

心の貧困と子ども食堂

(原文)

玉井 沙季 (16 歳)

長野県

文化学園長野高等学校

私はドキュメンタリーを見るのが好きだ。ある日、一人の子どもに密着している番組を見ていた。その子が通っていたのは「子ども食堂」、私は家庭の事情で食料が買えない家の子どもがごはんを食べに行くだけの場所だと思っていた。しかし、番組を見進めていくと、ある子どもの言葉が心にひっかかった。それは、「本当は寂しい。親と一緒にいたいけど親は仕事でいない。」この言葉から私は子ども食堂に来る子は金銭的な貧困だけではなく、心の貧困、に苦しんでいることに気づかされた。

そこで心の貧困について考えてみると、自分も心の貧困を経験しているのかもしれないと思った。私が小学生の頃、お母さんが病気になり、手術をしたりするために入退院を繰り返していて、家にいる時間が少なかった。この頃の私はお母さんがいない寂しさと不安で家から離れるのが怖くなってしまい、学校へ行ってもずっと泣いていた。私はこの経験から、心の寂しさから抜け出せず、家から離れる宿泊行事が苦手になってしまい、参加しなくなってしまった。友達には参加しない理由を伝えていなかったため、ときどき誤解をされてしまい傷つくことを言われたことがあったため、私は友達に理由を打ち明けることにした。すると、友達はしっかりと受けとめてくれて誤解を解くことができた。それからは、宿泊行事が近づくと友達が「大丈夫だよ。みんな一緒だから!」、「行ける! 沙季ならできるよ!」と励ましてくれたり、サポートをしてくれた。そして参加できたときは「できたじゃん!」と言って自信をつけてくれる優しい友達、背中を押してくれる友達がたくさんいた。この心の貧困に苦しんでいた時期を乗り越えることができたのは、周りにいたたくさんの友達の優しさと、側でサポートしてくれた先生のおかげだ。そして今度は、私が心の貧困で苦しんでいる人、寂しい思いをしている人の手助けをする側になりたいと思った。

私がそのためにできることは三つ。ひとつめは、相手を受け入れること。友達や学校の先生が私にしてくれたように、相手の話をその人に寄り添って聞くこと。話を聞いてもらえるだけで、不安に思っていることを口に出すだけで心は半分くらい軽くなり、心に余裕ができる。実際に私も、先生や友達に話を聞いてもらっただけで、結構気持ちが楽になったし、話を聞いてくれる人がいるというだけで安心感があった。ふたつめは心の底から笑わせること。笑顔にすること。これは私の考えだが、心の底から笑ってるときや笑顔のときは、嫌なこと、悲しいこと、寂しさを忘れることができると思う。マイナスな感情を少しずつ消していけないと、積み重なると大きなストレスになってしまい、気分が落ち込ん

でしまう。これも実際に私が落ち込んでいるときに友達が笑わせてくれたことで元気がでた。三つめは、ひとつめとふたつめのことを実際に子ども食堂へ行ってやってみること。子ども食堂へ行って、そこに通っている子どもたちと遊んだりしたいのはもちろん、子どもたちと話して、心の貧困を解決するためのヒントを得たいと思う。

優しさがあふれる社会をつくるためには心の貧困を減らすことが大切だと思う。先生や友達が私にしてくれたように、相手の話を聞いてあげたり、明るく声をかけること、そして笑顔にすること。すごく難しいことではないと思う。相手のことを考えて思いやることができるだけで優しい心が育っていった助けあえる社会ができる。相手と関わるのが苦手な人もいると思うし、私もそうだけど、やらないで後悔するよりも、やって失敗して次に成功する糧にしたい。私ができることからやって優しさがあふれる社会がつかれる手助けをする一員になりたい。