藤本裕子のつぶやき
うっとり、きつねのお母さん

先日、お母さん大学生の杉本真美さんが、こんなことを書いていた。

———ある「母親心理学訓練講座」に参加した。実は「民生児童委員」を引き受けることになり、この講座で「母親の心理が学問的に学べるのかな」と思い、通ってみることに。実際に受講し、先生のお話を聞いて感じたことは…。すべて「お母さん大学で、教わりました〜（もしくは習ってます）」ってことばかり。笑っちゃうほど。

あ、ソレ大谷さんがよく言ってるな〜、筑島さんに言われたな〜とか。そうそう、松村さんや厚海さんがつぶやいてたことあったなぁとか。

この講座は、受講料を支払い、テキストまであって、講師の先生が教えてくれるちゃんとした講座。一方、お母さん大学は、年間購読料（3000円）を払うだけで、お母さん大学生同士がお互いに学び合う場。

どっちも同じ「お母さん」を学ぶ場だけど、講師から教わるよりも、同じお母さんから学ぶことのほうが深いし、あったかいし、心地がいい。やっぱり「お母さん大学」ってスゴイ！———

これを読んだとき、絵本『きつねのおきゃくさま』（あまんきみこ文／二俣英五郎絵）の話を思い出した。ご存じない方のために、ちょっとだけストーリーを。

———はらぺこきつねが歩いていると、痩せたひよこがやってきて、がぶりと食べようと思ったけど、せっかくだから、ひよこを太らせてから食べようと考えた。

きつねはひよこを家に連れて帰り、ごはんを食べさせ、一生懸命に世話を焼いた。すると、痩せたひよこは、「きつねおにいちゃん、やさしいね」と。きつねは、今まで生きてきた中で、「やさしいね」なんて言われたことは一度もなく、その言葉に「うっとり」。その後も、あひるやうさぎがやってきて、きつねは、ひよこ同じように、太らせてから食べようと世話を焼くと、今度はみんなからまた「やさしいね」と言われて、うっとりする毎日だった。

そしてとうとう、最後には、「やさしいね」と言った動物たちを守るために、狼と闘い、死んでしまうというお話。最後のきつねの死に顔は、とってもいい笑顔だった。———

今、私は、このものがたりのきつねの「うっとり」気分。きつねが「やさしいね」とほめられて「うっとり」するのと同じように、「お母さん大学、スゴイね」と言われて「うっとり」。

私は、お母さんたちを騙して（その気にさせて）、まるまる太らせて（笑顔にして）…最後におおかみ（誰だ？）と闘って、笑顔で死ぬのかなぁ。

いやぁ、その前に、食べちゃおう。がぶり！

マリ子さんがやってきた⑧
〜「母」の顔で息子孝行〜

金子涼子

いくつになっても息子は息子。息子と会うと母親はいろいろと世話を焼きたくなるのでしょう。マリ子さんも束の間の息子との生活を楽しんでいました。

ゲームで遊ぶマリ子さん

スコットランドに定住する兄が、年に一度の休暇で日本に帰って来た。住む人のいなくなった実家の風通しや片づけをしながらわが家に泊まり、マリ子さんの介護をしてもらうことになった。

息子の顔を見るなり、「母」の顔になったマリ子さん。娘の私の前ではすっかり「子ども」で、なんでもこちらの顔を見て判断していたのが嘘のよう。今まで見た中で、一番元気な顔だし。毎日の記憶も、たった今のこともあまり覚えていないというのに、息子が帰って来た事実は忘れない。毎朝「アキヒロはどこ？」と聞く。そればかりか「パンを買い忘れたけど、大丈夫？」と息子の朝食まで心配するほど。

息子がいることで、頭の中が元気な頃にリセットされたようだ。話す言葉も増え、自分の思いもどんどん口にするようになった。起きている時間も長くなった。意欲的になり、食べ物もリクエストしてくるように。おまけに「寝てばかりいても退屈だから、お出かけしたい」と言い出す。あれれ、いつもと勝手が違う…と、戸惑う私。

そんな、息子と過ごした楽しい数日間も終わり、お別れの日が来た。マリ子さんの動揺や寂しさを考えて、帰ることを伝えないことにした私たち。それなのに朝から食事を残したり、薬を飲まなかったりと、不安定な様子のマリ子さん。息子が帰ることをそれとなく察していたのかもしれない。

そんなマリ子さんの心を感じつつ、玄関を出て行く、兄の後ろ姿を見送っていたら、涙が出てきた。今まで何度も見送ってきたが、こんなことははじめてだ。

兄が来年帰って来るときまで、マリ子さんは元気でいるのかなぁ。ぼんやりと、そんなことを考えていた。

水俣に魅了され、水俣を伝える人になった

大嶽弥生さん（水俣市）

10年前までは岐阜県多治見市に住み、にんじんCLUBの会員だった大嶽さん。その後、熊本県水俣市に夫婦で移住。きっかけは、にんじんCLUB主催の「水俣地元学ツアー」に参加したことだった。

2泊3日のツアーで水俣の自然や環境、人々に魅了された大嶽さんは、ツアーガイドだった水俣市職員で地元学主宰の吉本哲郎さんと連絡をとり、水俣を再訪し、家を建てる場所を見つけた。

