

## 生活の仕方を身に付けよう

- 「生きる力」とは何かを考える -

開倫塾

塾長 林 明夫

## 1. はじめに

(1) もう少しで梅雨に入りますが、天気がよかったり、悪かったりと、天候がぐずつくことがありますので、お体の調整にお気をつけていただけたらと思います。

(2) 勉強の仕方をお話するのが「開倫塾の時間」の主な内容ですけれども、今日は、勉強の手前で、「人間としての生活」というようなことも身に付けておかないとなかなかいい勉強はできません。放送をお聴きの皆さんの中には、受験生の皆様だけではなく、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、社会で子どもたちにいろいろなことを教える立場にある方もいらっしゃると思います。ぜひ身近な子どもたちに、学校を出るまでに、つまり社会に出るまでに必要なことを教えていただきたいと思ひまして、そのお話をさせていただきます。

## 2. 生活の仕方を身に付けよう

(1) 自分自身で生活する方法を「生きる力」と言います。私は、「生きる力」とは自分自身で生活をする力だと思います。「自分自身で生活する力」を、社会に出た大人の力で子どもに教えていただきたいと思ひます。このようなことは、学校の先生だけではなかなか教えきれません。社会教育、家庭教育としてぜひ身近なお子さんですとか、お孫さんとかにいろいろなことを教えていただければと思ひます。これを教える人がいないと、子どもはいつになっても一人で生活できません。ご結婚なさって、パートナーを得られて一緒になっても、家庭というものが維持できないと思ひます。仕事に就いても、なかなか家から出発ができない。会社とか職場に出発ができないということでもあります。今日は、「生きる力」として何が必要かを今から少しお話しますので、ぜひ子どもたちにそれを能力として身に付けさせていただくようお願いいたします。

(2) 一人で生活するようになると、朝起きてから夜寝床に就くまで、一つ一つのことを自分でやらなければならないことがたくさんあります。それを「生活する上で必要なスキル」、能力だと考えていただいて、できるだけ学校を出るまでに身に付けていただきたいと思ひます。栃木県、群馬県、茨城県のお子さんの中には、高校を出た後に、大学、専門学校、短期大学、それから就職などで家を離れる場合があります。そういう場合にも必要です。就職なさる場合はもちろんのこ

と、大学に行ったり、短大に行ったり、専門学校に行ったりして勉強するときに、保護者の皆様の元を離れる場合があります。それまでに、つまり、18歳くらいまでに身に付けたほうがいいと思います。これは言うまでもないことですが、18歳すぎて、親と共に生活する場合でも、親元を離れたと仮定して、自分のことはできるだけ自分でできる状況をつくるのが大切な家庭教育であります。

(3)一番大事なのは、部屋の掃除の仕方です。それから、トイレの掃除の仕方です。トイレがつまったときの直し方も大切ですね。トイレがつまったら生活はできません。台所の片付け方といいですか、ゴミの仕分け、出し方、これなどはもし知らないで放っておきますと、とんでもない状況になります。ご近所の迷惑になります。ぜひ身に付けさせてやってください。

このように、部屋の掃除の仕方、トイレの掃除の仕方、トイレがつまったときの直し方、台所の片付け方が大切です。食器の洗い方、野菜の洗い方、いろいろなものの洗い方も大切です。ぞうきんのかけ方も教えていただかないと、教えるまでふつつわかりません。ぞうきんを絞(しぼ)るという概念がない方もいっぱいいらっしゃいます。ぞうきんは水で洗って絞るわけですから、できないととんでもない状況になります。ゴミの仕分け方、出し方も大切です。

(4)外に出るときはくつを履(は)いていきますけれども、くつのかかとをふみつけて履いていくと、誰からも尊敬されません。相当レベルの低い人だと多くの人から思われてしまいます。ですから、くつのかかとをふみつけて履かないことを教えてあげてください。くつの磨き方も身に付けることが大切です。くつが汚くなったら捨ててしまえばよいというとんでもないことを考える人がいます。そうではなくて、くつは磨いて手入れをすれば長く履くことができることを教えてあげてください。くつの磨き方も必ず身に付けた方がいいと思います。それから、電球の換え方をはじめ家庭内の電気器具の使い方も身に付けなければ大変です。エアコンの掃除の仕方もぜひ教えてあげてください。

(5)それから、口の中に入れるものも大切に考えることです。料理の仕方も、食材の買い方と一緒にぜひ教えてやっていただければと思います。コンビニとか食堂ばかり利用していると、非常にお金がかかります。できれば、自分で食材を買って、自分で調理をすることを能力、スキルとして身に付けさせてくださいね。料理は、性別や年齢、どこに住むかに関係なく一生涯死ぬまで必要なことですのでぜひ身に付けさせてあげてください。何をどのような形で口の中に入れたらいいのか、栄養についても、偏らない栄養をどんなふうにとるのか、バランスよく食事するにはどうしたらよいか、栄養のとり方も教えてやってください。くれぐれも便秘になってしまって苦しむことのないように、食材や料理の仕方を身に付けさせてください。

(6)頭の中に入れる知識も大事ですが、今日お話したように、体の中に何を入れるのかによって体調が決めますから、ぜひ自分でスーパーマーケットなどいろいろなところに行って食材を買い

求めて、料理の仕方を工夫し、栄養バランスよく生活したほうが良いと思います。バランスをよく考えながら自分で調理する、これも大切なスキル、能力です。もしかしたら、「生きる力」の中で一番大事かと思います。

(7)さらに、銀行の利用の仕方も身に付けること。お金の使い方が身に付けていない人は、よく家の人が教えてやっていただければと思います。収入の範囲の中で支出をする、小遣い帳を付ける、これが一番です。借金まみれ、多重債務者になって、親族や身近な人に迷惑をかけない人はいません。

(8)電車、地下鉄の利用の仕方についても、栃木県にいるとなかなか機会が少ないですが、できるだけ子どもたちと出掛けていただいて、電車やバス、地下鉄などに乗ってください。切符の買い方や、駅や乗り物の利用の仕方、他人に迷惑にならないエチケットなどを教え込んで下さい。安全に目的地に到着するにはどうしたらよいかも、具体的に教えてあげてください。

### 3. おわりに

(1)外出する場合には必ず、どこに行き、誰と会うのか、何時に帰宅するのかを家族や生活を共にする人に伝えることも、安全に暮らす上で大切な能力です。

(2)18歳になるまでに時間はたくさんありますので、焦ることはありません。本人の将来を考え、励ましながら少しずつ教えて、確実に身に付けさせてください。

(3)18歳をすぎても保護者としての教育が不足しているとお感じになったら、焦ることなく、少しずつ丁寧に一生かけて教えてあげてください。よく生きるためには誰かが優しく見守ってあげ、時々教えてあげることも必要と考えます。大人であっても教育が不足しているとよく生きることができません。

- 2008年8月5日加筆 -