

講演記録 2

住育コミュニケーション ー「夢マップ・夢シート・夢年表」の作り方ー

宇津崎 友見（住育研究所所長）

皆さまの前でこうしてお話しできますこと、心から感謝しています。それでは母に続きまして、仲良し家族になるための「住育コミュニケーション」と、「夢マップ」「夢シート」「夢年表」の作り方についてお話ししたいと思います。皆さんのご家族、どうですか？ 仲良し家族だっている方、それとも喧嘩が多いなあっていう方、どちらでしょうか。仲良し家族だっている方、ちょっと手をあげてください。ありがとうございます。すごいですね、何人もいらっしゃる。

きょうはこういうふう元気な皆さんの前に立ってお話しをしています……、実は私、1969年、昭和44年の7月に京都で生まれました。母は先ほどお話をしました宇津崎光代です。私は長女で、きょうだい3人の一番上です。いつも妹と弟の世話をしていました。でも、今でいう虐待、折檻をその当時ずっと母から受けて育っていたんですね。

私が6歳のときのことで、母と私たちきょうだいの4人で九州の宮崎に旅行しました。父は一緒ではなかったのですが、実は、その時、1975年8月に私は宮崎で生まれたと思っています。というのは、その時、私はなぜか母が暗いということに気づいたんです。それは自殺旅行だったんですね。その旅行では、きょうだいみんなして、いっちょらいを着せられた旅行だったんですが、なぜか、母がやたら悲しそうに暗かったんです。その理由は夜になって分かりました。きょう皆さんの前でお話できるのは、母が妹や弟からではなく私の首から絞めようとしたことです。私が目を覚まして「ママ」って言ったものですから、母がハッと我に返ったということなんです。そうしたすごい思い出があ

ものですから、私はその宮崎で生まれたとも思っているのです。

しかし、今となっては、そうしたことも含めてすべてのことに感謝できるようになりました。もう来年には40歳を迎えますが、やっと最近になってその旅行の折の写真も見ることができるようになりました。すべてのことに、ほんとうに感謝できるようになりました。

父が建設会社を経営していた関係で、幼い頃から住宅づくりにどっぷり浸かって育ちました。スライドでご覧いただいている漫画は、ミセスリビングのホームページでも見ることができます。皆さんにもぜひ見ていただきたいんです。「ど素人黙っとけ」って、父にしばき倒される母を見ながら、ずっとここ、あそこ工事現場を母の後ろをついて回っていました。

子どものころの私は、実は幼稚園の先生になりたいって思っていたんです。幼稚園の先生になりたいって口では言っていたんですが、あることをした為に、住まいづくりの世界に入ることになってしまいました。あることとは何だと思われませんか？ 分かる方、いらっしゃいますか？ あることとは、母との交換日記です。『大丈夫だよ お母さん』という本の中に、その当時の私の汚い交換日記の文字が出ていますが、「早く大きくなってママを助けてあげるからね」「楽にしてあげるからね」「頑張ってお互いに助け合いしようね」などと書き連ねています。

母にはすごく叩かれているにもかかわらず、やっぱり、ちっちゃい子ってほ



宇津崎友見（うつざき・ともみ）氏の略歴：住育研究所所長。
1969年京都市に生まれる。嵯峨美術短大インテリアデザイン科卒業後、イタリアなどでデザインを学ぶ。92年母親の主宰する株式会社ミセスリビングに入社、現在取締役。夫と二児の4人で暮らす「お母ちゃんの家」をモデルハウスとして公開。「住育」を全国に広げたいと、2008年に住育研究所を設立して所長に就任。心と住まいの深い心理的つながりを体系化した「住育コミュニケーション」セミナーを、全国各地で開催。毎年夏には、夫を塾長に、大自然の中で「わんぱく塾」子どもキャンプも主宰している。インテリアスーパーバイザー、カラーコーディネーター、二級建築士、キッチンスペシャリスト、照明コンサルタント。09年度より神奈川大学経営学部の非常勤講師として、社会福祉論の講義を2回担当。著書に『お母ちゃんの住まい誕生』『大丈夫だよ、お母さん』『大丈夫だよ「住まいづくり」』ほか。

