

あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

いはら まさみ
井原正巳

1967年生まれ。滋賀県出身。サッカー元日本代表主将、U-23北京五輪日本代表コーチ、現・柏レイソル ヘッドコーチ。大学卒業後、日産自動車サッカー部(現・横浜F・マリノス)に所属、W杯の日本代表選手に選ばれ主将を務める。DFとして日本代表の守備陣を統率した。



ずっと忘れられない言葉をくれた、 担任の先生にありがとう。

みんなの担任の先生って、どんな人？

厳しい先生。情熱あふれる先生。宿題がやたらと多い先生。生徒のことをいつも考えてくれている先生。

先生と言っても、いろんな先生がいるよね。実はね、いまあげたこと、ぜんぶ当てはまるのが、僕の小学3年生のときの担任の先生でした。

大人になっただけでも思い出します。学校が終わって、サッカーの練習をして、くたくたになって家に帰ってきて、先生が出した難しい宿題を毎日解くのが、ほんとうにつらかった。それから、授業のときも普段のときも、先生はいつも厳しくて、ちょっとは手を抜いてくれないのに、と本気で思いました。

そんな担任の先生がいる僕の教室で、とても悲しいことが起きてしまいました。

ある子が、いじめにあいました。

その子のことを避けて、話さないようにする雰囲気教室のなかで広がり、そして僕も、まわりの友だちがやっているから、同じようにしたほうがいいのかという気持ちで、その子と関わらないようにしてしまいました。

するとある日、授業がはじまると、担任の先生が僕たち一人ひとりの目を見て、涙を流しながらこう言いました。「人の気持ちになって、行動しなさい。自分がやったことを、相手がどう思うかを考えなさい」

先生は、僕たちの様子を感じとり、涙を流していじめのことを話している。僕は知らず知らずのうちに、いじめに加ってしまったことが悲しくて、自分のことが嫌になった。ほかの同級生たちも、たぶん同じ気持ちだったと思う。先生も、とても悲しかったと思う。

でも先生は、だれかを責めたり、怒ったりはしなかった。そのかわり、それから毎日「人の気持ちになって、行動しなさい」と僕たちに言いつづけた。

「人の気持ちになって、行動しなさい」と言われて、みんなはどう思う？

この言葉、当りまえのようだけど、けっこう難しい。

人の気持ちを考えようと思っても、つい相手を傷つけるようなことを言ってしまう。

考えようと思っても、なかなか相手のことはわからない。

でもちょっとずつわかってきたのは、「人の気持ちになる」ということは「人の気持ちをわかろうとする」とことなのかもしれない。相手のことを全部わからなくなっていく。わかろうと努力することが、大事なんじゃないかって。

それから、中学生、高校生、プロサッカー選手、そしてサッカー監督になったいまでも、あの日の先生の言葉が、ずっと僕の心に残っています。

子どもでも、大人でも、生きているといつだって悩みはある。自分でがんばって、なんとかできる悩みもあるけれど、自分ではどうしようもない悩みもある。みんなにもそういう悩みがあったら、できることは2つあると僕は思う。

ひとつは、悩まない、深く考えないこと。大事なサッカーの試合で負けてしまったとき。何をやってもうまくいかず落ち込んでいるとき。そういうときは、もうこれ以上悪くはならないに決まっていると、僕は割り切るようになってきた。すると、ずいぶん気持ちが楽になる。

そうは言っても、悩みがどうしても頭から離れないときは、やっぱりあります。

そんなときは、思いきってだれかを頼る、悩みを話してみる。僕の場合は、同級生だと恥ずかしくて、弱いところを見せたくないから、サッカーの先輩によく話を聞いてもらっていました。

先輩に話すと、なんだ、自分はひとりじゃないんだと思えて、ちょっと前向きになれる。

みんなのまわりにも、先生や先輩や友だちがいる。ふだんは、悩みを話すことはないかもしれない。でも、みんなのまわりには、みんなのことをわかろうとしてくれる人が、きっといるから。

(記事編集・山下智也)

相談窓口一覧

#「24時間子どもSOSダイヤル(文部科学省)」:0120-0-78310

#「子どもの人権110番(法務省)」:0120-007-110

#「いのち支える窓口一覧」で検索

#10代のための相談窓口「Mex」で検索



あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

いはら まさみ
井原正巳

1967年生まれ。滋賀県出身。サッカー元日本代表主将、U-23北京五輪日本代表コーチ、現・柏レイソル ヘッドコーチ。大学卒業後、日産自動車サッカー部(現・横浜F・マリノス)に所属、W杯の日本代表選手に選ばれ主将を務める。DFとして日本代表の守備陣を統率した。



