



まさきで見つけた

# 幸せの法則

今あなたは幸せですか。

幸せになるために大事なことってなんでしょう。

東日本大震災以後

幸せの価値観が大きく変わりました。

物やお金ではなく、大切にしたいのは「心」。

当たり前にあると思っていたものが尊く

ありふれた日常がとても大切に

誰かを思う何気ない気持ちがとても温かいか…

まさきの心を見つめ直し

みんなで幸せの法則を見つけませんか。



「みゆきおばあちゃんだーいすき」  
渡部ころちゃん(3)は、祖母の喜安幸さんに  
いつもべったり。幸さんもころちゃんと過ごす  
時間が愛おしくて仕方ありません。

# さあ、 胸キュン探し をしよう

小さな胸キュンは、幸せな気持ちになります。笑顔が広がり、愛が深まります。



「彼の一言で元気になった」「彼女の笑顔に救われた」など、相手の何気ない言葉や仕草に、胸がキュンとしたことはありませんか。

人は、うれしさ、優しさや安らぎなどに幸せを感じます。幸せを感じると、明るくなったり、前向きになったりします。心が元気になる余裕が生まれます。思いやりの気持ちを持てるようになります。幸せを感じる尺度や胸キュンに気付く感覚は人によって違います。だから、その瞬間を見逃さないようにすればよいのです。「松前町は何もない」といわれます。でも、まちを取材していたら、たくさん元気の源や魔法の言葉に出会いました。「松前っていいな」と思いました。町で見つけた胸キュンを紹介します。

## 1

### 胸キュンエピソード

レンゲ畑で子どもたちとふれあう地域の人

## 心に届くプレゼント

畑にレンゲを咲かせた池内力さん。二名保育所と小富士保育所の園児をご招待。

「わーきれい」  
広い畑で、花を見たり、ちようちよを追いかけてたり、寝転がったりする子どもたち。力さんもうれしそう。  
楽しそうな声を聞いて、近所のおじさんもやって来た。高石勝さん

と山本剛さん。趣味のカメラで園児を写す高石さん。花笛を差し出す山本さん。仲良くなった子どもたちは、つんだレンゲをプレゼントしたり、膝に座っておしゃべりしたり、まるでおじいちゃんや孫のよう。

高石さんのふれあいサロンには、子どもたちから贈られたレンゲが飾られていた。

## 2

### 胸キュンエピソード

### 伊藤裕貴くん、美玖ちゃん 山内尚さん家族

## 大切な家族だから 寄り添って笑顔



カメラを向けた。グラフをはめた腕を妹の肩に乗せる兄。照れながら、兄の腰に腕を回す妹。そして二人は、今年一番の笑顔を見せた。

守るように両手で家族を包み込む父。肩に回された大きな父の手を、うれしそうに両手をつかむ長男。愛情いっぱい笑顔で二男の肩に手を添える母。はにかむ二男。「はい、撮りまーす」  
3人は、そろって父の方へ寄り添った。



## 3 胸キュンエピソード

### つながれた手 支え合う心

#### 入山政毛さんと文子さん

連れ添って半世紀。お散歩は日課。夫は左手で、妻は右手でつえをつく。もう片方の手は、つながれて一つに。

## 4 胸キュンエピソード

### 開くたびに「ご苦労さま」 さりげない優しさ

#### そよ風の活動記録ノートのしおり

ボランティアグループ「そよ風」。活動を記録するノートに挟まれたしおり。

手書きで「ご苦労さま」の文字。ページを開くたび、優しさがふんわり伝わってくる。スタッフを気遣うスタッフに、心から「ありがとう」。



## 5 胸キュンエピソード

### 元気いっぱいの園児 最後まで見送るまなざし

#### 地域のおばあちゃんと古城幼稚園の園児

「わっしょい。わっしょい」  
おみこしを担いで練り歩く古城幼稚園の園児たち。自宅の前で、それを見守るおばあちゃん。園児は、元気いっぱいの笑顔をおばあちゃんにプレゼント。おばあちゃんは、最後の一人が見えなくなるまで見送った。

