



風の便り (第83号)

発行日：平成18年11月

発行者：「風の便り」編集委員会

熟年の体力維持とストレス・マネジメントの方法

－助言の論理矛盾と安楽余生の陥穽－

● 1 ● 熟年の体カトレーニング

(1) 論理矛盾の発生原因

参考書を開くと中高年のスポーツについて実施上の諸注意が列挙されています。ルールは明確ですが、個々の助言が矛盾している場合もあり、また助言の多くはわれわれがこれまで習得してきた習慣や考え方と真っ向から対立しています。それゆえ、急な方向転換は難しく、こんな助言では役に立たないという落とし穴もあります。現役の研究者は熟年期を特別視し過ぎて、人生の連続性を看過し、「安楽な余生」論に流れた助言は長い目で見れば熟年を一層衰えさせる危険があります。

矛盾と誤解の理由は二つあります。第1は、われわれの寿命が伸びて、人生が急に長くなり、人生50年時代に受けたトレーニングと多くの助言が矛盾しているということです。第2は、研究者が熟年期を意識し過ぎて、熟年期とそれ以前の人生をあたかも「非連続」であるかのように想定し、「特別視」していることです。

(2) 「人生50年」と「人生80年」

第1の問題は、人生が50年しかなかった時代に育った方々に、突然、前置きもなく人生80年時代の助言をしていることです。人生50年時代の基準と人生80年時代の生き

方の基準は当然異なっています。われわれの習慣や考え方の多くは転換しなければなりません。以下に紹介する熟年者の運動実践ルールの多くは人生80年時代の原則です。特記された注意事項の裏を読めば、人生50年時代の原則がよく見えます。しかし、人生80年時代に入った今、基準の転換を習得していない人々にとって、実行が難しいことが沢山あります。

(3) 熟年期もまた「連続」している

第2の問題は熟年期を「非連続」であるかのように想定することです。熟年が心身の衰えに直面することは当然ですが、その過程は若い時代と色々な点で連続しています。若い時代に「頑張れ」といって、年をとったら「頑張らなくていい」ということにはならないのです。未だ年をとったことのない研究者から見れば、年々急速に衰えて行く熟年はまるで別の存在のように見えるかも知れませんが、人間の生きる力の保持・存



続において若いも若きも異なるはずはないのです。ここに例示した1番から8番までの『 』内の小見出しは熟年期の生涯スポーツに付いての専門書の助言です(*8)。もちろん、助言はすべて部分的には正しいのですが、前置きの説明が不十分なのです。また、あきらかに「若い世代」と「高齢者」を「非連続」の存在として、熟年を特別扱いにし、「安楽」な余生を送ることを指針としています。心身の機能を使わずに安楽な暮らしを続けられれば、機能そのものが衰退するのは人間の必然です。若い時にだけトレーニングが必要で年をとったら、ひたすら無理をしないというだけでは年寄りやダメになることは当然でしょう。現役の研究者は、人生の期間が急速に変わったことから発生する生き方の変化や壮健な自分を基準にして引退者を特別扱っていることに気付いていないのではないのでしょうか。それゆえ、僭越ながらカッコ内に筆者の提案と「生きる基準」の転換の困難点を個人的な感想として付け足してみました。『 』内の助言は小見出しの文章構成上、内容は変えていませんが、若干原文と表現を変えています。

熟年者の体力トレーニング「言うは易く、行なうは難し」

●ルール1 『無理はするな』というけれど

(根性も、頑張りも、限界への挑戦も、労働の季節のスローガンです。それは戦前の富国強兵から戦後復興・経済成長期を生き抜いた人生50年時代のスローガンを引き継いだものです。熟年者に無理がよくないことは分かっているのですが、しかし、「いつまでもお若いですね」とか、「生涯現役で頑張ってください」とか、相も変わらずおだてているのは世間です。その気になって頑張るのはわれわれ熟年ですから往々にして無理をしてしまうのです。だからといって、「無理をしない」という助言をいいことに日々を安楽に暮らせば身体はなまり、脳細胞は死滅し、精神は退嬰的になることは不可避です。「頑張り過ぎること」は危険でも、「頑張ること」は大切です。日本の高齢者が急速に衰えたの

は引退後に社会的活動から離れ、心身のトレーニングを怠り、十分に「頑張ってきた」からだと思われます。「無理をしない」という助言が文字どおり「がんばらない」ということに受けられたら熟年には大変危険なのです。)

●ルール2 『勝ち負けにこだわらない』のも難しい

(スポーツに限らず、勝ち負けがないあらゆる競争は面白くないのです。こと「勝負事」に関して、生涯スポーツとチャンピオン・スポーツとの分離は出来ていないではないですか。市民マラソンからグランドゴルフまで記録や勝負にこだわるのは総じてスポーツ人です。サッカーくじからゴルフまでお金を賭けるのは日常のことでしょう！結果的に参加者も「がんばり過ぎる」ことになるのです。ゲートボール殺人も記憶に新しいところでしょう。

極端に走らない限り「勝ち負け」にこだわって面白くスポーツに参加することは大切なのです。第一、多くの人々にとって面白くない運動は長続きしないでしょう。熟年期の体力維持活動は継続することこそが最も大事なのです。)

●ルール3 『やれば必ず報われる』—その通りです！

(予備校にも似たようなスローガンがあります。「やれば必ず報われる」というのは競争原理のスローガンですね。「報われる」と言われれば言われるほど私たちはがんばります。それゆえ、『無理はしない』というルール1と『やれば必ず報われる』というルール3は時に相反する結果をもたらすことになるのです。皆勤賞、努力賞、敢闘賞は日本社会の労働の季節の応援メッセージです。問題は「がんばり」は知らず知らずに無理をすることに通じていることです。しかし、極端な無理をしない限り、日々のトレーニングは必ず報われますから、熟年の体力維持には極めて大切な考え方だと思われます。)

●ルール4 『人それぞれ』は日本文化に反するのです

（『人それぞれ』だから自分にあったやり方で行きなさい、という助言ですが、個人主義、自分主義は日本の流儀に反するのです。老人クラブを見ても、ゲートボール仲間を見ても、私たちは仲間と一緒にやっていると安心で、楽しいのです。少年の時代から「足並みそろえて」とか、「みんな一緒に」とか、「人並みのことだけは」と言ってきました。自分は自分だということは分かっている仲間から外れることは淋しいものです。日本文化においては他者に「合わせること」ばかり習ってきたのです。突然に「個性の時代」の到来に合わせて「自分流」で行け、と告げられても「一斉主義」・「一律主義」からの転換は難しいですね。日本文化の中の熟年は「みんな一緒に」と「人それぞれ」を上手に組み合わせる工夫することが大事なのだと思います。何ごとともみんな一緒に励ましあってこそ持続するのであって、自分一人では続けるべきことも続かないのが実際ではないでしょうか？）

●ルール5 『目標にこだわらない』ことはこれまでの生き方に反するのです！

（年老いた今になって若い時の生活の基本方針を転換する事は極めて困難です。私たちは労働の季節において、何十年にも亘って、社会を上げて、「目標の明確化」、「目標の達成」、「目標に向かって進むこと」を学習してきたのです。引退したからといって今さら急に「目標にこだわらなくてもいいのだ」というのは180度の方向転換です。人生の基本方針を転換する事は極めて困難なのです。第一、時間を持て余して、どこへ行ってもいい、何をやってもいい、という熟年期は、目標がなければ、日々の行動が決まりません。仕事や務めを持っている現役の研究者にはそこが分かっていないのです。何をやって良いか分からない「毎日が日曜日」のなかで、目標がなければ老後の時間を漂うだけになります。『目標にこだわらな』ということは、極めて危険な助言なのです。『目標にこだわらない』

