健全育成シリーズ（121）
目の高さを変えてみよう

先日学校のＰＴＡ美化作業があり、私は教室の電灯をきれいにする係でした。子どもたちの机を二段がさねにして天井についている電灯を掃除しているといつもの教室ではないような気がしました。ゴミ一つ無いように掃除したつもりでも電灯の傘の上のほこりには驚きました。また、下から見上げていたテレビを上から見ると汚いことこの上なかった。ほこりが一センチほど積もっており、片手で集めるとハムスターを持ったようでした。きっと何年も掃除をしていなかったに違いありません。すっかり垢を落としたテレビを見て、たまには目の高さを変えてみてみるのもいいものだと思いました。逆に膝をついて子どもたちの目の高さで社会を見るとどうだろうか。乳母車に乗った幼児の顔の高さに車のマフラーがあり、排気ガスが吹きかかる。歩きながら煙草を吸っている人が下ろした手の先に歩いている小学生の顔がある。

つい今の自分や日常生活に慣れ他の人の立場を忘れがちになるが視点をかえて物事を見てみるよい機会でした。

目を上下の縦軸から左右の横軸に変えてみよう。

左側、つまり過去を思い浮かべてみよう。自分の子供の頃を振り返ってみると子どもに対して優しくなれるのではないだろうか。子どものいたずらに対してだって頭ごなしにしかるのではなく「どうしてやったの」と尋ねれば、「どうなるか確かめたかったの」とか、「みんなを驚かしたかった」というような答えが返ってくるだろう。そうしたら、そんな時はこうすればよかったねと話せば、すなおに「ごめんなさい」が出てくるに違いありません。

また、今の自分に役立っている力は何だろうかと考えてみる。根気や約束を守ること、友人との和…すると、遊びの大切さや好奇心を持ち続けることも浮かんでくる。オオイヌノフグリの小さな可愛い花に生命の力強さを感じたり、茜色に染まってみるみる色を変えていった夕焼けの雲に驚いた自分が浮かんでくる。すると机に向かって勉強しろと口うるさく子どもにいうことがなくなってくるに違いない。

今度は、右側。目を前に向けてみよう。十年後二十年後の自分を考えてみると心配でいっぱいになってきました。一番の心配は地球の環境問題だ。水や空気の汚れ、ゴミの問題は今からでも考えて実行していかなければならない課題だ。また、赤字国債など借金を子どもらに押しつけていく経済も心配がある。自分の体も衰えていくであろう。

機械化はどんどん進み二十年後の様子は考えることができないくらだ。そう考えると、のろのろ運転している車のうしろについて「年寄りの運転か」とイライラしていた自分や、現金自動支払い機の前で何度もやり直しているお年寄りをみて眉をひそめていた自分が恥ずかしくなってくる。

社会はどうしても大人中心で、自分の都合で物事を考えがちだが、時にはちょっと目の高さを変えて社会を見てみると、人に対し、自然に対して優しくなれそうな気がします。

そして、弱者と呼ばれる、お年寄りや子どもに対して同じ目の高さで考えてあげればもう少し住みやすい社会に変えていくことができるはずです。

ＰＴＡ作業から浮かんだこの思いだが、時には車を降りて子どもと歩いたりして普段見えなかったものを見つけるのも悪くないなと思いました。

伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部（大月保健所）

動物愛護指導センターについて

山梨県動物愛護指導センター（中巨摩郡玉穂町）は、これまでの施設に加え、新たに各種研修室や負傷動物の収容・治療施設の設置など、動物愛護精神を盛り込んだ施設として新しく整備され、次のような動物愛護事業を行う、「人と動物とのふれあいステーション」として今年度スタートしました。

○犬の正しい飼い方教室

飼い主に、犬についての正しい知識やしつけ方の理解を深めてもらうため、毎月第二水曜日に開催（大月保健所管内では、大月勤労者体育センターにて七月下旬開催予定）。

○子犬などの譲渡事業

収容した犬及び猫を、飼育希望者に譲渡します。

（受付は各保健所）

○動物ふれあい教室

動物愛護思想の普及啓発を図るため、県内の小学校一、二年生を対象に動物とのふれあい教室を開催（大月保健所管内では都留市東桂小十月上旬、に開催予定）。

ご存じですか？「健やか山梨21」のこと

誰もが住み慣れた地域で、生き生きと健やかに暮らせる社会を、みなさんと一緒に作り上げましょうという健康づくり運動「健やか山梨21」計画がつくられました。

この計画では、なるべく病気や寝たきりにならずに過ごせる期間（健康寿命）をのばし、健康的な生活をおくるための予防活動に重点を置いています。また、これを実践するため、健康課題と十年後の健康目標を定め、健康づくりを推進して行きます。

楽しく健康な人生が歩めるために、まずご自分の健康をしっかり見つめることから第一歩を踏み出してください。

「健やか山梨21」計画では、みなさんが生活習慣を振り返り健康づくりの実践者となります。また、健康で豊かな人生の実現をめざし、地域社会全体で健康づくりを支援していきます。

心も体も健康的に過ごせる地域づくりを目指し共に歩んでいきましょう。

問合先

大月市大月町花咲１６０８－３

☎（22）７８２４