## 6 胸キュンエピソード

### 伝えたくて 合わす視線

#### 交通安全指導員と子どもたち

岡田小の「交通指導」。新1年生が安全な横断方法を学ぶ。

「右見て、左見て、車は来ていないかな」

かがんで、子どもの視線で語りかける指導員。安全を願う愛情がいっぱい。



## 遠藤多喜子さん

地域のみんなが

『今年ももろみつくくるんやろ』って  
わけてくれる。  
それでみんなに配る。  
そしたらまた次も材料をくれる。  
この繰り返し。



25年前、北伊予レタス婦人部が復活させだもろみ。以来、毎年作り続ける遠藤多喜子さん。原料の大豆、もち米、裸麦は、全て徳丸産。時期になると、地域の人たちが、次から次へと届けてくれる。手伝いに来てくれる。「こうやってしてくれる人がおるけんこの味は継承できるね」できたもろみはみんなに配る。

## 水口憲三さん 道子さん

「自分の孫もどこかで誰かが見てくれたと思うと義務じゃないけどなんとなく体が行こうとする」



北伊予っ子見守り隊の水口憲三さん・道子さん夫妻。「孫も見守ってもらったから」と感謝の気持ちで毎朝出作の交差点に立つ。優しいまなざしで「おはよう」と声を掛ける。「行ってきます」と元気な声が返ってくる。それがまたかわいいからやめられない。

振り返れば、思い出せば

# ココロに染みる まさぎのジンワリ

ジンワリ感は、周りにも広がっていきます。  
温かい人情は心に染み、忘れられなくなります。

## 重川鐵さん 颯子さん



研修が終わった今でも、我が子のように心配です。浮穴くんのことをまわりが報告に来てくれることもあるんですよ。彼が感じている以上に、大勢の人が見守っているんだと思います。

農業一筋の重川鐵さん・颯子さん夫妻。「農業を始めたい」とUターンした浮穴佳温さんに1年間、営農を指導した。  
手間暇かけて作物を育てる姿を見せることで厳しさを教えた。見事に実った作物を収穫することでやりがいを示した。夢に挑む浮穴さんを指導した1年は、夫婦にとっ

ても刺激を受けた1年。一緒に成長した。  
「息子のようだ」と鐵さん。「何かあれば頼ってほしい」と颯子さん。研修が終わっても浮穴さんとの付き合いは続いている。  
そんな親子のような関係を、包み込むように見守る周囲もまた、温かい。

## 三好凜太郎さん(3年)

## 早瀬顕正さん(3年) 神野鉄平さん(2年)

「公民館で囲碁を覚え、  
教室で技を教えてもらった。」

いい報告ができるように頑張りたい」

「公民館への恩返しのためにも全国で1勝します」

小中学校囲碁団体戦の県予選で優勝。全国大会出場を決めた北中の三好凜太郎さん、早瀬顕正さん、神野鉄平さん。小学生時代、東公民館の囲碁クラブで囲碁を学んだ。現在は部活動が忙しく、囲碁クラブには参加できない。休日、松山市の教室で技を磨く。それでも、忘れない公民館への思い。

「僕たちはここで育った」

感謝の気持ちを込め、県予選優勝の賞状を東公民館へ飾った。



4人の子を育てる吉見和江さん。子どもたちが小さいとき、ファミサポの利用会員に登録。子育ての援助を受けた。それから数年。まだ忙しいにもかかわらず「今度は自分が援助したい」とサポート会員に登録。自分の一歩が誰かの幸せにつながり、その幸せが、また別の誰かを幸せにする連鎖を知っているから。「何でも相談して何でも頼んでください」大きな愛でみんなをつなぐ。

## 吉見和江さん

「ファミサポを紹介してもらって、たくさんの人に子育てしてもらいました。つながるっていうことが主婦にもあるんだなって、本当にうれしかった。だから今度は私がなりたい」

森田雄二さん  
「テニスコートをのぞいたら、  
『一緒にどうですか』  
と声をかけてもらって」



高松市で暮らしていた森田雄二さん。定年退職後、39年ぶりに松前に戻った。

テニスがしたくて松前公園のコートをのぞいたら、「一緒にどうですか」と声を掛けられた。久しぶりの古里。変わらない人情。松前町テニスクラブのメンバーになった。

テニスコートに響くラリーの音は、心もつなぐ大切な音。



享保年間の大飢饉で、筒井の百姓作兵衛は「農は国の基、種子は農の本。一粒の種子が来年には百粒も千粒にもなる。わずかの日生きる自分が食してしまつて、どうして来年の種子ができるか。身を犠牲にして幾百人の命を救うことができたら私の本望である」と語り、一粒も食べることなく餓死しました。自らの命を犠牲にして、村人の命と村の農業を守った義農作兵衛の精神は「義農精神」とたたえられ、現代に受け継がれています。

