



少しだけ無理をして生きる

部長 大塚 俊明

昨年就任した高市早苗首相が、就任にあたって「働いて、働いて、働いていく」といった趣旨の言葉を述べたことが話題になりました。国のかじ取りを担う立場としての強い決意を示す言葉として、多くの人の印象に残ったのではないかと思います。

一方で、こうした言葉をそのまま額面通りに受け取ることについては、少し慎重であるべきだという意見もありました。確かに、がむしゃらに働き続けることだけが、必ずしもよい結果につながるとは限りません。心や体を壊してしまい、本来果たすべき役割を十分に果たすこともできなくなってしまうこともあるでしょう。大切なのは、言葉（フレーズ）の勢いに流されることではなく、その背景や真意に目を向けながら、自分なりの受け止め方を考えていくことではないでしょうか。

城山三郎さんの『少しだけ無理をして生きる』というエッセイがあります。この中で城山さんは、新人のころ先輩作家から、「あなたもこれからプロの作家としてやっていくのだから、いつも自分を少しだけ無理な状態の中に置くようにしなさい」と助言された経験を紹介しています。企業人を描き続けた城山さんは、職業人として成長するためには、自然に待っているだけではダメで、ある程度の負荷を自らにかけることが必要だと述べ、別の表現で、「自分の箱の中に安住せず、そこから出なくちゃいけない」とも語っています。

ここで大切なのは、「無理をする」という言葉の受け止め方です。城山さんは、過度に自分を追い込むことや、限界を超えて頑張

り続けることを勧めているわけではありません。あくまでも、「少しだけ」今の自分の殻を広げてみると、ほんの一歩、居心地のよい場所から外へ踏み出してみると、言うなれば自分なりに「挑戦」することの大切さを語っているのだと思います。

私たちの日々の生活や学びの中にも、「今日はここまででいいか」と思う場面は少なくありません。しかし、そんなときに「よし、もう少しだけやってみよう」と思えるかどうかで、その後の景色は変わってくることがあります。無理をしそぎないように、しかし挑戦を避け過ぎない。そのバランスを自分で考えながら生きていくことが、私たちの人生であるように思えます。

令和8（2026）年、新しい年がスタートしました。

今年の十二支は午です。午はもともと順序や方角、時刻を表す記号でしたが、後年動物の“馬”的字が当てられたと聞きます。馬は、一歩一歩、確かな足取りで力強く進む動物です。子どもたち一人一人が、自分の歩幅で「少しだけ」挑戦することを積み重ねていける、そんな一年になることを願っています。

年末年始の鎌倉は、概ね穏やかな日が続きました。本年が、子どもたちにとって、また保護者の皆様にとって、平穏で実り多い一年となることを願い、新年のごあいさつといたします。

本年もどうぞ、昨年同様、温かくすべての子どもたちを見守ってくださいますよう、お願い申し上げます。