ことは「無理をする」ことを避けるためでしょうが、目標がなければ体力維持の努力そのものが続けられなくなるのです。熟年期こそ目標をもって社会貢献活動や体カトレーニングに取り組むべきです。このような助言が出る原因は、青壮年期と熟年期を分離して発想するからです。その背景には高齢者はすでに社会に必要とされず、老齢で無力だという前提があるのでしょう。現役の研究者の無知と無礼はこの種の助言に象徴的に現れているのです。）

●ルール6 『できる範囲で』でやっているだけではダメです！

（「自分の可能性に挑戦しろ！」とか、「限界を突き破れ！」とかは戦後日本の主導的スローガンでした。人生50年時代のモットーでもありました。「習い」はすでに日本人の「性」になっています。現代の熟年が「できる範囲で」無理をすることが目に見えるようじゃないですか？しかし、それでいいのではないのでしょうか？「できる範囲で」ということが「負荷」を掛けないということであれば明らかな間違いだと思います。年寄り年寄り扱いするから熟年が一気に衰えるのです。熟年もまた程々の範囲で頑張る自らを鍛え続けるべきです。「できる範囲」にこだわって「がんばり」を止めれば、「老い」の衰えを抑止することはますます難しくなるでしょう。熟年期もまた己に「負荷」を掛けてがんばるべきです。「負荷」を掛けない心身の機能の鍛練法があるとはどうしても思えないからです。）

●ルール7 『号令をかけない』

（草取りも、どぶ掃除も、日本人は回覧板ひとつで一斉にやっています。「一律行動」も、「一斉行動」も日本の文化です。子ども会から老人会まで、町内会行事を見れば一目瞭然でしょう。熟年の生涯スポーツだけを「号令」から解放する事は本当に難しいのです。筆者が毎週観覧しているゲートボールの始まりは号令によってラジオ体操が始まります。それでこそ多くの熟年は身体を動かす

ことができるのです。個々に列挙された助言のように『目標にこだわらず』、『人それぞれに』日々を暮らし、『むりをしない』で、『できる範囲で』しか物事に関わらず、誰一人リーダーとして『号令をかけなければ』、日本人は、熟年に限らず誰も何一つ達成できる筈はないのです。現役の研究者は上記のような助言が真に熟年に役立つと本気で思っているのでしょうか？)

●ルール8 やる気を重視

(医療費が破綻寸前になろうとも、介護費が大赤字でも、生涯学習や生涯スポーツを義務化できない以上、問題の核心は「選択」と「やる気」であることは当然です。しかし、「選択」と「やる気」こそが「格差」の原因になっているのです。個性の時代、選択の時

代がきたとして、そもそも「やる気」のない人にはどう助言したらいいでしょうか？「やる気」が「ある」と「ない」のでは、体力格差も、健康格差も、交流の格差も確実に広がります。「やる気」を重視する分だけ「生涯学習格差」は拡大します。少年教育はもちろん、熟年者の「やる気」はどうしたら育つのでしょうか。問題は体力づくりの助言だけではダメだということは明らかです。熟年の生涯スポーツこそ熟年の生き方を反映しているのです。「頑張ることを止めた熟年」、「安楽な余生を送っている熟年」が衰えるのは必然なのです。)

(* 8) 中村好男・中島葉子、中高年者のスポーツ・体力づくりの原則、田島、武藤、佐野編、中高年のスポーツ医学、南江堂、1997、PP. 23~24

●2● ストレスとは何か

ストレスとはカナダの生理学者ハンス・セリエによって医学に導入された概念です。ランダム・ハウスの英語辞書を引いてみると、ストレスとは強調点であり、力点であり、「有機体の平衡状態に外部から加えられた刺激」であるとあります。したがって、環境の変化から始まって、怒り、悲しみ、不安、不満など自分を取り巻く全ての条件変化がストレスとなり得るのです。それゆえ、完全な意味での「ストレス・フリー」の状態は現実の人生には存在しません。だとすればストレス防衛の方法はたった一つです。ストレスと上手に付き合うしかありません。「上手に付き合う」とは、生活の基準を変え、ライフスタイルを工夫してストレスを回避し、緩和し、よく休み、運動や修行によってストレス抵抗力を向上させ、心の持ち方を変えることです。人によっては自分にとってのストレスの解釈を変えることも重要なことでしょう。多くのトラブルは昔から「気のもちよう次第」なのです。

今や、われわれの日常生活にはストレスを生じさせるものが満ちあふれています。ストレス要因の増加は、結果的に、われわれに

心身の連続性をより明確に認識させることになりました。肉体と精神の連続性は、はかrazも現代社会の「ストレス」が証明したことになるのです。

子ども達を見れば、歴然としているように、ストレスは「抵抗力の関数」であり、「心のもち方の関数」です。必ずしも、「ストレス」一般が存在するわけではないのです。心身の抵抗力すなわち「耐性」の低い者にとっては、どんなささいなことでも時にストレスになり得るのです。がまんする力がなければどんなことでも辛くなるという理屈です。それゆえ、客観的なストレス状況や一般的なストレス影響論のみを問題にしても問題は解決しないのです。

抵抗力のある人にとって、抵抗力のない人のストレス要因のほとんどはストレス要因にはならないのです。さらに、ひと「それぞれ」という個体差の要素も加わります。人は誰でも、心の持ち方如何によって、特定の条件にこだわったり、とらわれたりするものです。従って、A氏のストレスが必ずしもB氏のストレスとはならない場合は多いのです。確かに現代はストレスだらけの世の中で

すが、それで病いに陥る人も入れば、涼しい顔で暮らしている人もいるというのが何よりの証拠でしょう。「耐性」も「心のもち方」も考えようによっては現代の不思議であり、

「養生」や「健康能力」の基本となるのです。「気」の問題が重視されるのはそのためでしょう。

●3● 「心身一如」の連続通路

騒音からコンピューターの使い過ぎまで、ストレスの原因となるものを英語で「ストレッサー」と言います。ストレッサーは「間脳から脳下垂体・副じんと続くシステムを通じて人体に影響を与えるもの」と考えられています^(*9)。肉体と精神をつなぐ「連続性の通路」がここに 있습니다。昔から「心身一如」と言われて来たのはこの「連続通路」が存在した故でしょう。

体力や身体的機能について実に様々な概念が氾濫しているように、心と精神についてもこれ又各種の病名や概念が氾濫していて呆れます。

ここまで病名が錯綜してくると、専門家が病名を発明することによって、病気を作っているのではないかと疑いたくもなります。筆者が見つけたものを参考までに列挙してみましょう。以下はストレスに関係した氾濫する「症候群」の名称です。

* 氾濫する「症候群」

- 1 清潔症候群と呼ばれる「自己体臭恐怖」、「醜形恐怖」
- 2 「アダルト・チルドレン」
- 3 「大酒家突然死症候群」
- 4 「高層ビル症候群」
- 5 「燃え尽き症候群」
- 6 「過食症」／「拒食症」で知られる「摂食障害」
- 7 「生き甲斐喪失症候群」
- 8 「空の巣症候群」
- 9 「過剰適応症候群」
- 10 「ピーターパン症候群」
- 11 「出勤拒否症」、「登校拒否」、「学生無気力症」
- 12 「広場恐怖症」

- 13 「休日拒否症」
- 14 「主人在宅ストレス症候群」
- 15 「疲れた症候群」
- 16 「子育て困難症候群」
- 17 「仮面うつ病」、「微笑うつ病」
- 18 「不定愁訴」
- 19 「不安障害」、「恐怖性障害」、「強迫性障害」、「心気障害」
- 20 「薬物、ギャンブル、アルコール、ニコチン」など様々な事物に対する依存症
- 21 「引きこもり」、「閉じこもり」

