

登山



Nさん 県教育委員会・専門員・経験年数 21 年（教諭・17 年／市教委 3 年／県教委・1 年）

主に鹿児島県内の山を中心に、休日に登山を楽しんでいます。登山計画を立てて、登ったことのない山に挑戦することや山頂でのカップラーメン、登山後の温泉や下山メシなどを味わっています。

その取り組みはどのくらいの頻度で実施していますか。また、どのくらいの期間継続していますか。

行けるときには毎週という時期もありましたが、今は 2～3 カ月に 1 回程度です。登山歴は教諭時代から 20 年ほどになります。

その取り組みをはじめたきっかけを教えてください。

元々アウトドアは好きな方でしたが、2 校目に異動したときに、知り合いもほとんどいない地区だったので、何か休日にできる趣味を探そうと思い、特に難しい技術や道具なども必要なく挑戦できそうかなと始めてみたのが登山でした。はじめは、ハイキング程度の登山から始めてみて、すっかりはまってしまいました。

その取り組みにまつわるエピソードをできるだけ詳しく教えてください。

登山をしていると、知らない方とも挨拶をしたり、山頂で声をかけてもらったり（時には知らない方からおいしいおやつをお裾分けしてもらったり）することもあり、人の温かさを感じる機会が多くありました。季節によって自然の変化を体全体で楽しめることも登山のよさです。冬の九重連山では、冬場だけは山中の池が凍るので、池の上を歩いて渡ることができたり、夏場は汗をいっぱいかいた後に、山頂で持参したキンキンに冷えたアイスクリームを食べるなど、その季節にしか味わえない楽しみを見付けながら登山計画を立てて実行することが楽しいです。登る最中は、いつも「なんで登山なんてしているんだろう。」と後悔するくらいしんどいですが、山頂からの景色を見ると、そんな気持ちは全部吹き飛んで、しんどい思いをして登ってきた自

分をめいっぱい褒めてやりたい気持ちでいっぱいになります。

あなたにとって、その取り組みはどんな時間ですか？ また、その時間があなたの人生に変化やプラスになったことがあったら教えてください。

一言でいうと「リフレッシュ」の時間です。体いっぱい自然を味わうことや登山後の温泉などの至福の時間によって、心も体も整っている気がします。また、しんどい思いをしながら山頂まで歩き続けることができた自分を誇らしく思える機会にもなっています。さらに、学校現場での自然体験活動（宿泊学習や遠足など）での計画づくりにも登山の経験を生かすことができます。

仕事との両立で心掛けていることはありますか？ 特に仕事以外の時間をどのように作っていますか。また、その時間を作るコツや工夫していることを教えてください。

仕事から帰宅後に登山の計画を立てることで、休日に向けて楽しみな気持ちを持続させながら、平日の仕事も「休日の楽しみのためにがんばろう！」という気持ちが自然と生まれます。登山は基本的に朝早い時間から取り組むこともあり、昼過ぎには、自宅に戻ってくることもできるため、翌日からの仕事にも影響することなく楽しめています。

今後、仕事以外で挑戦したいこと、勉強してみたいこと、やってみたいこと、目標などがありましたら教えてください。

鹿児島県内だけではなく、日本全国の様々な山に挑戦してみたいです。月並みな目標かもしれませんが、いつかは、富士山に登ってみたいです。

これから教職員になる方に向けてメッセージをお願いします。

教師の仕事は、子どもとともに生き方を考えたり学んだりするものだと思います。よりよい生き方を追い求めるためには、夢中になれるものをもっていることが大切です。そして、夢中になれるものがあれば、そうでないことも頑張る原動力を生み出すことができます。自分の好きなことに一生懸命な人は、とても魅力的だし、魅力的な人に、人はあこがれるものです。ぜひ、夢中になるものをもった魅力ある人になって、子どもたちからあこがられる存在になってください。

仲間の先生方に向けてもメッセージをお願いします。

繰り返しになりますが、夢中になるものをもっている人は魅力的です。どんなことでもいいので、夢中になれる時間を創り出すことで、人としての魅力が高まり、自分らしさが磨かれていくと思います。魅力あふれる教職員が増えれば、鹿児島の教育ももっともっと魅力的なものとなるはず。自分の気持ちも盛り上げながら、ともに鹿児島の教育も盛り上げていきましょう！