

生き心地の良いクラス

令和4年9月1日

埼玉県立大宮武蔵野高等学校長 池田 泰

今日は、皆さんに、「相手のことを思いやる」ことを大切にしてほしいので、ある人の大学での研究について話をします。また、人権教育の一環として、言葉の使い方について話をします。

研究をしたある人とは、岡壇（おか まゆみ）さんという方で、大学で「健康マネジメント」を専攻し、そこで研究したことを本にして出版しました。本のタイトルを「生き心地の良い町」といいます。

一般に大学の研究では、学生がある専門分野において、まだ解明されていない事柄に対し、先生の指導・助言を得ながらよく調べ、自分なりの仮説を立てます。そして、その仮説が正しいかどうかを立証するため、調査や実験をして、結論を導き出します。それが、その分野の最先端の研究になるのです。

岡さんの研究は、「四国にある小さな町で、自殺をする人が全国的に見て圧倒的に少ないのでなぜか？」というものでした。そこは徳島県の海部（かいふ）町といい、地図でいうと四国の右下にある港町です。海部町は現在、他の町と合併して、海陽町となっています。

岡さんがこのことに気付いたきっかけは、1990年のある新聞記事に「老人の自殺、17年間ゼロ」というタイトルを見つけたことでした。記事には理由が書いてあり、お年寄りたちが互いに世話を焼くこと、積極的に集まりに参加し趣味を楽しんでいること、江戸時代から続いている助け合いのグループがあること、などと書いてありました。

そして、これらの理由が本当なのか、科学的に調査をしてみようと思いついたそうです。「健康マネジメント」は文理系が融合した学問の領域だと思いますが、データや調査に基づいた科学的な研究を行っているところがおもしろいところです。大学での研究は論理的・科学的根拠に基づいて行います。結論を導くためには、裏付けが必要になるのです。

岡さんはまず、「海部町の自殺率がどれだけ低いか？」を調べました。

しかし、全国には3千近い市町村があり、過去30年間のデータは、インターネット上に存在しないものもたくさんあります。また、市町村ごとに形式が異なるので、入手するのに大変苦労したそうです。また、人口の少ない町では、1人の自殺が、その町全体に対し、大きな割合を示してしまうし、年齢層による違いなど、様々な分類をして結論を出さなければならなかつたところも、大変だったそうです。

一般的には、自殺の動機の第1位は、「病気や健康問題」によるもの、第2位は、「生活苦や経済問題」によるもので、合わせてほぼ70%です。

ここではじめて、岡さんは仮説を立てます。

「海部町は、自殺の動機の70%を占める『病気や健康』の問題、『生活苦や経済』の問題がそもそも少ないのでないか？」

「病気や健康問題」を数値化するために、三大疾病死亡率、1人当たりの医療費、要介護認定比率、1人当たりの医師数や病院数などを調べました。「生活苦や経済問題」を数値化するには、1人当たりの所得、失業率、生活保護率などを調べました。



版元ドットコム

ところが調べてみると、海部町だけがこういった問題が少ないというわけではないことがわかり、仮説は否定されました。

次に、岡さんは2つ目の仮説を立てます。

「海部町には、“自殺を予防する何か”があるのではないか？」

そして、データ解析、アンケート調査、住民へのインタビューなど、数値を用いた科学的な調査を通して、海部町には、いくつかの自殺を予防する理由が存在することを突き止めたのです。

赤い羽根などの募金をした方がよいと思いますか？というアンケートに対し、海部町と隣町とでは意見が分かれました。海部町は募金をしない人が多かったのです。老人クラブには入った方がよいと思いますか？というアンケートに対し、海部町と隣町とでは意見が分かれました。海部町は、みんなが老人クラブに入るからと言って、自分が入る必要がないと思えば入らない人が多いことがわかりました。すなわち、他人と足並みを揃えることを嫌う傾向があることがわかったのです。“自殺を予防する何か”の一つ目は、「自分は自分。いろんな人がいてもよい、いろんな人がいた方がよい。」という考え方方が根付いていることだと結論付けました。

地域に特別支援学級の設置が検討されたとき、海部町と隣町とでは賛否の意見が分かれました。海部町は反対が多かったのです。海部町では、「特別なクラスを作る必要はない、一緒に勉強すればいいじゃないか。」と思う人が多かったからです。このことも、「いろんな人がいてもよい、いろんな人がいたほうがよい。」という考え方から来ています。

2つ目は、隣人とのつきあい方についてのアンケート調査の結果、「日常的に生活面で互いに協力している」という人が少なく、「立ち話程度のつきあい・あいさつ程度のつきあい」という人が多いことがわかりました。人と人とのつながりが、緩やかだということです。おせつかいはある程度するが、しつこくない、人間関係が固定していない、というのです。

