令和2年5月11日（月）

デイリーニュース　タイムリーさんぽう（水嶋編）

（タイムリーリカレント・一緒に学びましょう）

★ “ハダシの『英雄』 悠々連覇” ★ サッカー文化 守る“砦に”
★ 『9月入学』難問 ★ 公立高 月内再開は16県 ★ きょうのことば
★ 一部で学校再開 続く試行錯誤 ★ 教室から消えた『13億人』
★ 介護必要な子支援 ★ 千葉大学生支援3億円 ★困窮学生給付
★マスクで体育3人死亡★外国人実習生人材ミスマッチ★KODOMO俳句
★ 『9月入学』課題多く ★『老後の備えより教育費』6割 ★ 18歳のプラス
★ パンデミックから学ぶ ★ 18歳の1票 ★ 息苦しさ『すぐ相談』
★ 世界企業 守りの資金確保 ★ きょうのことば ★ 『対面重視』見直し
★ ANA採用を一時中断 ★ デイズニー帰休 ★ ANA一時金半減
★ 遠隔操作ロボ共同開発 ★ 社説★ 日鉄、能力3割減 ★『脱ハンコ』
★ 『会議』必ずパスワード ★ 日経大機小機 ★ 『急逮』というやりがい
★ 弔い方『生者の幸せ』前提 ★ 『一緒に食事』に大切さ
★ 自分史 書くことで前へ ★ 家でも『1日2000歩』 筋力保つ習慣を
★ 福祉ニーズ多様化で連携 ★ 『話が長くて まとまらない』
★ こころの健康学 ★ マナーのツボ ★ 医療ルネサンス ★ 交遊抄
★ 日経春秋 ★ 編集手帳 ★ 気流

㈱さんぽう DVD シリーズ第2弾 「面接・プレゼンテーション指導 DVD
『近日中発売！！』ぜひご購入よろしくお願い致します。そして生徒様へ、
ご指導ください！**以下をクリック！！広げてください！講演会受付中！**
https://youtu.be/mlif3PkjrMI

★≪オープンキャンパスに行こう！！≫
栃木県・茨城県・群馬県の大学、専門学校全35校のOC情報を紹介！
タイムリーファン高等学校の先生方ぜひ生徒様へ。
★≪iASC 個別相談会開催！・・・受付中。完全予約制。≫
いばらき動物専門学院 ♪あなたをサポートします！（別紙参照）
≪こまったときの・さんぽう水嶋！24時間いつでもなんでもご相談下さい≫

㈱ さんぽう 教育事業本部 本部長水嶋晃利
TEL：03－3378－7112携帯：080－2202－1391t-mizushima@sanpou-s.net

介助必要な子 支援を

保護者感染 預け先不安

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、医療的ケア児とその家族が不安な日々を過ごしている。「子どもがかかったら命に関わるのでは」「家族が発症したら誰がケアするのか」――。支援団体は、保護者の感染が疑われる場合、子どもが速やかに検査を受け、入院できるようにすることなどを国に求めている。

東京都中野区のわかなちゃん(5)は、自力でのみ込むことができない。唾液が気管に入ると肺炎を起こしてしまうため、気管を切開し、喉から入れた管を通して呼吸している。栄養もおなかの管から取っている。

「この子が新型コロナにかかったら命が危ない」。父親(37)は顔を曇らせる。唾液が耳の中に入りやすく、3か月に1度、耳鼻科を受診していたが、1月を最後に通院を控えている。週2回利用していた施設の一時預かりも休止になり、訪問看護もやめた。

外出の機会が減り、家にこもりきりではストレスになるからと、近くの公園まで散歩する。そのわずかな時間も「うつらないだろうか」と恐る恐るだ。「夫婦で感染したら、預けることもできない。とにかく予防しかない」

今のところ、消毒液などのストックはあるが、この先、入手しづらくなるのではと心配は尽きない。

都内を中心に医療的ケア児やその家族を支援する、任意ボランティア団体「ウイングス」（本郷朋博代表）が、保護者287人を対象に行ったアンケート（複数回答）では、「保護者の感染時の預け先の確保」に86％が不安を感じ、83％が「子どもの感染時の入院付き添いや治療の情報不足」を挙げた。

