

ゴミを食べていた毎日

「しつこいんだよ！もう何回も電話するなって言ってるだろ！」

「いい加減、警察に連絡するぞ！」

毎日、毎日、電話越しに罵倒され続けていました。

23歳の頃、初めて就職したのは原宿にある画廊。

現代作家の1点ものの絵を売ることが、

- ・作家の創作活動と生活を支えられる
- ・芸術の発展に貢献できる

そして、

「わたしも作家さんと共に成長したい！」

という動機で選んだ会社でした。

一次募集で一度落とされたにも関わらず、
懲りずに二次募集でも応募し、やっと拾ってもらった場所でした。

それほどその会社の理念に共感していたのに、いざ就職してみると、
実際の現場は詐欺のように毎日、毎日テレアポでの営業活動。

右も左も正面も、電話に向かってアポを取り続けている同僚たち...
その数ざっと 50 名以上。

「いい加減、警察に連絡するぞ！」

と脅される同僚も。

(わたしたちだって好きで電話してる訳じゃないのに…)

悔しさと恥ずかしさを押し込めて、
それでも、我慢して電話をかけ続けなくちゃいけない。

だってそれが当時のわたしの仕事だったから…。



訳の分からないことだらけでした

・テンションを上げるため、

・アポが取れるために

「やる気メイク」

なる、舞台メイクみたいなチークと
まつげがビンビン天井を向いて、
アイラインを派手に入れたメイクを
チームの皆が列をなして課長にやってもらっていたり…

実際に画廊に来ていただいた**お客様を落とす**（成約する）ために
当時 20 歳くらいの主任が使っていたのは

「ここで目を潤ませながら、下から相手の顔を見る、
電気の光を入れると瞳が輝いて見える」
という**必殺技**があったり…

50 過ぎの社長に「今日はみんなでご飯でもいこう！」と
焼肉屋に連れて行ってもらったら、

同僚の子の口の周りは社長のよだれでテカテカ。
椅子に座った時にできるパンツスーツの背中の際間から手を入れられたとか

にわかには信じられないことばかり。

本当に本当に訳の分からないことだらけでした。

一体女性の世界はどうなっているんだ？と疑問だらけの毎日で、
自分の価値観との不一致が著しい日々でした。

ホッとできるのはトイレの中だけ



そんな環境の中、

「自分のこの1本の電話が、作家さんの活動を支えるきっかけとなる」

と半ば呪文のように自分に言い聞かせ、懸命に働いてきました。

それは日を追うごとに、

積もり、積もったオリが心にまとわりつくと言うのか、

歯車がかみ合わないと言うのか、

本当に目の前にモヤがかかっているような、

気持ちが晴れない生活と感じられました。

作家さんを支える以前に、

自分自身がもうダメになってしまう・・・、

そんなギリギリのラインだったのです。

アポが取れなければ休日も出勤、

食事は朝も昼も夜も最寄りのコンビニで調達してきたものばかり、

着るものは毎日黒いスーツ、履くのも黒いパンプス…

外見も心も黒、クロ、くろ…

そんな職場でホッとできるのはトイレの中だけ…。

それくらい、わたしたちは疲れ切っていました。

営業部の同僚と

「わたしたちって、毎日ゴミみたいなものばかり食べているよね」

と話したことが今になっても忘れられず、

食べるものはもちろん、職場や、電車での行きかえり、

生活している全ての空間、自分も含めた全部がゴミのように感じられていた毎日でした。

「このままここで定年まで働き続けるのだろうか？」

何のために働いている？

生きていくため？

我慢しながらこんな最悪の環境で？

わたしは本当にこの仕事が好きなの？

納得できない…

やっぱり変だ…

親にありのままを話せない…

抑えきれない想いがとうとう表出し、

翌日、わたしは持っているエネルギーの全てを絞り出して

就職してから1年3か月でその職場を後にしました。

同期入社の新入社員は36人。

わたしが入社してから辞めるまでの1年3か月の間に、

同期の30人が既に辞職していました。

その時、辞めていなかったら今はどうなっていたことか…。

辞めた日に電車のホームから見た空がとても清々しくて

「身を粉にして働くというのは、自分をダメにすることではない。

これからは、人に話せないようなことは辞めて、

自分に正直に生きよう」と心に誓いました。



仕事が充実していても…

「誰かを幸せにしたい」という想いを相変わらず持ちながら、
結婚式の仕事に就き、ウェディングプランナーになったわたしは、

毎日毎日遅くまで働いて、23時を過ぎてからふと我に返っては、
「ああ、電車に乗らなくちゃ」
という日を過ごしていました。

「人を幸せにしている、笑顔で最高の日を迎えらるようになっている」

という確固たる実感があったにも関わらず、
それでもわたしの中にはもやもやしたものが拭えませんでした。

仕事は楽しくて、朝から晩まで打ち合わせをして、
今度はトイレに行く暇もないほど。

繁忙期には今月、来月、再来月の打ち合わせ担当数が 60 件を超え、
10 日以上休みなく連続出勤することもザラ。
家には帰って寝るだけ。
コンビニやレトルト食品でとりあえず、お腹を満たす日々。