先人への畏敬と感謝を絶やさず、その心を大切にしてきた歴史が、素直に「あ

りがとう」と感謝できる心、「次は私が」と奉仕できる心をつくってきたのです。

まさきには、キュンとするような愛情と、ジンワリするような人情があります。自然と四季が創り出す情緒ある風景は、まるで母のふところに抱かれたような安らぎを与えてくれます。そんな愛情と人情と風情のある土壌で育つ子どもたちは、純真無垢。ピュアな心は次から次へと連鎖して、街中にまぶしい笑顔が広がっています。

優しい、素朴さ、温かさなど、「まさきっていいな」と思わずにはいられない、心と心が通い合うシーンが街中で見られます。



町民に聞く  
まさきの  
魅力

Charm of Masaki

まさきの人の笑顔がまぶしいです。  
優しい、素朴さ、温かさがにじんできています。

まさきっていいな

## 【優しいさ】

**ボ** ランティア「そよ風」が送る優しい風が、入浴後のデイサービス利用者を笑顔にしています。

「ありがと。気持ちよかつたよ」って、喜んでもらえるからうれしくて」と代表の怒和恵さん。「友達の薦めで始めた」「頼まれたら断れない性格だから」と始めたメンバーも、今では「楽しくてやめられない」と張り切っています。

まさきは「義農精神」が今に息づくまち。「ボランティア」に代表される奉仕の心が街中にあふれています。怒和さんは「私も、素直にありがとって言えるおばあちゃんになりたいな」とにっこり。

そよ風が送った奉仕の風は、感謝という風になって、メンバーを優しく包んでいます。



**昭** 和45年のスタートから続けてきた「郷土を美しくする清掃」。子どもから高齢者まで参加し、町内を一齐に掃除する。池内豊さんは「地域の子もたちと一緒にできてうれしい。こういう活動を通じて助け合いの気持ちを学ぶのだと思う」と話す。--延べ20万人の奉仕の心が、松前の町民性や風土を培ってきた。

## 【素朴さ】

**義** 農太鼓を継承する松前小学校の6年生は、毎朝、校門周辺の落ち葉掃きをしています。

始めたきっかけは「校務員さんの朝清掃を手伝ってくれる人はいませんか？」と先生が呼び掛けたこと。

「楽しそうだから」「学校がきれいになるのなら」「お手伝いしたいから」と、10人以上が集まりました。



**町** 内陸上記録会で仲間の活躍を自分のことのように喜ぶ岡田小学校の児童たち。同じ競技に出場するライバルだとしても笑顔で祝福できる。他校の児童だとしても同じ。心から祝福したり、励ましたり、ノーサイド精神を見せる子どもたちは、見る者も笑顔にしてくれる。

## 【温かさ】

**裸** 麦栽培が盛んな松前町。麦畑を見て季節の移ろいを感じる町民も少なくないでしょう。

5月のある日、夕暮れの北川原を訪ねました。黄金色に染まった麦畑を見渡しながら「今年もよう染まったな」とほほ笑む大川助俊さん。北川原地区の裸麦の出来具合を、自転車で見回っているところでした。長年、裸麦栽培に取り組んでき



**松** 前には古くから「手まり飾り」の風習がある。この手まりは、手にする人の幸福と、農家の豊作を祈って柳の枝に吊るす、正月飾りの一つ。叶田サツキさんは「贈る人、見てくれる人に喜ばれるんがうれしい」と一針一針丁寧に編んでいる。古き良き時代を今に継ぐ叶田さんの家は温かさにあふれている。



松前の豊かな自然に引かれて移住  
松前の人の素朴さや温かさに応えたい

松山市から平成2年9月に移住した  
白石浩輔さん 伊津美さん



「農業を始めたい」とUターン  
温かく迎えられ、心から楽しめる

東京都から平成21年8月に移住した  
浮穴佳温さん 美雪さん



しらいし・こうすけ  
昭和16年松山市生まれ。平成2年に移住。  
中川原環境部長、青パト隊など多方面で活躍中  
しらいし・いつみ  
昭和22年今治市生まれ。民生児童委員、ファミサポサポート会員などとして地域を支える