厚生労働省は、保護者が感染した場合の医療的ケア児らの対応として、①訪問看護や居宅介護で在宅を続ける②親戚宅に身を寄せる③医療機関への一時入院――を想定している。

医療的ケア児らの一時預かりを行っている「みくりキッズくりにっく」（東京都世田谷区）の岡田悠副院長は、「家族の介護負担を和らげるためにも、感染予防を徹底しつつ、訪問看護や一時預かりで支えることが重要だ」と話す。

子どもの在宅医療に取り組む医療法人財団「はるたか会」（同墨田区）の前田浩利理事長は、「家族による介護を前提としてきた課題が表れている。医療的ケア児の生活を支援できる仕組み作りを進めるべきだ」と訴えている。

手作りのおもちゃで遊ぶわかなちゃん。自宅で過ごすことが増えた＝家族提供

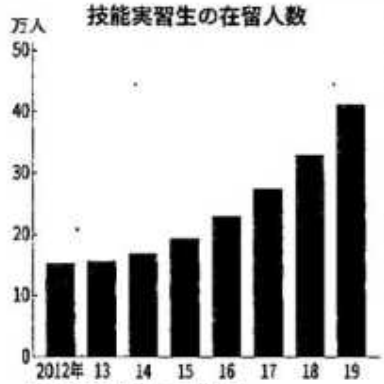
医療的ケア児　人工呼吸器や管からの栄養補給、たんの吸引などの医療的な介助が日常的に欠かせない児童。全国に約2万人いるとされる。

コロナで解雇、農業は人手不足

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、日本で働く外国人技能実習生の人材のミスマッチが表面化している。サービス業などで解雇が始まる一方、農業では入国規制の影響で人手の確保が厳しい。法務省は解雇された実習生の農業職への転職を特例として認めたが、実習生が自ら新たな受け入れ先を見つけるのはハードルが高い。政府や自治体による転職先の仲介などの支援が不可欠だ。

外国人実習生 人材ミスマッチ

中沢農園では収穫や出荷の作業で中国人技能実習生の支えが欠かせない



(出所)法務省資料を基に作成

日本で働くミャンマー人でつくる在日ビルマ市民労働組合(FWUBC)には、4月以降、ミャンマー人実習生から「コロナを理由に解雇を通告された」との声が相次ぎ寄せられている。長野県では昨夏来日した20～30代のミャンマー人8人が受け入れ先の工場やホテルから、業績悪化を理由に合意退職を受け入れる文書への署名を強要されたという。

寮を退去要請

関西地方のすし製造会社で技能実習生として働いていたベトナム人の女性は4月下旬、売り上げ減を理由に解雇された。社員寮立ち退きも求められ、岐阜県羽島市の一時避難施設(シェルター)に駆け込んだ。

全国の労組やNPO法人などにも解雇された実習生からの相談が寄せられており「休業に伴い給与を半分以下に減額された」などの声もある。

2019年10月末時点の国内の外国人労働者は、前年同期比14%増の約165万9千人。過去最高を更新した。在留資格別で特に伸び率が大きいのは技能実習生だ。

進まぬ転職、国の支援急務

1993年に始まった技能実習制度は、途上国への技術移転の名目でアジアなどから5年を上限に受け入れる。約80の職種で認められ、同制度を使って日本で働く外国人は19年末時点で約41万人に達する。

実習生も受け入れ先企業と雇用契約を締結し、契約期間途中の解雇が厳しく制限されるのは日本人と変わらない。しかし、日本語が十分に分からず法律知識もない実習生の弱みにつけ込み、コロナ禍で追い込まれた企業が合意退職を強要する悪質な事例が相次ぐ。