ずっと忘れられない言葉をくれた、 担任の先生にありがとう。

みんなの担任の先生って、どんな人？

厳しい先生。情熱あふれる先生。宿題がやたらと多い先生。生徒のことをいつも考えてくれている先生。

先生と言っても、いろんな先生がいるよね。実はね、いまあげたこと、ぜんぶ当てはまるのが、僕の小学3年生のときの担任の先生でした。

大人になったいまでも思い出します。学校が終わって、サッカーの練習をして、くたくたになって家に帰ってきて、先生が出した難しい宿題を毎日解くのが、ほんとうにつらかった。それから、授業のときも普段のときも、先生はいつも厳しくて、ちょっとは手を抜いてくれてもいいのに、と本気で思いました。

そんな担任の先生がいる僕の教室で、とても悲しいことが起きてしまいました。

ある子が、いじめにあいました。

その子のことを避けて、話さないようにする雰囲気教室のなかで広がり、そして僕も、まわりの友だちがやっているから、同じようにしたほうがいいのかという気持ちで、その子と関わらないようにしてしまいました。

するとある日、授業がはじまると、担任の先生が僕たち一人ひとりの目を見て、涙を流しながらこう言いました。「人の気持ちになって、行動しなさい。自分がやったことを、相手がどう思うかを考えなさい」

先生は、僕たちの様子を感じとり、涙を流していじめのことを話している。僕は知らず知らずのうちに、いじめに加ってしまったことが悲しくて、自分のことが嫌になった。ほかの同級生たちも、たぶん同じ気持ちだったと思う。先生も、とても悲しかったと思う。

でも先生は、だれかを責めたり、怒ったりはしなかった。そのかわり、それから毎日「人の気持ちになって、行動しなさい」と僕たちに言いつづけた。

「人の気持ちになって、行動しなさい」と言われて、みんなはどう思う？

この言葉、当りまえのようだけど、けっこう難しい。

人の気持ちを考えようと思っても、つい相手を傷つけるようなことを言ってしまう。

考えようと思っても、なかなか相手のことはわからない。

でもちょっとずつわかってきたのは、「人の気持ちになる」ということは「人の気持ちをわかろうとする」とことなのかもしれない。相手のことを全部わからなくなっていく。わかろうと努力することが、大事なんじゃないかって。

それから、中学生、高校生、プロサッカー選手、そしてサッカー監督になったいまでも、あの日の先生の言葉が、ずっと僕の心に残っています。

子どもでも、大人でも、生きているといつだって悩みはある。自分でがんばって、なんとかできる悩みもあるけれど、自分ではどうしようもない悩みもある。みんなにもそういう悩みがあったら、できることは2つあると僕は思う。

ひとつは、悩まない、深く考えないこと。大事なサッカーの試合で負けてしまったとき。何をやってもうまくいかず落ち込んでいるとき。そういうときは、もうこれ以上悪くはならないに決まっていると、僕は割り切るようになってきた。すると、ずいぶん気持ちが楽になる。

そうは言っても、悩みがどうしても頭から離れないときは、やっぱりあります。

そんなときは、思いきってだれかを頼る、悩みを話してみる。僕の場合は、同級生だと恥ずかしくて、弱いところを見せたくないから、サッカーの先輩によく話を聞いてもらっていました。

先輩に話すと、なんだ、自分はひとりじゃないんだと思えて、ちょっと前向きになれる。

みんなのまわりにも、先生や先輩や友だちがいる。ふだんは、悩みを話すことはないかもしれない。でも、みんなのまわりには、みんなのことをわかろうとしてくれる人が、きっといるから。

(記事編集・山下智也)

相談窓口一覧



あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

すぎやま ふみの
杉山文野

1981年東京都生まれ。フェンシング元女子日本代表。トランスジェンダー。早稲田大学大学院教育学研究科修士課程終了。2年間のバックパッカー生活で世界約50カ国+南極を巡り、現地で様々な社会問題と向き合う。日本最大のLGBTプライドパレードである特定非営利活動法人東京レインボープライド共同代表理事や、日本初となる渋谷区・同性パートナーシップ条例制定に関わり、渋谷区男女平等・多様性社会推進会議委員も務める。現在は一児の父として子育てにも奮闘中。