うんざりしますが探せばまだまだあるのでしよう。この他にも、「心が病んで起こる身体の不調」という病気は人体のあらゆる器官に及んで発生しています。日々を健康に過ごすことがどんなに難しいことかと思わず考え込んでしまいます。「病いは気から」気持ちの持ち方ストレスの受け止め方を原因とする病気を図示するとなんと1頁が埋まってしまう程なのです。まさに「病いは気から」ということです。

「病いは気から」という趣旨の本を書いた鈴木はストレス要因による病気を列挙した図式の中で、不眠、食欲不振、歩行困難など数え上げると43項目の不調・疾患を紹介しています^(*10)。今や、人びとは各種のストレスを自分自身が造り出していると思えない状況です。上記の「休日拒否症」や「主人在宅ストレス症候群」などのように、家族とのかかわりですらもがストレスになる時代なのです^(*11)。ストレスに捕まった人間は、もはや逃げ場を失いつつあるということでしょうか。

(*9) 小田晋、imidas'99, 集英社、P.761 および P.765

(*10) 鈴木弘文、「病いは気から」の健康学、かんき出版、1994年、P.127

(*11) 小此木啓吾、現代用語の基礎知識1997、P.800

●4● 精神科医がすすめるストレスマネジメントの10か条 (*12)

肉体の衰弱予防に運動処方があり、トレーニングの方法としてフィットネスの概念があるとすれば、当然連続体としての精神にも老いに対する適応と準備の活動が必要となります。それゆえ、「マインド・フィットネス」や「ストレス・マネジメント」という方法が生まれました。対象となる卑近な事例は心身症であり、ノイローゼであり、上に列挙した様々な「うつ」や「〇〇症候群」と呼ばれる一連の心身の病いです。すでに紹介した通り、小田晋は心身症を「心に起こる身体の病気」と言い、ノイローゼ（神経症）を「精神的原因による心の不調」と定義しています (*13)。原因の大部分はストレスにあります。従って、ストレス防御の方法と智慧が心身の健康を守る一つの鍵であることは間違いありません。

以下に紹介する10箇条は、身体的な助言を除けば、人生80年時代の熟年の心の「持ち方」の原則です。「体力」向上の運動処方の助言と同じく、ストレス・マネジメント助言が部分的に正しいことは間違いありません。しかし、この場合も人生50年時代の教訓と人生80年時代の指針の歴史的転換が明確には意識されていないのです。

それゆえ、多くの助言はわれわれがいままで身に付けて来た事と大きく矛盾することが多いのです。熟年期に入って高齢者が突然新しい考え方・態度に転換することは決して簡単ではないのです。基準の転換の難しさは、運動やスポーツの分野に限ったことではありません。精神の分野での態度・発想の転換は、運動処方の場合と比較して、己の精神が己の精神をコントロールしようというのですから一層むずかしいのです。この点、「養生訓」の作者；貝原益軒の助言は極めて簡潔です。彼によれば、対ストレス・トレーニングは「心気を養う」ことです。邦光は「心気を養う」を「心を柔らかにする」「気を平ら

かにする」、「怒りと慾を抑える」、「憂いと思いを少なくする」と解釈しています。「結論は心を苦しめず、気を損なわないということです (*14) が、それこそが最も実行が難しいことなのです。

以下の『 』内は脳神経外科の専門医師、吉井信夫の10項目の助言です。それに対して()内は筆者の感想と留意点です。熟年の「体力トレーニング」の助言に倣って、熟年期を特別扱いするな、ということ、人生50年時代と人生80年時代の生き方と人生訓の落差を自覚して、助言の論理矛盾を調整すべきであることを指摘してみました。

* 「ストレスに負けない心のトレーニング」10か条

- 「言うは易く、行なうは難し」II-

(1) 『気分本位は止めること』

（「目標の明確化」と「原則の保持」は、労働の季節の鉄則だったはずですが。それゆえ、定年によって労働が終焉し、労働時間の管理という「他律」によってコントロールして来た生活リズムが突然すべて自分本位の「自律」に任された時、「気分本位」になりがちかもしれません。「気分本位」を止めるためには、一定の活動に参加して日々の行動の目標や原則を造り出し、日常の生活リズムを確立しなくてはなりません。要するに、熟年になってもそれぞれが選択した活動領域で心身の機能を一定のリズムで使い続けることが重要であるということでしょう。長い目を見た時、気楽で、安易な、いつ、何をやってもいいという「安楽な余生」が精神にとって有害だということでは誠に同感です。）

(2) 『「いい加減」のすすめ』は無理というものです

(労働の季節は「いい加減」を禁じています。働きづくめに働いた人生 50 年時代も、もとより「いい加減なことをするな」と教えてきました。それが突然、定年を迎えたからといって、生き方を変えよ、と急に言われても 180 度の転換は極めて難しいのではないのでしょうか？。第一、上記助言の 1 番『気分本位はやめること』と矛盾しているのではないのでしょうか。「いい加減」とは多くの場合「気分屋」を意味します。「気分本位」で生きることこそ「いい加減」の代表選手ではないのでしょうか！？一方で、「気分本位」を禁じ、他方で、「いい加減」をすすめるということは、精神科医の日常用語の使用法が混乱しているということではないのでしょうか？)

(3) 『過去にこだわらないこと』

(「日々反省」を怠らず、「過去の経験に学ぶ」ことは労働の季節の金言であり、人生 50 年時代の黄金律でありました。人はすべて過去があって現在があるものです。「自分史」が流行するのも「過去にこだわらざるを得ない」熟年の傾向なのです。人生の終りを予感せざるを得ない熟年期において思い出の反芻と来し方の総括は必然です。昔話から逃げられず、思い出話に花を咲かせている今、突然「過去にこだわるな」と言われても 180 度の急転換は困難なのです。精神医学的には、「こだわり」が「ストレス」を産むという警告は分りますが、「こだわる生き方」から「こだわらない生き方」に転換するための方法を教えてくれなければ、実際への応用は不可能です。ましてや熟年には過去を思い出す時間だけはたっぷりあり、未来のために生きる活躍の舞台は極端に少ないのです。ここでも精神医学は年を取った後の社会的活動の意味を見落としているのです。ある施設の高齢者が孤立して意固地になり、集団活動では何ごとにも協力しなくなった時、新入りの若いスタッフに出会い、太平洋戦争のレイテ沖海戦の話数十回も聞いてもらったそうです。その後この年寄りも若いスタッフの指示に従って集団行動が取れるようになったということでした。過去へのこだわりをほぐしてか

らでないと新しい出発が出来なくなっている高齢者もいるのでしょうか。)

(4) 『ひがみに陥らないこと』

(定年の表のあいさつは、長い間のお仕事「ご苦労さまでした」という意味です。しかし、裏の社会的メッセージは、「あなたはすでに必要とされず」、「世の無用人(藤沢周平)」になるという意味です。定年を迎えた熟年には、原則として、社会を支える職業上の出番はないのです。日常、スポットライトを浴びることもめったにないでしょう。定年と同時に活躍の機会は若い世代に委譲したのです。隠居も隠退も社会から「隠れる」ことを意味しています。昔の名刺は使えなくなり、過去の活躍や栄光は記憶する人もいなくなり、忘れられます。年をとって、過去の肩書きにこだわり、過去の思い出や自慢話に終始するのも「忘れられた熟年」のひとつの宿命です。熟年の社会的活動のメニュー・舞台を準備することなくただ「ひがんでほならない」と言うだけでは熟年の状況は何一つ解決しないのです。老いたりといえども、衰えたりといえども「わしも未だ捨てたものではない(藤沢周平)」、「私も未だ世の中の役に立っている」という実感がなければ、「ひがむな」という方が無理なのです。精神科医に限らず、若い研究者は未だ老境に行ったことがなく、熟年の孤独や「世の無用人」と成り果てた者の悲哀が分らないから、「どうしたらひがまないですむか」という具体的な方法論のない安易な助言に終始することになるのです。)