08年のリーマン・ショックや11年の東日本大震災でも、技能実習生は派遣社員と並んで真っ先に雇用調整の対象となった。

一方、実習生の1割を受け入れる農業では人手不足が深刻化している。

国内有数の高原野菜の産地、群馬県嬬恋村。2月から日本政府が始めた入国規制の影響で、4月以降に農園で働く予定だった中国人実習生の入国見通しが立たない。中沢農園の中沢睦一社長は「ホウレンソウの収穫作業の人手が足りなくなり、数百万円の売り上げが消失する」と肩を落とす。

技能実習制度は「技術移転」が建前であるため、実習期間の途中で実習先を変えることは原則、認められない。実習の継続が困難な場合には例外的に変更が認められるが、新たな実習先は同じ職種であることが求められるなど制約が大きい。実習生の転職を想定していない硬直的な制度設計が、人材のミスマッチを生んでいる。

法務省も4月20日、実習生の雇用維持を目的にこれまで認めてこなかった職種への転職も可能にする特例措置を導入したが、機能するかは不透明だ。実習生や元の受け入れ先が転職先探しの手続きを行う必要があるからだ。「携帯電話も持っていない実習生にハードルは高く、コロナで倒産危機にある受け入れ先に余裕はない」(労組幹部)のが実態だ。

一方レタス産地の長野県川上村では、入国が難しくなった中国などの技能実習生にかわり、ホテルや旅館などで働く外国人の受け入れを始めた。ただ活動内容に制限がない永住者が中心だ。

韓国は政府仲介

韓国では外国人労働者と受け入れ企業の仲介は政府機関が手掛けており、やむを得ない理由で受け入れ先を変更する場合にも、政府機関が新たな職場を紹介するなど保護が手厚い。日本でも政府や地方自治体が直接、実習生に転職先をあっせんしたり、各国語で特例措置についての周知を図るなどのきめ細かなサポートが求められている。

政府は、19年4月に技能実習制度からの移行を目指した「特定技能」制度を新たに導入。滞在可能な期間を延ばし永住や家族の帯同にも道を開いたが、認知の低さなどから2月末時点の受け入れ人数は約3千人にとどまる。入国規制の影響もあって政府の初年度想定(最大約4万7千人)を大きく下回ったのは誤算だ。今回のコロナ危機で外国人の信頼を失えば、日本の人材確保の競争力は大きく損なわれる。

(雇用エディター　松井孟一、朝倉俊平)

遠隔操作ロボ 共同開発

ソニー、ANA系新興と

5/11 日経

ソニーはANAホールディングスが出資するスタートアップ企業のavatarin（アバターイン）と提携し、次世代の遠隔操作ロボットを共同開発する。ロボットの動作にソニーの人工知能（AI）を活用し、操作の人手を減らして効率化する。新型コロナウイルスの感染拡大で遠隔操作やロボットによる省人化が改めて注目されており、機能の向上を急ぐ。

アバターインは離れた場所からロボットの目などを通じてその場にいるような感覚になれるサービスを手掛ける。ソニーのセンサーをロボットに搭載して周囲の認識能力などを高めて自動化を推進。現状は1人が操作できるのは1つのロボットだけだが、両社は複数をまとめて管理できる技術などの開発を検討する。

店舗での接客や介護支援などでの活用を模索するとみられる。ソニーはセンサーで周囲を把握したり、犬型ロボット「aibo（アイボ）」などで培ったロボティクス技術を提供したりする。

アバターインは既にロボットを企業などにレンタルしている。新型コロナで外出自粛が広がるなか、大分県の商店街では5月6日までの1週間、遠隔の買い物体験を提供した。中旬には香川県にある水族館のイベントで活用する。抽選で選ばれた参加者が自宅のパソコンから遠隔でアバターを操作して水族館のツアーを楽しめるようにする。

ニュース一言

ZMP

谷口社長

はじめから自動化を意識し、ロボットの導入を前提にした「ロボ・バリアフリー」をオフィスビルの設計や都市開発に取り入れていく必要がある

新型コロナウイルス感染拡大を受け、ロボット開発スタートアップのZMP（東京・文京）は軽症者向けホテルに配送ロボを供給した。だが谷口恒社長は「重い扉がロボの移動を阻むケースもあり、人とロボの協調を前提に考えていくべきだ」と指摘する。

