

私の新しい挑戦

URL : <https://youtu.be/nwDycORUksk>

今回は「私の新しい挑戦」を学びながら、日本語を勉強しましょう。
この動画は、前半は少しゆっくりのスピードで、漢字には「ふりがな」があります。
後半は少しだけ速くなり、漢字に「ふりがな」はありません。学習にお役立てください。

■自己紹介

私の名前は高木なおきです。今は新潟の小さな村で暮らしています。年齢は37歳です。もともとは東京で会社員をしていました。
毎日、パソコンに向かって仕事をして、夜は終電で家に帰る生活でした。仕事は順調でしたし、大きな不満はありませんでした。

でも、心のどこかで「このままでいいのか」と思うようになりました。仕事が終わって家に帰っても、何もしたくない日がふえていきました。
あるとき、休日に外に出る気力もなくなっている自分に気がきました。そのとき、初めて本気で自分の生活を変えたいと思いました。

33歳の春、私は東京を離れる決心をしました。移住先に選んだのは、新潟の山あいにある小さな村です。そこには、学生のころ旅行で訪れた思い出がありました。あのとき見た自然の風景が忘れられず、いつかまた行きたいとずっと思っていました。

当時の私は、仕事をやめることにも、都会を離れることにも大きな不安がありました。でも、それよりも「今のままの生活を続けたくない」という気持ちの方が強かったのです。新しい土地で、新しい生き方をしてみたい。そう思ったのが、すべての始まりでした。

■はじめての田舎暮らし

にいがた むら つ ひ はる ひかり ひ そら ひろ くうき
新潟の村に着いた日は、春の光がまぶしい日でした。空が広くて、空気がとてもすんでいました。

まわりは やま た かこ とり こえ き わたし
まわりは山と田んぼに囲まれていて、鳥の声しか聞こえませんでした。私は、
おも ふか いき す
思わず深く息を吸いこみました。

す ばしょ あ や ふる き いえ とかい み おお
住む場所は、空き家をなおした古い木の家でした。都会では見たことのない大きな「かまど」がありました。

「かまど」は、 かし にほん いえ りょうり どうぐ
「かまど」は、昔の日本の家にあった料理をするための道具です。
き も ひ うえ なべ お つか いま あい
木を燃やして火をおこし、その上に鍋を置いて使います。今のガスコンロやIHのような役割です。

あさ とり こえ め さ よる そと ほし み
朝は鳥の声で目が覚め、夜は外がまっくらで星がよく見えます。
でんしゃ いち じかん いっばん き くま さんじゅつぶん
電車は一時間に一本しか来ません。スーパーまでは車で30分かかります。

とうきょう せいかつ なに かんが べんり て はい
東京での生活は、何も考えなくても便利なものが手に入りました。でも、この
むら ひと ひと てま か だ さいしよ
村では、一つ一つに手間がかかります。買いものも、ゴミを出すのも、最初は
あたら たいけん ふしぎ おお ふあん
すべてが新しい体験でした。それでも、不思議と大きな不安はありませんでした。
ふべん じかん なが かん
たしかに不便でしたが、そのぶん時間がゆっくり流れているように感じました。

ちい へんか き じかん う かぜ おと くさ
小さな変化に気づく時間が生まれたのです。たとえば、風の音や草のにおい、
ひ ひかり とかい き こころ
日の光のあたたかさ。都会では気にしなかったことが、心にしみました。
むら せいかつ わたし あたら まいにち あたら いま
この村での生活は、私にとって新しい毎日でした。そして、その新しさが、今
じぶん よろこ
までの自分にはなかった喜びになっていきました。

■地域の人たちとの出会い

むら き わたし すこ きんちょう し とち し あ
村に来てすぐのころ、私は少し緊張していました。知らない土地で、知り合いもいないからです。

みち あ ちいき ひと すこ とお み かん
道で会っても、地域の人たちは少し遠くから見るような感じでした。「この人、
なんでき きたの？」という目で見られているように思いました。