せいっぱい、悩んで、 がんばった自分にありがとう。

友だち、親、先生、勉強、進路、部活、恋愛、からだの変化……。

子どものころって、考えてもわからないこと、うまくいかないことが、ほんとうにいっぱいあるよね。だれかに教えてもらえることもあるけど、だれにも言えないこともある。

いまこうして僕の話聞いてくれているみんなは、悩みとか、どうしようもなく苦しんでいること、ある？僕はね、「ここは男の子、からだは女の子」というトランスジェンダーで、子どものときから、そしておとなになってからも、ずっとその悩みをかかえていたんだ。

からだは女の子で、学校は女子校だったから、スカートやセーラー服を着て通っていたんだけど、ここは男の子の僕は、もうそれがいやで。でも、そのことを言って、みんなに嫌われるのがこわくて、自分の気持ちを親にも友だちにも言えなかったんだ。そして、僕が変なんだ、僕が直さないといけないんだって、自分で自分を悪く言っていた。

家にも学校にも、安らげる場所がない。そんな苦しいときにフェンシングと出会い、僕を助けてくれたんだ。練習でへとへとになると、いやなことを忘れられる。悩む元気もなくて、すぐに寝れる。フェンシングは男女でユニフォームの違いがないのもよかった。

そしてなにより、僕が通っていたフェンシングのクラブチームで最高の仲間と出会うことができたんだ。そのチーム

は全国でも強くて、練習はとにかくきびしい。でも、ちゃんと練習すると、どんどん勝てるようになる。みんなにほめられるから、うれしいんだよ。

あとね、このチームは「ここは男の子、からだは女の子」である僕のことを、男とか女とか関係なく、フェンシングをともにたたかう仲間として見てくれたんだ。ほかにはない安心感があった。これまで隠していたことを話しても、チームのみんなは「べつに関係ない」と言ってくれたんだ。



(杉山さん:写真左)

そして、隠していたことが親にばれてしまい、僕のここらからだかボロボロだったとき、監督はこう言ってくれた。「おれたちはファミリーだ。仲間だ。だから、おまえのことは、おれがぜったいに守ってやる」

きびしい練習をしてきたおかげで、僕は日本代表になれるくらいの力がついた。でも、僕はこー一番に弱い、惜しい選手だった。とにかく中途半端。しかし、これで負けたらやめると決めた試合に勝ち、日本代表になることができた。

それから1年後、僕はフェンシングをやめて、旅にでた。最後の1年間は、友だちと遊ぶのも、お酒をのむのもやめて、ほんとうにフェンシングだけをやったんだ。でも、世界ではまったく勝てなかった。だから、きっぱりやめることができた。

旅にでようとおもったのは、世界のどこかひとつくらいは、性別のちがいを気にしないで暮らせるところがあるんじゃないかと思ったから。でも、世界の果てまで行っても、そんなところはひとつもなかった。

ショックだった。でも、おかげで考えかたがかわったんだ。性別から逃げるのではなく、逃げずに生きられる世界をつくる。それを僕は日本からつくりたいと思い、いまはその活動をしているんだ。

女子高生だった僕が、おじさんになっていま思うのは、悩んで、がんばったからこそ、いまの自分があるということ。自分で言うのは変だけど、僕はよくがんばったと、自分をほめてあげたい。

みんなも、自分を大事にしてあげてほしい。ほんとうに苦しいときは、逃げていいと思う。それは弱いわけでも負けるわけでもない。自分とは一生付き合うもの。自分の声を聞いてあげて、自分のことに優しくなろうよ。

人生でいちばん話をするあいては、自分自身だからね。友だちにかけている優しい言葉を、自分にもかけてほしい。おまえも頑張っているじゃん、って。

最後に、これは僕が母から聞いた話。どれだけの本を読むか。どれだけの人と話すか。どれだけの距離を移動するか。この三つが、人を成長させるんだって。本を読む、人と話す、旅に出る。そういう道があることも、おぼえておくと、いいかもね。

(記事編集・山下智也)

