

メールマガジン「みんなでアシスト♪」 大学生ボランティアによるコラム

タイトル: Pay it Forward 優しさのリレー

執筆者: 上條茜里

令和2年6月2日配信 第23号掲載

皆さん、こんにちは。
毎日落ち着かない日々が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

私は、沢山寝て、美味しい物を食べて、たまーに勉強をして過ごしています。
私は運動をする事が大好きなのですが、昨日まではステイホーム週間でしたので、家で筋トレを始めました。筋トレはきついですが終わったときにじわっと出る汗が気持ちよいです！

さて、私の筋トレ話はここまでにして、本日のコラムを紹介しようと思います。
今日のテーマは、Pay it forward (ペイ・フォワード) です。

皆さん、Pay it forward (ペイ・フォワード) という言葉をご存じでしょうか。

Pay it Forward の由来は 2000 年にアメリカで上映された映画のタイトルにあります。
この映画では、主人公で中学生のトレバー少年が、学校で社会科の先生に世界を変えられるようなアイデアを考えなさいという課題を与えられます。そして彼は、彼自身が1人の他者にポジティブな行動を起こすことでその善行を受け取る人もまた多くの人へ何か良いことをしようという連鎖反応となるのではないかというアイデアを思いつくのです。

それがペイ・フォワードです。日本語で言えば恩送りのような意味になるのではないかと思います。もし良かったら映画もご覧になってみてください。

私は、この言葉を初めて知ったきっかけは高校生の時にカナダに留学をしていた時の英語の先生です。

先生が作った教材の中にペイ・フォワードが載っていて、私はその意味を習った後、実際に先生とペイ・フォワードをカナダの町で実践しました。

何をしたかと言いますと、町を歩いているときに、駐車料金のメーターがあったのですが、先生と一緒に知らない人のメーターにお金をいれるというペイ・フォワードの実践をしました。

見返りを求めずに、他者に思いやりを持って接する事、これは、社会でとても大切な価値観ではないかなと思います。

私が今回このトピックで記事を書かせていただいている理由は、コロナウイルスの影響により、他者への思いやりや理解が希薄化しているのではないかなと感じたからです。

例えば、ニュースで医療従事者の方やその家族に対しての差別があると知りとても衝撃を受けました。外に出ると感染するリスクが高いこの時期に、働いて下さっている方々に、感謝の気持ちを持つことが大切なのではないかなと思います。

そして、このウイルスの影響で世界中の人々が体の健康だけではなく、心の健康も影響を受けているのではないかと感じます。

SNS（ソーシャルメディア）を見ると、人々が感情的に情報を発信したり、議論する様子がよく見受けられます。もちろん SNS で発信する事は悪くないですし、この時期は誰もが不安であると思います。

しかし、この不安や怒りという強い感情が、今社会全体で広がっているのではないかなと感じます。この感情の伝染は、実際に証明されています。

NPR（アメリカ公共放送局）のニュース記事によると、7,000名のフェイスブックユーザーを対象に行った調査で、人々の感情は、オンラインの世界でも伝染するという調査があるそうです。

個人がポジティブな情報をより目にするとその人もポジティブな事を投稿する傾向にあり、逆にネガティブな情報を目にする、よりネガティブな投稿を目にし、投稿するのだそうです。

今日付（5月25日）で緊急事態宣言は解除されました。しかし、コロナウイルスは、人々に様々な影響を与えました。

このウイルスの影響で日本だけではなく、世界中に不安や憎悪が増えているという報道を目にします。

ここで私達1人1人が出来ることは、この時期は皆が不安で心配であるため、自分自身にも、そして他者にも寛大な心で接する事ではないでしょうか。

そして、他者に対する思いやりや理解を持って接することで、ネガティブな感情のペイ・フォワードではなく、ポジティブな恩送りが出来たら少しでも日本の社会は前を向いていけるのではないかと感じています。

1人1人の力は意外に小さいようで大きいと私は信じています。

皆さん、読んでくださってありがとうございます。