

一般社団法人日本新聞協会主催で今年21回目となる「新聞配達に関するエッセーコンテスト」の大学生・社会人部門、最優秀賞作品をご紹介します。

『おばあさんの新聞』

岩國 哲人（78歳） 東京都渋谷区

1942年に父が亡くなり、大阪が大空襲を受けるという情報が飛び交う中で、母は私と妹を先に故郷の島根県出雲市の祖母の元へ疎開させました。その後、母と2歳の弟はなんとか無事でしたが、家は空襲で全焼しました。

小学5年生の時から、朝は牛乳配達に加えて新聞配達もさせてもらいました。日本の海が吹きつける海浜の村で、毎朝40軒の家への配達はずい仕事でしたが、戦争の後の日本では、みんながづらい思いをしました。

学校が終われば母と畑仕事。そして私の家では新聞を購読する余裕などありませんでしたから、自分が朝配達した家へ行って、緑側でおじいさんが読み終わった新聞を読ませていただきました。おじいさんが亡くなった後も、その家への配達は続き、おばあさんがいつも優しくお茶まで出して、「てっちゃん、べんきようして、えらい子になれよ」と、まだ読んでいない新聞を私に読ませてくれました。

そのおばあさんが、3年後に亡くなられ、中学3年の私も葬儀に伺いました。隣の席のおじいさんが、「てっんど、おまえは知ったか？おばあさんはお前が毎日来るのがうれしくて、読めないのに新聞をとっておられたんだよ」と。

もうお礼を言うこともできないおばあさんの新聞・・・涙が止まりませんでした。

対人恐怖症の解消法

ある書籍で、欧米のカウンセラーから見ると、日本人の99%が「対人恐怖症」だという話がありました。簡単に言えば、「知らない人キライキライ病」、「自分以外の人（特に他人）に恐怖を覚え、できれば避けたい」と思い、いつも人を遠ざけてしまうこと。

そういう意味で、対人恐怖症ではない欧

米人は、平気で知らない人に声をかけますし、たまたま飛行機などで隣に座った者同士が何時間も気楽に会話をします。最低でも必ず挨拶をします。この観点から言えば、彼らからすると、日本人は十分「対人恐怖症」だということです。

確かに、講演会の参加者などでも、一人て来ている人はぼつんと座り、隣の席に荷物を置いたりして、誰とも会話しない人が多いようです。

ではなぜ日本人はこのようになってしまったのでしょうか。日本では特に戦後、「人を見てから、きちんとしなさい」と育てられる文化ができあがってきて、すべて『人の目』を意識するようになってしまったということですね。

日本人は行動の規範（ルール）を「人の目」に置いていて、人からどう見られているか、人から後ろ指をさされていけないか、陰でいろいろ言われていないか、そんなことをとても気にして生きるようになり、だから、人が見ている世の中では、目立つ行為は慎むようになったというのです。

長い海外生活から帰国した著者のカルチヤーショックの一番は電車の中の光景だったそうです。誰一人ひと言も挨拶も会話もせず、ただスマホや携帯などにひたすら向き合っているあの異様な光景・・・。

確かにあの光景を思うと、この先日本はどうなっていくのか、とても心配になります。果たしてどうしたらいいのでしょうか？対人恐怖症の解消法が次のように紹介されています。

『一日一回、知らない人に声をかける』。可能なら、会話につなげてみる。

『挨拶』って大事だって皆、知っているはず。その『挨拶』が、あなたを対人恐怖症から解放する特効薬になります。

本当に成功したのであれば、まずは対人恐怖症を克服する。自分がどう生きるかよりも、自分が他人からどう見えているかが問題では、つねに周りの評価を気にしなければならず、本当の幸福を得ることはできません。日本人の多くが持つトラウマ「対人恐怖症」と、今日からおさらばしましょう！と結ばれていました。

この話題で思い出したことがあります。昨秋、島根県への恩師の墓参の旅の途中、全国屈指の山城遺構、国史跡『竹田城跡』へ訪れた折、和田山という駅でのことでした。

乗り換えで一両のワンマン車両に乗り込んだ時、体操着を着たたくさんの中学生たちが乗っていました。そのうちの一人の女の子が、満面の笑顔で「こんにちわ！」と元気よく挨拶をしてくれました。聞くと、すれ違う全員に挨拶をしているとのこと。

「素晴らしいなあ、顔晴って続けようね」と伝えました。何ともほっこり、とてもステキな出逢いであり、思い出になりました。こうしてすっかり「対人恐怖症」解消を楽しく取り組んでいる若者がいるって、とても嬉しいですね。いかがでしょうか。私たちもチャレンジを始めてみましょう！