文　化

「急遽」というやりがい

堂場　瞬一

どうば・しゅんいち　作家。1963年茨城県生まれ。2000年「8年」で小説すばる新人賞を受賞してデビュー。著書に「空の声」など。

新型コロナウイルスの影響が、さらに拡大しつつある。毎日のように感染者、亡くなる人が増える一方で、ニュースを読んでも胸が痛み、不安になる。そしてリモートワークで「在宅勤務」に切り替える人が増えたせいか、街からは確かに少し人が減った。人が消えた海外の街の映像も、もはや他人事とは思えなくなっている。

「外へ出なくても、作家の仕事はできるでしょう？」とよく言われる。

確かに、仮に外出しなくなっても、関係ないと言えば関係ない。作家というと、とにかく一日中椅子に座って、パソコンの画面を睨みながらうんうん唸っているようなイメージ、ないですか？

それ、当たりです。実際、基本的には座っていないと原稿は書けないわけで、ずっと家に籠っていても、特に困ることはない。

今は、普段頻繁に行っている出版社との打ち合わせも中止になったりして、人と会う機会が極端に減っているから、本当に摩りっ放しの毎日である。そのせいで原稿が進むこと、進むこと。

＊　＊　＊

しかし実際には、私の仕事にもじわじわと影響が出始めている。大事な取材旅行に行けないのだ。

取材と言っても、新聞記者時代に行っていたような取材とは違って、人に話を聞くというより、舞台に設定した場所を訪れて、その場の雰囲気などを感じ取るのが主な目的だ。地図や写真を見ただけで書くのと、実際にその場に行って書いたのを比べれば、如実に違う――ような気がする。特に海外を舞台にする時は、日本とは違う空気感を再現するために、どうしても現地を見ておきたくなるものだ。編集者が同行することもあるし、夏休みや冬休みを兼ねて一人でさっさと行ってしまうこともあるのだが、今は当然、それどころではない。

それで困っているのが、来年の仕事だ。2021年はデビュー20周年ということもあって、いろいろと作戦を練っている。目玉になりそうなのが、海外を舞台にした3本の作品だ。

「ここはやはり、海外を舞台に大きなスケール感でいきたいですね」

「いいですねえ」

「ついてはぜひ、現地へ取材旅行も」

「いいでしょう、いいでしょう」

などと、編集者とのノリのいいやりとりを経て、今年は2回のヨーロッパ取材を企画していた。計画している時点では、新型コロナウイルスなどまったく問題になっておらず、「今年はヨーロッパで見聞を広めてやろう」「ついでに美味いものをたくさん食べよう」とニヤニヤしていたのだが、予想外の展開に、あっという間に雲行きが怪しくなってしまった。

まず、最初の取材に関して、2月の段階で、出版社側から「まことに残念ですが……」と電話がかかってきた。時局に鑑み、会社として海外渡航は自粛になりました、ということだった。

二つ目の取材はしばらく保留にしていたのが、こちらも中止になった。行き先が、ヨーロッパでも特に感染者が多い国なのだ。結局、取材は全て流れてしまい、予定がぽっかり空くはめになった。

新型コロナウイルスに関しては、いろいろ気をつけながら生活しているのだが（熱っぽくもないのに毎日体温も測っている）、こんな形で影響が出てくるとは思いもしなかった。そもそも中国で爆発的に流行り始めた段階でも、「まさか、ヨーロッパにまでは広がらないだろう」と見ていたわけです。つくづく、読みが甘かった……。

とにかく当面の問題は、来年の目玉になるはずの3冊をどうするか、だ。いっそ、まったく別のストーリーを考えて、差し替えるべきかもしれない。この3冊に関しては、既に結構資料を読みこんで地ならしをしているのだが、それは取り敢えず棚上げしておいて、今から新たなネタに切り替えようか――かなり慌ただしい状況になってきている。しかし、どうせならそれをポジティブに考えてしまおうかな、とも思っている。