相談窓口一覧

なやみ言おう
#「24時間子どもSOSダイヤル(文部科学省)」:0120-0-78310

#「子どもの人権110番(法務省)」:0120-007-110

#「いのち支える窓口一覧」で検索

ミックス
#10代のための相談窓口「Mex」で検索



あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

すぎやま ふみの
杉山文野

1981年東京都生まれ。フェンシング元女子日本代表。トランスジェンダー。早稲田大学大学院教育学研究科修士課程終了。2年間のバックパッカー生活で世界約50カ国+南極を巡り、現地で様々な社会問題と向き合う。日本最大のLGBTプライドパレードである特定非営利活動法人東京レインボープライド共同代表理事や、日本初となる渋谷区・同性パートナーシップ条例制定に関わり、渋谷区男女平等・多様性社会推進会議委員も務める。現在は一児の父として子育てにも奮闘中。



せいっぱい、悩んで、 がんばった自分にありがとう。

友だち、親、先生、勉強、進路、部活、恋愛、からだの変化……。

こどものころって、考えてもわからないこと、うまくいかないことが、ほんとうにいっぱいあるよね。だれかに教えてもらえることもあるけど、だれにも言えないこともある。

いまこうして僕の話聞いてくれているみんなは、悩みとか、どうしようもなく苦しんでいること、ある？僕はね、「ここは男の子、からだは女の子」というトランスジェンダーで、こどものときから、そしておとなになってからも、ずっとその悩みをかかえていたんだ。

からだは女の子で、学校は女子校だったから、スカートやセーラー服を着て通っていたんだけど、ここは男の子の僕は、もうそれがいやで。でも、そのことを言って、みんなに嫌われるのがこわくて、自分の気持ちを親にも友だちにも言えなかったんだ。そして、僕が変なんだ、僕が直さないといけないんだって、自分で自分を悪く言っていた。

家にも学校にも、安らげる場所がない。そんな苦しいときにフェンシングと出会い、僕を助けてくれたんだ。練習でへとへとになると、いやなことを忘れられる。悩む元気もなくて、すぐに寝れる。フェンシングは男女でユニフォームの違いがないのもよかった。

そしてなにより、僕が通っていたフェンシングのクラブチームで最高の仲間と出会うことができたんだ。そのチーム

は全国でも強くて、練習はとにかくきびしい。でも、ちゃんと練習すると、どんどん勝てるようになる。みんなにほめられるから、うれしいんだよね。

あとね、このチームは「ここは男の子、からだは女の子」である僕のことを、男とか女とか関係なく、フェンシングをともにたたかう仲間として見てくれたんだ。ほかにはない安心感があった。これまで隠していたことを話しても、チームのみんなは「べつに関係ない」と言ってくれたんだ。



(杉山さん：写真左)

そして、隠していたことが親にばれてしまい、僕のここらからだかボロボロだったとき、監督はこう言ってくれた。「おれたちはファミリーだ。仲間だ。だから、おまえのことは、おれがぜったいに守ってやる」

きびしい練習をしてきたおかげで、僕は日本代表になれるくらいの力がついた。でも、僕はこー一番に弱い、惜しい選手だった。とにかく中途半端。しかし、これで負けたらやめると決めた試合に勝ち、日本代表になることができた。

それから1年後、僕はフェンシングをやめて、旅にでた。最後の1年間は、友だちと遊ぶのも、お酒をのむのもやめて、ほんとうにフェンシングだけをやったんだ。でも、世界ではまったく勝てなかった。だから、きっぱりやめることができた。

旅にでようとおもったのは、世界のどこかひとつくらいは、性別のちがいを気にしないで暮らせるところがあるんじゃないかと思ったから。でも、世界の果てまで行っても、そんなところはひとつもなかった。

ショックだった。でも、おかげで考えかたがかわったんだ。性別から逃げるのではなく、逃げずに生きられる世界をつくる。それを僕は日本からつくりたいと思い、いまはその活動をしているんだ。

女子高生だった僕が、おじさんになっていま思うのは、悩んで、がんばったからこそ、いまの自分があるということ。自分で言うのは変だけど、僕はよくがんばったと、自分をほめてあげたい。

みんなも、自分を大事にしてあげてほしい。ほんとうに苦しいときは、逃げていいと思う。それは弱いわけでも負けるわけでもない。自分とは一生付き合うもの。自分の声を聞いてあげて、自分のことに優しくなろうよ。