3つ目は、「自分のような者に政治を動かす力はあると思いますか？」というアンケートに対し、海部町と隣町とでは意見が分かれました。海部町は「力がある」と回答した人が多かったようです。海部町には、「どうせ自分なんて」と考える人が少なく、自分も何かしら、誰かの役に立つと思っているという傾向があることがわかりました。

海部町には、「病は、市に出せ」という言葉が根付いているそうです。病は病気のこと、市は市場のことです。病気のことや気になっていること、悩んでいることはどんどん他人にしゃべりなさい、やせ我慢をやめなさい、自分で抱え込むのをやめなさい、という意味だそうです。

これは、単なる「助け合い」とは異なり、一人ひとりが悩みを打ち明けやすい、自分の個人的な悩みを誰かに相談することに対して抵抗がないということです。「他人に助けを求めることが恥ずかしいと思いますか？」というアンケートに対して、「恥ずかしくない」と回答する人が多い町なのです。そして精神科病院への受診率が高い。精神科病院への抵抗がないのです

「〇〇さんがうつになつたらしい」「それなら見舞いに行かなくては」「行こう、行こう、みんなで行こう」という会話が当たり前。「あなた鬱なんじゃないの？」「早く病院へ行きなさい。」と平気で言う町です。このことも自殺を予防する要因の4つ目として、挙げられています。

まとめると、

- ①いろんな人がいて当たり前。
- ②他人に关心がある。けれども、人間関係が固定していない。
- ③自分には世の中を変える力がある。自分も何かの役に立つ。
- ④他人に弱音を吐くのが恥ずかしくない。他人に弱音を吐かせるのがうまい。

これらが、徳島県の海部町が、日本一自殺の少ない町、すなわち「生き心地の良い町」である理由だと結論付けました。

それでは、今皆さんのクラスの中で、自殺とまでいかなくても、「学校がつまらないな、行きたくないな」と思っている人がいるかもしれません。誰かがそう思う前に、「居心地の良いクラス」にすることは可能なことでしょうか。

海部町の特徴を、皆さんのクラスに応用してみましょう。

①クラスにいろんな人がいて、当たり前だと思う。

②友達に対して、少しおせっかいだが、しつこくもない。仲間が固定せずに、いろいろな人が誰にでも話しかける。

③自分には学校や世の中を変える力がある。18歳で選挙権を得たら、必ず投票に行く。

④クラス内で弱音を吐ける。「助けて」と言える。そしてまわりが、大人につなげることもできる。そんな雰囲気のクラスが、もしかしたら「居心地のよいクラス」なのかもしれません。

クラスの中では、いろんな会話をたくさんしてほしいと思います。

しかし、「生き心地の良いクラス」の中で、相手を傷つける言葉は、言わないように、注意しなければなりません。

最後に、福島県の小学6年生が書いた、人権に関する作文の一部を紹介します。

言葉はとても便利なものだが、その分、危険なものもある。たとえ悪気がなくとも、相手に対して失礼な言葉を使ったり、相手をばかにするような言葉を使ったりすると、相手を傷つけてしまう。

ぼくが考える言葉のひどい使い方は言葉によるいじめだ。言葉によるいじめは、ひどくなると、相手を死へと追いやってしまうこともある。この場合、言葉は、人が自由に生きる権利すらうばってしまう。

言葉によるいじめは、暴力よりもひどいものだと思う。暴力で受けた傷はしばらくすれば自然と治る。しかし、言葉で受けた傷はそうかんたんに治すことはできない。言葉による暴力は本当にひれつだ。言葉による暴力で傷ついている人がたくさんいると思うと、本当に許せない。

ぼくは、これからも言葉の使い方には十分気を付けて生活していきたい。もし、周囲に間ちがった言葉を使っている人がいたら、進んで注意をしていきたい。だれもが気持ちよく生活できるよう、自分にできることをしっかりと続けていきたい。

最後に、私からのメッセージです。

自分の意志で、学ぶ。

他人のことを、思いやる。

元気よく、挨拶する。



参考

書籍

○「生き心地の良い町～この自殺率の低さには理由（わけ）がある」岡 檻（まゆみ）著 講談社
この本は、さいたま市教育委員会で勤務していた時に、当時の上司でたいへんお世話になった平沼学校教育長先生に紹介していただいたものです。

○Webサイト「大玉村 大いなる田舎」

大玉村人権作文コンテスト 平成28年度入選作品「言葉の使い方」玉井小学校6年 小高 鳩太