わたし じぶん
でも私は、できるだけ自分からあいさつをするようにしました。

「おはようございます」「こんにちは」と声をかけて、にっこり笑うようにしました。
毎日続けていると、少しずつ返事が返ってくるようになりました。

ある日、家の前で畑仕事をしていたおじいさんに「田植えを手伝わない？」と声をかけられました。
私はすぐに「やってみます」と答えました。それが、この村での生活が変わるきっかけになりました。

田植えの日は、朝からたくさんの方が集まりました。私はやり方を教えてもらいながら、泥の中で苗を植えました。
お昼には、みんなで持ちよったお弁当を食べました。話をして、笑って、一緒に汗を流すことで、心の距離が近くなっていました。

その日から、私に声をかけてくれる人が増えました。「困ったことがあったら、いつでも言ってね」と言ってもらえるようになりました。

この村の人たちは、知らない人をすぐに仲間にするわけではありません。でも、いっしょに時間をすごせば、ちゃんと受け入れてくれます。

時間はかかりましたが、今では困ったときに声をかけ合えるような、助け合える関係になれました。

■はじめての農作業で知ったこと

田植えを手伝ったあと、私は畑の作業も少しずつまかせてもらえるようになりました。

最初にやったのは、土をほぐす作業でした。スコップを使って、かたい土を何度もひっくり返します。思ったより力がいりました。
土をさわっていると、頭の中がからっぽになるような気がしました。

何も考えずに、手を動かすだけの時間は、とてもすっきりします。スマートフォンもパソコンもない。そう感じたのは初めてでした。

作業のあとは、体がとても疲れます。でも、疲れ方がいつもとちがいました。

かいしゃ はたら ころ からだ おも つか と
会社で働いていた頃は、体が重く、なかなか疲れが取れませんでした。

でも、はたけさぎょう あと つか
でも、畑作業の後の疲れは、スポーツをした後のような気持ちよさがありました。
た。よる ねむ あさ しぜん め
た。夜はぐっすり眠れて、朝は自然と目がさめます。

ある ひ じぶん う やさい はじ しゅうかく ちい あか
ある日、自分で植えた野菜を初めて収穫しました。小さなトマトが赤くなっ
ているのを見つけたときは、うれしくて声が出ました。

そのトマトをいえ も かえ き なに た
そのトマトを家に持ち帰って、切って、何もつけずに食べました。
すっぱくて甘くて、自分の手で育てたことを思うと、涙が出そうになりました。

わたし かね か たっせいかん し
私はこのとき、「お金では買えない達成感」というものを知りました。どれだ
け時間がかかっても、自分でやったことに意味がある。

やさい そだ てま きも
野菜ひとつを育てるのにも、たくさんの手間と気持ちがこもっていることを、
からだ まな
体で学びました。

■ いじゅう しえん せいど であ 移住支援制度との出会い

とうきょう で き わたし しごと す ばしよ
東京を出ると決めたとき、私は仕事も住む場所もありませんでした。
こころ なか ほんとう ぶあん
心の中には「本当にやっていけるのだろうか」という不安がありました。

そんなとき、インターネットで「いじゅう しえん せいど ことば み
移住支援制度」という言葉を見つけました。

にほん とうきょう おお とし ちほう いなか ひ ひと
日本では、東京のような大きな都市から、地方や田舎に引っこす人のために、
さまざまな しえん せいど
支援制度があります。
とし ちほう ひ ひと せいかつ じゅんぴ しごと てつだ
都市から地方へ引っこす人のために、生活の準備や仕事さがしを手伝ってくれ
る制度です。

わたし し まどぐち い てつづ ひつよう おし
私は市の窓口に行って、どんな手続きが必要なのかをくわしく教えてもらいま
した。この制度のおかげで、家を見つけたり、新しい生活を始めたりするとき
に、とても助けられました。

