藤本裕子のつぶやき
高倉健に父を想う

映画「あなたへ」を観た。邦画はめったに観ない私だが、この映画は、気になる人が主役だったから。そう、その人とは、俳優・高倉健。

実は健さん、他界した父にそっくりなのだ。若いときは、石原裕次郎に似ていた父。年老いてからは、高倉健。どちらもかっこいい。確かに父は女性にもてて、母とよく喧嘩をしていた。残念ながら、父と私は血がつながっていない。けれども映画を観ていて、健さんを想う気持ちは、父への愛情にほかならないと、はっきりと自覚していた。

さて映画は、妻（田中裕子）を亡くした刑務官（高倉健）が「骨を故郷の海にまいてほしい」という遺言に従い、富山から長崎・平戸まで自動車で向かうロードムービー。旅の途中、人々との出会いの中で見せる、健さんの男気が際立っていた。元気だった頃の妻との回想シーンでは、美しい景色と、ニヒルな健さんの遠くを見つめる眼差しが素敵だった。

驚いたのは、劇中、健さんの妻が53歳で亡くなるという設定だったこと。偶然にも、母も53歳の若さで他界した。高倉健と父がさらに重なった。

偶然はまだある。8月に、平戸を訪れたばかりだった。町を案内してくれたのは、長崎にあるさざなみ保育園の大長光一園長。長崎から平戸の町を一緒にドライブした。まさに、高倉健が走った道だった。

健さんが立ち寄ったレストランでお昼をし、教会のミサにも少しだけ参加した。神聖なる場で、祈りを捧げている人たちを見て感動した。

もう一つ、つい最近のこと。故郷、久留米高校の同窓会会長から突然メールをいただき、お会いした。卒業して30年以上も経つというのに、これまで一度も同窓会に出たことがない私。何一つ故郷のお役に立てずにいて、会長にお会いするのもためらわれた。

けれども会ってお話をしていると、不思議と故郷の景色が、色づいて蘇ってきた。

先日、NHKテレビで放送された、高倉健のドキュメンタリー番組も見た。おこがましくも、そこでのコメント一つひとつに共感する私だった。健さんではないが、人生も終わりに近づき、そろそろ故郷への旅支度をしなさいというメッセージだろうか。

で、同窓会…？

参加する自信が全くない私。青春は、きれいな思い出のまま心の中に大切にしまっておこう（笑）。

障がい児子育て日記　自画自賛のススメ⑨
藤尾さおり

前回までのお話●1998年長男タケを出産。2歳で障害の診断を受け、通園施設に通い、サークル活動JAMを始めた。普通学級か支援学級か支援学校か…進路は迷いの連続だった。

タケの弟のこと

タケに障害があると知ったとき、2人目は想像できなかった。だが通園施設に通い、次第に気持ちが落ち着いてくると、同級生には兄弟がいる人もたくさんいたし、2人目を意識するようになった。けれども今度は、もし次の子にも障害があったら…という不安も沸いてくる。自閉症は兄弟で出る場合もあるし、別の障害の可能性もゼロではない。そうなったとき、本当に育てていけるのか？と、自問自答の日々が続いた。

そして出た結論。もし障害があっても、タケのおかげで情報はたくさんある。乗り越えられない課題はない。きっとなんとかなる！　そんな確信を待っていたかのように、お腹にやってきた次男。つわり中の送迎やオムツ交換、食事介助は大変だったが、年子のきょうだいと思ったら乗り越えられた。

それでも、4歳のタケが次男を踏まないようにとか、おもちゃを投げないようにとか、細心の注意を払う必要があった。

次男が歩き始めると今度は、2人を連れて歩くのが大変。お金を払おうと、一瞬手を離した隙に2人が左右に分かれ、パニックになったこともあった。次男がつかみ食べをする頃は、食事の時間と後片付けが一番憂鬱だった。

次男の成長の速さといったらない。苦労らしい苦労は何もなく、勝手に育った感じさえする。2歳前には口頭指示が通るようになり、私はタケの手を引きながら、一人で歩く次男に「ついておいでよ～」と声をかけていた。ふとしたときに「普通は逆なのに…」と切なくなった。

胎内記憶を持って生まれてきた次男は、「ここを選んできた」と言う。4歳のときには「本当は女で来たかってんけどな、神様が、男で行け言うてん」と話してくれた。将来、タケの助けになるようにという神様の配慮だったのだろうか。小4になった今、外出先では、タケのトイレ介助役を買って出る。

次男のタケに対する受容や葛藤に思い悩み、向き合ったこともある。立ち止まるたびに、障害のある子育ては「丁寧な子育て」なのだと実感し、その学びの一つひとつが、次男の子育てにも役立っている。

将来、最高の兄弟になっていることを想像しながら、2人の思春期に寄り添っていこうと思う。

にんじんCLUB●愛知県小牧市中央2-246
TEL0568-72-8500　http://www.ninjinclub.co.jp/

伊藤戸由紀の 有機&勇気 〈Vol.19〉

いせとゆき●有機野菜を宅配するにんじんCLUB社長。「畑と台所をつなぐ」をコンセプトに宅配事業ほか、産地ツアーや農業体験、料理教室を開催するなど情報発信にもつとめている。

体と心を解放する 気持ちのいい空気パンツ

空気パンツ発案者 長屋万由充さん（愛知県武豊町）

「空気パンツ」というパンティーに出会った。デザイン企画と製作をしているのは、愛知県武豊町に住む、長屋万由充（まゆみ）さん。

かわいいピンクやパープルの色合いだが、手に取ると、布の面積がかなり小さく、ちょっと「ふんどし」のようにも見える、ビキニタイプのパンティーだ。

ウエストや足回りにゴムが使用されていないので、締め付け感が全くない。はいてみるとわかるが、つけてもはいていないような感覚。だから「空気パンツ」。本当に、空気のような存在なのである。

