



いろいろな場所で、「3つのあ」

2学期が始まりました。今回は、少しだけ私の趣味の話にお付き合いいただければと思います。

私は野山を歩き、風景や動植物を眺めることが好きです。十数年前の成人病検診で「定期的に運動をなささい」と医師の指導を受け、自宅近くの龍ノ口山に上がり始めたのがきっかけとなり、以来市内近郊から中四国、時には信州方面まで出かけては山の中を歩き回っています。低くても高くても、どんな山にもそれぞれの表情があり、人々とのつながりの深さを感じるところもあれば、どうしてこんな厳しい自然環境で豊かに花が咲くのかと驚かされるような場所もあります。楽しみが尽きることがありません。

そして山に出かけるとき自分なりに大切にしているルールがあります。折に触れて子どもたちに伝えている「3つのあ」です。「3つのあ」は「あんぜん（あんしん）」「あいさつ」「あさ」の3項目ですが、「それが山と何か関係が？」と問われると実は深いつながりがあります。

まず「あんぜん（あんしん）」です。山には危険な岩場や滑りやすい坂が多くあります。天候が急変することもあり、暑さ寒さ対策、雨の備えも欠かせません。また、人里に近い山でも道迷いで遭難したり、無理なコース設定で動けなくなったりする事例が散見されます。単独でもパーティでも、基本は「自分の体は自分で守る」が鉄則です。安全に帰ってくるためには、コースの低調ベや綿密な計画が重要です。深い山に入る場合は何か起きた時のために「登山届」も必須です。食材、水等の分量、携行品等、十分に吟味しておかないと命に関わります。危険を冒して無謀な場所（もとより危険は多いのですが）に行かないことも重要です。「自分の身を守る」ための「あんぜん（あんしん）」に「注意し過ぎ」はありません。

次に「あいさつ」です。山では出会った人と常にあいさつを交わします。町中で見ず知らずの人に唐突にあいさつをすれば「何かあったの？」と疑いの目を向けられかねませんが、山ではそんなことはありません。「風景」「動植物」「訓練」等々、山に行く目的は人それぞれですが、あいさつが弾みになって道の状況、花の状況、危険の有無等の情報交換が行われ、自然に人とのつながりが生まれます。また、お互いに言葉を交わしたことが遭難者の救助につながるような事例もあります。

最後に「あさ」です。山での行動は「早立ち」「早着き」が基本です。つまり、できるだけ朝早いうちに行動を開始し、早めに目的地に着いて疲れを取って次に備えるというパターンです。さらに朝であれば、日中より清々しい景色や瑞々しい自然を感じながら歩くことができます。特に夏は、暑さを感じずに行動可能な朝の時間の有効活用がカギとなります。



以上、いつも子どもたちに伝えている「3つのあ」と私の趣味の共通項を（無理やり？）結び付けて書かせていただきました。古都っ子たちの中にも「はみ出さずに並んで歩く」「見守り隊の方にあいさつする」「早起きして集合に遅れない」等々、2学期のくらしの中で実現できそうな「3つのあ」がたくさんあると思います。古都っ子たちのくらしがよりよいものとなるよう、各地域やご家庭におかれましても、時々「3つのあ」のことを気にかけていただけるとありがたく存じます。乱文乱筆、大変失礼いたしました。

（校長 石井 聡）

【裏面へ続く】