

短歌表現（Ⅲ）

—コミュニケーション技術における学習効果の検討—

土 永 典 明

Tanka Practice (Ⅲ) : Composing poems of daily life and nursing care

Noriaki Tsuchinaga

はじめに

介護福祉士養成教育のなかでの「コミュニケーション技術」という科目で、筆者は短歌の指導を行っている。その狙いは、国語の基礎学力の上に、考察力を育て語彙力を豊かにすることにある。さらに次の段階として、自分の考えを他者に伝える力を養成するために、表現力を重視するように指導している。昨今、学生の生活体験の不足が指摘されて久しい。そこで、筆者は、その指導の中で、まずは周囲をよく観察し、感じ取る力を豊かにするために、NHKの「介護百人一首」や東洋大学「現代学生百人一首」の作品を学生に吟味させている。その上で、「コミュニケーション技術」の授業の折に学生をグループに分け、グループで好きな歌を選び、その理由とどの部分が心に留まったかを発表させている。

学生の短歌作品は小冊子にまとめて配布している。また、青空祭（学園祭）の地域交流作品展で介護福祉コース1・2年全員が短冊に書いて作品を発表するなど、短詩型文学の短歌ならではの長所を生かした取り組みを行っている。また、この指導では、学生たちが互いに作品を鑑賞して、個々人の視点を認め合う利点があることも教育として見逃せない。「コミュニケーション技術」の表現教育では、言葉の選択、作品構成でも、短歌を詠むことでその後の介護実習記録の指導に役立つことが多い。

作歌指導を通じて、筆者は1年生の初めての实習が如何に不安の中で行われているのかがよく分かった。また、利用者からの感謝の言葉が、きっと学生の今後に勇気を与えてくれると思う。2年生においては実習の経験を増し、回を重ねるごとに洗練された表現になっているように感じた。

今回学生が利用者からもらう「ありがとう」という言葉には、学生たちの達成感、満足感、やる気、充実感を引き出す魅力があることを痛感した。そこに、自分にしかないエピソードが加わると印象的な歌になることを実感した。利用者の言葉や表情、手のしわ、口癖などよく観察されているものは、筆者にも映像として感じることでとても胸が温かくなった。さらに学生に望むことは、実習時の思い出という漠然としたものではなく、より細かい観察をすることで歌にもそれが生かせるかということである。さらに、学生の日常生活を詠ったものにも、友達との交流や親元を離れて生活している学生の息吹が感じられた。

本稿では、「コミュニケーション技術」における作歌指導による教育効果について考察する。

I 短歌の作り方

近代以降の短歌は自然に触れ、生活の場で、また社会の流れの中であって、人間の心の在り様を表現したものである。それは、すべてが抒情であるとも言える。しかし、短歌の世界では対象の捉え方を、叙景歌（自然の風景等を詠んだ歌）、叙事歌（事実をありのままに述べた歌）、抒情歌（感情、感動を述べ表した歌）という分け方をしてきた。便宜上直接的に短歌の対象となった事柄を捉えて、何々詠という呼び方をしている。

このように短歌は、人の感情や感動を伝える抒情詩なので、事実や情報を伝える記事や報告ではなく、意見や研究を述べる評論や論文でもない。つまり詩（韻文）であって散文ではないのである。議論や説明ではなく、詩情があるかどうか、心の波立ちが出ているかどうかということである。

短歌では、一首にひとつの心情だけを読み込むようにする。たとえば一番鮮やかに心に残ったこと、胸の高鳴りを覚えたことなどを思い出してみる。また、自分の身の回りを振り返ってみるのもよい。そして、日常を観察する場合情景ばかりではなく、自分の内部の観察も必要である。さらに、観察したことを、自分の言葉で書き著してみる、そこで始めて自分のものになる。また、一つの素材でさまざまな角度から歌うとき、連作という方法がある。なんとといっても31音なので、一首に盛り込むことのできる心情には、限度がある。何首かに分けることで、一首をすっきりさせることができる。

