

# こころの玉手箱 7月号



## 『命の授業』 日野原 重明



せいろうかこくさいびょういん ひのはらしげあき めいよんちょう  
聖路加国際病院の日野原重明・名誉院長が105歳で亡くなって今年で4年になります。医師として診察にあたりながら、高齢者の新しい生き方を提案し、子どもたちに「命の授業」をしてきました。その内容を盛り込んだ「十歳のきみへ 九十五歳の私から」は、亡くなった後に改めて注目されています。「十歳のきみへ 九十五歳の私から」が出版された2006年、関西にある小学校5年生との出前授業での日野原先生のお話です。

### ☆ 1年生 ☆

- ☆ 命＝寿命だと思っていたけれど、何に使うかというのが分かった。いのちは人それぞれというのは、使い方がそれぞれということだと思った。まわりの人が自分にいのちを使ってきているので、自分も周りの人のために使いたいと思った。
- ☆ 自分のいのちを自分のためだけに使うのではなく、他の人のために使うと自分が思っていた世界が広がるのかなと思った。
- ☆ 自分のいのち・時間を自分のためだけでなく、周りの人のために使えるようになりたいです。日野原さんは95年間生きていのに、まだまだしたいことがあると言っていたので、僕もこれから色々なことに挑戦したいです。
- ☆ 毎日少しずつでも人のために使えば、日々の積み重ねを大切にすれば、人のためにいっぱいいのちを使えると思います。
- ☆ いのちを他人の役に立つような使い方をしたいです。自分のことだけでなく、周りに気をかけるようにしたい。

### ☆ 2年生 ☆

- ☆ 命とは自分のもっている時間であることがわかりました。そして、自分のもっている時間の使い方を見直すことで、自分の人生を豊かにできるのだ、と思いました。
- ☆ 子どもはほとんど自分の時間に費やせるけど、大人になると他の人のために時間を使うことが多いで、少しでも手伝って、親の時間を確保してあげたいと思いました。
- ☆ いのちは自分が使える時間であり、心臓と思っていたので、意外だった。それを思ったら、帰ってすぐにゲームばかりしているのは、いのちが少しもったいないなと思った。そのゲームの時間を人のために使って大人がどんな感じが体験したいと思った。
- ☆ 「いのち」は自分が使える時間で、人によって使い方は違うので、「いのち」はひとりひとり違うもので自由なんだと思いました。私もいのちを人のために使えるようになりたいです。

### ☆ 3年生 ☆

- ☆ 「命って何だろう」と聞かれたら、すぐには答えられず、考えこんでしまうと思う。日野原さんは命とは人がもってる時間だと言っていた。それを寝て過ごすのか、人や自分のために使うのでは全く別のことだと思った。人や自分のための時間を大切にしたい。
- ☆ 今まで振り返ると、「いのち」を人のために使うことは少ないなあと思った。これからは少しでも家庭で親の手伝いをしたり、困っている人がいたら助けたりして、人のためにも命を使っていきたいと思った。
- ☆ 「いのち」とは自分たちが使える時間だということが分かった。今は自分のために使っている時間が多いけれど、他人のためにもっと時間を使いたいと思った。他人に使った時間がいつか自分に返ってくるのではないかとも思った。
- ☆ 僕が寝てばかりいた時間は欲しくても二度と手に入れることのできない時間だったと気づかされた。時間はだれにも止めることができず、待ってもくれないので、今この瞬間を大切にしたいと思った。

### 保護者の皆さんへ

お子様と意見の交換をして、感想などをお気軽にお寄せください。

----- 切り取り線 -----

保護者返信欄 (お子さんを通じて担任までお渡し下さい。)

## 『命の授業』日野原 重明

令和4年度 7/14(木)実施

私は10年前まで、寿命というものは、自分自身の節制と医学の助けによって保たれるものだと考えていました。何年生きるか、寿命は数だと思っていたのです。そうではなく、今の時間をどう使うか、ということが、いのちだということに気がつき、このことを若い人たちに伝えなければと思うようになりました。

さて、皆さんは今、自分が持っている時間をどう使っていますか？

きっと、朝起きて、ご飯を食べて学校に行くでしょう。授業を受けて、給食を食べて、学校が終われば家に帰ってゲームをしたり宿題をしたりする。夕食後はテレビを見たり、本を読んだりして、眠るでしょう。それらはみんな、自分自身のために使っている時間ではありませんか？ほんの少しは人のために使ったとしても、君たちは1日のほとんどを自分のために使っていることになります。しかし、大人は違います。お仕事の他に子どもの世話や家事、その他地域のことなど、人のために多くの時間を使っていますね。

そこで、皆さんも「自分のことばかりでいいのかな」とちょっと考えてみてください。1日の中の少しでも、自分以外の人のために、時間を使うことはできないか、よく考えてみてください。そして、君たちが今の2倍の年齢、つまり20歳になったとき、もう一度、自分はどんなことに時間を使っているかと、考えてみると約束してください。それは、自分のいのちをどのように使うかを、考えるということです。

私は95歳になります。毎日、やりたいことがたくさんあるので、朝は早く起きますし、夜は遅く寝ます。95年も生きていますが、まだやりたいことがたくさんあります。今もお医者さんとしての仕事をしながらも詩をつくったり、時には作曲もしたりするのですが、絵をかくことは、中学を卒業してからはまだきちんと勉強したことがないので、そのうちにやってみたいと思っています。それに、私は耳も遠くなっていないし、目もよく見えますから、まだまだ現役のお医者さんとして働くことができますし、君たちにお話しているように、日本の子ども達のために、いのちについての授業もやっています。私はそんなふうにして、私のいのちを使っているのです。みなさんが100歳以上生きて、私のように元気だったら、人のために使う時間がたくさんありますね。長生きすると、それだけ人のために使う時間が増えるということになります。だから、みなさん、長生きをしてください。

自分の持っている時間、それが自分のいのちです。今日から、君たちは自分のいのちをどんな風に使いますか？これから、そのことをよく考えて、生きていってほしいと思います。

### 参考文献・資料

「いのちの授業」ユーリーグ社

2006年10月1日発行

「いのちのおはなし」講談社

2007年1月10日発行