【ブログ】住育研究所：<http://jyuiku.jp/>

宇津崎友見のお弁当ブログ

：<http://ameblo.jp/mrsliving/>

んとに母親のことが大好きなんですね。ずっと「助けてあげる」、「助けてあげる」って書き連ねていたんです。そしたらですね、幼稚園の先生になりたいって口には出していたんですが、なかなか起きている時間に会えない母に交換日記で、「母さん助けてあげる」「ママ助けてあげる」というのを書いたことが、実際かたちになってしまったんです。書く力っていうのはほんとうにすごいと思います。

あなたの夢は何ですか？

私は海外14カ国の住宅や福祉施設の視察研修に出かけました。イタリアとかニューヨークとかには、インテリアと暮らしの勉強にと、何度も足を運びました。大きくなって実際に住まいづくりを手がけたお客さまからも、たくさんのことを学びました。

自分自身の住まいの環境の大きな変化、そして実体験によって、妹が先ほどご覧いただいたテレビ番組でもしゃべっていましたが、大きくても、ほんとうに豪華でも寂しい家っていうのがあるんだなあって気づきました。そして、小さくて汚くてもすごく温かい家があるんだなあということにも気がついたんです。家は住む人や犬、ほんとうにペットの精神状態までも変えてしまうことを知りました。家がほんとうに寂しい家であると、犬は人を噛んだりして、犬の性格まで変化を起こすようになるんです。喧嘩が絶えない家、それから仲良し家族の家っていうのは、一体何が違うんだろう、ということをやっと考え続けました。それは大きいから小さいからという、家の大きい小さいではなく、またお金をかけたから、豪華な高級な住宅だから、素材をうんといいものにしたからという問題でもありませんでした。そして、住まい環境と住む人の心、心理というものに、ものすごく深いつながりがあるということに気がつきました。

それで私も母と同じように、結婚しても子育てしながら仕事をし、休日、夜間と、学校、大学院、セミナーに通う日が続きました。スライドは娘の真希を背負った写真ですね、これも工作中です。ずっとこういう状態でした。おっぱいを飲ませながら仕事の打ち合わせをしたり、おんぶしながら講演をしたりしていました。こういうふうして後ろ抱っこしておんぶしていると、けっこうお

となしくしていますので、ずっとこういうふうな状態でした。今、そこに座っているのが娘の真希ですが、こういう状態で真希を育てました。

自分自身のつらかった家庭環境、そしてたくさんのお客様との出会い、また学校や海外で学んだり経験したりしてきたことから、誰もが仲良し家族になれる方法を考えつくことができました。それは実際に住まいを考えている人だけではなくて、幸せになりたいと願う全ての人にすごい効果が出るんです。これを実行すると、まず1つ目に皆さん夢が叶ってきました。2つ目に家族が仲良くなりました。そして3つ目、良いことがほんとう起こりだしました。また問題を抱えている人には、解決できる方法がみつかったのです。

母が全国各地に講演に出かけるようになり、私も住まいの相談を受けることが多くなりました。住まいの相談を受けるとき、まず間取りにいろんなものを落とし込んでプランニングしていきますが、まず一番大切なことを聞くんですね。「あなたの夢はなんですか？」ってお尋ねします。すると、男性の方はけっこういろいろあつたりする。お子さんもあつたりするんです。ところが、お母さんには夢が何か分からない方がものすごく多かったんです。

どうです、皆さんのお母さん、夢ってパッと言えると思いますか？ 今日お家に帰って、「お母さんの夢って一体何？」って聞いてみてください。「お母さん、夢なんですか？」と聞くと、最初言われるんですね。「息子がこういう大学に入って立派になってほしいわ」とか、「主人が出世してこういうふうになってほしいわ」、「娘が……」って言われるんですけど、自分自身のことはって聞いたら、何も言えないお母さんがめっちゃめっちゃ多いんです。それでもと尋ねると、いきなり放心状態になって、ぼろぼろ涙を流されたりするんですね。「そんなこと聞かれたこともなかった、話す機会もなかった」って、まるで固まってしまうお母さんが、すごく多いんです。