将来の夢は自衛隊で災害救助

先月10月23日、68人が犠牲となった新潟県中越地震から10年目を迎えました。魚沼出身の私の実家は、地震で一躍有名になったあの旧山古志村の隣村。地震発生数日後、ヒビ割れを仮補修して所々盛り上がったところもある開越道が50km規制で開通したので、余震の続くなか無事だった両親のもとを見舞いました。郊外の田んぼのある丘の上のお墓は多くが倒壊。アスファルト道路の真ん中が30cmくらい盛り上がっていたり、また家の中の壁などはあちこちが崩れ、ヒビ割れしていました。両親に一時的に関東へ避難するよう促しましたが、頑として聞き入れてくれませんでした。余震が怖くて長い時間居るのも苦痛に感じたことを憶えています。

その時大きく話題になった、土砂崩れで車ごと生き埋めになり、4日後に奇跡的に救出された魚沼市の皆川優太君（12）は、今年中学1年生。優太君のことが夕刊記事に特集されていました。以下、読売新聞2014年10月20日付け夕刊社会面より。

2004年10月23日、当時2歳だった優太君は母の貴子さん（当時39歳）と姉の真優ちゃん（当時3歳）と新潟市に出かけた帰り道、同県長岡市で土砂崩れに巻き込ま

れた。2人は亡くなり、優太君だけ助かった。当時の救助隊員は「おしめがたっぽんたっぽんだった。別の隊員から、宝物を抱く感じで優太君を受け取った」と振り返る。現在は祖父の敏雄さん（78）、祖母のミハルさん（76）と一緒に暮らしている。

優太君は、身長が1メートル70センチを超え、足のサイズは28センチになった。柔道部に入り、放課後や休日には熱心に稽古に打ち込む。6月に魚沼市内で行われた柔道大会では、初心者部門で優勝。「先輩みたいに強くなりたい」と意気込む。

地震当時のことはほとんど覚えていない。記憶にあるのは、暗くてぼんやりしたところのこと、病院で食べた黄色いスイカがおいしかったことくらいという。土砂崩れのあった現場にも年に1、2回、祖父母と一緒に参りに行く。「どうして自分だけが助かったのかなあ」。そんな思いに駆られる時もあるという。

そんな優太君の将来の夢は自衛隊で災害救助などをする事だ。「人の役に立つ仕事したい。自分も色んな人に助けてもらったから」。東日本大震災を経て、そんな思いを一層強くしている。

地震で娘と孫の2人を失った敏雄さんにとって、悲しみを癒やしてくれたのが優太君だ。2年ほど前、敏雄さんが「優太が大きくなるまで生きていられるかな」と話した時、優太君は「そんなさみしい話はしないで」と涙を流していたという。敏雄さんは「優太がいなかったら今頃どうにかなくなっていたかもしれない。本当に生きがいなんだ」と打ち明けた。（おわり）

心の奥まで届く真心

秋が深まり、今年も父の命日がやってくる。亡くなって14年。元気でいたら79歳だ。当時お世話になった病院に沖繩出身の新人看護師さんがいた。卒業と同時に家族と離れて東京にやってきた。そんな彼女はいつも一生懸命で笑顔を絶やさず、病室に明るい空気を運んでくれた。闘病中は患者本人も周囲も誰もが心細いもの。いつも一緒に

いられない家族にとって、こんなに信頼

できる看護師さんがいれば安心と思わせてくれた。

やがて最期のときが間近に迫り、仕事を終えるとすぐ、埼玉から東京の父の病院に向かう日々が続いた。病室への長い廊下を歩くときが、いつも心細く辛かった。そんなある日のことだ。病室の扉の手前で、あの看護師さんの声が聞こえてきた。

「それじゃ、左手おろしますね。はい。ありがとうございます。寒くないですか？」彼女は意識のない父に話しかけながら、体をふいてくれていたのだ。父の言葉はなくても返事を待つように。ずっと優しく声をかけ続けてくれていた。いつもの父の返事が聞こえてくるような気がして涙があふれてしまった。

清拭が終わる頃「ありがとうございます」と言いながら病室に入ると「娘さんがいらつしやいましたよ。よかったですね」とまた父に話しかけてくれた。家族のように接してくれる彼女のおかげで私はどれだけ心を温めてもらったことだろう。医療に限ったことではない。接する相手への真心は心の奥までしっかりと伝わるものなのだ。（日経MJ シニア おもてなしスケッチ 接客アドバナー キーワード 北山節子）

あやまちのあとが人生を決める

あやまちは 誰でもする
つよい人も 弱い人も
えらい人も おろかな人も
あやまちは 人間を決めない
あやまちのあとが 人間を決める

あやまちの重さを
自分の肩に背負うか
あやまちからのがれて
次のあやまちをおかすか

あやまちは 人生を決めない
あやまちのあとが 人生を決める

東井義男さんの最後の詩集
「君にあなたに」の一節より