

「ほほえみの地域づくり」の泣き笑い ～青い森のほほえみプロデュース活動奮闘記～



(4)

山本菜穂子

●協会、3年目に

平成24年5月19日、青い森のほほえみプロデュース推進協会の第3回総会が開催されました。そう、協会を設立して3年目に入りました。会長(服部理津子さん)が再任され、理事が一部交代し、新たな2年間とともに歩む体制が固まりました。私は、協会設立後、さらにこの仲間たちへの尊敬と信頼を強めていることを感じます。皆さんの生き方が素敵なんです。病気をしたけれど、「ほほえみ」と出会っていたから前向きに乗り切れたと語ってくれる人がいます。この活動は元気の素だと生き活きと話す人がいます。様々な事情で一時活動から抜ける仲間がいても、去る者は追わず来る者は拒まず、いつでもあたたかく迎え入れる雰囲気を持つ集団をつくってくれています。そして、自分の時間を惜しみなく使って、積極的に意欲的に講習先を開拓しながら講師に出向いてくれる人たちです。最高に頼もしい尊敬できる仲間だと感じます。

平成19年度に県の事業を開始して、講師になる人材の養成を始め、平成20年度にかけて徐々に講師側の仲間を増やしつつ、初年度の11月くらいから仲間と一緒にほほえみ

プロデューサー(1時間程度の講習を受講し、普段の生活の中で「自らがほほえみ、周囲からほほえみを引き出す」ように心がけてくれる人たち)を養成し続けてきました。平成22年度からは協会の活動となり、平成19年度から平成23年度末まで、ほほえみプロデューサーは延べ32,322人になりました。活動が県から協会に移行してからも毎年年間3千人以上のほほえみプロデューサーが誕生し続けています。まだまだよちよち歩きではありますが、細くても息の長い取組になればいいと今も設立当時と変わらず願っています。

●春の

「ほほえみプロデューサー講習会」

32,322人を養成しているこの「ほほえみプロデューサー」の養成については、講習会の依頼を受けて、そこに協会から講師を派遣するというシステムで動いていますが、協会設立以降、毎年続けて依頼してくれるお得意様も出てきています。その一つが、春の青森県新採用者研修です。

今年度分は、4月から5月にかけて5回開催されました。対象は、新

たに採用された県・市町村等の職員（全員ではないのですが）で、ここ3年の経験から言うと、毎年、300～400名の受講があります。その人たちが60～80人くらいずつに分けられ、それぞれ月から金まで5日間泊まり込みで、公務員としての自覚と意識の確立、職務遂行に必要な基礎知識と職場への適応力を養うという研修です。年齢は18歳から上はほしい40歳代くらいまで。男性2対女性1といった割合です。

その研修の初日に、「ほほえみのコミュニケーション」ということで1時間20分の時間をもらっています。で、これがなかなか評判がいい。まあ、それから1週間、共に過ごす人たちと一緒にほほえみづくりのワークショップをするといった内容になりますから、緊張もほぐれ、早く居心地の良い空気をつくれるということもあるのでしょう。

協会設立以降、私自身がほほえみの講師として出向く機会は当然ずっと減りました。（みんな自立したので。その過程はそのうち。）でも、この新採用者研修だけは、必ず私が引き受けて仲間と一緒に出向いています。それは、「ほほえみの7か条」を伝えることと同時に、将来、公務員として何かを企画する可能性のある人たちに、青い森のほほえみプロデュース事業で経験したことを伝えておきたいと思っているからです。何か一つでも参考にしてもらえることがあればという老婆心（この漢字って何

だかドキドキします。）です。

●紙上で講習体験してみませんか

老婆心で語ることはこんなことです。

現在配属された職場が自分の希望とは異なると落ち込んでいる人もあるかもしれない、でもまずは、今現在を一生懸命経験してみようよ。「今」「今」を一生懸命生きていると、そのことが必ずあなたを次のステップに連れて行ってくれる。嫌な「今」でも、そこから得たことが、きっと将来、あなたの役に立つ時が来ると思うから。うううん、役立たせてやろうと思って経験してみたらいいと思うから。そして夢を持てたら、諦めずに願い続けてみようよ。それが善いものなら、きっとそれをかなえるチャンスが訪れるから。それが、私が経験的に言えること。

この研修、時に、受講中に泣き出す人もいますよ。どこで泣くかって？そうですね～、ほほえみの7か条の第3条と第4条、「たいへんねー」「でも、こう考えてみようよ」が多いかな。新採用公務員のみなさんは、生真面目な人が多いです。見るからに自信たっぷりの人も中にはいるのですが、半月から1か月半、職場で一生懸命やってきた、でも、当然うまくいかないこともたくさん感じてきて不安そうな表情の人もいます。