それは結婚して子どもを産んで、育てて、日々の忙しさに追われ、自分のことはついつい後回しになる。皆さんのお母さんは、どうですか？ 「昔はお母さん、ほんとうはこうしたかったの」と言うお母さんもいらっしゃるかもしれません。しかしいつの間にか、夢や希望、考えることがなくなってしまった。まさに私の幼い頃、私の首を絞めようとした母と同じ顔をされているんですね。おんなじです。もう心に鍵をかけてしまうんですね。

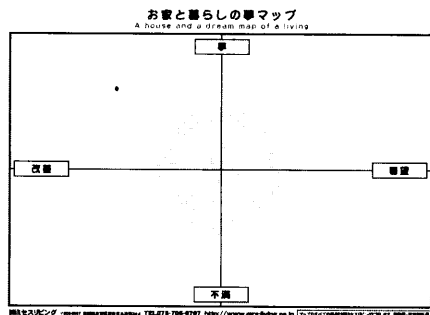
そんなお母さんのための解決策です。涙を流したお母さん、固まってしまったお母さん、これは夢がないわけではなかったんですね。頭の中がごちゃごちゃで、夢やしたいこと、毛糸がもつれたみたいに問題とか何もかもぐちゃぐちゃの状態なんです。ただ頭の中が整理されてないだけっていうことに気がつきました。

ぐちゃぐちゃに絡まった毛糸ですね、それを、これは悩み、これは今やらなければならないこと、これは夢っていうのをほどいていくんです。こうして分けて、絡まったものを整理するとスッキリして夢が現れてくるんです。夢もはっきりするし、今やらなければならないことも分かるんです。そして分かったら、だんだんだんだん、不思議と夢は近づいて来るんです。

夢マップが家族の伝達ツールに

家族仲良しになる方法というのは、夢マップ、夢シート、夢年表をつくることです。今は大学生の皆さんですが、将来家庭を持ったときとか、ぜひ実行してください。実行していただけたら、もうほんとと最高の家族、仲良し家族になると思います。用意するものは、付箋とこのA3の用紙です。松岡教授にこのシートを後でお渡ししておきますので、ぜひ試してみてください。ただ、横線と縦線、十字架のように書いて、上に夢、下に不満、改善とかいうのを書いていきます。毎日たった1分です。思いついたときに付箋に書いてペタっと貼るだけです。時間がないとか、ずっと座ってられないお母さんでも、これなら簡単にできます。

今、大学で学んでいる皆さんだったら、もっともっとたくさん書けると思います。今、困っていることは何ですか？ 不満は？ それを付箋に書いて、このマップにペタペタと貼ってください。家事がしづらいとか、部屋が暗いとか、何でも構わな



お家と暮らしの夢マップ

いんです。それを不満のところにペタ。そして今望んでいることは何ですか？
両方ですね、現在、現実となるよう強く求めていること、それをまた付箋に書くんです。付箋は常に持ち歩いてほしいのですが、それをこう、いろいろともう何でもいいので書いてもらいます。今変えたいものは何ですか？ 改善ですね。それもまた付箋に書いてペタペタと貼ってもらう。そして、あなたの夢は何ですか？ 思いつくまま、もうなんでもいいです。ほら吹き大会のように書いていってもらう。3年、5年、10年、もう家族それぞれが叶えたい夢です。1人暮らしの方は、1人でされても結構です。でも、家族でみんなで一緒にできたら、もっと面白くて効果があります。ただただ付箋に書いて、思いついた時にペタッと貼るだけです。