人生最高の日をプロデュースしているはずなのに、
いつの間にか、画廊の頃と変わらないような生活をしていました。

完全にエネルギー切れ。
仕事に集中しすぎて、人の幸せばかりにエネルギーを使いすぎ、
たまの休みには自分が何をしたら良いのかも分からず、

平日の昼間からパチンコ、パチスロ。
タバコの匂いがむしろ心地よく感じ、
パチンコ玉の汚れで爪の内側を真っ黒にして
リーチアクションに興奮する…

今度はそんな自分の様子を人様には見せられないなと感じました。

幸せの本質

今になって分かることですが、
わたしの中のもやもやは、
【自分自身を大切にしていなかった】
そんな単純なことだったのです。

食べるもの、着るもの、睡眠、働き方、時間の使い方…

予定がギッシリあって充実しているようで、
趣味の時間も持てないほど忙しい。
やりたいことがわからなくなって貴重な時間を無駄に過ごす日々。

【休む暇もないくらい忙しい】ことを充実した人生と勘違いして生きていたのですね。
仕事に時間をかけることで他人からの評価を気にしていたのです。

- ・ いっぱい働いて偉い
- ・ 売上げを上げて素晴らしい
- ・ お客さんと良い関係を築いている

そんな**他人からの評価を自分自身の価値と結びつけていました。**
でも、いちばん基本となる自分のことは放ったらかしでした。
食べ物や睡眠時間、時間の使い方、嬉しいこと、楽しいこと…

ちょっと離れて考えれば当たり前のことですが、
自分自身が幸せでない人に他人を幸せにすることなんて出来ません。

真の意味で人生最高の日をプロデュースするためには、

わたしはもっと身近で地道な自分の生活、自分の心と向き合わなくては
いけなかったのです。

和服の入り口となった神社



ウェディングの仕事をはじめてから今で3つ目の職場ですが、
わたしが働いてきた場所には必ず神殿がありました。
そして今でも神社が大好きです。神社に行くと心が整うからです。

チャペル式の会場が多い中、神前式にずっと関わることが出来たのは
偶然ではない巡り合わせだと感じています。

そもそも、プランナーから転向した**介添え**という仕事こそが、
今の和服につながるきっかけで、お嫁さんを介助する仕事柄、
着物についてより知っておいたほうが良いと
37歳で都内の着付け教室へ通う決心ができました。

2年後、無事教室を卒業しますが、
卒業式で学院長のことばに違和感を感じます。
「ご卒業おめでとうございます、

これからは、●●学院の技と技術を世の中に広めていって欲しい」と…。

着物を着せて差し上げてお客様が喜んでくれるのは、確かに嬉しい。
でも、わたしがもっと大切にしたいのは、
「自分で着る楽しみ」を多くの人に実感して、実践してもらうこと。

そう、ウェディングプランナー時代に誰かを喜ばせることは十分してきたけど、
自分が喜ぶことをしていなかったことに気が付いていたからです。

そして、多くの日本人が
『一步引いて相手を立てる』
『内助の功』
などという日本的な慣習を

『自己犠牲』と置き換えて使っているという実感が経験的にあったんですね。

「誰かを幸せにする」ために、まずは自分が幸せになること、
嬉しいことを広めるんだと思いました。

とは言え、和服って高級なイメージがあるし、

- ・自分だけ好きなことをして
- ・自分だけお金を掛けて

という『悪いなあ』という気持ちに引っ張られている人って案外多いんです。

なので、

【特別な日にお金をかけて着飾るのではなく、日常の中でも気軽に着られること】

【和服を生活に取り入れることで、こころが変化し人生が拓けていくこと】

をお伝えしていきたい！

そう、強く感じたのです。

言葉は悪いですが、七五三や結婚式の時だけに

何の背景も知らずに和服を着るのは、単なるコスプレと同じです。

そして、気にするのは、綺麗に見えるか、正しく着れているかどうか。自分のことばかり。
意味を知らない作法を失敗せずに済ませれば OK…ってそんなことがまかり通っている今の日本の常識ってちょっとおかしくないですか？

