

看護師たかこの

すこやか生活

2020年1月

「新年あけましておめでとうございます」 今年の3が日は透き通った青空が広がっていました。家族で楽しいひと時を過ごされたことと思います。私は久しぶりにゆっくりとした時間を持つことができました。

1月8日のニュースでトヨタが未来都市（AI・ロボット・持続可能エネルギーの実証都市「Woven City」）の建設を発表していました。近未来の映画や鉄腕アトム時代に出てくるような都市です。ロボットと共存し、運転手がない電気自動車が自動で走り、電力は自然のなかで賄える都市です。今の子どもたちが「生きる」であろう世界は、現在生きている私たちとは全く違う世界になるでしょう。今の考え方が通用しないかもしれません。最近のニュースでは、AIをどう活用するかがテーマであるものがよく報道されています。私が長く働いていました看護師の世界でもAIをどう活用するかが研究テーマに上がるようになりました。少子高齢社会が進む日本において、日本という国自体どのようになるかわかりませんが、それでも人は生きていかなければいけません。現在ある職業が未来ではなくなっているかもしれません。勉強しようと思っていた技術が使われなくなってしまうかもしれません。未来を見つつ、人は生きるために、生き抜くためにどうしたらよいか。このようなことを考えていたら、元オリンピック陸上ハードル選手の為末大氏が、「生き抜くチカラ」という親子で読む本を書いているのを見つけました。為末氏は4歳の子どもをもつ親でもあります。「どうすれば人は、自由に、しなやかに生きていけるのか」を等身大のことばで発信しています。サブテーマは「ボクがキミに伝えたい50のことば」として、子どもに伝えたいことばが書かれています。子どもがこれから生きていくには山あり、谷あり、現在を生きる私たちが想像できないようなことがあるでしょう。その中で人が生きるためには本質を見失わないようにしたいものです。子どもを育てている人は、いろいろなことに振り回されず、「人が生きていく力」を授けてください。「自分で考える力」「日常生活を送れる力」が私は大切と思います。



新たな2020年今年にはオリンピックが東京で開催されます。昨年同様多くの外国人が来られます。オリンピック選手を応援しましょう。この宮河内から未来のオリンピック選手がでるかもしれません。

親子で今年の目標を掲げましょう。大きい目標より小さい目標を、達成できそうな目標を立てましょう。なかなか達成しないより「達成感」をもてることが重要です。

たかこ