今日から皆さん、付箋とペンを持ち歩いていただきたいんです。通学の途中でもいいですし、電車乗っているとき、顔洗っているとき、ほんとうに机に座ってないときこそ、思いつくことが多いので、そういうことを洩れなく拾って、書いていただきたいです。1人で夢マップを作成しても良い効果が出てきます。引き寄せ効果ですね。

私たち家族はみんなですいているんですけど、家族ですと思わぬ発見があるんです。リビングに僕の引き出しがほしい。帰ってすぐお母さんの顔がみたいとかですね。私は階段のところに物を置く癖があるんですけど、「階段のところのお母さんの荷物が邪魔でとってほしい」とか書かれたりします。子どもって、お母さんとかお父さんになかなかストレートにモノが言えないんですけど、これだったら伝達ツールになるんですね。夢マップを使うことによって、親と子どもの気持ちがスムーズに伝わるという効果が出てきます。夢マップで家族のコミュニケーション、これをぜひとっていただきたいと思います。まあ、今日お帰りになったら、家族ですでもいいですし、自分1人ででもいいです。1回騙されたと思って、ぜひ始めてみてください。

次は夢シートです。家族の企画書づくりをいつもしてもらうんですね。先ほどの夢マップの付箋がいっぱいになったら、A4サイズの紙でいいです。付箋の文字を紙に書き出す、写していくんです。紙に書いたキーワードやいろんなものを文章化して、こうしてまとめていってもらうんです。いつもみんなが集まるリビングにしたい、賢く優しい子どもに育つ家にしたいとか、いろいろこ

うして書き出してもらいます。

家族の場合はぜひ家族会議を開いてください。家族会議って、皆さんされたこと、1回でもされたことある人、手を挙げてもらっていいですか。家族会議ってしたとある人。わあすごい、大勢の皆さんの手が挙がりました。すごいなあ。お父さんやお母さんにいきなり「家族会議をしよう」って言っても無理かもしれませんが、皆さん自身が家庭をもたれたときは、ぜひこれをしてほしいです。いろんな家族のルールづくりをしたりするんです。家族の方向性が分かってくる、こんなはずじゃなかったとか、そういうのは絶対無くなります。ほんと面白いです。これで、いじめとか、そういうことをなくすこともできます。

娘があの前席に座っていますが、おデブちゃんとか、不細工とか言われて帰って来たりすると、すごくしょんぼりしたりするんですね。そういつたときは兄の方が、「家族会議しよう」とか言ってくれて、みんなで揃って、「いや、かわいいよ」って言っているような慰めの言葉をかけたりします。そうすることによってほっとするらしくって、また元気になっていきます。そんなふうな感じですね。

実際、娘の真希がよく言うのが、「家族みんな仲良くなるのがいいです」とか「清潔な家がいいです」とか、家族会議っていろんな面白いことがキーワードで出てきます。書きとめられたらほんとうに面白いです。子どもは家族会議が大好きです。大事なポイントは、みんなが公平に、同じ時間話をすることです。そしてみんなの発言を文章でまとめてもらいます。

そして家族の夢ベストテンです。時間がきたら、やり直したり、洗い直したりしてみんなでやったらいいんですけど、ベストテンを書きとめます。そして私たちは家族みんなが仲良しになることをテーマにします。テーマでこういうふうにとめて、こういうシートをつくって、みんなそれぞれが自覚していると、ほんとうにそちらの方向に進んでいきます。会社の職場だけでなく、家族でもぜひしていただけたらと思います。

幸せは伝染していくんです！

夢シートが出来上がったら、次は夢年表です。家族の幸せ計画、夢年表って

いうのをつくってもらいます。どうしてかという、お母さんがどうしても後回しになってしまうのです。我慢をされるんですね。お母さんにも発言してもらって、自分の夢年表の中に入れてもらいたいと思います。用意するものはA3ぐらいの大きさの用紙ですね。家族で色違いの付箋とペンとか鉛筆を用意します。紙に縦横の線を引き、表をつくります。縦軸に西暦、年代を入れて、横に家族の名前を入れていきます。