普段の生活の中で、断片でもいいので歌を思いついたらメモをしておくと、落ち着いた後で、ゆっくり短歌を詠むことができる。人間が生きていること自体が大切であるように、短歌とは、人生そのもの、人間そのものということが言える。

筆者が学生の短歌を推敲する場合、言葉の選び方、並べ方、リズムの取り方などを吟味して、歌の姿を整えている。さらに、わかりにくい表現をわかりやすく、あいまいな言い方をくっきりと鮮明に、自分の心に一番ぴったりした表現に整えている。

II 短歌の基本を推敲

1. 定型（5、7、5、7、7）字数を整える

まず、定型に当てはめて短歌を作り朗読してみる。定型に当てはめる心地よさというものがある。また、定型に当てはめるためには当然言葉を選ばなければならない。もちろん字余りや字足らずは初句、結句に限らず5句の様々な場所で行われることもある。ただし、基本をしっかりと学ぶことが大事である。なお、小さな「っ」のような濁音や「一」のように伸ばす長音の場合はこれで1文字になる。ただ、「ょ」や「ゃ」のような蜀音は前の文字と1対で1文字になる。たとえば「チョコレート」の場合は「チョコ」で1文字になるわけである。

短歌は歌い上げるものである。口に出すと短歌のリズムがわかりやすい。特に初心者は、最後が（7、5）になるケースが多いので注意した方がよい。定型に収まっていない歌について、多い場合に字余り、少ない場合に字足らずと言う。定型にする努力を尽くした後、どうしても定型にできない場合は字余りにする。たとえば、字余りにしないと内容が正確に伝わらない場合や、調子が崩れる場合には、字余りはやむをえない。特に外来語や固有名詞を詠む時に多くみられる。そして、言葉の並べ方に注意し、心にじっくり来るリズムに整えていく。

2. 歌意を伝える

情景、心情が読み手（第三者）にイメージしやすいかどうかを推敲時に確認するとよい。自分の中で

は描けているけれど、伝え切れていない場合がある。「嬉しい思い」か「辛い思いか」伝わるとよい。日々のつぶやきや思いを短歌という形式を通じて表現することで、心の浄化作用をもたらすことができ、ここに創作が持つ一つの効用がある。

3. 動作の主体が誰かはっきりする

主体（誰の動作か）が分かると第三者にも理解しやすくなる。その時には動詞に気をつける。

4. 心情を表す直接的な言葉を使わない工夫は、おもしろい歌になる

直接的な表現をできるだけ使わない。直接的な思いを言葉にせず伝える方法を考えると、おもしろい歌になる。綺麗だ、楽しい、嬉しい、悲しいという表現ではなく、どのように嬉しかったのか、悲しかったのかを具体的に詠む。歌意が伝わるように整理する。嬉しさや悲しさ、楽しさを感じていることが滲み出ている情景や表情を切り取る。

短歌は内容を伝えるだけではなく、情感や余韻や音、リズムをも楽しむものなので、すべて内容を言い切らない。できるだけシンプルにして、リズムや言葉の音感を大事にしていく。

5. 助詞の使い方で明確にできることがある。助詞をつけ加えただけで、内容が明確になる。推敲時にその点を様々な角度から変えてみても、おもしろいと思う。

6. 同じ語を使わない

同じ言葉を避け、片方を別の言葉で置き換える。

7. 結句（第五句）のまとめ方

歌の中心になるところは結句にすえるほうが落ち着いた歌になる。どのように結んでもよい。しかし、実際の短歌では、助動詞・動詞・形容詞など用言の終止形で終わるもの、名詞・用語の連体形で終わるもの、助詞で終わるものなどが比較的多い。

話し言葉そのままのような内容でも、感性さえあればいくらかでも素敵な歌に仕上がる。短歌はもともと、文語調で詠むのが基本でその中に口語調を取り入れたりすることはあったが、近年では反対に口語調から短歌を始めて、徐々に文語を学んでいくという流れに変わってきている。したがって、初心者は無理に文語の堅苦しい歌にこだわらず、口語調で気軽にはじめるのもよいと言える。

