フィールド（現場）からの風 ⑤32

宮田守男

「きょうよう、きょういく」を心掛けたい

２月も半ばを過ぎた。立春を迎え、暦の上では春が訪れる月を古い呼び方だと「如月」、余寒が身に染みる厳しい寒さに衣服を重ねて着なければならない時期で「衣更着」の意味からこう呼ぶようになったとの説もある。

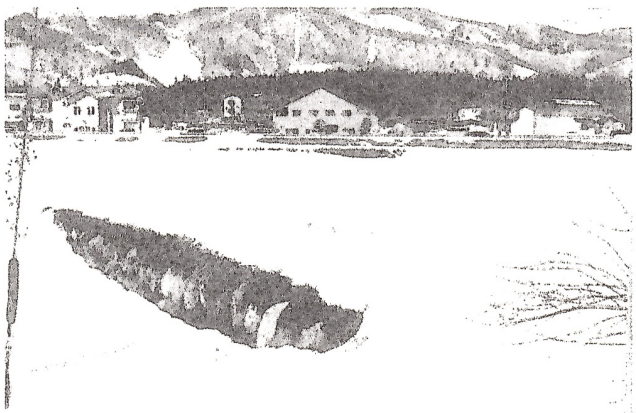
今年は春のような強い日差しの日も多く、冷え込みと交互の毎日は体調管理に十分に注意が必要だ。この時期多いのが高齢者の低体温症だ。予防する上では、室温を上げて重ね着したり、食事や運動などで体の中から温めることが大切と言われている。日々の生活の中で、わずかに感じられる春の兆しを見つける愉しみを味わうのも良いのではないだろうか。

冬の時季は外出も限られ家の中での生活が主体になる人も多いのではないだろうか。空想的な絵本や詩情豊かな風景画家・安野光雅さんの著書「自分の眼で見て、考える」で、どんな状況でも、空想力があれば立ち上がれる。独学でたくさんの本を読み、小さいころから「自分で考える」ことが大事で、学問は本来面白いからやれると。毎日コロナ死亡者数が伝えられ、ウクライナでの戦争に関わる多数の死亡者数、トルコ・シリアでの大規模震災による被災状況での死者数など「死」の情報に心を痛める人が多いのではないだろうか。

「生」と「死」は意味が対をなすだけでなく読み方の上でも対照的だ。生は150通り以上、一説には240以上の意味を持つときれるが死は「し」のみだ。よく人は活かされていると言われている。

この時代だからこそ自分や家族の「生」と向き合うべきではないだろうか。茨城新聞のコラムいばらぎ春秋に、いつまでも元気に生きる極意について知り合いの古老の「きょうようと、きょういくが大切」の記載が心に残る。「教養と教育」ではなく「今日、用事がある。今日、行くところがある」との意味だと。年を重ねると、外出するのが面倒になることが多い。すると、人と会う事が少なくなってしまう。そうならないようにするには、今日、行くところや用事をつくり、人と会って話をすることが大切だと。毎日の寒さに外出も面倒になり、テレビを観たり、本を読んだり家の中で過ごす時間も増える。健康も兼ねて、寒さにめげず、「きょうよう」と「きょういく」を心掛けたいと思えたコラムでもあった。

（信州地域社会フォーラム会員・白馬村森上）



２月中旬に里では畦が姿を見せ今年の春が近いのかと感じてしまう