# まさきを選んだ「理由」

松前に移り住む人が増えています。  
なぜ皆さんは、新天地に、永住の地に松前を選んだのでしょうか。  
二組の夫婦に話を聞きました。



うけな・よしはる  
昭和56年松山市生まれ。平成21年に東京からUターン。アパレル業から農業へ。現在1畝でレタスなどを栽培して2年目。  
うけな・みゆき  
昭和52年茨城県生まれ。来春ママになる

夫婦で地区の役員、学習アドバイザー、民生児童委員、北伊予っ子見守り隊など、さまざまな場面で活躍する白石浩輔さん(70)と伊津美さん(65)は、松山市から移住してきました。

「家を建てたいと考えていたとき、息子が『いいところがあるよ』って教えてくれたのが松前でした」と伊津美さん。以前は、中川原橋を渡った市坪に住んでいました。長男の建輔さんは、小学5年のとき、ひよこたん池に遊びに来て、松前に友達もできました。伊津美さんも「息子とひよこたん池に行ったとき、松前って自然豊かでないあつて思っていました」と振り返ります。

建輔さんの提案で、新居は松前に建てることに。「主人も私もゆかりのないまちでしたが、移住する不安はありませんでした」と伊津美さん。

土地を購入してから、家を建てるまでに8年かかりました。普段、管理できない部分は、地域の人がやってくれたそうです。

浩輔さんは「草刈りを手伝ってもらったとき、ここに決めてよかったって思いました」ときつぱり。「松前で暮らし始めてから、松前の人の温かさを感じることが増えました」と笑顔を見せます。

伊津美さんは「松前の人の温かさや素朴さに触れると、『みんなが笑顔で暮らすためのお手伝いをしたい』と思わずにはいられなくて。だから、自分たちにできることは何でもしたいと思っています」とほほ笑みます。

昨年からは、高齢になって管理ができなくなった山本勲さん夫婦に代わって、柿の木70本の世話をしています。

「最初は、面倒を見れないし、周りの人にも迷惑をかけるから切ってください、と言われました。でも、なくすなんてできなくて。何とか管理しようと思いましたが」と浩輔さん。白石さん夫妻は、地域の人たちの協力を得ながら、大切に育てています。

たくさんの人の心が重なって、守られている柿の木は、今年も見事な実をつけました。

松前町役場から東へ車で5分。東古泉にある1畝の畑でレタス、枝豆、ネギを栽培する浮穴佳温さん(31)は、平成21年8月に東京都から移住してきました。

前職はアパレル会社の営業。自分が納得できない商品でも売らなければいけないことに違和感を感じていました。そんな矢先、見上げた電車の中吊り広告に目を奪われました。

「農業で稼ぐ」ってあったんです。ありかなって」と就農を決めた理由を話します。

新天地を探した佳温さん。選んだのは、茨城、千葉、栃木など東京近郊の農業大国ではなく、松前町でした。

「僕は松山市出身。松前町には祖母がいて、生前祖父が農業していたときの畑が2反(20坪)ありました。松前は住みやすい印象もあったので迷いませんでした」

こうして、職場で知り合った茨城県出身の美雪さんを連れてUターン。結婚、新居建築、就農と、目まぐるしい2年を過ごしました。佳温さんの転職に美雪さんは反対

しなかったといいます。

「私も、東京の生活に疲れ、田舎でのんびり過ごしたいと思っていました。松前は交通の便がよくて、自然が豊かな所と聞いていたので、楽しみにしていたほどです」

移住後、農業経験が全くなかった佳温さんは、農業一筋の重川鐵さん・颯子さん夫妻、昌農内さんのもとで、1年間の農業研修を受けました。

「分らないことばかりの僕に基本から丁寧に教えてくださって、本当に勉強になりました。ご夫婦は、僕たち夫婦に家族のように接してくれました。農業のことに限らず、いろいろな面で支えてくれました。今でも相談にのってもらっています」と佳温さん。

