

道草だより

兵庫医科大学保健管理センター
職員相談室 2020.12月号

教職員の皆さま、今年も、残すところわずかになりました。お元気で過ごしてはいかがでしょうか。コロナウイルスの感染再拡大で、ストレスを感じておられる方もたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。寒い日が続きますが、ソーシャル・ディスタンスやマスクの装着を守り、不急、不要の外出は控えながら、身も心も温かくして過ごせるといいですね。

来年は、コロナウイルスの流行も終息し、明るい年となりますことをこころから祈っております。皆様、来年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

ゆもねゆた
すこむっ た
ってもって ぷり

やもねね
りぐむむ
ならをってりな

ねむりの
かごで

ぬたんないゆた
らしんぼいてっ
てぼぼわなぷり

あな ない なき
げな いて なき

なみだの露で

さびしい地面へのこもりうた



この詩は、『ともだちは緑のにおい』（理論社刊）という工藤直子さんの童話の中にあります。お話の中で、さんぽに出たかたつむりが、草木一本ない大地の、ちいさなくぼみにうたってあげるうたなのです。わたしたちはふだん、感情が揺さぶられ涙が出そうになっても、ぐっとがまんしてしまうことが多いのではないのでしょうか。この詩は、思いのままに、たっぷり泣いて、ゆっくり泣いて、その後には「たっぷり ねむりな」「ゆっくり ねむりな」と、何はばかりことなく存分に休んでいいんだよ、と言っています。なんだか体の力が抜けて、肩がゆったりしてくるような感じがします。

葛藤の繰り返しの中で、複雑な人間関係の中で、一生けん命になればなるほど、からまわりしてしまうようなことがあります。そんなとき、傷ついたり、動揺してしまう自分を否定するのではなく、おおらかに受け入れ、あるがままの自分を、そのまま受けとめる。

この詩は、わたしたちに、自分を愛し、人を思うことの大切さを教えてくれるようです。

引用文献：日本語を味わう名詩入門 18 工藤直子 荻原昌好 2013 あすなろ出版



TEL/FAX: 0798-45-6121 (内線6121) IP (86601)

メールアドレス: k-harada@hyo-med.ac.jp

相談員 原田 久仁美