(5) 『適度な運動』

(人間の心身は繋がっており、身体の快調が精神の快調に影響することは日々実感するところです。まして、熟年は「衰弱と死に向かって降下」する存在ですから助言はまさにその通りでしょう。『適度な運動』は身体によく、身体に気持ちのいいことは精神にもいいことはいまでもありません。身体の故障は直ちに気持ちに触れることは私たちが日々経験済みだからです。問題は「適度な運

動」の「程度」の目安はなにか、ということでしょう。ストレスマネジメントの基本は「負荷」を掛けないということのようですが、体力維持の方法は身体に適度の「負荷」を掛けることです。適度というのは個体差があり、状況の差があるのですが、一番大事なのは若い時と違って、自己調整が簡単にできるということ。熟年が無理をせずに、微調整ができるという目安は自分の現有能力の5～10%の負荷を掛けることでいいのではないのでしょうか？使い過ぎれば壊れ、使わなければ退化するというのが、心身の機能の法則ですが、5～10パーセントの範囲であれば微調整も効くというものです。程々の「さじ加減」は大事な言い回しですが、処方を探している熟年にとって数字のない「適度」は具体的な提案をしたことにはならないのです。

(6) 『腹式呼吸をする』

(7) 『必ず休息を』

(上記二つの助言はまさにその通りですが、呼吸を整えるのも、休息を取るのも「活動」が前提です。休息は活動があって初めて意味を持ちます。呼吸を整えよ、といっても、休息が大事だとしても、「安楽な余生」を送るということは休息の連続なのです。休息だけでは人間の機能が退化するのは当然なのです。それゆえ、助言は休息と活動を一対のものとして提案すべきです。それゆえ、休息が必要になるくらいの活動を継続せよ、ということになります。肩の力を抜いて呼吸を整えることが大切なのも、活動時の緊張をほぐすためでしょう。熟年期にこそ活動の意味を再吟味する必要があります。休息だけの助言は極めて危険です。筆者の感想は、「必ず活動を、その間、必ず休息を」、という一対の助言でなければならないということ。)

(8) 『目先のことにこだわらないこと』

(人生50年時代はもとより引退前の労働の日々は、毎日の「目標をもて」と教えられてきました。それゆえ、反省と目標は一対

であり、着実な「目標の達成」を重視して来たことも当然でしょう。「今日できることを明日に延ばすな」としつけられて来た私たちには「目先のこと」から片付ける習性が出来上っているのです。いかに精神科の助言とは言え、「目先のことにこだわらないこと」も、「いい加減のすすめ」もなかなか実行できないのは無理からぬことなのです。むしろ老いは老いなりに衰える心身をなだめながら、これまでどおり目先のことも着実にこなして、日々の社会的活動に従事する方がストレスの管理にはいいのではないのでしょうか。年寄りには自分を打ち込むものがないからこそ「目先のことにこだわる」と考えた方が正しいのです。少なくとも労働が終り、次の活動を見出せない熟年の最大の問題は「打ち込むものがない」ということにあるのです。)

(9) 『腹を立てないこと』

(近年の人間の開放、人間の自由は人生の目標は「自己実現」であると教えてきました。自己実現とは、己の可能性への挑戦を意味します。実現すべき期待も、要求も、希望も、すべては人間の欲求から生じているとって間違いではないでしょう。それゆえ、自己実現とは、人間の欲求の実現と同義です。自由を讃歌し、人間の欲望の実現を肯定する文化の中で「足るを知る」ということは大変難しいことです。「腹を立てない」ためには、人間が「寡慾」、「小慾」に生きなければならないことを意味しています。今はここには「自己」を「実現」したいという生き方から、今ここにあるあるがままの「自己」を「受容」するという「生き方」への転換はなんと難しいことでしょう。精神科は高齢者に無理を言い過ぎているのです。それでなくても熟年は何から何まで若い時のようには運ばないことに苛立ちがちなのです。日々「怒るな!」ということは、“言うは易く、行なうは難し”の代表です。何十年も「欲求」を解放してしまつたあとで、急に「知足」、「寡慾」、「少慾」をすすめることは時代の論理矛盾なのです。「腹をたてるな」と言っても自己コントロールは決して簡単なことではないのです。ここでもまた熟年の能力と活動目標の

バランスを取りながらできる範囲の自己実現を最後まで目指す方が健全なのだと考えざるを得ないのです。ささやかでも自分が活躍する場があれば腹もそれほど立たないのではないのでしょうか？)

(10) 『不安を受け入れること』

(これができれば「達人」ですね。「言うは易く行なうは難し」の典型です。仏教で言う「無常の悟り」であり、「妄執を去れ」ということでしょうか。有名な森田療法では「あるがままの受容」にあたるのです。しかし、この種の答は「己の出来ないことを人に要求するなかれ」ということのモデルです。

生涯学習は、人間に無理なことを言っても答を出したことにはなりません。残念ながら、現在のストレス・マネジメントはこの程度の助言しかできないのです。人生の終りが各人の「秘事」になるのはそのためです。老いと死の不安を解消する答がまだ老いに到達していない研究者から出て来るはずはないのです。)

(*12) 吉井信夫、まだムリがきくと思っているうちに読む本、情報センター出版局、1992年、PP.192~194

(*13) 小田晋、imidast'99、集英社、P.765

(*14) 「心気を養う」要領(邦光史郎、死ぬまで元気：新養生訓、光文社、1995、P.41)

いじめの風景 T.Nさんへ

あなたは教育行政の真ん中にいるので筆者の意見は厳しすぎると思うかも知れません。しかし、折角のお尋ねですので率直にお答えします。

死ぬことでしか意思表示の出来なかった子どもやその保護者の立場に立って分析してみてください。あなたはやがて組織の中で「偉く」なるでしょう。部下に指示命令するお立場に立つことでしょう。「風」についても、「人間の業や原罪」についても、その時に思い出していただければ幸いです。筆者の表現にお怒りを感じる場所もあろうかと思いますが、ご寛容にお許し下さい。追い詰められ、見捨てられた子どもに成り代って思いのたけをぶつけたいのですが、これでも懸命に怒りを抑え、「罵詈雑言」は控えたつもりなのです。

■ 1 ■ いじめは「風」の為せるわざである

いじめは「風」の為せるわざである。学校には「いじめは見てみぬ振りをする」という「風」が吹いている。あるいは「いじめは卑怯」で、「いじめは美しくなく」、「いじめたらただではおかない」という「風」が死んだ結果である、と言っても良い。

この「風」は家風の「風」であり、校風の「風」である。企業人は「社風」の創造に腐心する。なぜなら「風」こそが組織の心理的風土をコントロールし、組織に所属する人々の考え方や作法や行為や態度を決定す

るからである。「風」の持つ「教育力」は社会心理学の言う「集団の圧力」である。「風」を支える「家訓」や「校訓」や「社訓」は集団行動の方向を決定する組織の行動理念である。組織の思想といっても良い。メディアのいじめ報道を見る限り、学校や教育行政の「いじめを許さない」という「風」は死んでいる。「風」を支える校訓などが紹介された例も知らない。いじめの連鎖が進んでようやく「いじめは悪」だという宣言が出され、「君はひとりではない」という呼びかけが出され

た。今ごろ出されたということは、これまでこの種の「行動理念」が学校や教育行政の日常にはなかったという証拠であろう。

「集団の圧力」は「みんなそうする」から「ぼくもそうする」という「同調行動」に帰結する。アメリカの心理学者が行った同調行動の実験、集団圧力の実験は、集団を構成する人々の一致した言動が個人の構成員にどれほど直接的な影響を与えるかを如実に証明している。