その他に自分ですべてを言い切らず、歌の中に余白を残すことでその短歌を詠んだ人が独自に解釈するということもできる。短歌は事実だけを詠まなければいけないものでは決してない。時には、まったくの空想や妄想の世界に自分自身を置いて詠んでみるのもいいかもしれない。また、事実にとこだわると、かえって本当の気持ちが言えないということも現実生活の中に発生することがある。そういう時にもフィクションや想像力による歌は力を発揮する。しかし一方、フィクションや想像力だけに頼りすぎた歌は、ややもすると独善的でわかりにくい印象を読者に与えてしまう。

短歌を作るのに悩んだときには、自然詠を詠むとよいと言われる事がある。自然詠とは、短歌を詠む時、その対象となる事物としていわゆる山川草木、花鳥風月等の自然を読み込んだ歌のことを言う。短歌の対象を分類する概念で、人の生活する場である社会と社会に対する認識等を詠んだいわゆる社会詠と対照される分野である。短歌に詠む特別な出来事が思い浮かばなくても、家族や友人に普段は伝えられない思いを語りかける言葉として歌に詠んでみるのもよい。家族を歌うのは、毎日顔を合わせているだけにかえって難しいところがあるが、それだけに当たり前のところに新しい光を当てる工夫が必要である。

Ⅲ 推敲例

1. 実習中何度もわたし救われたやっばりあなたは目標の人
で
*誰がどうしている状況かを整理するとよい
2. ドライブし車をぶつけ涙した親は怒らず「怪我はなかった？」
涙顔 ないのか
3. 初めてのみんなで作る折り紙で大きな紙にひまわりを
5.7.5.7.7の定型を守る
4. 最終日利用者さんの一言に日々思い出し涙浮かべる
どんな一言？
5. 五日間実習終えて「あいたた！」笑顔を思いすぐ傷癒える
誰の？
6. 長い道一番辛い経験を味わった時支えてくれた
誰が？
*時間経過がどの時点の歌か分かりにくい
7. 春風の桜舞散る花びらはゆらりゆらりと地に寄り添う
いぬ→過去を表す助動詞・・・した
8. 「ごめんね」の言葉1つもいらないよ僕がほしいのは「好き」の一言
いる
9. よく笑い何を言われよ笑うだけ笑う門には福きたる
*同じ言葉が重なっているので、言い換える。重なりは避ける
どんな言葉で言われたのかを短歌に入れるとよい
10. 大荷物小さな体で運ぶ君妊婦の母気遣うヒーロー
吾子 母を
11. 「彼氏欲しい」「じゃあうちに来い！」利用者のプロポーズに思わずどきり
利用者が「彼氏欲しけりゃうちに来い」 され
12. 「また来なせ」あなたの言葉嬉しくて泣きそうになる帰りの電車
帰宅電車
*直接的な表現がないけれど、人にその想いが伝わる歌である
13. 手を握り笑顔で話す利用者の笑った顔が祖母に似ていて
*同じ言葉が重なっているので、言い換える。重なりは避ける
↓
手を握り楽しく話す利用者の弾ける笑顔祖母に似てをり
をり・・・補助動詞のラ変形 「～している」
14. 父の日にビールグラスをあげたよねにやけた口を隠せてないよ
プレゼント
15. 学校ですれ違うだけで嬉しくていつもあなたを探してしまう
たび