全く行動が早い大嶽さん。あっさり仕事（公務員）を辞めて旦那さんと水俣へ。旦那さんもすごいが、旦那さんを納得させた大嶽さんの水俣への愛情というか、「ここに住みたい」という純粋な思いの深さと行動力に唸ってしまった。

現在の水俣での暮らしぶりを伺うと、「みかんの収穫、竹切り、水源の森づくり、田んぼ仕事など、肉体労働が楽しくてたまらない」と。どう見ても農家っぽくなく、華奢な身体の大嶽さんから、意外な答えが返ってきて驚いた。

もう一つは、「料理をつくって人に食べさせるのが楽しい」だった。これには納得。水俣は季節ごとにいろいろ美味しいものが採れる。特に春のたけのこは最高に美味しい。

水俣の好きな所は…「わが家の庭、真っ暗な夜、茂道（海沿いの地域）の森、湯の鶴温泉街」と自然を満喫されている様子が伝わってくる。

子育て中のお母さんたちに伝えたいことを尋ねると、「目を凝らして身近にある自然を見てほしい。どんな都会にも小さな自然はある。関心を持てば見えてくることがいっぱい。子どもたちと、時にはゆっくりと歩き、風や自然の音、匂いを感じる時間を持ってほしい」と語られた。

やさしくも厳しい水俣の自然の中で、農作業にチャレンジし、暮らしを紡いでいる。

「肩書きは、無職も主婦も元公務員も嫌だったので、『山の中の社長』と勝手に名乗っているの。気持ちいい暮らしに辿り着けて、幸せです」。素敵な生き方だなあと思う。

にんじんCLUBの水俣ツアーは好評で、最近は社員研修としても行っている。

今も終わっていない「水俣病」を知れば知るほど、人間の経済活動と地球（自然環境）との関係を考えさせられる。

今後の水俣のツアーガイドには大嶽さんを任命したいと提案したら快諾された。10年前は予想もしなかったことで、とてもうれしく思う。

大嶽さん案内のツアー計画は、今あたため中。企画の詳細が決まったら、「お母さん業界新聞」でも募集したい。

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

伊勢戸由紀の 有機&勇気 〈Vol.31〉

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、料理教室の開催など発信も多い。

精神科医・上村順子の心の診察室 Q&A

Q 人づきあいが苦手で、自分を愛せない…

私は容姿や性格に自信がなく、コンプレックスのかたまりです。人と接するのが苦手で、友だちが1人もいません。親子で遊ぶ会に参加しても、ほかのお母さんたちの中に入れず、1歳6か月の息子と遊ぶだけでした。息子は言葉も遅く、ほかの子が寄ってくると嫌がって逃げてしまいます。普段は息子と2人きり。休日は主人と3人で車で出かけるくらいです。息子を疎ましく思うことはありませんが、私はあまり母にかわいがられて育っていないせいか、子どもの愛し方がわかりません。自分を好きになれず、息子を愛することもできない。こんな私はお母さんとして失格で、もっと愛情深い人に育てられたほうが息子は幸せだろうと思います。

A 最初に息子さんのことですが、1歳半といえば、言葉はもちろん、人とコミュニケーションをとることなど、まだまだできない年齢ですから、何の心配もいりません。

それから、あなた自身のことですが、いろいろ心配や不安な気持ちはわかりますが、ほとんどの人が、あなたと同じようなことを考え、悩んでいると思ってください。お母さん同士集まって、楽しくしゃべっている人たちも、一見仲良さそうに見えて、実は、表面的な浅い関係かもしれません。不安な人ほど誰かとくっつきたがるものですし、社交辞令のうまい人たちが、そつなく仲良さそうにしている程度にとらえるのが賢明です。

あなたの場合、休日にドライブを楽しめる家族がいることだけでも、幸せなこと。無理してつきあい上手になる必要はないし、あなたと同じ思いのお母さんが、世の中にはごまんといると信じて、身近につまらない人間関係を求めないことです。

もう一つ、自分を愛せない、という件ですが、こちらも深刻に考え、焦る必要はありません。母親に愛されなかったとありますが、結婚し、立派に「お母さん」となったあなたを育ててくれただけでも十分です。

人と比べて悲観したり、自分を追い込んだりしてしまいがちですが、あなたの周りにはたくさんの幸せが転がっています。おそらく今のあなたには「笑顔」が消えていると思いますので、積極的に何か自分の好きなことや、親子で楽しめることを見つけてみたらいかがでしょう。

対外的には、挨拶をすることを基本に、いつもニコッとしていることです。親しくしようとすると緊張しますので、自分からは求めず控え目に。息子さんと、なるべく楽しい時間を過ごすように心がけてください。

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/

はまりんフェスタ in 新羽

横浜市営地下鉄・バスを利用するお客様への感謝の意を込めて、「はまりんフェスタ」が開かれます。

会場には、開業当時から2006年まで活躍した地下鉄車両（1000形）や、さまざまなバス車両が展示されます。そのほか、地下鉄運転台での記念撮影や地下鉄車両整備など、この日限りのスペシャル体験ができるコーナーも。子どもたちに大人気の「はまりん」にも会えます！

家族みんなで遊びに行きましょう！

●日時／10月26日（土）
10：00〜15：00（最終14：30）
●会場／新羽車両基地（地下鉄北新横浜駅下車徒歩5分）
●入場料／無料
※雨天実施

問合せ／横浜市コールセンター
TEL045 − 664 − 2525
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