しごと し しよくいん かた ちいき かいしゃ しょうかい
仕事をさがすときにも、市の職員の方が地域の会社を紹介してくれて、スムー
ズに働きはじめることができました。

いじゅう しえん せいど あたら ばしょ せいかつ はじ うし
移住支援制度は、新しい場所での生活がうまく始められるように、そっと後ろ
から支えてくれる存在です。

わたし ぜんぶ じぶん おも こま き
私は「全部自分でなんとかしなきゃ」と思っていたのですが、「困ったらまた来
てくださいね」という言葉に、とても安心しました。

せいど し いじゅう おお ちょうせん すこ
この制度を知ってから、移住という大きな挑戦が、少しずつ「できそうなこと」
に変わっていきました。

し とち あたら せいかつ はじ ささ ほんとう
知らない土地で新しい生活を始めるには、こうした支えがあることが、本当に
心強いと感じました。

かいがい き ひと おし
■海外から来た人が教えてくれたこと

ひ むら あつ ひとくみ がいこくじん ふうふ であ ふたり
ある日、村の集まりで、一組の外国人夫婦と出会いました。二人はフランスか
ら来たそうです。

むら す ごねん い わたし すこ
この村に住んで、もう5年になると言っていました。私は少しびっくりしまし
た。なぜ日本のこんな田舎に、外国の人がいるのだろうと思ったからです。

ふうふ むら ちか そだ ちい
その夫婦は、村の近くでハーブを育てながら、小さなカフェをひらいています。
お店には、手作りのケーキと温かいお茶があり、地域の人たちがよく集まって
います。カフェの中は、いつもやさしい空気に包まれています。

「どうしてこの村に来たのですか？」と聞いたとき、夫婦は「この場所には、
安心して生きられるあたたかさがある」と答えました。

「たしかに都会は便利だけど、ここには人のぬくもりがある」とも言っていま
した。

わたし ことば むね にほんじん じぶん き
私はその言葉に、胸をうたれました。日本人の自分が気にもとめていなかった
ようなことを、外国の人が大切に感じていることに気づかされたからです。

はな ひと ひと あいだ おも
ゆっくり話すこと、人と人の間にある思いやり。そういったものが、ここには
自然にあります。

この出会いを通じて、私はあらためて「この村に住む意味」を考えました。

日本の田舎には、言葉や文化のちがいをこえて、誰かの心を動かす力があるのだと思いました。

■日本の暮らしの中にあるやさしさ

村での生活に少しずつなれてきたころ、私は毎日の中にある小さなやさしさに気がつくようになりました。

たとえば、ある日の夕方、玄関の前に野菜が置かれていました。手紙も名前もありません。ただ、かごの中に、きれいなナスときゅうりが入っていました。

あとで近所のおばあさんが、「うちでたくさんとれたから」と教えてくれました。お礼を言うと、「そんなのいいんだよ」と笑っていました。見返りをもとめない、さりげない思いやり。

それが当たり前のようにあるのが、この村です。

冬のある日、雪がつもってとても寒い朝のことです。いつもあいさつをするおじいさんが、「これ、よかったら」と言って、手編みの手袋を渡してくれました。

その手袋は少し大きかったけれど、手にあたたかさがしみわたりました。

こうした出来事は、どれも、小さなことばかりです。でも、その一つひとつが、心に残ります。そして、それがこの土地で暮らしてよかったと思える理由の一つになりました。

私は都会にいたとき、人との関係がうすくなっていたように感じていました。でも今は、たとえ言葉がなくても、誰かが自分を気にかけてくれていると感じます。

そんな日々の中で、日本の文化には「形に見えない思いやり」があると知りました。

■ 自分の中で変わったもの

新^{にい}潟^{がた}の村^{むら}で暮^くらしはじめて、4年^{よねん}がたちました。ふり返^{かえ}ってみると、自分^{じぶん}の中^{なか}で変わったことがたくさんあります。