これがわが家の夢年表です。ちょっと古いですけど、こういうふうに左の欄に家族全員の名前を書いて、この時期に「中学生になったらこうやなあ」とか、上の子と下の子がちょっと離れているので、兄が中学生、真希が幼稚園とか、こういうふうに全部書くんです。変わらないこと、決まっていることをこう書き込んで、あとは追加でちょっとアバウトだったら夢、とったりはずしたりできるので、ちょうどこういう付箋を使っていたいでですね、ほら吹き大会と思うくらいでちょうどいいです。そこに夢を書いて、家族と夢を話し合うことがすごく大切です。

ここの注意点ですが、皆さん、笑われた経験はありませんか？ 私は、すごくいろいろ夢って言って笑われてきました。「そんなことできるわけがないがな、アホが」とか、けっこう言われたんですよ。こうなりたい、こうなりたいって



リビングにはいつも「家族の夢ファイル」

言ったときに、絶対に、子どもが叶えられそうにもない大きな夢、目標を書いたり言っても、笑ったり無理だなんて言わないでください。これから皆さんもされるといいですね。そしてその夢や目標を書いた付箋を、家族と話し合いながら、叶えたい時期のところに貼っていきます。

夢年表は、こういうふうに見た目にかわいくてもいいです。これがマイ夢年表です。そして、家族の夢を大切にしましょう。わが家では家族の夢ファイルというのをつくっています。この写真がわが家なんです、リビングのここにいつも置いています。できるだけみんなが簡単に見えるところに置いて、そしてさらにしよっ

ちゅう家族会議とかで、夢を追加していってくださいね。

最初に言いましたように、口に出すことよりも紙に書いてしまうことです。交換日記で「ママ助けてあげるからね」、「ママ、一緒に仕事、お互い助け合おうね」と紙に書いたほうが、口で言っていたことよりパワフルです。ですから皆さんも、まだ書かれてない方は今日からぜひ書いてみてください。夢マップ、夢シート、夢年表は、幸せのバトンになると思います。ぜひ、今日から、ご家庭で実践してみてください。皆さんが暮らしを楽しんでわくわくして家族仲良くなるとそれだけで幸せは伝染していくんです。今日、参加して下さった皆さんのお役目は重要です。どうか幸せのバトン受け取っていただき、前の皆さんに渡していただけたらと思います。ほんとうにありがとうございました。

Q & A

松岡教授 お母さんの宇津崎光代先生と長女の友見先生から、お話をいただきました。皆さんそれぞれに、自分の家族のこと、あるいは住まいのこと思いながら、いろんなことを考えながら聴いていただいたと思います。残りの時間、皆さんからぜひ質問をしてください。

1人暮らしのワンルームでできる工夫

学生A アパートやマンションの住環境についてお尋ねします。私の場合、実家はけっこう大きいのですが、今はアパートのワンルームに住んでいます。非常に憂鬱な気分になることが多くて、月に1回は実家に帰るようにしています。お話を伺っていて、アパート、マンションについては問題がかなり大きいんじゃないかと思いましたが、お二人はどうお考えでしょうか？

宇津崎光代 私の息子はもう37歳になりますが、東京の大学に通っていた折、あなたと同じようにワンルームで生活をしていました。そのときにすごくかわいそうだなあと思ったのが、その住空間ではまずシックハウス症候群に罹ることが多いんです。ビニールクロスなど安い建築資材を使っているので、基礎にも生きた素材が使われていません。その上に、あのキッチンですね。もうちょっと隠してほしいな。大学生がワンルームに入ったときにも、自分の個室と思えるような空間を作ってほしいと思っています。大学生になっていきなり親元から離れて、あのような住空間では快適に暮らせないんじゃないでしょうか。賃貸のアパートやマンションについても、自然素材を使ってほしいとか、そういう提案は声を大にして言っているんですが、なかなか聞き入れてもらえません。