＊　＊　＊

新聞記者時代、締め切りぎりぎりに事件が発生し「あと20分で80行！」という場面が何度もあった。原稿を落とすわけにいかないので、当然必死になるのだが、そこを上手く切り抜けた時の気分といったら……今や、そんなぎりぎりの状況は希望しても経験できないが、「やってやったぜ！」という記憶だけは、しっかり頭に残っている。

基本摩りっぱなしの仕事で、エキサイティングな状況を生み出すには、「急遽」というキーワードが必要なのかもしれない。今回はまさに「急遽」だからこそ、やりがいがある――異様な状態が続いて何かと気が滅入る中、無理矢理前向きに考えている。

文化 論&メディア

弔い方 「生者の幸せ」前提

母看取った体験記で感慨

奈良大教授 上野誠氏

人の死を弔う葬式や墓は、現代でどう様変わりしたのか。万葉学者の上野誠・奈良大教授が、エッセー『万葉学者、墓をしまい母を送る』（講談社）で自身の体験を振り返り、時代の中で移りゆく養老や供養の営みに感慨をつづっている。

記されているのは、自身の祖父が死去した1973年から、7年間の介護の末に母を看取った2016年まで、43年間の身内の死を巡る光景だ。上野さんは「生き方や家族のあり方が変わったのだから、葬儀や墓が変わるのは当たり前」と話すが、その個人史をたどると、葬儀の変遷ぶりが痛感される。

上野さんは、祖父が死ぬ際、夏の約1か月間を家族と祖父宅で過ごし、静かに最期を看取った。親類や地域の人々はすぐに集まり、男たちは葬儀の段取りを延々と議論し、女たちは台所で何十人分の炊事にいそしんだ。遺体を洗い清める湯灌は上野さんが担当。背負った祖父の右手が垂れ下がり、頬を撫でた感触は忘れられないという。葬儀には友人や取引先ら約200人が集まった。一方、母の時は葬儀社任せ。かつては言葉としてなかった「家族葬」で行われ、参集者は約15人だった。

「儀礼は必要だが、振り回されるのであれば儀礼そのもののやり方を変えていく必要がある」と話す上野さん

また、上野さんは、事業に成功した祖父が建てた巨大な墓の維持に悩まされ、一般の墓地に移した経験も打ち明けている。「家族単位の墓は近代家族の成立と共にできたもの。維持できなくなってきたのは、永続を前提とした直系家族的な近代家族が終わりつつあるということだ」

地域でも、かつての盛大な葬儀を可能にしていた地縁・血縁のネットワークに対して、今や「それを維持するために、誰もお金や時間を使わなくなった」。だから、共同体が崩れゆく中、上野さんは母の介護を、多額の費用面なども含めて重荷に感じたという。

しかし、こうした変化を上野さんは嘆くばかりではない。「かつては窮屈な相互監視社会で、噂話という制裁が人の心を刺していた」と負の側面も指摘する。人々が共同体から離れる志向は強まり続けてきた。戦後、企業が疑似共同体の役割を担ったが、帰属意識は希薄になった。かつてのような共同体社会に後戻りはできず、必要であればまったく新しいネットワークを作るしかないと考える。

上野さんは、葬儀やお墓の簡素化、介護や葬儀の外注化が進んだのは、現代的な要因だけではないと語る。例えば、中国古代の六朝時代など、礼教にあらがい自由な生き方を希求する享楽主義の強い時期が、東洋にも度々あったという。

上野さんは心の内でそんな思想にも後押しされ、母の介護や葬儀の方針を決めた。「死や介護は、生とパラレルで、どう生きるかの哲学が問われる。生者が疲弊し、充実した生を送れないなら、死者や介護を受ける側は救われない」と、供養や介護はあくまで生者の幸せが前提だと強調する。もちろん、伝統の家業を継いできた家などで、旧来の葬儀を執り行う意義も否定はしない。

上野さんは、著書に記したこうした個人的な体験も、社会との関係や心性の変化などが凝縮され、一つの歴史だと考える。「歴史を作るのは自分自身でもあると意識してほしい」と呼びかけた。