一番^{いちばん}大きいのは、自分^{じぶん}のことを前^{まえ}よりもすなおに受けとめられるようになったことです。

東京^{とうきょう}にいたころの私^{わたし}は、いつもまわりと比べ^{くら}てばかりいました。仕事^{しごと}ができる人^{ひと}や、評価^{ひょうか}されている人^{ひと}を見て、自分^{じぶん}には何^{なに}がたりないのかと考^{かんが}えていました。

でも、村^{むら}での生活^{せいかつ}では、比べ^{くら}る相手^{あいて}がいません。目^めの前^{まえ}にある畑^{はたけ}や天気^{てんき}、そして自分^{じぶん}の体調^{たいちょう}と向きあう毎日^{まいにち}です。その中^{なか}で、私^{わたし}は「人^{ひと}と同じでなくてもいい」と思^{おも}えるようになりました。

今^{いま}では、自分^{じぶん}の好き^すなことや大事^{だいじ}にしたいことが、少し^{すこ}ずつ見^みえてきました。人^{ひと}の話^{はなし}を聞^きくときも、あわてずにゆっくり耳^{みみ}をかたむけるようになりました。東京^{とうきょう}では、早^{はや}く答^{こた}えることや、正^{ただ}しい答^{こた}えを出^だすことが大事^{だいじ}でした。でも今^{いま}は、まず「相手^{あいて}の気持^{きもち}ちを知^しりたい」と思^{おも}うようになりました。

そして、毎日^{まいにち}の中^{なか}にある「当^あたり前^{まえ}」に、感^{かん}謝^{しゃ}するようになりました。朝^{あさ}の光^{ひかり}、鳥^{とり}の声^{こえ}、雨^{あめ}のにおい。そうしたもの^{もの}に気^きづくことが、心^{こころ}をあたたかくしてくれます。

今^{いま}、私^{わたし}は村^{むら}の子^こどもたちと一緒^{いっしょ}に野菜^{やさい}を育^{そだ}てています。学校^{がっこう}の小^{ちい}さな畑^{はたけ}で、土^{つち}のさわり方^{かた}や、苗^{なえ}の植^うえ方を教^{かた}えるボランティアをしています。子^こどもたちの笑^{えが}顔^おを見^みると、「自分^{じぶん}のやってきたこと^{こと}に意^い味^みがあった」と思^{おも}えます。

■ 挑戦^{ちょうせん}してみたいあなたへ

新^{あた}しいこと^{こと}に挑^{ちょう}戦^{せん}するとき、不安^{ふあん}はつきものです。うまいかなかったらどうしよう、まわりにどう思^{おも}われるだろう。私^{わたし}も、東京^{とうきょう}を出^でて村^{むら}に來^くるとき、何^{なん}度もそう考^{かんが}えました。

でも今、はっきりいえることがあります。それは、「何もしないことの方が、もっとこわい」ということです。

挑戦する前は、できるかどうかばかりを考えていました。でも、一歩ふみ出したことで、たくさんの出会いや学びがありました。たとえ小さな一歩でも、自分でえらんだ行動には、意味があります。

私は農作業も、地域の人との交流も、最初は何も知りませんでした。でも、やってみてから、わかることがたくさんありました。

移住という選択は、大きく見えるかもしれませんが、それは自分の人生の可能性を広げる、ひとつのきっかけです。

もちろん、みんなが田舎に行く必要はありません。でも、「ちがう道をえらんでもいい」と思えることは、大事だと思います。

あなたの心の中にも、「本当はやってみたい」と思っていることがあるかもしれません。その小さな声に、ぜひ耳をすませてみてください。もしも、少しでも動いてみようと思えたら、きっとあなたの世界は変わっていきます。

私の経験が、あなたの一歩の参考になればうれしいです。

「私の新しい挑戦」はいかがでしたか。
コメント欄から感想をみんなに教えてください。

それでは、また別の動画でお会いしましょう。



Japanese-listening-SUSHI