皆さんには、今ある空間でどうしたら快適に暮らせるかということ、やはり生きている素材をちょっとでも使ってほしいんです。カーテン1枚にしても、綿など自然素材のカーテンを使ってほしい。色をちょっと工夫してみるとか、できるところから大学生にも工夫してほしいなと思います。私も関係の業界に対しては、そうした配慮の重要性を、もっと声を大にして言っていきたいと思います。

宇津崎友見 ポトスとか、お風呂などにちょっと置いてもらえるといいですね。それに換気が重要です。換気のできていない部屋がすごく多いんです。親子さんから相談を受けて学生さんの部屋などを訪ねると、すごい黒色だとか、テカテカした素材があったりするんですね。それを無地にするだけでも違います。サッカーボールみたいにテカテカテカした白に黒の柄が入っていたりすると落ち着かない。それだけでムカムカするほどです。やさしい色、ほんとうにやわらかいグリーンとかに変えてもらったり、実際のグリーンの観葉植物でも置いてもらえたりするといいですね。植物は枯れるとよくありませんが、ポトスなんかはパワーもあって元気もあります。もう一度、換気にはくれぐれも気をつけてください。

松岡教授 実家は別として今、アパート、マンションのワンルームに生活しているという人、ちょっと手を挙げてみてください。やはり多いですね。ただいまのお話しは、多くの方に参考になるアドバイスではなかったでしょうか。

車いすでも快適に暮らせる間取り

大学生B 僕は障害者で、車椅子を使用しています。車椅子での生活のときは、家の中が広いスペースじゃないと、非常に生活しにくいということがあります。そういう点をどうみていらっしゃるのか、お聞かせ願います。

宇津崎光代 ありがとうございます。京都市内の南のほうにお住まいの障害をもった女性から、「お母ちゃんの住まい」を紹介したテレビ放送を見たからといって、私に設計の依頼がありました。1階はわずか13坪なんです。それでも私の考えた間取りでとっても幸せな生活ができるようになり、息子さんのご家族とも仲良く生活できるようになったと、今では私の提唱する住育の大応援団になってくださっています。

障害をもった上に難病を患っているのですが、自然素材を使っていることとか、先ほどスライドで見てもらった、洗面所とトイレ、浴室、台所がスルーする間取りです。お風呂に入っても簡単にスルーできるんです。

広い豪邸でないと障害をもった人は動きにくいというのは間違いだと思います。お風呂場がスルーできるっていうのは、障害をもった人たちには、すごく

使いやすいんです。これからもっともって社会の高齢化が進みますが、高齢者や障害をもった友人たちの声を吸い上げて、狭くても快適に過ごせる間取りを考えていきたいと思います。車椅子じゃなくって普通の椅子に座ったままずっと滑りながら移動できるなど、快適な空間づくりに頑張りますから、また見てくださいね。ありがとうございます。

松岡教授 京都の障害を持った方のお住まいというのは、実は、先週実際にそのお宅を案内していただきました。テレビで宇津崎さんの活動が紹介されているのを見て、その方はすぐテレビ局に電話をし、宇津崎さんの自宅であるモデルハウスを見学しました。そして、今お話しにあったような家を建てられたんです。そういう出会いが、宇津崎さんとの間にあったんですね。

それから、もうひとつ、神奈川大学の学生の皆さんに紹介したいことがあります。今月の初め、北海道の摩周湖の近くにある、「風曜日」という変わった名前のプチホテルを訪ねました。

ご主人の三木亨さんは富士ゼロックスを50歳で退職しました。社会福祉の研究者でもある奥さんの和子さんとともに抱いた大きな夢、障害者の方が何不自由なく滞在して楽しめる、そういう小さなホテルをつくりたい。そういう夢を実現されたんですね。