（文化部 小林佑基）

「新型コロナ」で失われた社会力

「一緒に食事」の大切さ

新型コロナウイルスの感染拡大で、他人と一緒に食事する機会が減っている。人間にとっての「共食」の重要性を指摘し続けてきた、霊長類研究者の山極寿一・京都大学長に、論考を寄せてもらった。

京都大学長
山極寿一氏

やまぎわ・じゅいち　1952年生まれ。霊長類研究の第一人者で、特にゴリラに詳しい。国立大学協会会長などを歴任し、現在、日本学術会議会長を務める。著書に『ゴリラ』『家族進化論』など。

新型コロナウイルスに対する緊急事態宣言が発出され、私たちの生活は大きく制限されるようになった。以前から三つの密（密集、密閉、密接）をなるべく避けるように要請されていたが、さらにその自粛を強く求められている。これまでのように、集団で会食することも、コンサートやスポーツに熱狂することも難しくなった。なるべく自宅にいるようにという指示を守れば、限られた人としか接触できなくなる。食事はその最たるものだ。感染者が出れば、家族とも食事を禁じられてしまう。いったい私たちの暮らしはどうなるのだろう。

もともと人間はこの数百万年間、信頼できる人の輪を広げるように進化してきた。脳が大きくなったのは、付き合う人の数が増えて、それに対処するために社会脳としての機能が高まったためという説がある。言葉が登場する前に人と人をつなぐ役割を果たしたのが食事である。数日に一度食べればいい肉食動物や冬眠する動物と違って、サルや類人猿と同じような雑食性の人間は、毎日食物を消化するのに適した臓器を持っている。しかし、サルたちは食べるときには分散するのに、人間はむしろ集まって食事をする。これは、サルたちにとって食物がけんかのもとになるのに対し、人間は食物を親しくなるための道具として用いるからである。古くから人間は、食事を社会的手段として活用することによって信頼できる人間関係を拡充してきた。

しかし、その密接な付き合いは感染症の病原体にとって絶好の温床にもなる。感染症は密接な接触をする動物で発生しやすく、野生動物を家畜化したことから人間に感染し始めた。古くは天然痘やペスト、近年ではエイズ、エボラ出血熱、重症急性呼吸器症候群（SARS）などの感染症が大きな被害をもたらしている。いたるところで開発が進み野生動物と接触する機会が増えたことや、グローバルな人の動きが加速したことが感染拡大の主な原因だが、今回は感染源が特定できず、治療法もまだ開発されていない。今のところ、濃厚な接触を避けることが感染を防ぐ唯一の方法だ。すると、食事などの濃厚な接触はできるだけ避けたほうがいい。

去年の春は、行楽で仲間と一緒に食事を楽しめたが、今年は新型コロナの影響で会食も自粛（写真は2019年4月撮影、大阪で、本社ヘリから）

食事は、近接した距離で対面する持続的な時間をもつことによって親密度を高める。しかし、今回の新型コロナウイルスは、それが自分の命を危険にさらす行為でもあることを教えてくれた。そこには食卓を囲む仲間だけでなく、食物の生産者、運搬者、販売者、調理者など多くの人が関わっている。そのどこかに感染者がいれば、自分も感染する危険があるし、毒が投入されれば簡単に命を奪われる。私たちは今までその安全性をほとんど疑ってこなかった。この機会に食事によって担保されてきた信頼というものを改めて考え直したほうがいい。

長い進化の過程を経て築き上げてきた共食という社会力を、私たちは手放すべきではないだろう。ただ、今回はウイルスの感染を防ぐために、人間の共食習慣をいったん解いて、サルのように分散して食べてみるのも一つの方策だと思う。その際、現代の通信機器を利用してコミュニケーションを保つこともできる。対面の食事の大切さを再認識するいい機会でもある。自宅にいる機会が増えたら、家族で食事をする意味を考えてみる。感染者を隔離したときは、頻繁にコミュニケーションを取るなど、共食できない欠落感を埋める必要があるだろう。そうすれば、ウイルスが制圧されて再び食事の制約から解放されたとき、この閉塞時の気づきが人間の作ってきた共食という社会力をさらに大きくしてくれるに違いない。