人生でいちばん話をするあいては、自分自身だからね。友だちにかけている優しい言葉を、自分にもかけてほしい。おまえも頑張っているじゃん、って。

最後に、これは僕が母から聞いた話。どれだけの本を読むか。どれだけの人と話すか。どれだけの距離を移動するか。この三つが、人を成長させるんだって。本を読む、人と話す、旅に出る。そういう道があることも、おぼえておくと、いいかもね。

(記事編集・山下智也)

相談窓口一覧



あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

いまいともあき
今井友明



1983年生まれ。千葉県出身。三菱商事、TOKYO SUNS所属。2009年から車いすラグビーを始め、2013年に日本代表に選出。2015年にはアジア・オセアニア・チャンピオンシップ優勝に貢献し、ベストプレーヤー賞(1.0クラス)に輝く。2016年リオデジャネイロパラリンピックにて日本代表チーム初めてとなる銅メダルを獲得。2018年の世界選手権でも主要メンバーとして活躍、初優勝を飾った。

「当たり前がしあわせ」と 気づかせてくれた父にありがとう。

僕はいま、車いすに乗ってプレーする「車いすラグビー」というスポーツで、パラリンピックの金メダルをめざしている。仲間といっしょに、世界一になれると本気で信じている。

でも、僕がみんなと同じように学校に行っているとき、いまみたいに前を向いて、目標をもって生きることができなかった。生きているのがつらい、はやく楽になりたい、と思いつめていた。中学3年生の夏休みの最終日、首の骨を大けがしてしまったんだ。

けがをして、数日たって病院で目をさましたとき、なにが起きているのか、まったくわからなかった。目は動く。でも、ゆび、うで、あしが、びくりともしない。

僕のと年には、母親がいた。涙がかれてしまうくらい、ずっと泣いていた。僕は天井をただ見つめることしかできない。それからしばらく経って、いっしょう車いすで生活することを知った。

「もう生きているのがつらい」と思っていた僕が、「世界一になれる」と信じられるようになったのは、なぜだろう？僕に起きたことは、もしかしたら、みんなには当てはまらないかもしれない。でも、なにかのきっかけになるかもしれない。

だから、「そういうこともあるんだ」くらいの気持ちでもいいので、このまま話を聞いてくれたらうれしい。

絶望していた僕が、ちょっとずつ未来を見られるようになったのは、「応援」のおかげだ。ほんとうにたくさんの方が、僕を応援してくれた。ここでは全部の人をあげられないけど、1つだけ、忘れられない応援をみんなに伝えたい。

それは、父親からの応援だ。けがをして数か月、まだ首から下が動かなかった時のこと。父とはけんかをしていただけではないけれど、けがをする前から、いっしょにいる時間が少なくなり、遊ぶことも話すこともあまりなかった。中学3年生の子には、よくある話かもしれない。

それから僕はけがをして、父は病院に来てくれていたが、そのときの僕は自分が起きたことを受け入れられなくて、父のことなど文字どおり目に入っていなかった。でも、早く楽になりたい、何もしたくないと思っていた僕に、「外の空気が、こんなにおいしいんだ」と気づかせてくれたのは、ほかのだれでもない父だった。

僕の入院中、病院の近くがコースになるマラソン大会が行われることを知った父は、もともとマラソン好きということもあり、大会に参加することに。大会当日、僕はまだ起き上がれなかったけれど、母たちが鏡などを使って、父の走る姿を見られるようにしてくれた。

父はかっこよかった。父の応援に勇気をもらった。そして、久しぶりに吸った空気が、おいしかった。

それから僕は、ふつうに生活するって、なんてしあわせなんだろうと思うようになった。リハビリをしていくうちに、ちょっとずつ体の一部が動くようになっていくと、そういうふつうのことが、ありがたいと思えることができた。

父のマラソンがなかったら、きっと「当たり前がしあわせ」なんて思えなかっただろう。できるようになったことではなく、できなくなったことにばかり目を向けていたと思う。

「もう生きているのがつらい」と思っていた僕が、「世界一になれる」と信じられるようになったのは、なぜだろう？それは、父をはじめ多くの人くれた応援を力に変えて、「当たり前」をいっぱい集めてきたからだと思う。

僕の話を知ってくれて、ありがとう。いまのところは大きな目標がなくても、当たりまえを大切にすることからはじめるのも、いいかもしれないね。

(記事編集・山下智也)