北海道のプチホテル「風曜日」

三木さんが女満別の空港まで私を迎えに来てくださったんですが、何とにこにこして「神奈川大学の卒業生なんです」とおっしゃってくださいました。工学部のご出身です。富士ゼロックスの営業マンとして活躍しておられましたが、「日本のホテルはおかしい。車椅子の方、あるいは目の見えない方、耳の不自由な方、そういう方も快適に過ごせる、そういうホテルをつくりたいんだ」と立ち上がったんですね。本来は起業学入門の授業時間ですから、そういう夢を実現させた先輩もいるということを知っておいてほしいと思います。

個室のドアはオープン

大学生C 将来、子どもが大きくなって、中学生、高校生とかになったときに、自分自身もそうでしたが、1人部屋がほしいって思う日がいつか来ると思います。1人部屋にすると引きこもってしまうことが多くなると思うんですが、そういう引きこもりを無くすにはどうしたらいいんですか？

宇津崎光代 個室をはやくから与えるっていうのは、私は好きじゃありません。先ほどのスライドで見ていただいたようなダイニングテーブルやキッチン、家族のコミュニケーションがとれて、みんながいろいろのように集まりたくなるんですね。

ただ、寝るときとか、受験勉強の時にはやっぱり個室がほしいですよ。そんなときには個室を与えてもいいんですが、アメリカの子どもたちを見ると、個室のドアを閉めるのは寝るときだけなんですね。それ以外はいつもオープンにしています。

家族会議をしてほしいっていうのは、家族のルールを話し合っほしいんです。長女は住育研究所を立ち上げましたが、家族会議を開いて、家族間のルールだとか、そういう子ども部屋の使い方とか、大きな部屋を家具で仕切ってみよう、上の子と下の子とお部屋を交換しようなど、いろんなルールを家族でしっかり話し合っ決めてるんです。

個室で引きこもっちゃうというのは、ドアをして鍵をしているというのがあるんですね。子ども部屋で鍵をつけたら、オタク族になりかねませんね。引きこもらないっていうのは、まず家族が楽しく過ごすことです。いつもみんなと一緒にいたいっていうダイニングやリビング、キッチンを工夫することです。それと個室に入るときも、寝るときはドアを閉めていいけど、普段は空気を流して気をながしたいから、開けといてねっていうルールをつくることですね。それには家族会議がものすごく大きなウエイトをしめるんじゃないかと思います。

松岡教授 ありがとうございます。参考までに、皆さんの中で、高校まで自分の部屋を持っていたよという人、手を挙げてくれませんか。かなり多いですね。

宇津崎光代 皆さん個室をもってらっしゃいますね。

外国でもお母さんの思いは同じ

大学院生 貴重なお話をありがとうございます。私は中国から来ている留学生です。こんな素晴らしいお話を、メディアを通じてではなく直接体験できたこと、一生忘れられないと思います。そこで素朴な質問です。宇津崎先生は海外にも視察や講演に出かけておられますが、家族問題や家族の悩み、キッチンの問題など、国によって事情は異なるのでしょうか。それとも共通点がたくさんあるのでしょうか？ ぜひ教えてください。

宇津崎光代 中国の北京国立大学へは親子で出かけ、講演をしたことがあります。中国の大学生は日本の大学生をすぐ追い越すだろうなあと思いました。私たちの講演も前方の席で必死になって聞いて、質問のときも目がギンギンギラギラ輝き、1人も寝ている人がいないんです。ハングリー精神がすごいと思いました。

住まいのインテリアにしても、お母さん方の悩みや思いはみんな一緒だと思います。子どもを見ていたい、子どもが何をしているか見ていたい、家族仲良しになりたいというのは、世界中のお母さん共通なんです。ただ、暮らし方はそれぞれに違います。中国ではもうテカテカで、生きている素材なんかは使わない。壁面など、もうギンギンギラギラです。高層マンションのインテリアにしても、良く見せよう良く見せようとしています。マーティング調査しても、生きている素材を使っていません。これは間違っているなと思っています。

中国でも母ちゃんの家を建てたいって、やっぱり憧れは持ってくれているんです。中国からもお母さんたちが京都まで見学に来られ、「こんな家を建ててほしい」って言ってこられたりもしています。