（寄稿）

自分史 書くことで前へ

自らが歩んだ人生について書きつづる「自分史」。子や孫に家族の歴史を語り継ぐというイメージが強いが、シングルの間にも関心が広がっている。誰に、何を伝え残すために取り組むのだろうか。（菊田青子）

記す

■後輩教師たちへ

大阪市の河村昭さん(88)は、同市立中学校で教員を務めた歩みをつづり、2017年に「中学生のきみへ　教師のあなたへ――本当のことを見抜く力を」（清風堂書店）を自費出版した。

河村さんには子どもはなく、認知症の妻を自宅で5年ほど介護し、4年前に看取った。孤独と寂しさの中、訪れた市内の書店で自費出版サロンを見つけ、「書くことに没頭したくなった」。

〈ぼくは元公立中学校の教師、教科は国語、部活顧問歴はサッカーとラグビー、それからほら、あの生徒指導とか生活指導とかいう係、あれが長かったから世間からワルガキと指さされる職業なんかとのつき合いも多かったわけだ〉

本はこんな自己紹介で始まる。校内暴力がピークだった1970～80年代、非行少年、少女とぶつかり合った経験を、生徒や教員に話しかけるようにつづる。テレビドラマ「3年B組金八先生」に登場するような熱血教師の姿が浮かぶ。

いい学校では、教師が生徒を規律で管理するのではなく、生徒の自主性や自治の力を育てるのに熱心だと説く。自宅に遊びに来た生徒たちをもてなしてくれた妻への感謝も記した。

500冊を市販し、教え子や元同僚に配り、市内の全中学校などにも寄贈。現場の教師から「貴重な記録です」と感想が届いた。「様々な人や社会とまたつながれたことがうれしかった」

自費出版した本を手に、「やんちゃな生徒が我が子のようにかわいかった」と話す河村さん（大阪市の自宅で）＝大石保絵撮影

■介護経験を共有

茨城県高萩市の根本あや子さん(70)がテーマにしたのは介護だ。2015年、「毎日が奇跡――半身麻痺の妻が難病ALSの夫を自宅で介護した八年間」（パレード）を出版した。

1999年にくも膜下出血を患い、右半身にまひが残った。リハビリで、自宅で生活できるまで機能を回復したが、今度は夫がALS（筋萎縮性側索硬化症）を発症。寝たきりとなり人工呼吸器をつけた夫を、訪問医療や介護のスタッフに支えられながら、2010年に他界するまで介護した。

「ご夫妻の頑張りを書き残してみては」と勧めたのは、リハビリを担当してきた理学療法士。2人の息子が独立し、一人で暮らしていた根本さんを心配してのことだった。

日記などを基に2年がかりで原稿を書くと、「想像もしなかった世界が開けた」。500冊を市販すると、闘病の経験を持つ人や家族らから反響があり、300冊を増刷。講演に招かれたり、病気の後遺症を持つ人らが集えるカフェを福祉関係者と一緒に開いたり、交流の輪が広がった。

▲本に掲載した根本さん夫婦の写真（2007年、茨城県高萩市の自宅で、パレード提供）

■現役世代も必要

自分史に挑戦するのは、人生経験豊かなシニアばかりではない。現役まっただ中の世代にも必要とする人がいる。

一般社団法人「自分史活用推進協議会」（東京）の認定アドバイザー、柳瀬史樹さん(51)は、主に30～50代向けの自分史作りの入門講座を各地で開く。「社会の価値観が揺れ動く中、自分を人生の主人公と捉えることで自己肯定感が高まる」という。

神戸市の柳ヶ瀬あづささん(41)は18年に受講。「仕事も生活も一人でやってきたけれど、私の人生はこのままでいいのかと不安を感じていた」。SNSで講座を知り、興味を持った。