現象的に「風」を構成するものは構成員の「一致した」行動であるが、「一致した」行為・行動の方向を決定するものこそ「家訓」であり、「校訓」である。「家訓」も、「校訓」も、「組織訓」もリーダーが選択し、リーダーがその定着と実践を監督する。組織の思想・行動理念を選択し、決定し、常に構成員に思い出させるのは、組織を預かるトップの役目である。「一致した行為」が「風」の元であれば、「風」はみんなの向いた方向に吹く。この時、「みんなの向くべき方向」は組織の行動理念が決めるのである。それゆえ、構成員に向かうべき方向を指し示すことが決定的に重要である。トップの責任とは組織の行動理念を示して、行くべき方向を常に指し示すことである。

「家風」がないのも、「校風」が消えたのもリーダーが不在だからである。いじめと無責任と傍観がはびこるのは教育行政や学

校に「いじめ」を「悪」と断じる「風」がなく、「無責任」を恥とする集団の意識がなく、「傍観」を卑怯とする組織の気力が欠如しているからである。もちろん、「校風」の不在は学校における行動理念が風化したからである。理念の風化は指導層が「うかつ」で「怠惰」だからである。「みんなで協議すれば優れた結論が出る」と思うのは民主主義の「甘さ」である。協議の結果に意義がないとは言わないが、所詮は多数決の結果は「平均値」で、「妥協の産物」である。民主的合意には誰も責任者がいない。だれも責任を取らない。大学の教授会でいやと言う程体験した平等・民主主義の病理である。「管理職」はせめて「管理職手当」の分だけでも、自分で判断して自分で責任を取るべきである。組織がその構成員に行動理念を示すことが出来ないのは指導層が「管理職手当」の分の仕事をしていないことを意味している。

教育界に反して、日本の企業に「社風」が健在なのは、企業人が他の組織体に比べて遥かにリーダーシップにこだわり、社風にこだわり、企業の盛衰を担って日々活動を続けているからである。社風を破壊し、社訓に反抗するものは企業組織を去らなければならない。学校や教育行政には、校訓や組織訓が生きていないだけではない。校訓や組織の理念に反抗するものは去れという厳しさが無いのである。死んだ子どもは浮かばれない。

■2■ 人間性は変わらないー「人間の悪」を教えよ

人間の「業」は変わらず、子どもも均等に背負っている。いつの世も背の小さいものは「チビ」で、反対は「のっぽ」で、太った人は「でぶ」で、反対は「やせ」で、動作が遅いものは「のろま」で、気が利かないのは「まぬけ」で、物事の感度が悪いのは「ばか」で、勉強しか出来ないのは「変わり者」で、行儀の悪いのは「サル」で、気性が荒いのは「出来損ない」で、気性のやさしいのは「いくじなし」で、礼儀正しいのは「ええかっこし」であったではないか。身体に障害があれば「びっこ」と呼ぼうが「障害者」と呼ぼうが、蔑視の対象になり、見目の悪いものは「ブ

ス」や「醜男」と呼ばれる可能性は大きい。

知らないものは「仲間」ではなく、異人種は見下し、西洋人は毛唐で、時には「あかおに」や「あおおに」でもあった。どれほど現代が「理想」とする人間の尊厳や人権を謳おうと、恐らく太古から人間性はほとんど変わらず、人間はいつでも残酷・非道になりうる存在である。そのことを子どもにきちんと教えておくべきである。

なканずく非行やいじめに対する学校の不作為は子どもを人間の真実から遠ざけているのである。一体全体なぜ厳しく処罰しないのか？非行やいじめの処罰を表に出せ

ば、必ず問題が多くの人々によく見えるはずである。議論も巻き起こる筈である。いじめ問題の対処を学校だけに背負わせるのは酷だということも分るだろう。

子どもの人権や権利条約などの「建て前」を教える前に、人間のありのままの「業」や「原罪」を教えるべきである。除夜の鐘は108の煩惱を祓うためであると教えなければならぬ。子どもは素晴らしいところだけではない。蛙の尻に麦わらを突っ込んで空気を入れて殺したのは、筆者の時代の子どもである。麦わらトンボのしっぽを切ってちり紙を差し込んで、火を付けて飛ばして遊んだのもその当時の子どもである。現代の子どもも人間性の原点が変わる筈はない。学校が「教育」のきれいごとの建て前に終始すれば、「いじめ」は起る筈はなく、挫折も自殺もいじめが原因である筈はない、という都合のいい解釈がまかり通る。文部省に集められた自殺原因の集計結果がいかにもいい加減なものであったか、今こそわれわれは思い知ったのである。

子どもの主体性や自主性に振り回されれば、ありきたりの感想文やアンケート調査がまかり通る。外部の第三者をお招きして個別・匿名の事情聴取を実施しない限り子どもは本当のことはいわない。

秘密が完全に保持され、自らの安全が保障されない限り、子どもは本当のことはいわない。筆跡で自分が特定されると思えば子どもは沈黙する。たとえ、いじめの犯人でも日ごろの仲間を「売る」ことへのためらいも大きい。言葉のいじめに確たる証拠はでない。いじめを特定することは絶望的に困難なのである。関係者はこれらのことが想像出来ないのだろうか？

子どもは状況に敏感で、自分に都合の良いことしか見ない。自らが傷つかないことしか言わない。関係者はそういうことが分らないのだろうか？われわれは、われわれの子ど

も時代を思い出すべきである。人権作文に「格好の良いこと」を書いたのも、人前で親切を演じたのも、叱責をさけるためにやむを得ず先生や親の指示に従ったことも思い出すべきである。裏返せば、誉められなければ「やらなかった」ことは多く、叱られなければ「やった」ことも多いのである。人間社会からいじめをなくすことはできない。

暴力や恐喝や生活上の妨害行為など物理的な迫害は論外であるが、現代の子どもは人間の「悪」と「残酷」にあまりにも無知で、言葉の侮辱にあまりにも弱すぎる。学校も、行政も平等主義者や人権主義者の甘い人間観が伝染して子どもの見方が実に甘く、実に浅い。子どもにも「渡る世間は鬼ばかり」と教えておくべきである。「君たちを守る」とか「君は一人ではない」とかやさしい呼びかけも大事であるが、弱い子どもには「誰もお前の代わりには生きられない」とも伝えるべきである。子ども時代でも誰も代わりには戦ってくれないのである。「学校に相談してくれ」、というが、多くの学校は虐められた子どもを守れなかったのである。断じて守る、という姿勢もメッセージも個々の子どもには届いていないのである。

子どもにしてみれば、校風が死に絶え、校訓が自分とは関係なく、学校が断固として介入してくれない子ども集団は、時に「悪意」に満ちているのである。いじめの生け贄が次は自分であるかも知れないではないか！

筆者はアメリカの学校暴力などの実例から、被害者の復讐が始まることを心配している。追い詰められたものは最後の反撃に出る。「村八分」はこの国の伝統であるが、「一揆」の破壊行為もまたこの国の伝統である。「虐められている子ども」の反乱はある種の正当防衛である。世間も無下には扱うまいが、復讐の連鎖が始まれば、学校の混乱は図り難い。

■ 3 ■ 学校に明確な刑罰を確立せよ

すでに繰返し論じたので再論を避けるが、ルール違反に対する処罰が明確でない組

織は規律を維持出来ない。もちろん、上記の「風」も維持出来ない。あらゆる、校訓もル

ールもあって無きがごとくなるであろう。学校も同じである。内閣法制局長官の解釈が出て、子どもに対するあらゆる物理的強制を禁じた学校教育法第 11 条は改正すべきである。これを論じないことは教育行政の学校に対する怠慢であり、背信である。