第3条と第4条では寸劇を見てもらいながら、こんな話をします。

☆♪☆♪☆♪☆♪☆♪☆♪

協会専属アクトレスたちによる寸劇

母と娘の会話 A

母：(暗い表情) ねえ、ちょっと聞いてよ。病院に行ったら、血圧が高いって言われて、ずっと薬を飲まなければいけないと言われたの。ショックでさ。

娘：だから、しょっぱい漬け物はやめろって言ってあったでしょ。言うこと聞かないからそういうことになるんじゃない。薬飲めばいいんでしょ、頑張るしかないじゃない。

母：・・・・・・(人が落ち込んでるのに、そんな風に言わなくても・・・・)

母と娘の会話 B

母：(暗い表情) ねえ、ちょっと聞いてよ。病院に行ったら、血圧が高いって言われて、ずっと薬を飲まなければいけないと言われたの。ショックでさ。

娘：あれ～～これまで何でもなかったのに、急にそんな風に言われたらショックだったよね～。お母さん、お医者さんも薬も嫌いだもんね～

母：そうなんだよ。(あんたに、しょっぱいもの控えろって言われていたのに、守らなかったもんね～・・・・)

娘：でも、お母さん！これで医者嫌いなお母さんにも主治医ができたということよね。な～んだ、良

かったじゃない。しょっちゅう健康チェックしてもらえて、これからずっと元気でいられるかもしれないね。私より長生きしたりして。

それに、あそこのお医者さん、イケメンだって評判だけど・・・(^_-)

母：そんなこと、考えなかったよ。そういえば(^_^);、お父さんより格好いいかも (^_^)v

辛い人を笑顔にしてあげたいと思ったら、励ます前に、いったんその辛さを受けとめてあげようよ、そして、その辛さはこんな素敵なことのおかげになる可能性があると思うよと伝えてあげられたらもっといいよね。それが、第3条と第4条です。

そして、もう一つ。あなた自身が辛いとき、辛さは一人で抱えなくて良いんだよ、ということなんです。

保育所の保護者会で講習をしたときに、「母子家庭の母です」という方から次のような感想をいただきました。

「子どもに対してすぐ怒ってばかりいました。どうしてかなと思っていたのですが、私自身に辛いことがたくさんたまりすぎていたんだと気がつきました。辛いことは誰かにしゃべっていいんだと聞いて、涙が出そうになりました。それがわかっただけで、今日から子どもにもう少し優しくできそうな気がします。本当にありがとうございます。(原文のまま)」

この講習に歩いていると、愚痴を言ったり、弱音をはいたりすることを「悪いことだ」「弱虫のすることだ」「だらしのないことだ」と思っている人が大勢いることに気付かされます。皆さんの中にもそういう人、いませんか。このお母さんのように辛さがたまりすぎていたとしたら、ほほえみは入っていかれない。辛さを少し外に出すことができたなら、出した後に空いた隙間にほほえみが入っていき、そんな気がしませんか。

弱音をはくことや、愚痴を言うという行為は、とても勇気のいることだと私は思っています。誰だって他人に対して自分のことを「何でもできるスーパーマン」だと見せたいと思うから。そうじゃない自分を他人に表明するなんて絶対勇気がいるんです。でも、やっぱり頑張ってもできないこともあるし、苦手なこともあるんですよね。一生涯、誰にも助けてもらわずに独りで生きることはどうしたってできないって経験的に思うから。だったら、上手に弱音をはいて、助けてもらいながら長くほほえんでいようよって思います。これは、皆さんに言いながら、春に転職になった私自身にも言い聞かせているんですけどね。(*^_^*)

以前、強い人になりたかったら弱音をはきなさいって教えてくれた人がいます。(団さんでしたよ、覚えていますか?) なんだか意外なことばでしょ。それは真実だと私は思っています。もし、みんなにも苦しいことがあったら、勇気を持って弱音を

はいてみようよ。そして強くなろうよ。

そうそう、弱音をはく相手にあなたは一方的に迷惑をかけていると思うかもしれないけれど、本当にそうかな。あなたが弱音をはく相手は、あなたの信頼を勝ち取った人なんです。あなたのおかげでその人は、自分には他人の手助けができる力があるということに気づけるし、それは本来その人の喜びになることなんだと思います。だから、ちゃんと感謝はしましょうね。あなたのおかげで助かった、ありがとうって。

さあ、そして最初に戻りますが、逆に勇気を出してあなたに弱音を聞かせてくれる人がいたら、あなたはその人に信頼されているんです。解決できなくてもまず受けとめてあげるところから始めましょう。そんな相互関係が、職場や家庭や地域にできたら、ずいぶん気持ちが楽になると思いませんか。それを皆さん自身から始めませんか。それが第3条と第4条でした。

☆♪☆♪☆♪☆♪☆♪☆♪

●ほほえみづくり

4月から約3か月。これを読んでいるあなたは、今、お元気ですか。

あなたの職場の、学校の、家族の新人さんは、ほほえんでいますか。

春の変化の時期です。もし、笑顔をなくしかけている人がいたら、ほほえみを引き出す関わりがなされた

らいいな、今回はちょっとそんなことを思って書いてみました。

辛いとき、それは私がそうだったように、チャンスの入り口かもしれません。

そんな風に考えられたらいいなと思います。

最近、「菜穂子さんって前向きですね～」と言われることが増えました。もともと、マイナス面ばかりを考えて、石橋を叩いて壊すまで渡らなかった人がね～と思うと何だか不思議な感じがします。でもきっとそれは、“不幸”と思われることに出会ったときに、これはどんな“幸福への入り口”だろうと考える癖が自分の中に定着してきたからだと思います。小さい心がけも、続けると、大きな変化になるんですね。