16. 「ららららだ、ららだだらだ、らだらだ！」呂律がうまく回らない

7、7にする

*擬音化しているところが興味深い

Ⅳ 短歌でつづる学生の日常生活

1) 介護

- 利用者女子会開き盛り上がる夫の愚痴や理想のタイプ
 (講評) 歳を重ねても薄れることのない女性の会話。若者である作者と利用者が、喜びを共有する思いが伝わってくる。
- 眉毛寄るそして時には手を握る喋れなくても伝わる気持ち
 (講評) 言語的コミュニケーションが図れない利用者である。作者は表情やスキンシップから、利用者の訴えを読み取ろうとしている感じをうまく表現している。
- 利用者の笑う顔見て思い出す私の好きな祖父祖母の顔
 (講評) 作者が利用者と話していると、「まるで、自分の孫のようだ」と笑って答えてくれた。その時に、いつも遊びに行く祖父祖母の顔が浮かんだ。
- 寄り添って手を握り合い笑いあう会話がなくても伝わっている
 (講評) 作者は、失語症の利用者とのコミュニケーションで悩んでいた。職員のアドバイスにより、非言語的コミュニケーションにたどり着いた。
- 実習中毎日必ず自己紹介その都度言われる「いい名前だね」
 (講評) 毎日話をしてきた利用者に、「誰さんだっけ」と名前を聞かれた作者。その都度、「いい名前だね」と言ってもらい、うれしい気分になった。
- 「また来てね」言われて嬉しいその言葉やりきったんだ三週間
 (講評) 実習の最終日に利用者に、「また来てね」と言われ、達成感と寂しさで胸がいっぱいになった作者であった。
- 「頑張れよ」大きな声援ブイサイン頑固なあなたと通った瞬間
 (講評) 実習で担当した認知症を有する利用者が、他の利用者と食事をしていた時に大きな声で作者の名前を呼んだ。少し距離を感じていた利用者との心が近づいた瞬間であった。
- たくさんの実習生がいる中で覚えてくれた私の名前
 (講評) 初日に関わったが二日目にはもう作者の名前を覚えてくれた。それが嬉しかった。
- 頭撫で抱きしめてくれた利用者を、「おばあちゃん！」と呼びたくなった
 (講評) 作者の実家の祖母と同じ年齢の利用者がいて、声を掛けるといつも頭を撫でて抱きしめてくれた。それが嬉しかった。
- 勘違い孫だと思って何回も抱きしめられた三週間
 (講評) 利用者の孫と同じ名前であった作者。胸に張り付けた名前を見るたびに、認知症の利用者は作者を孫だと思い喜んでくれた。
- 一日目自己紹介もドキドキで不安と楽しさ八対二なり
 (講評) 実習初日に利用者の前で挨拶をした作者。さあ、これから実習が始まるかと思うと、不安と期待が入り混じった気持ちになった。
- 「また来なせ」老いの言葉が嬉しくて泣きそうになる帰宅電車

(講評) 入学して初めての實習が、一年の六月の第一週にあった。五日間という非常に短い實習なわけだが、その最後の日に利用者から、「また、来なさいね」と言われた一言が嬉しくて、帰宅電車の中で余韻に浸っている作者であった。

○車椅子押し慣れなくて蛇行するそれでも礼を言われた初日

(講評) 初めての實習で、一生懸命に利用者が乗った車椅子を押した作者。さぞ利用者は心もとなかったであろう。しかし、学生に礼を言った。作者はこの体験を一生忘れないことだろう。

○照れ笑う十八歳の女の子重い障害感じさせない

(講評) 重症心身障害児施設に實習に行った作者が、同じ年頃の少女の担当についた。その時に障がいとはどういうことなのかを考えた。糸賀一雄の『この子らを世の光に』のフレーズが思い出される一首である。

○実習中どんなに朝が早くても米研ぐ母に支えられてる

(講評) 実習期間で、いつもより朝が早くなっても、母は何も言わず台所に立って弁当を作ってくれた。そのことに感謝する作者であった。

2) 日常生活

○誕生日ケーキを作りプレゼント父の待ち受けその時の写メ

(講評) 娘に誕生日を祝ってもらった父親の嬉しそうな顔が浮かぶ一首である。

○「ありがとう」親の前では言えないが心の中でいつも感謝

(講評) 一人暮らしを始めて、毎月の仕送りや励ましのメール、電話などが来た時には心の中で両親に感謝している作者であった。

○お味噌汁作ってみれば物足りず改めて知るおふくろの味

(講評) いつも家では当たり前のように食べていた味噌汁であるが、一人暮らしをして自分で作ってみると何か足りなさを感じた。今まで家族のために毎日料理を作っていた母親の経験が、現在の味付けになっているんだと、作者が感じた瞬間であった。

