

育世子屋NEWS

2020. 11. 1

(お子さんが大人になったとき、社会で活躍できるヒントがいっぱい)

自分の「命」の使い道を見つけよう

～重要なのは、人生の「長さ」ではなく「質」です～



突然ですが、あなたは何に自分の「命」を使っていますか？

・いきなりこんな質問をされて、すぐに答えられる人は少ないと思います。

今回の NEWS では、そんな「命の使い方」について多くの講演会を行われていた、日野原重明さんを取り上げたいと思います。

日野原さんは聖路加国際病院の名誉理事で、105 歳で亡くなる直前まで現役の医師として働かれていました。

そして医師として勤務する傍ら、1940 年から 2018 年までの 78 年間で計 140 冊以上（共著も含めると 230 冊近く）の本を執筆され、小学校に出張して行う「いのちの授業」という講演会も、全国合計 200 校以上に行っておられました。（しかもそれを始められたのは 78 歳を超えてからのだとか！驚きですね！！）

お亡くなりになる直前まで、多くの人に「命について考えてもらう」ことに自身の命が使われた日野原さんは、どのようなことを語られていたのでしょうか。

生涯現役を誓った医師、「110 歳までは・・・」

1911 年、山口県で生まれた日野原さんは、少年時代にある医師が母親の命を救ってくれたことから、医学の道を志すこととなります。37 年に京都帝国大学の医学部を卒業後、様々な病院に勤務したのち、聖路加国際病院の内科医となります。その後海軍の軍医なども経験し、聖路加国際病院の学長や理事を任されることとなります。

日野原さんは日本で最初に人間ドックを開設し、早くから予防医学の重要性を説き、終末期医療の普及にも尽くしてこられました。従来は「成人病」と呼ばれていた一群の病気の名称を「生活習慣病」に改めたのも日野原さんです。

日本の医療に貢献してきたそれらの功績が認められ、1999 年には『文化功労者』、2005 年には『文化勲章』の受章をされています。

晩年の日野原さんは、100歳を超えてもなおスケジュールは2、3年先まで一杯という多忙な日々を送っていました。乗り物でのわずかな移動時間も原稿執筆に使い、日々の睡眠時間は4時間半、週に1度は徹夜をするという生活でしたが、96歳にして徹夜をやめ、睡眠を5時間に増やしたといえます。

命の続く限り現場に立ち続けるという信念をあくまで貫き、生前には「少なくとも110歳まで現役を続けることを目標にしている」と語るほどでした。

人生の転機 ～自分の「命の使い方」が決まった出来事～

なぜ日野原さんはそれほどまで現役にこだわり、精力的に働けるのか？

それは1970年3月30日、自身の人生観を大きく変える経験をしたからでした。

当時病院の内科部長だった日野原さんは、福岡で開催された内科学会出席のために、ある飛行機に搭乗しました。その飛行機の名は「よど号」。

実は日野原さんは、かの有名なハイジャック事件に巻き込まれていたのです。

日本では犯罪史上初となるハイジャック事件。そこで日野原さんは人質の一人となり、日本海を越え、韓国の金浦空港で解放されたのは4日後のことでした。当時を振り返り日野原さんは、こう語ります。

「もう40年以上も前のことになりますが、その時のことは今でも鮮明に覚えています。犯人側が指示した北朝鮮に向かっていた飛行機。金浦空港で降ろされ、解放された瞬間に私は決心しました。これからの人生はいわば与えられた人生。だから人のため、社会のために身を捧げようと決めたのです」

「いのちの授業」 ～大切なものは、だいたい目に見えない～

78歳から始めた小学校での講演会「いのちの授業」では、レモンや玉ねぎを並べて、心臓の大きさはどのぐらいか問題を出したそうです。実際はこぶしぐらいの大きさだと説明し、子どもたちは聴診器で心臓の音を聞き合うのです。そして日野原さんが小学生に毎回必ずする質問があります。

「命はどこにあるのか？」

ほとんどの子どもたちは、自分の左胸を指し、命は心臓にあると答えます。確かに心臓は血液を体中に送る重要なポンプの役割をしていますが、命そのものではありません。

授業を通じて子どもたちは、命は指さして見えるものでもなく、目に見えないものだということを理解していきます。

そしてここで、サンテグジュペリ（フランスの作家）の『大切なものは目に見えない』という言葉を紹介し、命の他に時間も目に見えないし、大切なものは大体目に見えないものなんだよ、ということをお話されるのだそうです。

「目には見えない大切な命と時間。それは『生きる』ということに凝縮している。だからこそ生きていく尊さがそこにある。成長期は自分のために、それ以降は他者のために、そういった時間の使い方をしてほしい。」

そんな願いを込め、日野原さんは小学生ら若い世代に思いを伝える「いのちの授業」を78歳から始められたのです。

日野原さんの残したメッセージ ～若い人たちへ～

多くの著書、講演会の中で数々の言葉を残してこられた日野原さん。すべて紹介したいところではありますが、今回は特に印象深い二つを紹介したいと思います。

これまでの教育は、出来あがったデータを記憶させる教育であった。
困難な問題にぶつかったときに、問題解決が出来るような能力を与えられていない。
本当に学ぶべきことは、問題にどう取り組むか、どういう戦略を立てるかということである。

