

伝えなかった想いをここに

大切な人へ

助産師 思春期保健相談士

後藤 敬子氏

第62回

「ごめん」と「ありがとう」を

大切な人に言えたよ

命の大切さに気付いてほしくて
中学3年生に思春期講話を行った。
お腹の中に宿り、生まれてから
今まで当たり前に行っていること
とは1人で達成できたわけではな
い。誰かに守られ導かれたことを
忘れないでほしい。あなたの命は
自分だけのものではなく、大切な
人にとってもかけがえのない存在
なのだと思命に話した。生徒たち
は、その一人一人が家族や友達、
周囲の方々と出会い、つながって
いくのだと理解すると、感謝の思
いが生まれたようだ。「命と命が出
会えたこと、まずは親に感謝の気
持ちは伝えたい」保健委員長のあ
いさつにみんなが拍手した。
「自分は母に謝ろう…。それか
ら、ありがとうを伝えよう」そう決
めた男子生徒から連絡があった。
今までのいろんな場面を思い出し、
よくこんな自分を見捨てず育てて

くれたと感謝したそうだ。小学5
年生ごろから、いつもイライラして
何にでもむかついていた。「ウルセー」
「クソババア」などの暴言や無視。
物を投げ付ける行動に続き、やら
なきゃいけないのに、やらない言い
訳と、できないことからの逃避だっ
たと今更ながら気付く、まずは謝
ろうと決めたのだった。ところが、
母の反応が思っていたのと違った。
「なんて謝ったの？」と聞くと
「なんか照れくさくて『今まで…
わりー』って。そしたら『ふざけ
んじゃないよ』って怒鳴られた」
その後、母は何も聞かなかったよ
うに夕ご飯を作り、彼は久しぶり
に「ごちそうさま、ありがとう」
を言い食器を片付けた。お母さん
は「はい、どうも」とニツと笑って
くれた。「ゴメンの一言、よく言え
たね。大丈夫、お母さん嬉しそう。」
二人とも照れ屋さんで似てる」と
いうと「マジかあ」と笑った。
自分が誰かにとって大切な存在
だと気付くと、その人を思い優しい
気持ちになる。命を大切にできる
人になっていく。「ごめん」は言え
た。あとは行動していけばいい。思
春期卒業までもう少し。たくさん
のありがとうが言えたらいいね。

日本海と大地がつくる水と命の循環

鳥海山・飛島ジオパーク

リレーコラム

間交流観光課観光戦略係

☎26-575759

第133回

冬の水辺に、白がほどけるとき

冬の朝、まだ空気が青く沈んで
いる時間帯、ハクチョウのねぐら
となる水辺は最も美しい表情を
見せます。冷えた空気が肌にやわ
らかくまとわりつき、靄の向こう
から艶めかしい白が静かに浮か
び上がる。

日の出を迎えると、白はほどけ
るように田んぼへ飛び立ちます。
水面をすべる羽音、胸の奥まで冷
やす吐息——その気配が見る者
の感覚をゆっくり目覚めさせま
す。

北から渡ってきた彼らは、日中
は水田で稲刈り後に残った落ち籾
(米)をついばみます。長い首を水
と泥に差し入れ、籾を選び分ける
仕草は、静かな執念すら帯びる。夕
暮れにはふたたび水辺へ戻り、白
い影を寄せ合って夜を越します。
冬の田んぼは、ただの空き地では
なく、命をつなぐ食卓なのです。



▲最上川河口鳥獣保護区(スワンパーク)にて
2025年2月



一般社団法人鳥海山・飛島ジオパーク
推進協議会事務局
研究員
長船 裕紀氏

この食卓を整えているのは、田
を守り、水路を手入れし、収穫の
あと土を休ませる人の営み。そ
してそれを支えるのが、大地と水
の長い循環です。鳥海山が受け止
めた雪は湧水や川となって田を
潤し、日本海へ還る。海で立ちの
ぼった水は雲となり、また山に雪
を降らせます。
ジオパークは、地形や岩石だけ
でなく、その巡りの中で育つ暮ら
しの手触りを伝えることでもあ
ります。この冬、ハクチョウに出
会ったなら、美しさの奥にある静
かな成熟にも、そっと思いを重ね
てみてください。