相談窓口一覧

なやみ言おう
#「24時間こどもSOSダイヤル(文部科学省)」:0120-0-78310

#「こどもの人権110番(法務省)」:0120-007-110

#「いのち支える窓口一覧」で検索

#10代のための相談窓口「Mex」で検索



あなたのそばで、力になりたい。 standbyyou

毎月28日は
いじめ防止対策
を考える日に

「#stand by you」は、アスリートとアーティストが協働して、いじめなどの悩みを「相談できずに苦しんでいる子」と「助けられなくて悩んでいる子」に、相談するきっかけと窓口を届けるプロジェクトです。



悩んでいるあなたへ

いまいともあき
今井友明

1983年生まれ。千葉県出身。三菱商事、TOKYO SUNS所属。2009年から車いすラグビーを始め、2013年に日本代表に選出。2015年にはアジア・オセアニア・チャンピオンシップ優勝に貢献し、ベストプレイヤー賞(1.0クラス)に輝く。2016年リオデジャネイロパラリンピックにて日本代表チーム初めてとなる銅メダルを獲得。2018年の世界選手権でも主要メンバーとして活躍、初優勝を飾った。



「当たり前がしあわせ」と 気づかせてくれた父にありがとう。

僕はいま、車いすに乗ってプレーする「車いすラグビー」というスポーツで、パラリンピックの金メダルをめざしている。仲間と一っしょに、世界一になれると本気で信じている。

でも、僕がみんなと同じように学校に行っているとき、いまみたいに前を向いて、目標をもって生きることができなかった。生きているのがつらい、はやく楽になりたい、と思いつめていた。中学3年生の夏休みの最終日、首の骨を大けがしてしまったんだ。

けがをして、数日たって病院で目をさましたとき、なにが起きているのか、まったくわからなかった。目は動く。でも、ゆび、うで、あしが、びくりともしない。

僕のと年には、母親がいた。涙がかれてしまうくらい、ずっと泣いていた。僕は天井をただ見つめることしかできない。それからしばらく経って、いっしょう車いすで生活することを知った。

「もう生きているのがつらい」と思っていた僕が、「世界一になれる」と信じられるようになったのは、なぜだろう？僕に起きたことは、もしかしたら、みんなには当てはまらないかもしれない。でも、なにかのきっかけになるかもしれない。

だから、「そういうこともあるんだ」くらいの気持ちでもいいので、このまま話を聞いてくれたらうれしい。

絶望していた僕が、ちょっとずつ未来を見られるようになったのは、「応援」のおかげだ。ほんとうにたくさんの方が、僕を応援してくれた。ここでは全部の人をあげられないけど、1つだけ、忘れられない応援をみんなに伝えたい。

それは、父親からの応援だ。けがをして数か月、まだ首から下が動かなかった時のこと。父とはけんかをしていただけではないけれど、けがをする前から、いっしょにいる時間が少なくなり、遊ぶことも話すこともあまりなかった。中学3年生の子には、よくある話かもしれない。

それから僕はけがをして、父は病院に来てくれていたが、そのときの僕は自分が起きたことを受け入れられなくて、父のことなど文字どおり目に入っていなかった。でも、早く楽になりたい、何もしたくないと思っていた僕に、「外の空気が、こんなにおいしいんだ」と気づかせてくれたのは、ほかのだれでもない父だった。

僕の入院中、病院の近くがコースになるマラソン大会が行われることを知った父は、もともとマラソン好きということもあり、大会に参加することに。大会当日、僕はまだ起き上がれなかったけれど、母たちが鏡などを使って、父の走る姿を見られるようにしてくれた。

父はカッコよかった。父の応援に勇気をもらった。
そして、久しぶりに吸った空気が、おいしかった。

それから僕は、ふつうに生活するって、なんてしあわせなんだろうと思うようになった。リハビリをしていくうちに、ちょっとずつ体の一部が動くようになっていくと、そういうふつうのことが、ありがたいと思えることができた。

父のマラソンがなかったら、きっと「当たり前がしあわせ」なんて思えなかっただろう。できるようになったことではなく、できなくなったことにばかり目を向けていたと思う。

「もう生きているのがつらい」と思っていた僕が、「世界一になれる」と信じられるようになったのは、なぜだろう？それは、父をはじめ多くの人くれた応援を力に変えて、「当たり前」をいっぱい集めてきたからだと思う。

僕の話を知ってくれて、ありがとう。いまのところは大きな目標がなくても、当たりまえを大切にすることからはじめるのも、いいかもしれないね。

(記事編集・山下智也)



相談窓口一覧

