえあなたがすべての人から嫌われていると感じていても（実際にはそんなことはありませんが）あなたは決して一人ぼっちではないということを。だから、これからは、ゆりの樹幼稚園の仲間がいます。何でも相談し、コミュニケーションをとっていきましょう。

### ★人生は楽しむためにある。

苦しいとも 悲しいとも つらいとも 情ないとも、それがあったから成長できたと感謝し、人生を楽しんだ人が最後はやっぱり幸せになれると思うのです。楽しい事を探している人はいっぱいいるけれど、今、目の前にあることを楽しめる資質をもっている人は稀です。そしてその資質を持つことこそが、私たちの人生の目標だと思うのです。不愉快に思うことすら楽しめる自分であります。目標は二つ、リラックスを感じる事、どんな事も楽しむ気持ちを持つこと。目の前にあることを楽しめる資質を持つことこそが今、人生の目標だと思うのです。このゆりの樹幼稚園でリラックスすること、その事を体に刻んで、等身大になりたいけれど、そうでないと自分が見える時さえも楽しめる自分であること、そのために必要なことは次の処方箋の言葉です。



### ★自分を好きになるということ、



自分が思っていること、ただあるがままにそのままに見られているようになったときに自分の事を好きになれるのです。こんなことが起きたらどうしようという未来への不安、失敗だと過去を責める、自分に出来るはずがないという自信の無さ、どうせダメだという諦め、これは、根拠のない感情で自分の記憶が投影されて現れた現象だそうです。

そういうときこそ、クリーニングです。ゼロ地点が、本当の自分の場所です。本当の自分になれる瞬間というのは、いい意味で空っぽになる時です。そこにそのままいることが、リラックス。物事のいいところに焦点をあて、正直に、謙虚に、起きたことに感謝し、失敗した自分も受け止め、私らしくあるがままにいます。その一番根底にあるのは「ゆりの樹幼稚園の10Eと目指す人間像」です。今一度、新年度に当たり、思い起こしてくださいね。





その為の最も大切な処方箋の言葉は

★「最後だとわかっていたなら」

明日生きている保証は誰にもありません。  
今、自分が発した言葉が、今、自分が起こした行動が、  
周りの人にとって最後の言葉、行動になってもいいと思える  
人生を、周りの人と過ごせるか、自分の日々の言動と、行動に  
かかっているのです。それさえ理解できれば、  
ヒトが人間になることも人間社会で生き抜くこともたやすいと  
私は思うのです。

「愛と思いやりをもって、自信をもって決意出来るように・・・」  
さあ、ゆりの樹幼稚園の**エクスチェンジ**行動変化です。



「最後だとわかっていたなら」

作・ノーマ コーネット マレック / 訳・佐川 睦



あなかが眼みこくのを見るのが最後だとわかっていたら  
わたしは もっとちゃんとカードをかけて  
神様にその魂を守ってくださるよう祈らねばならぬ

明日が来るのを待っているなら今日でもいいはず  
もし明日がこないとしたらあなかが今日を後悔するだろうから  
微笑みや 抱擁や キスをするための  
ほんのちょっとした時間を どうして惜しんだのかと

あなかがドアを出て行くのを見るのが最後だとわかっていたら  
わたしは あなかを抱きしめて キスをして  
そしてまたもう一度叫び寄せて 抱きしめねばならぬ

忙しさを理由にその人の最後の願い となってしまうことを  
どうしてしてあげられなかったのかと

あなかが喜びに満ちた声をあげるのを聞くのが最後だとわかっていたら  
わたしは その一部始終をビデオにとって毎日録りの見返りをしよう

だから 今日 あなかの大切な人たちをしっかりと抱きしめよう  
そして その人を愛していること  
いつでも いつまでも大切な存在だということをそっと伝えよう

あなかが言わなくても 分かってくれたりかもしないけれど  
最後だとわかっていたら一言だけでもいい・・・  
「あなかを愛してる」とわたしは 伝えねばならぬ

「ごめんね」や「許してね」や「ありがとう」や「気にならなくて」  
伝える時を待とう

たしかいつか明日もやってくる でももしそれがわたしの勤怠で  
今日で全ての終わるのだとしたら わたしは 今日  
どんなあなかを愛しているか 伝えたい

そうすれば もし明日が来ないとしてもあなかが今日を後悔しないだろうから

『最後だとわかっていたなら』 (サンクチュア出版) より



明日のために あなかが今日 何をやるのでしょうか  
あなかの周りには どの言葉も伝えるのでしょうか  
あなかの周りには どの微笑もなげかけるのでしょうか もし あなかに  
そんなゆとりがなかったら まずは 自分を癒す時間をとる必要があるのかも  
しれません

そして私達は 忘れないようにしたい  
若い人にも 年寄りにも 明日誰にも 約束されていないのだと  
いうことを

愛する人を抱きしめるのは今日が最後になるかもしれないことを