厳しい状況で指導に邁進している教師を見捨ててもいいのか？子どもが、屈辱と怒りに耐えている教師に向かって「家庭があるんだらう」、「首になってもいいのかよ？」とうそぶいているのは周知の事実である。そう

した状況で授業ができるというのなら行政のトップは最も荒れた学校の教室を引き受けて指導に入るべきである。お手並みを拝見したい！！

教育の成果は現場で証明し、子どもの変容をもって社会を説得して欲しい。現行の行政も学校も行動が少なく、理屈が多く、結果は出ていない。理屈と批判だけで、自分を棚に上げた無責任なマスコミにやられ放題にやられて学校は口惜しくはないのか？情けなくはないのか？



社会教育委員制度の活性化



1 制度の形骸化は行政の意志である

毎年、ご依頼を戴き社会教育委員の研修事業を担当して来た。しかし、一向に社会教育委員がイニシャティブをとって動き出した活動や事業は寡聞にして聞かない。委員の皆さんが真面目であっても、結果的には無力である。そうした状況が続けばやがて人々の意欲は萎え、時間だけが過ぎる。「形骸化」というのはそういう道筋を辿るのである。

社会教育委員制度を形骸化したのは行政である。社会教育委員を年寄りの「名誉職」に貶めたのは行政である。「立て前」は知らず、委員の提言をあたかも「やっかいもの」や「邪魔物」扱いにしているのも行政である。

財政難を理由に、「厄介な」提言をほとんど聞かなくて良いように会議の回数を減らしに減らして、年3回程度に押さえ込んだのも行政である。市町村のこうした実態を見てみぬ振りをして何一つ指導していないのも上部の行政である。法律があるから仕方なく「かたち」だけ残しているが、行政はこの種の面倒なものは事実上無い方が良く思っている、としか思えない。

結果的に、年3回程度の開催では法律を形骸化したと言われても仕方がないであろう。1回目は行政の年間事業計画の説明である。2回目は中間報告。3回目は年度末報告で終りであろう。たった3回すでに決まったことや進行中のことを報告するだけの会議では、委員の意見を入れる余地は無いだろうし、行政の側に意見を入れるつもりも無いだろう。委員の大部分は高齢化し、自分の位置付けを名誉職であると納得し、諦めていないか？それゆえ、若い、意欲的な委員の出る幕は無い。生涯学習革命が30数年続いて日本社会は多面的に変わったのである。この間、情報革命も、コンビニに象徴される流通革命も、宅配便に代表される輸送革命も一気に進行した。社会教育委員のシステムが変わらなくていい筈はないのである。

社会教育委員制度活性化の鍵は研修の中身でもやり方でもない。この制度に対する行政の姿勢と認識である。以下は、研修を繰返して来た筆者の無力感から生まれた提案である。

2 会議の回数を少なくとも3倍にする

会議の目的は委員の意見の反映である。現状の会議形式と回数の制限のもとで社会教育行政に委員の意見を反映することは不可能である。本制度を大事であると思うのであれば、まずは会議回数を3倍にすべきである。量は必ず何処かで質に転化する。会議へ

の出席謝金を載いて何も貢献するものがないければ良心的な委員は恥を知るであろう。また、住民は税金の無駄だと怒るであろう。行政も会議にかけられる議題に工夫を始めるであろう。いずれにせよ、何処かに向かつて会議が動き出すことは間違いないのである。

3 「モニター制度」に倣え

一般の「モニター制度」に倣って、社会教育委員の会議も社会教育事業への実践参加を条件にした提案型委員会に改革すべきである。

放送モニターは放送を視聴して自分の意見をいう。雑誌や新聞の読者モニターもそれらを読んだ上で感想を述べる。社会教育委

員の多くは社会教育事業の実態を知らない。校長の代表は学校しか知らず、婦人会の代表は婦人会活動しか知らない。社会教育行政全般に提言を行う以上、自分の関心分野以外の事業もある程度参加・体験した上で意見をいうべきである。社会教育委員の会議は通常のモニター会議にも劣るのである。

4 委員構成の再検討

委員構成を再検討して、できるだけ現行の「当て職」の委員を減らし、その他の委員は公募制に切り替えるべきである。

あらゆる面で時代は変わったのである。なかんずく生涯学習の分野では、従来の「鑑賞者」は自ら「創造者」となった。「動員されたもの」は「自ら参加するもの」に変わった。生涯学習を選ぶのは生涯学習の企画者ではなく、参加者である。生涯学習の領域は学校を含めて生活の全領域をカバーすることになったのである。

個人の参画と選択の意味が著しく拡大し、社会教育関係団体の力は相対的に後退したのである。子ども会の役員になり手がないのはすでに全国的な傾向である。婦人会が消滅して行くのも同じである。これらの傾向はやがてPTAにも及ぶであろう。

生涯学習システムは集団の利害調整より、個人の「選択」を重視する。既存団体の代表の多くは、団体の利害が優先し、個人の選択の意義を見ようとはしない。社会教育関係団体のみにこだわれば、新しく生まれた

NPOを「当て職」にすることはないのである。形式化した集団の会員では、自分の興味・関心・意欲をエネルギー源として活動する個人の発想や勉強には到底追いつかない時代が来ているのである。当て職が全く不要であるとは言わないが、新しい状況を考慮すべきことは明らかである。公募制にすれば沢山の有能な女性の参加も得られる。これまでの社会教育には新しい時代を生きる女性の視点が決定的に欠落しているのである。それゆえ、社会教育行政は少子化の危機にほとんど何一つ有効な手は打てていない。子育て支援も精々が文科省の補助金に頼った週1～2回の子どもプログラムである。討議に参加した委員の多くは、子育て支援が女性支援であるという基本すらも分かってはいない。男支配の社会教育委員制度に子育て問題の切実さを訴える人材が登用されていないことの証明であろう。



MESSAGE TO AND FROM



沢山のメッセージカード、過分の郵送料をありがとうございました。今回もまたいつものように編集者の思いが広がるままに、お便りの御紹介と御返事を兼ねた通信に致しました。みなさまの意に添わないところがありましたらどうぞ御寛容にお許し下さい。

★ 福岡県嘉麻市 實藤美智子 様

「教育観は一致できない」。あなたの直観はあたっていると思います。これからどれほど教育現場が荒れようと、60年にも亘って分裂して来た教育論の流れは決して一つにはならないでしょう。戦後教育は文字どおり戦前の日本に対する全否定の政治プロセスでした。日の丸から国歌の斉唱まで、「詰め込み教育」批判から教育労働者論まで、学校が政争の場となった現象はその象徴でした。戦後教育は、不幸にも教育論が政治イデオロギーの先端を担わされてしまいました。教育における指導原理や方法論の検討は利害関係から相対的に分離できるのに、イデオロギー論は権力闘争であり、利害関係そのものでした。学校現場の対立が激化したのは当然だったのです。しかし、疑いのないことは、国民を戦争に導いた戦前の政治がその過程で教育を利用したとは言え、戦前の教育・指導原理のすべてが間違っていた筈はないのです。

戦後アメリカから輸入した「児童中心主義」は「大人中心主義」の欧米文化が生み出したものです。学校までが一緒になって子宝の風土に「児童中心主義」を注入すれば、結果的に、心身共に「へなへな」で、「自立しない子ども」、「規範を身に付けられない子ども」が世の中に氾濫します。その多くはすでに親になっています。彼らは自分の欲求だけを信じ、自分だけが正しいと主張することでしょう。