今の暮らしにとっても満足している二人は、地域の行事にも積極的に参加しています。

「松前の人はみんな温かい。だから行事にも参加したくなるし、心から楽しむことができます。松前に来て本当によかったです」

レタスはこれからが最盛期。夫婦二人三脚で冬の農繁期を乗り切ります。

# まさきの幸福論

休日より平日の日常が  
満たされるまちを

小さな幸せは、日常の中にいっぱいあります。そこには、決まってステキな心があります。まさきには、それを広げる愛情や、それを深める人情もあふれています。そのことに気付いたら、自分がキラキラ、街がキラキラ、毎日が輝き出します。

「おはようございます」  
岡田校区の通学路に響く子どもたちの元気な声。

「はい、おはよう」

自宅前の交差点で、児童を優しく見守る向井利信さん(68)。「西古泉」。どちらからともなく、グーの手を差し出し、笑顔で「グータッチ」を交わします。

西村知子ちゃん(6年)は「地域の人と仲良くなれたことがうれし」とにっこり。向井さんも「以前にも増して、親近感がわくようになりました」と笑顔を見せます。互いの距離が、ぐっと近づく瞬間

です。

グータッチは、岡田小学校で広がる握手に代わるあいさつ。「おはよう」のとき、「頑張れ」と励ますとき、「やったね」と喜ぶときなど、グーとグーを合わせることで心を通わせます。「前向きな気持ちになる」「話すきっかけができて友達が増えた」など、新しいコミュニケーションでつながった子どもたちは、たくさんのお幸せを感じながら、今日も元気にタッチします。

「幸せの尺度」は人それぞれですが、経済優先の社会で豊かさ

の指標は、物やお金になりがちです。立派な家を建てたり、海外旅行をしたり、ブランドを身に付けたりする人を見て、憧れたり、うらやんだりしてしまいます。「あの人は幸せだ」とか「自分もそうになりたい」と思ってしまいがちです。

でも、まさきの「胸キュン」や「ジンワリ」に登場した人たちは、特別な場所にいたわけでも、特別なことをしていたわけでもありません。でも、みんなが幸せそうでした。瞳を輝かせていました。そう、胸キュンやジンワリは、日常の中にあつたのです。

子どもたちは、時代を映す鏡だといわれます。だとすれば、まさきの子どもたちが優しいのは、両親が優しいからではないでしょうか。まさきの子どもたちが温かいのは、地域の皆さんが温かいからではないでしょうか。まさきの子どもたちが素朴なのは、まち全体が自然体だからではないでしょうか。大切なのは、そのことに気付けるかどうかです。

被災地では今なお、ふるさとに帰れない避難者がたくさんいます。家族や大切な人を失った人たちが懸命に生きています。津波でお父さんを亡くした子どもたち

は、家族写真を撮っても、そこにお父さんはいないのです。今、日本中で、当たり前にあると思っていたものがとても尊く、ありふれた日常がとても大切に、誰かを思う気持ちがどんなに温かいかを考えさせられています。

幸せは、気付くものです。当たり前の日常がどれだけ幸せであるかに気付くことです。きっと、気付いた瞬間から感謝の気持ちが生まれます。感謝の気持ちが生まれると、自然に笑顔が出てきます。「ありがとう」が言えるようになります。

校務員の朝掃除を手伝った子どもたちのように、一人が気付くと友達も気付きます。気付く友達が増えるとクラスが変わります。クラスが変わると学校が変わります。学校が変わると地域が変わります。地域が変わるとまちが動き出します。

面積がわずか20平方メートルの松前町は、よく「何もない町」といわれます。でも「何もない」まちだからこそ、休日よりも平日の日常が満たされるまちでありたい。そう思います。まさきには、人を大切にできる愛情があります。人を思いやる人情があります。心がじんとしていたり、ほっこりしたり、

そんな光景を見てみると、ついつい笑顔がこぼれます。「まさきに生まれて良かった」と思います。

愛情と人情にあふれるまさきの日常は、それ自体がまちの魅力です。宝です。

さあ、笑顔を広げていきましょう。感謝をつないでいきましょう。次に胸キュンするのは、あなたかもしれませんよ。

特集 まさきで見つけた「幸せの法則」 終わり



11月21日朝7時20分。西古泉の通学路で、うれしそうにグータッチをする児童と向井利信さん。温かい1日が今日も始まります。