私のネクストステージ
—退職者への質問状—
Vol.55

健康の秘訣となり、出会いという宝物を得た「観光ボランティアガイド」

元公立小学校・中学校養護教諭
大酒 裕子さん（68歳）2017年退職

【おおさけ・ゆうこ】1955年、岡山県笠岡市出身。大学の養護教諭養成課程で学び、卒業後は大阪府豊能町の公立中学校で養護教諭に。結婚後は大阪府北部にある箕面市に移り住み、公立の小学校・中学校で勤務した。定年してから2年間の再任用を経て、現在は通信制の高校に週1回勤務している。

——大酒さんは現役時代、公立の小・中学校で養護教諭をされていたそうですが、定年後のことはどのように考えていたのですか。

50代後半から漠然と何か社会に役立つことをしてみたいと思っていましたが、具体的なことは考えていませんでした。定年を迎えてからは、再任用で働きながらプライベートで市内の学区ごとにある「地区福祉会」に所属し、一声訪問員として一人暮らしの高齢者の見守りをしたり、毎週開催される生き生きサロンのスタッフとして活動をしていました。

——お住まいの大阪府箕面市では観光ボランティアガイドもされているんですよね。興味を持ったきっかけは、何だったのでしょう？

普段、体をしっかり動かす機会があまりなく、何かスポーツをしたいという思いがずっとありました。ある日、市の広報誌で「箕面観光ボランティアガイド」が主催するハイキングの紹介記事が目に留まりました。もともと歩くことは好きだったのでハイキングに参加してみると、山歩きの楽しさもさることながら、ガイドの皆さんの解説や話に引き込まれまして。何度か参加しているうちに、地域の歴史や植物にも興味が湧いてきました。

そこからボランティアガイド養成講座に申込み、必要な知識の習得と半年間の実地研修を経て、箕面観光ボランティアガイドの仲間入りをすることになったのです。

——「箕面観光ボランティアガイド」とは、どのような団体なのですか。

箕面市観光協会が認証した、自主運営のクラブ組織です。現在72名いるメンバーは男女比が半々くらいで、年代は40代から80代と幅広く、職種も様々です。

——具体的には、どのような活動を？

市内には国定公園をはじめ緑豊かな自然とたくさんのハイキングコースがありますし、古い寺社や史跡、歴史街道も残されています。それらを、ハイキングしながらお客様に案内し、解説するのが箕面観光ボランティアガイドの役割です。

ハイキングには毎月開催する「オープンハイキング」と、季節の植物観察や箕面の史跡などテーマを設け参加人数を限定して年に数回開催する「募集型ハイキング」があります。どちらのハイキングでも、メンバーが班長、副班長等の役割を担ってガイドしますし、入念な下見もします。また、ご家族やお友達同士などのお客様をご希望に添ってガイドする「オーダーメイドハイキング」も行っています。そんなことから、私も週1～2回は山歩きをしています。

——大酒さんはガイドされるにあたり、何かこだわりはあるのですか。

地域に自生する植物や古い寺社の歴史、史跡をお客様にわかりやすく伝えることにはこだわっています。そのため、図書館で資料を調べたり、先輩方から教えてもら

ガイド仲間とはプライベートで出かけることもある

多様なハイキングコース

ガイド仲間たちとの出会いが人生を豊かにしてくれた

観光ボランティアガイドになってから
箕面の歴史や史跡に詳しくなった

オーダーメイドハイキングで班長を任されることも

ったことを自分の言葉に置き換えておくなど、事前の準備が欠かせません。そうやって知らないことを知るのは楽しいですし、自分が楽しいと思えたらお客様にもその気持ちが伝わるような気がしています。

観光ボランティアガイドをしていると、お客様と一期一会の出会いがありますし、「楽しく、気持ちいい一日でした」「良い思い出になりました」「また参加したいです」など嬉しいお言葉も頂きます。それらは喜びであり、やりがいを感じるところです。

――観光ボランティアガイドを始められて、ご自身の中にどんな変化がありましたか。

40年間住んでいたにもかかわらず、地域のことをほとんど何も知らなかった私に、驚くほど詳しい知識で丁寧に教えてくれるガイドの先輩方や心優しいガイド仲間との出会いは、私の宝物となりました。

地域のことを知り、山好きや植物好きの知り合いが増えたことで、自分の住む街がますます好きになり、毎日の暮らしが楽しくなりました。そんな大好きな街を、もっとたくさんの人に知ってもらいたいと思うようにもなりました。お客様やガイド仲間と会話をしながら、落ち葉を踏みしめ、木漏れ日を身体に感じながらの山歩きは、私にとって最良の健康の秘訣でもあります。身体が許す限り、続けていきたいと思っています。

――今後やりたいことは？

自宅でも、学校でも、職場でもない第三の居場所「サードプレイス」を立ち上げることです。そこに行けば、誰かと気軽に話ができて、何だか心がほっこりし、また頑張ろうと思えるような場所を、仲間と一緒につくれたらと思っています。

私は現在、通信制の高校の保健室に週1回勤務していますが、来室する子どもたちから「保健室ってすごく落ち着くし、気軽に話ができて、なんかホッとする。次の授業も頑張って受けようって思えるし」とよく聞いているので、いつの日か、地域のどこかにそんな場所をつくるのが夢です。

――最後に読者へメッセージをお願いします。

豊かで充実した人生を送るには、健康もさることながら、「人との繋がり」が欠かせません。現役時代は勤務先から立場を与えられ、肩書によって人と繋がることが多いでしょう。しかし、ひとたび勤務先を離れてしまえば、肩書は無くなり一人の人間として真価が問われます。そうなった時、どれだけの人と繋がっていられるでしょうか？そう考えると、現役のうちから自分の立場に甘んじず、一人の人間として人との関係を築いておいてほしいと思います。その繋がりはさらなる繋がりへと発展し、その交流の中で充実した人生が送れ、より大きなことを実現できるかもしれません。

読者の皆さんも、人生に彩りと豊かさを添えてくれる「人との出会いと繋がり」を大切にしてください。