世間は物知り顔で、「価値観の多様化」であるときれいごとを言いますが、「主体性」論の実態の多くは「欲求の野放し」に過ぎません。

これから学校受難の時代が始まります。後

10年もすれば、この国に「教育公害」が氾濫することでしょう。教育公害への対策は、「早寝、早起き、朝ご飯」などとノー天気なことをいっている段階ではありません。現代の家庭の多くはすでにそのことすら実行できません。唯一の処方は、「子やらい」の伝統に学び、過疎対策と組み合わせて、少子化で消滅する前の田舎の学校に寄宿舎を併設して、都会の子どもを送り込むことです。『セカンドスクール』*には、「子ども宿」の機能を充実し、1学期程度のプログラムを工夫し、幼少年期の子どもを親元から離して、心身の鍛練と社会性のトレーニングを始めることです。過疎も複合問題であり、教育も複合問題になりました。「地方の活力なくして、国の活力なし」。安部内閣のスローガンは「過疎」と「教育公害」を同時に解決してこそ証明されると考えております。

* 昭和51年国土庁構想、「セカンドスクール」

★ 福岡県太宰府市 大石 正人 様

前回の熟年の体力及びストレスに関する論文は若い世代に分かってもらえるだろうかと半信半疑でした。今回の発表では、はからずも先輩世代からそれぞれの体験に基づく強力なご支持を戴き誠に心強く思いました。今回、更に筆を加えて巻頭のActive Seniorの「活力保持」論に書き改めました。

老人憩いの家から高齢者大学まで世を上げて「安楽余生」論が支配的ですが、これからの老人ホーム(特に元気な熟年のための有料老人ホーム)は安楽のみのための施設ではなく、活動を継続するための施設であって欲しいですね。老人ホームで執筆し、老人ホームからボ

ランティアや講演に行けるとい時代が来れば喜んで入りたいと思います。生涯学習が今までどおり「楽しく遊んで学ぶこと」にだけに終始していれば、かつての専業主婦が「カルチャーセンター」の「難民」になったように、高齢者はゲートボールやカラオケの難民になって終ることでしょう。大石さんの年令に達するまでかなわぬまでも戦い続けることこそ自分の目標であります。

★ 広島県竹原市 谷田裕彦 様

社会教育委員制度はほぼ完全に形骸化しましたね。あちこちから何をどうするのか、迷っているというお便りをいただきます。今回研修をお引き受けした地域でもほとんどが年3回程度の会議しかありません。行政は報告だけでお茶を濁し、実際に社会教育委員の提言など聞きたくはないのです。まずは会議を月1回年12回にすべきでしょう。具体的な貢献策の提言や自らの参画はそれからです。今回小論を書きましたのでご一読下さい。

★ 山口県光市 神邑克彦 様

ご指摘の通り行政組織内の横の連携は至難のわざですね。戦後60年で、社会は大きく変容しましたが、行政組織は社会的条件の変化に対応する組織変革を怠って来ました。少子化も、ボランティアも、高齢者福祉も、男女共同参画もそれぞれに複合問題です。その時、国の一部だけが特別な国務大臣を置いたり、総理府に総合的なプロジェクトを組織したりしますが、市町村自治体のレベルは全く反応が鈍いですね。プロジェクトを編成して取り組むという例は過分にしていることがありません。行政のトップも、チェック機能を果たすべき議会も誠に勉強が不足しているのです。どこの町にも「企画調整課」はあるはずなのですが、課長がアホなのか、行政トップがアホなのか一向に「調整機能」は発揮されません。小泉さんのように蛮勇を奮った総理大臣でさえも郵政改革や高速道路財団の部分的改革しかできませんでした。せめて今回の「放課後子どもプラン」ぐらいは無事に成功させたいものですが、それも厚生労働と文部科学の両省が「少子化防止」と「男女共同参画」を同時に実行するという国家的見地に立てていません。政治家のリーダー

シップも今のところ全く発揮されていないので、来年度の実現が怪しくなっています。この国では「さくら」も「やらせ」も「だんごう」も文化の一部であるように、専門が「縄張り」になり、役割分担の分業が「セクト主義」になるのも文化の内なのでしょう。

★ 京都府亀岡市 山下ひろ子 様

先生の学校を一度お尋ねしたいものです。わずか46名の全校児童の中から二つの駅伝チームを育て上げた担任の先生にも是非お目にかかりたいものです。次は彼らの学力指導がどう展開するかを楽しみにしております。教育のシーケンシング法（指導順序の組み合わせ）の重要性をますます確信している昨今です。教育界が始めた「早寝、早起き、朝ご飯」は決して間違っはいいませんが、子どもの生活を律するにはその「前提条件」があることを忘れているのです。それこそが「体力」と「耐性」でしょう。

私の小学校との「協働」の夢は我が性急さの為に「片思い」の失恋に終わったことは過日紙上でご報告申し上げた通りです。子どもを学校の指導原理に従って育て上げるためには保護者の理解と協力が不可欠です。それを得るためには学校の地域貢献が不可欠です。地域が学校や教師を尊敬するかつての伝統を復活するためにも、現在、学校が行っている努力の2割は地域への貢献に振り向けることが必要だと思います。「学校は忙しいのだ」と言わないで試しにやってみていただければ学校は忙しくなくなるはずなのです。素晴らしいリンゴをお育てになりました。敬意を表してごちそうになります。ありがとうございました。

★ 山口県生涯学習研修センター プランナー養成講座の皆さん

感想を拝見いたしました。「更新」の郵送料もありがとうございました。皆様のお陰で当方も研修方法に確信を持つことができました。早い段階で、実践の後を検証する「フォローアップ」の研修を持つこと、今回はたまたまお二人のOB研修生の飛び込み報告をお聞きしましたが、新鮮でした。このような機会を「組織的」に企画することも大事ですね。研修の流れを「問題分析—解決処方計画立案」→「第1回

実践と修正」研修→「実践を振り返る中間評価」→「第二次実践」→「実践評価と総括報告書の作成」→「ひとづくり・地域づくり山口大会」へ、というように1年を通して継続性を担保す

ることの重要性もよくわかりました。研修の人の輪が着実に広がっていることを実感しました。1月の総括会議、2月の仕上げの大会でお目にかかるのを楽しみにしております。

第71回フォーラムレポート

『稼ぐ生涯学習施設-福岡県赤村「源じいの森」』

今回のテーマは「第3セクター；生涯学習施設の運営論」である。報告者は福岡県赤村、自然学習村「源じいの森」常務理事 太田 博さんである。全国の第3セクターのほとんどが赤字経営に苦しむ現状で「源じいの森」は利益を上げて村に貢献している。理由はたった一つ。企業論理の経営が徹底しているからである。その指揮を取っていらっしゃるのが太田さんである。公的生涯学習施設の多くが意識するとしないに関わらず、そこで働く職員本位であるのに比べて、「源じいの森」は徹底してお客本位である、と太田さんは断言する。変化の時代に生きて、経営者の「唯一確実な指標はお客さまである」。施設が成長し続ける最大の要因は「お客さまの満足度」だからである。言われてみれば当たり前だがお客がいなければ施設は成立しない、と太田さんは喝破する。

「森」が栄えれば村がうるおい、村民の満足に繋がる。経営の目標は以下の通りである。

- (1) 競争にかつ顧客満足度の徹底
- (2) (顧客獲得の)競争力の向上
- (3) コスト(削減)競争力の向上

どこの企業と比べてもスローガンに遜色はない。太田さんは村民と徹底的に話し合い、施設の維持・管理にも、運営にも多くの

村びとの力を借りることに成功している。また村民の中から各種の講師人材を発掘し、「学び合い・教え合いネットワーク事業」も確立している。四季折々に村の自然と文化を活かした様々な展示会・発表会・観賞会などを開催している。