結婚後も働いていた長屋さんだが、仕事でのプレッシャーや人間関係で落ち込んでしまった時期があり、そのとき、元気になるために「ふんどし」をつけてみたという。

自分でも最初はあまり期待していなかったというが、ふんどしをつけてしばらく経つと、身も心も軽く元気になっていた。とても気に入ったが、娘さんにふんどしをすすめると「ダサイから嫌」と言われ、それなら娘のためにゴムのないパンティーをデザインしてみようと思い立った。

1年間試行錯誤を繰り返した末、現在の空気パンツが生まれたのである。

この空気パンツをはき続けて、重い生理痛が治った、おりものの量が減った、冷え性や尿漏れが軽減されたなど、目に見えて体調が回復した女性も多い。お腹が張る妊婦さんは、ゴムの圧迫がないので、ずいぶん楽になったという。

そんな声を聞きながら、今ある下着は、機能性や利便性、見た目やデザインを追求するあまり、体の声を無視しているものが多いと、改めて思う。

長屋さんに今後の展開を尋ねると、子ども向けの空気パンツ、締め付けないLサイズのブラジャー（Mサイズは販売中）、男性用空気パンツなど、さまざまな構想を練っていて、とても楽しみだ。

考えたら、四六時中、身につけているパンティー。そのはき心地が快適であれば、きっとそれだけで気分がよくなり、開放的にもなれるだろう。パンティーに対する先入観を捨てることができれば、どんどん世界が広がっていく。女性のしなやかさがさらに増していくに違いない。

今後、空気パンツは、にんじんCLUBで取り扱っていく予定です。詳しくはお問い合わせください。

長屋万由充さん

空気パンツ● http://ku-kipants.com/

精神科医・上村順子の 心の診察室 Q&A

Q 仕事も育児も中途半端な自分…

娘が1歳半のときに職場復帰。3歳の娘を育てながら働いています。仕事はハードですが、夫が娘を送迎し何とかやっています。社内評価もありますが、出張ができないこともあり、中途半端。娘は夫や保育園の先生に懐き、私にはよそよそしい…。最近は夜も「パパと寝る」と言い、ますますコミュニケーションできずにいます。経済的な理由から、仕事を辞めたくても辞められません。ここから抜け出すにはどうしたらよいのでしょう。（3歳娘の母）

A 妻の仕事を理解する、育児に協力的な夫がいて、かわいい娘さんは健康で、毎日元気に保育園に通っている…これだけでも十分に幸せではないでしょうか。夫や娘さんには「ありがとう」の気持ちを。そして、がんばっている自分を褒めてあげることも大切です。

仕事はバリバリやって、家ではいいお母さん。仕事も育児も完璧にこなす女性にならなくてはと、描いている理想を捨ててください。完璧な人間はいないし、娘さんもきっと、完璧なお母さんなんて求めていないはずです。限られた時間の中でめいっぱい愛情を注ぎ、やさしい気持ちで接することが一番です。

仕事のことですが、迷っているときに重大な決断はしないほうがいいですね。辞めたら辞めたで経済的なイライラを抱えることになるかもしれません。夫の協力が得られる今は、甘えていいと思います。

子どもは「心の鏡」といいますが、お母さんの不安や緊張は、そのまま子どもに伝わります。子どもは母親に受け入れられ、愛されることを本能的に求め続けています。

ですから今、娘さんがお母さんを求めていないように見えるのは、お母さん自身のゆとりのなさや緊張感からきているのだと思います。

娘さんはお母さんのことが大好きに決まっています。そう思ったら心に少し余裕ができませんか。リラックスするためには、あえて娘さんや仕事のことから離れ、好きなことをして楽しむなど、一人の時間、安らぎの時間をつくることも一つです。

こんなときもあるさ、まあいいかと、のんびり構えること。ゆったりした気持ちで、娘さんに接してみてください。

うえむらじゅんこ●山口大学医学部卒。医療法人青峰会理事。青峰会くじらホスピタル精神科医。女性の嗜癖問題や性虐待、児童虐待、PTSD等の治療にあたる。社会福祉法人子どもの虐待防止センター顧問・アドバイザー。著書「『心の傷』を見つめて」（新日本出版社）、「お父さん、こっちを向いて！」（エクスナレッジ刊）。1女の母。

医療法人青峰会くじらホスピタル
東京都江東区枝川3-8-25　TEL03-5634-1123
http://www.kujira-hp.jp/

新規入会のチャンス
横浜交通局 hama-eco card（ハマエコカード）
ハマエコカード
秋の入会キャンペーン！
9.10▶10.30
キャンペーン期間中にご入会いただいた方に
最大2000円分のギフトカードプレゼント！
❶新規ご入会の方にもれなく VJAギフトカード 1000円分プレゼント！
❷しかもオンライン入会なら さらにVJAギフトカード 1000円分プレゼント！
+1枚
ハマエコカードは便利でお得！
●「マイ・ペイすリボ」選択・利用で年会費無料
●市営交通の定期券がクレジットで購入でき、しかもワールドポイント3倍
●PASMOオートチャージサービスに対応
●小銭いらずの電子マネー「iD」を搭載
●割引など特典が受けられる提携店が560店舗も
▶横浜市交通局ホームページ
http://www.city.yokohama.lg.jp/koutuu/
信頼を心で運ぶ市バス・地下鉄 横浜市交通局