その場しのぎの美しさと 決して剥がれ落ちる事のない美しさ



その場しのぎの「美しさ」は、衣装を脱いだ瞬間に一緒に剥がれ落ちていきます。

とある和服教室の CM で、教室へ通った生徒さんの感想があったのですが、
「和服を着ていて褒められると『フンッ』と感じる」と言っていました。

他人と比べたときに感じる優越感ですね。正直、この人のようになりたくないし、
この教室には通いたくないと思いました。

和服を通じて心をより豊かにし、人生をよりよく磨いていくこと、
剥がれ落ちることのない美しさとは

- ・しぐさが美しくなること
- ・健康になること
- ・和服をはじめ、ものを大切に扱うこと
- ・姿勢がよくなること
- ・ご縁をつなぐこと
- ・伝統や風習を知ること
- ・和服に込められた想いを知ること
- ・小さな喜びを感じられる感受性を育てること
- ・日本に誇りをもち、世界との関わりをもつこと
- ・心が綺麗になっていくこと

和服を脱いでも決して一緒に剥がれ落ちる事のない
その人ならではの美しさ、本質。

和服で姿勢が変わることで人生に対する姿勢まで変わることに
外見だけに囚われない本質をわたしは大切にしているし、
内面の変化をより多く伝えたい！と強く感じています。

【綺麗に着る】ことは、必要な人にとっては必要かもしれないけれど、
優越感を感じるためのものだったらなんだか悲しくなりませんか？

そういう人はきっと、和服姿の人を見るたびに『勝った、負けた』と
心の中で他人と比較して、勝負し続けると思うんです。
また、自分が良いと思っていることを押し付けてきたりします。

上辺だけを繕って綺麗にしたところで、その人の中身は全く変わらないのです。
本当に身に付いたものは、衣装を着ていても着ていなくてもその人から自然と溢れ出るも

のなのです。

プチプラ、時短時代へのアンチテーゼ ひと手間をかけること

モノの価格が下がり、世の中が便利になる中で、
調べればすぐに答えが出る環境にいるわたしたちは、
自分にとって真に大切なものまで放ったらかしにしまい、

自分が本当に必要としているものさえも分からなくなっています。

感じること、生きること。

日頃食べるものや着るもの、
身近にある動物や植物
季節の移り変わり、変化
雲の形、空の色、
風の音、澄んだ空気
清浄な空間…



自然と過ごす、自然を感じる機会が少なくなって、五感はどんどん鈍り、
感覚の麻痺と共に、感謝を忘れ、日々喪失感や焦りを抱え、より刺激的なものを求める...
そんな毎日に疲れてしまっていないですか？

インスタ映え、SNS 疲れなんていう言葉が生まれるのも
言葉にできない喪失感が思い切り表面化したものです。

何かを手に入れたい、認められたい...
誰しものが持つ、そうした穴を埋めるような感情は、

便利さやプチプラと共に手放してしまった
身近なものに対する心からの感謝なのではないでしょうか？

だから、現代の人にこそ、日本人とずっと共にあった和服を通じて
自然との調和や自分と向き合う時間をもってもらいたい、

忙しい今の時代だからこそ、わざわざ

【ひと手間】をかける時間

を作って欲しいと思うのです。

結ぶ・合わせる・整える

わたしがあなたに心底伝えたいのは、

ただ綺麗に着る技術ではなく、

和服を通じて心からの感謝を持つという

人生に対する「姿勢」を整えることです。

結ぶ・合わせる・整える

過去のわたしのように、自分の将来に対して不安を抱いたり、
幸せの価値を勘違いして、ひどい生活環境に陥ったり、
振り返る暇もなく走り続けて、いつの間にか道を間違っていたり、
自分が何を求めているのか分からなくなったり、