○春風の桜舞い散る花びらはユラリユラリと地に寄り添いぬ

(講評) 少しの風で花びらが宙に舞いながら着地し、そこには桜の花びらの絨毯ができていた。桜が風によって落ちる様子を、作者はフォットジェニックに表現した。

○ハムスター回し車を使わずに食っちゃ寝ばかりコロコロ太る

(講評) 最近、ハムスターを飼った作者。よく観察すると回し車を使っていない。食べて寝る生活が日常になり、太ってきたようだ。ユーモア溢れる一首である。

○ドライブし車をぶつけ涙顔父は怒らず「怪我はないのか」

(講評) 親の新車を借りドライブした作者は、誤って車をぶつけ後部の窓ガラスは全部割れ、ボディもへこんでしまった。家へ帰り父親にそのことを説明すると、「よくあることだよ。それよりも怪我はなかったか」と作者を思いやってくれた。父親の懐の深さと優しさに涙した作者であった。日本における父親から娘への愛情は、ある程度距離感を保った「見守る眼」のようなものがある。

○父の日にビールグラスをプレゼントにやけた口を隠せてないよ

(講評) 作者が父の日にプレゼントをあげたら、嬉しくない振りをした父親。しかし、口元は緩んでいた。

○誕生日私二十歳で犬一歳年は違えどもう同い年

(講評) 犬の一歳は人間に例えると二十歳になり、そう思うと作者と飼い犬は同い年ということにな

る。作者の人柄がそこはかたなく伝わってくる作品である。

- 「ありがとう」素直に言えないでも感謝姉が作る私の弁当

（講評）姉が作ってくれる愛情の一杯詰まった弁当から、様々な物語が紡ぎ出される。

- 福島で復興支える父の背を照れ臭いけどちゃんと見てるよ

（講評）福島の復興を後押しするために働く父親への思いを詠んだ作者である。娘が父親をそっと思いやる静かなリズムを持つ作品である。

3) 恋愛

- 帰り道ドラムの音が高校の切ない気持ち思い出させる

（講評）片思いであった高校時代の彼氏は、軽音楽部でドラムを演奏していた。短大を帰る道すがら軽音楽部のドラムの音が聞こえ、切ない気持ちになった作者であった。

- 左手に隠した携帯端末がすべて知ってる失くした恋も

（講評）作者の携帯電話の端末には、今でも恋の履歴が残っている。人間は失恋することで成長していく。

- ついついとデートの前のお化粧はチークつけすぎおてもやん顔

（講評）普段はほとんどノーメイクの作者だが、デートの前には気合を入れて化粧に熱中した。何ともユーモアが漂う一首である。

まとめ

短歌は理論や技巧を覚えただけで詠めるものではない。自分の心と素直に向き合って、その心の核を言葉にすることが必要不可欠である。心の核を掴めるようになるためには、名歌を多く詠み推敲し、それを、長く続けることである。また、ひとつの歌をめぐって、作者と読者の思いや楽しみは別であってもかまわない。短歌は内容の難しいところを詠む必要はなく、単純な中に何か情のようなもの、心のようなものが出ていればそれでいいのである。それが案外難しいという学生もいるが、とにかくはじめから難しいところを考えないで、素直に短歌を作ってみてほしい。学生が短歌を作ることで、周りの読み手がその人の生き方をも支えてゆくものである。

参考文献

松村由利子 2007 物語のはじまり. 中央公論新社.

穂村 弘 2007 短歌の友人. 河出書房新社.