学校を出てからも自分で出来るような頭の仕組みを作る。
そして、その仕組みに従って生活をし、行動することが必要なのである。

この内容に関しては、私たちがずっと指導理念に掲げていることであり、文部科学省も次の学習指導要領改訂で改訂内容に組み込んでいる部分です。

学習の評価をする際はどうしても「テストの点数」「通知表」という数字で表すこととなり、あたかもそれがその生徒の人としての評価のように扱われがちですが、あくまでそれは「出来上がったデータをどれだけ記憶できているか」の評価でしかありません。

これからの人口減少、絶えず変化する社会を生きることとなる子供たちは、その変化に対応し、自ら考え、自ら行動に移せる力が必要です。その力は「記憶させる教育」では養いにくいのです。

育脳寺子屋では育脳トライアルなど答えが一つではない問題に取り組み、小学校低学年から取り組む教材の順番を自分で考え、時間内にすべきことが全て終わられるように、自分自身で授業を組み立ててもらっています。「自ら考え、自ら行動に移せる力」を養い、少しでも社会に出たとき困らない力をつけてもらえるよう、日々指導にあたっています。

そのような力は一朝一夕で身につくものではなく、幼いころからの積み重ねでしか養えないものなのです。どうか親御さんも数字で評価される我が子のテスト結果や通知表に一喜一憂するのではなく、長い目で我が子の成長を見守ってあげてください。

（先述の通り、大切な我が子の成長も目に見えにくいものなのです・・・）

私たちの身体は土でできており、身体は早晚、土に還る。
私たちは、この土の器の中に、はかり知れない宝を入れることができる。
私たちの寿命は、土の身体に何を容れるかを模索することで費やされる。
器は器のためにあるのではなく、中に何ものかを容れるためにあるからである。

歳をとると学ぶことをしにくくなります。仕事が忙しい・・・家事が忙しい・・・
確かにそれはその通りです。しかし、学べない理由を作って自分を納得させてしまえば新たな吸収ができなくなり、身体に宝を詰めることができなくなるのです。

人はいくつになっても学ぶことができます。「こんな歳から始めても・・・」と思われるかもしれませんが、日野原さんは78歳から「いのちの授業」を始められました。何事も始めるのに遅いということはありません。なにも難しい勉強をするのではなく、どんなことでも良いので、学びを続けることが、身体に宝を詰めるということなのです。

何度も NEWS で書いてきましたが、子供は親の言うことは聞きませんが、親の姿を見てしか育ちません。学びを続ける親の姿は、子供がしっかり見えています。

いくら口うるさく「勉強しなさい！」と言ったところで、親が学ぶ姿を見せていなければ、子供に自ら勉強する姿勢は身につきません。ぜひ親子で一緒に学ぶことを続け、親子で一緒に、身体に多くの宝を詰めていってください。

そして体に詰めた多くの宝は、どうか自分のためだけに使うのではなく、他者のために使うようにしてください。結局は人のためにすることが、自分に返ってくるのです。

さて、もう一度この質問です。あなたは何に自分の「命」を使いますか？

～最後にもう一つ、日野原さんの残した言葉を紹介します～

「人生はどれだけ長く生きたかが重要なわけではありません。
人間にとって最も重要なのは、いかにして命を使ったか。すなわち人生の質です」

(「十歳のきみへ - 九十五歳のわたしから」日野原重明 富山房インターナショナル)
140冊の中の読みやすい1冊です。興味のある方はぜひ。

あなたは自分に「宝」を詰めていますか？

みなさんは「宝」と聞いて何を思い浮かべますか？なにも「金・銀・財宝」だけが宝ではないのですよ？

人生とは自分に宝を詰める時間なのです

105歳まで現役の医師として活躍された日野原重明先生は「人の体は器である。寿命はその器にはかり知れない宝を詰めることができる時間のことだ」とおっしゃいます。

皆さんが日々勉強していること、教科の勉強以外でも知らないことを知ったり、感じたり、覚えたりすることは自分の体の中に「宝」をため込んでいくことなのです。

もしその宝を詰め込む作業をおろそかにすれば、他人が自分と関係のない存在に思えるようになり、「これからどうなるか」「人がどう思うか」などを想像する力がない人になってしまいます。

人生は死ぬまで勉強です。あなたの中に、たくさんの宝を詰め込んでいって下さい。そしてその宝は、自分のためだけに使うのではなく、他者のために使うようにしましょう。人のためにしたことは、まわりまわって自分に返ってきて、結局自分のためになりますよ。



偉人の名言

「想像する力が弱くなるのが、一番こわいことです」

日野原重明 ～ 105歳まで現役を続けた医師～

自分の部屋の目立つところに貼って、読み返すようにしましょう。