そんな人にこそ、和服を通じて人生を変えていってもらいたいと思っています。
他人軸ではなくて、自分の確固とした軸を持つということです。

和服には日本人の歴史が刻まれています。
人々が洋服を着るようになったもったもった、
ずっとずっと昔から、**和服と共に日本人はありました。**

結ぶ・合わせる・整える

着るという行為に、人生に本当に必要な3つの要素が含まれています。

自分にとって大切な人との縁を結び

自分の心と身体を合わせ

人生に向き合う「姿勢」を整える

知れば知るほど和服の魅力を感じ、
日本人で本当に良かったと思います。
全てに感謝や願い、溢れんばかりの愛情がこもっています。

- ・麻がすくすくと育つことから麻の葉模様の着物を子供に着せた親の思い
- ・絶え間なく打ち寄せる波からとった永遠を意味する波模様、青海波

- ・「南天」を「難を転ずる」に置き換えて着るものに取り入れた人々の願い
- ・お盆にご先祖様が早く来られるようにきゅうりの馬で迎えること、帰る時には名残惜しさを感じながら帰って欲しいと茄子の牛で送ること
- ・夏越の祓や年越しの祓で身に付いた穢れを祓い、次に進む準備をすること
- ・年末に注連縄を飾り、家の隅々まで掃除をしてお正月の準備をすること

こうした昔からの風習や模様には
今のわたしたちにとっても ハッとさせられたり、
「ありがたいな」と感じられたり、感謝の気持ちが湧いてきたり
なるほど、と肚（ハラ）に落ち、感覚が研ぎ澄まされ、気付かされることばかりです。

そしてそれらを少しずつ生活に取り入れることで
人生が劇的に変わっていくのです。
人との付き合い、食べるもの、自分の価値観、見える世界、心休まる瞬間…

例えば、食べることで気を付ければ、1日3回、1か月で約90回、
その人は変わり続けることになります。1年で1000回以上。

季節の行事の意味を知ったら、その行事に対する準備も変わります。
24節気を意識するようになったら、1年中、流れに乗って生活できます。
和服を月に1回でも着るようになったら、1年で12回も変わります。

わたしは和服の「自慢合戦」をするつもりは全くありませんし、興味もないので、
●●産とか、技法とかで良し悪しを評価したりもしません。
大切なのは、本人が和服から学び取る感覚と、実際に変わっていく姿勢だと思っています。

結ぶ・合わせる・整える

自分にとって大切な人との縁を結び
自分の心と身体を合わせ
人生に向き合う「姿勢」を整える

- ・ **ゼロから和服を学びたい！**
- ・ 和服を**気軽に**楽しめるようになりたい！
- ・ 和の世界を知って、**心に余裕**のあるオトナ女性になりたい！

【オトナ女性のための 気軽に和服レッスン】



以上のような気持ちを持って現在「オトナの気軽に和服レッスン」を開催しています。

着ることを通じて、日本の良さやそこに込められた想いを大切にしています。

和服を着る時間を持つことで、今の自分をしっかり感じることができます。

季節を通じて自然とのつながりを感じられるようになります。

決して剥がれ落ちる事のない内面の美しさが溢れてきます。

ですので、シワひとつなく綺麗に着たいだけの方は、歓迎しません。

そうした「美しさ」は、その場限りだからです。

・和服を通じて自分自身を整えたい

・小さな積み重ねで人生をより良いものにしたい

・日本人としての誇りを持ちたい

・周りに合わせる他人の価値観ではなく、自分の価値観を大切にしたい

・ひと手間かけることを大切にしたい

・五感を磨き、心に余裕を持ちたい

そんな気持ちを持ったあなたと一緒に、これから共に歩んでいきたいと思っています。

ひとりでは限りあることでも、同じ想いを持った人が集まれば莫大な力になります。

あなたの少しの勇気が今後の未来を変えていきます。

そして、多くの人が自分の大切なものに心から感謝できたら、
世界はガラリと変わるでしょう。

【和服を着る】というゆとりを持てたら、五感が磨かれ、自然と調和し、日々大切に過ごすことができるでしょう。

自分も周囲も幸せになっていき、その力が波紋のように広がるでしょう。
そんな様子が今わたしの目の前にはっきりと浮かびます。

わたしたちは互いに影響し合いながら生きています。

わたしが和服を普段から着るようになってから、
わたしの周りでも和服を着ることを楽しむ人が増えました。

最初の少しだけお手伝いしたら、あとは自分で出来るようになりました。
そんな仲間は笑顔で『おかげさま』と言ってくれます。

きっとあなたの周りでも同じだと思います。
誰かの心にある隠れ和服願望をどんどん表面化していきたいと思っています。

特別な人だけでなく、誰もが和服を選べる未来。

自然と調和し、心から感謝し、同じ時間を過ごす仲間。

和服という共通項が人と人をつないでいきます。

共に学び、成長し、影響を与えあうような場と一緒に築き
それぞれの人生をより良い方向へ動かしていきましょう。
誰でもない、あなた自身のために、そして、あなたから広がる未来の仲間の為に。
そんなあなたとお会いできる日を心から楽しみにしています(*^^*)

かつた ゆき