講座では、自分の歩みを簡単な年表にして、1枚の紙に自分史を作る。

柳ヶ瀬さんは、大学卒業後に入った宝飾会社を3年ほどで退職。フットケアの店で働いた後、14年から専門学校に通い、鍼灸やマッサージの国家資格を取った。今は、個人で鍼灸などの仕事をしながら、オーダーメイド枕を販売する会社にも勧める。

「障害のある家族がリハビリを受けていた影響で、体をケアすることに昔から関心があった。やってきた仕事を書き出してみて、人のストレスや緊張をほぐすという共通する目的があるとわかり、回り道じゃなかったと思えた」

完成したものを受講生で読み合い、「思い切って仕事を辞めて、やりたいことに向かって頑張られましたね」と声をかけられ、新しいことに挑戦する勇気もわいた。

■時代の資料に

自分史は、時代を物語る貴重な資料にもなる。

愛知県春日井市のかすがい市民文化財団が運営する「日本自分史センター」は、全国から集めた約8000冊を所蔵し、自分史を基にした演劇の創作・上演もする。神奈川県大和市立図書館も18年から市民に自分史の本の寄贈を募り、専門コーナーを設ける。

自分史活用推進協議会の代表理事、河野初江さん(68)は、「その人が経験した『オンリーワン』の記録を広く共有し、次の世代に伝える価値がある」と話す。

話が長くてまとまらない（神奈川県・40代・女性）

8/9 日経

なやみのとびら

回答者
中園ミホ

なかぞの・みほ　脚本家。東京都生まれ。テレビドラマ「やまとなでしこ」「Doctor－X　外科医・大門未知子」「花子とアン」「西郷どん」などを執筆。「ハケンの品格」続編が近日放送予定。新刊『占いで強運をつかむ』が発売中。

会話にしても文章にしても、話が長くてまとまりません。本題に入ったかと思うと別の話に飛び、本題に戻ったかと思うとまた別の話にという具合です。子供からは「もう慣れたよ」とあきれられています。頑張って短くまとめようとすると、肝心のことが抜けたりします。分かりやすく簡潔にまとめるにはどうしたらいいでしょう。

まず箇条書き 脱線も味わい

ドラマの脚本を書いていて、同じような経験があります。たった数分のシーンなのに、1日かかっても書けない。気持ちはすごくあるのに、話しがどんどん横にそれていってまとまらない。

そんなときは、シーンに盛り込みたいことを箇条書きにすることにしています。登場人物が3人いるとして、それぞれがこういう状況にあって、この人のこういう発言によって、状況がこんな方向に変わっていく――。

いったん因数分解して、頭をクールにしたうえで書き出すと、あら不思議。こうすればここにだどり着くんだというのが見えてきます。脚本家を30年以上やってきて、やっと分かってきました。

先日、歌手のMISIAさんとお話する機会があって、日ごろから歌唱力はもちろん作詞もすばらしいと思っていたので、どうやって書いているのか聞いてみたんです。

そうしたら、勢いで一気にできちゃうときもあるけれど、まとまらないときは箇条書きにするそうです。この曲のここで歌いたい言葉や伝えたいことは何かと。ああ、天才のアーティストでもこんな地道なことをされているんだなと思い知りました。

相談者さんも試してみてはいかがでしょうか。きょうご家族が帰宅したら、あれを話そう、これを話そうと、まず紙に書き出してみる。そうすると脱線度合いがだいぶ少なくなります。毎日やっていれば、枝葉と幹が見極められるようになるはずです。

次の段階として起承転結があります。これからこんな話をしますよ、実はこんなことがあって、こんな様子だから、私はこうしたほうがいいと思うよ、というように順序立てて話さなければ、家族同士でも説得力がありません。

もっとも会話は骨の部分だけじゃつまらないし、ぜい肉の部分も必要です。黒柳徹子さんはお話の天才で、すごく脱線するのですが、その脱線が最高に面白い。同じことを私など一般の人がやろうとすると、この人何が言いたいのとなってしまいます。

「もう慣れたよ」と言ってくれるのなら、優しいお子さんなのでしょう。その方を相手に練習なさってください。