北アイルランドとか北欧は、やっぱり母ちゃんの視点と一緒に感じます。1階のいちばん日当たりのいいところに、キッチン、ダイニング、リビング、それをばーんともってきます。そこにいつも家族が一緒にいる。仲良くする。コミュニケーションをとる。だけど、他の国はなかなかそうはいかなくて、長い廊下があって、個室がいっぱいある。ロシアのマンションなんかは最悪で、キッチンがあって、次にダイニングがあって、次またってもう全部間仕切りがされているんです。ロシアで国際エコロジー賞もらったのは、お母ちゃんの住

まいの間取りがすごいいって感動してもらったんです。お母さんたちの悩みは共通なんです、間取りはそうになっていないと思います。

全国のお母さんを太陽にしたい

学外の方 私は小学校に勤めています。今、新しい学習指導要領の改訂の時期で、住まいについても新しい動きがあります。採光とか間取りとか通風とか、そういうものを必ず取り上げなければいけないのです。宇津崎先生は教師の経験がおありということで、教員に対して、子どもたちにどういったことを指導すべきか、どういった視点を大事にしていくべきか、ご指導いただければと思います。

宇津崎光代 私が教員をしていたのは、もう30年も昔、しかもたった5年間のことです。しかし、自分自身がわが子の折檻など悪いことしてきたものですから、教育問題については特によく勉強してきました。子どもたちは親の後ろ姿を見て育つと言いますが、それはほとんどお母さんの後ろ姿なんですね。ところが、今、お母さんがお母さんをしていない。

皆さん、「お母ちゃん」と「お母さん」の違い分かりますか？ 昔のお母ちゃんは、夜なべして手袋編んでくれたり、セーター編んでくれたり、すごく家族のことをみてくれました。いまのお母さんは、お母ちゃんをしていないところがあるんじゃないでしょうか。ですから家族のコミュニケーションが出来ていない。もっと子どもの話をしっかり聞くことが大切です。

私とふたりの娘で、『大丈夫だよ お母さん』っていう本を出しました。先生にもぜひ読んでいただきたいのですが、この本がベストセラーになれなかったら世直しできないって、長野の善光寺の園長先生にもお叱りを受けました。「お母さん」というテーマで、京都造形芸術大学の大学生にも授業をしたんです。そうしたら、大学生が涙ぼろぼろ流しているんです。「うちの家族は仲良くないんです」「お母さんが泣いています」って。

だから私は、「全国のお母さんを太陽にしたい」という気持ちから、どこに行くときにも真っ赤なこのエプロンを着けています。京都の地下鉄に乗ったり、バスに乗ったりするときもエプロンをしています。お母さんが太陽にならない

といい家族はできない。そのお母さんを幸せにするために、『大丈夫だよ お母さん』を書いたんです。長女の友見が毎日やっていることを本にしたんです。中の挿絵がすごくかわいいんです。

全国のお母さんたちに講演をしているんですが、10月23日には高知県の私立幼稚園PTA大会で、「母と子の絆」っていう題で講演をしました。540人ものお母さん方が集まってくださいましたが、大勢の皆さんが涙を流して、「自分はお母ちゃんしていなかった」「お母ちゃんになりたい」って言ってこられたのです。

大学生の皆さんや、子どもたちには、将来素晴らしいお母ちゃんになってほしいんです。教育問題については、特にお母さんが大きなウエイトを占めています。子どもたちが毎日わくわくし、家族が幸せだったら、学校の先生もこんなに悩まなくて済むと思います。

小学校の教師として家庭訪問に行ったときに、間取りがおかしい、ということに気がついたりしましたが、これから一生、間取りで頑張っていきたいと思っています。

皆さん方には、私たちのホームページをぜひ見てほしいと思います。京都や関西の大学生がブログをつくったりして頑張っていますから、皆さん方にもぜひ頑張ってもらって願っています。絵葉書も持ち帰っていただいて、1人でも多くの皆さんに「幸せの伝染マン」になってほしいと願っています。