さあ、泣いたり、笑ったりしながら、全員寝ない、寝ることのできない（いろいろとやらせるので）新採用者研修1時間20分の一部を書いてみました。そして、この研修の最後には必ず、受講生の皆さんも一緒に「ほほえんで、笑って、あたたかく、ゆとりのある青森県づくり」を手伝って欲しいと伝えています。

そうしたら昨年度は、観光部門の新人だった受講生が、「観光連盟の関係団体の研修会に取り入れましょう。」と進言してくれて、県内のホテルの従業員、タクシー運転手さんたちへの研修などが実現しました。ちょっと素敵だと思うんです。そんな広がり方って。

皆さん、青森にお出でください。駅前で、ほほえみプロデューサーの運転手さんがお待ちしているかもしれません。♪

●コア笑いプロデューサーの悲劇(?)

さて、講習会の様子を見てもらいましたが、協会専属アクトレスは、もちろん、コア笑いプロデューサーと笑いプロデューサーとなった仲間たちです。ここには標準語で書きましたが、これはもちろん地元のことばで行われます。これがなかなかやっぱり浸透度がいいのです。すごく上手だったり、すごくズッコケだったり、いずれもいいですよ。（そんな感覚をみんなで共有できるまではそれなりに時間がかかりましたし、努力が必要だったんですよ。）

さあ、話を過去に戻します。平成19年度、私と一緒に「コア笑いプロデューサー講習会」を受講した33人の仲間たちは、4泊5日の講習会の最終日に高柳先生から、これから始まる各地区の「笑いプロデューサー講習会」に講師助手として参加するように要請されました。もちろん、事業開始段階でそういう構想ではあったのですが、私はドキドキです。嫌かな～行きたくないよな～大丈夫かな～みたいな。そこに参加しても、コア笑いプロデューサーに対しては、旅費も講師助手としての報酬費も何もないんです。自らの意志でこの取組に賛同するのよね！だか

ら一緒にやるんでしょ！行くわよ！というスタイルです。実は、4泊5日のコア笑いプロデューサー養成講習会に関しても、受講料は無料ですが、宿泊費は参加者負担をお願いしていました。講習スケジュールには、日中の講義が終わった後も、翌日までにチームで仕上げる宿題があり、参加者には「宿泊せずに通う」という選択肢は無いのに、です。その段階から、すでに参加者の意識は「お客様」ではなかったと言えるかもしれません。いずれにしても、次の笑いプロデューサー講習会への参加に関しては、高柳先生がそのカリスマ性を発揮し、強引に進めてくれました。みんな、いろいろな思いがあったかもしれませんが、その勢いに流されつつ、でもそのことをまんざら嫌でなく、心地よさそうに巻き込まれてくれる多くの仲間がそこにいました。そこはすごいです。天才のなせる技です。

そして、そんなコアの仲間たちの反応は、私たち事業担当者をさらに本気にさせたと思います。この人たちは裏切れない、大事にしたいと。

このやり方（旅費や報償費をかけずに、自らの意志で手弁当で参加してくれる仲間をつくること）を選択したことは、後にこの取組を県の事業から独立させ、継続的な取組とする時にも、大きな大きな本当に大きなポイントだったと思っています。旅費や報償費があるから行く、無くなったから行かない、というようなトラブルはよく聞く話です。それが

最初から無いのです。でもだからこそ、この取組が継続するためには純粹に、「参加した人が心地よい、意味があると感じる取組」である必要がありました。そのことに、この頃私がしっかり気付いていたかということ、まだまだぼんやりだったような気がします。私も、コアの仲間も、本当にこの取組の自分にとっての意味を実感できるようになるのは、まだもう少し後だったと思います。

こうやって書いてきてみると、走りながら初めて見えてきたことのなんと多かったことか。よく迷子にならなかったものだ、とつくづく思います。高柳先生の先導があったことはもちろんとても大きいと思います。それともう一つ、熱くなりやすく不安にもなりやすい私の弱音や愚痴を、他の3人のほほえみ隊が冷静に丁寧に聞き取って安定させてくれ、それからあきれずに、相談や議論に付き合い続けてくれたことが、何のために誰と何をするのか、そのことがぶれないために、とても大事だったのだと思えます。なんだかすごいことですね。綱渡りみたい。何一つ欠けても今の状態は無かっただろうと思えてきます。

さて、次回は笑いプロデューサー講習会を経験して、私たちがどう変わっていくのか、そんなことをお話ししたいと思います。びっくりするようなことが起こるんですよ、これがまた。