生涯学習機能と「森の施設」機能は、見事につながられ、宿泊、研修、体験、展示、交流、温泉を活用した健康やゆとりなど多岐に及んでいる。世は挙げて文化やゆりの時代である。当然、類似施設は多い。そうした状況の中で「森」の予約はいつもいっぱいであると聞く。勝負は「サービス」の質であり、「従業員」の献身とお客さまとの交流である。なかなか「親方日の丸」のできる話ではない。太田さんが施設にかける使命感とエネルギーにフォーラム参加者はみな打たれた。最後は「ひと」である、という社会教育の結論を再確認した次第である。

● フォーラム参加論文は「熟年の体力維持とストレス・マネジメントの方法—助言の論理矛盾と安楽余生の陥穽—」(三浦清一郎)である。大幅に補筆修正を行い巻頭小論として掲載している。



第73回お知らせ

「ゆず湯」と生涯学習「忘年フォーラム」



- 事例発表／研究 1 「青少年の野外教育の現状と課題について」
(財) 青少年野外教育財団 (交渉中)
- 2 ポン太の森の青少年教育事業
福岡県小石原村レクリエーション協会 小野豊徳 氏
- 論文発表 「読み、書き、体操、ボランティア」 三浦清一郎
- 日時： 平成18年12月16日(土) 15時～17時、
研究会終了後、センター2F「和室」にて表記の「ゆず湯忘年会」を予定しています。忘年会は持ち寄りの鍋料理を企画しています。準備が大変な皆さんは会費2000円程度を当日徴集させていただきます。当日はセンターのお計らいで宿泊も可能ですので1年を振り返ってゆっくり語り合いたいと思います。遠くの皆様もどうぞ奮ってご参加ください。
- 場所： 福岡県立社会教育総合センター
会場その他準備の関係上、事前参加申込みをお願い致します。(担当：朝比奈) 092-947-3511まで

*** 先のことですが、2月17日(土)のフォーラムは島根県益田市の綺羅星7事業に加する「移動フォーラム」です。ご都合がございましたら一緒に万葉の町に参りましょう。**

*** 来年3月の定例フォーラムはセンター事業及び大学の卒業式等の関係で日程を第3土曜日から第2土曜日に変更し、3/10(土)に開催いたします。どうぞ日程の調整をお願い申し上げます。**

●●● 編集後記 「教育公害」は必ず来る!!! ●●●

すでに現代の教育は「へなへな」で、「自己中心的」で、「欲求の固まり」のような子どもを大量生産し続けている。非行やいじめの横行を見れば、確かに子どもの一部は「被害者」であるが、同時に最大の「加害者」であることは疑いを待たない。社会規範を体得していない子どもはまさしく教育公害の産物である。現在の方策を続けても、「教育公害」は決して止まらず、その被害程度はますますさまじくなるだろう。

先日我が家はホームパーティーのホストを務めた。筆者も妻を助けてかいがいしく働いたつもりである。記念すべき大事な会合だったので参加者はゆっくり話したかった筈である。それゆえ子どもの参加は認められていなかったのだが、不幸にも3人の子どもが来た。飼犬のカイザーもレックス(生後3か月のカイザーの息子)も、騒ぎまくる子どもへの興奮と怒りで唸りっぱなしで、吠えっぱなしであった。監督をしない親は誠に非常識である。筆者も年をとって多少は丸くなったので最後まで怒りを堪えて怒鳴ることはしなかったが、子どもが帰ったあとのこの疲れかたはどうだ!!妻もへたり込んだが、犬達もへたり込んだ。子ども達はまさしく

無秩序の離れザルのようなものであった。子ども会の役員の引き受け手がないのは当然である。

先日の講演で、「半人前」の言い分は「半分」だけ聞けばいい、と提案した。子どもの欲求を「人権」や「興味・関心」と混同して野放しにしたことが保育所から学校までを混乱に陥れた原因である。

また、子どもは「つ」のつく年(9つ)までは教えるべきことは叩いてでも教えよ、と子育ての経験則を紹介した。教育の「適時性」を逃せば後の教育は何倍もの時間とエネルギーを必要とし、子どもが社会性を獲得するまでの諸々の「被害」も著しく拡大する。「三つ子の魂は百まで」、であり、まさしく幼少年期は人間に移行する「ひと」科の「動物」の段階なのである。

辛うじて言葉は通じるが、まだ「動物」の段階にある子どもの主体性や自主性を過剰に優先してはならない。礼節と作法の基本は叩いてでもしつけるべきである。我が家の犬達は不作法に騒ぎ廻る侵入者の「ひと科の動物」を吠えまくったのである。子どもが帰った後ようやく静かになった部屋で居残った人々が歓談したが、犬達はひとり一人を訪ねて大人しく頭を撫でてもらったのである。われわれ

夫婦は二度と子連れの出会いはやらないと確認した。

しつけ不在の子どももアホで、哀れであるが、関係者の怒りが見えない親は更にアホなのである。

「児童中心主義」の副作用は、今や、火を見るより明らかである。文部科学省が何をいおうと「児童中心主義」を修正して、子宝の風土の過剰な「保護と放任」の同時存在を厳しく修正しない限り、家庭教育の支援など夢の又夢である。学校の再生も夢の又夢、「早寝」、「早起き」、「朝ご飯」も夢の又夢である。

月末には教員を中心とした研修会を担当する。筆者の問うべきことは以下の通りである。果して現代の教師に通じるか、それとも平等と人権の思想に反する笑止の沙汰と嘲笑われるか？

- (1) 「自分でやる(自律)」ことを教えるのは「他律」ではないのか？
- (2) 幼児を危険から守るのは「強制」と「強迫」ではないのか？
- (3) 優れた少年は「育った」のではなく「育てた」のではないのか？
- (4) 「児童中心主義」教育思想は「児童が中心

でない社会」の教育思想ではないのか？

(5) 子どもが中心にいる「子宝の風土」の教育は教師が中心でなくていいのか？

(6) 子どもの欲求・興味にかかわらず「教えるべきこと」を教えなくていいのか？

(7) 子どもの「主体性」・「自主性」に関わりなく止めるべきことを止めなくていいのか？

(8) 「指導をする者」が「指導を受ける者」より「偉い」ということを家庭に徹底しなくていいのか？

(9) 子どもの「基本的生活習慣」を崩したのは家庭である。だったら同じ家庭に再建が可能なのか？幼少年期の「自律」は「他律」の強制によって教えるのである。学校は子どもを親元から離して基本的生活習慣と社会性を叩き込む現代の「子ども宿」になるべきではないのか？

(10) 基礎学力の基礎が「基本的生活習慣」であるとして、基本的生活習慣の基礎はなにか？教育は「体力」と「耐性」のトレーニングの原点まで戻らなくていいのか？

「風の便り」2007年号の登録について(第2回)

12月になりました。早いものでまた1年が巡りました。「風の便り」も83号を迎えました。1年区切りの購読更新の季節になりました。

多くの方々のご支援のおかげで、来年も「便り」の購読料は無料で続ける事ができます。改めてお礼申し上げます。引き続き購読をご希望の方は2007年分の郵送料または90円切手12枚を同封の上事務局までお送り下さい。先月号にメッセージカードを同封しましたので、送付先の変更、ご意見、感想などご自由にお寄せ下さい。

* 旧住所をお使いの方が時々おられます。転居いたしましたのでご訂正下さい。12月以降は郵便局の転送がなくなります。

『編集事務局連絡先』 (代表)三浦清一郎 住所 〒811-4177 宗像市桜美台 29-2

TEL/FAX 0940-33-5416 E-mail sdmiura@fj8.so-net.ne.jp

『風の便りの購読について』 購読料は無料です。ただし、郵送料の御負担をお願いしております。

『編集事務局連絡先』まで 下記の切手 または 現金をお送り下さい。

* 新規申込:12月号+2007年1月号~12月号: 90円切手13枚 または 現金1170円

* 更新申込:2007年1月号~12月号: 90円切手12枚 または 現金1080円