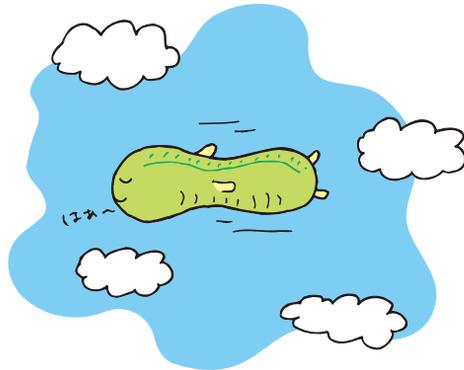


くもり
ときどき
ピーカン



ちょっと曇りがちな気持ちの毎日に一瞬だけでも
ジョーカンをおあげたい。

短い短いコロコロのエッセイ絵本。

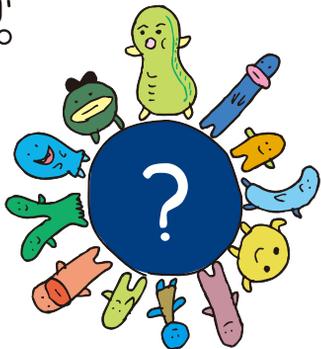
地球儀の時間

地球儀の中の

日本の中の

みんなの中の自分は

がどこにいるのだろうか。



君はいまどこにいるのか、考えたことある？

少しだけ客観的に自分を見つめる時間。



一番がいっぱい

自分のネコが一番かわいい。

自分の彼が一番かっこいい。

自分のファッションが一番おしゃれ。

自分のまわりは一番がいっぱい。

だから、自分もきつと

一番なのだよ。



君は何の一番だろう？

お休み前に

ベットに入ってお休み前に。

足さんありがとう。

お尻さんありがとう。

肝臓さんありがとう。

心臓さんありがとう。

目さんと鼻さんと口さんありがとう。

みんな

自分ありがとう。

コロコロ身体がホジホジのころが

分かってあげよう。



今日も一日ガンバった自分に感謝してる？

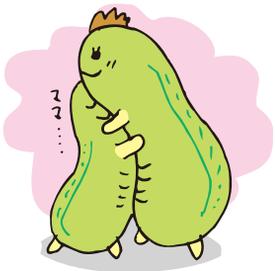
強く抱きしめろ

「コロを強く

抱きしめられた」ことがあつまめだ。

そんなあなたは

幸せものです。



幸せ、感じる？

わざわざが、強し

人に道をゆずってみる。

ちょっと気づいた「ヨミ」をころころみる。

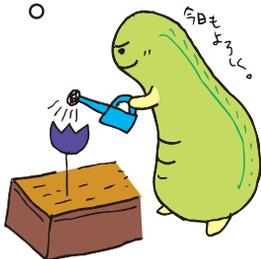
たったそれだけの「ヨミ」が

め「ヨミ」だったつたりしまぬ。

それに気づいたあなたはすごい人です。

特別な「ヨミ」は

しなむしし「ヨミ」です。



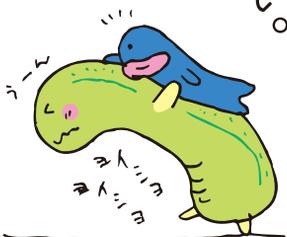
特別じゃないこと、してる？

自分の家

自分の良いところが見つけれない。

べんやんやん

無：ごんごんやんやんやんやん



君の良いところ、突然みつかる。

ただみつけれないだけ。



動章

あゝ動の口。

ジジジとブブラゼニが飛んできた。
そして、胸にはたつと留まった。

自然があなたを認めました。

そんな動章をせうしたおじいちゃん

胸を張ってみた。



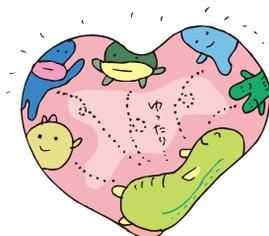
ささやかな動章、持ってる？

親友

絶交した親友も

何かを気づかせた人だから

心の奥でずっと親友だと思っている。



離れていてもココロに残っている人何人いる？

愛身

好きで愛ーは言えない。

好きで愛ーは言いつてもいい。

ごめいぢ

愛身の方が楽なのかなー？



君は勇気を大切にしている？

失敗と仲良し

失敗は、はげましてくれる。

失敗は、何かを教えてくれる。

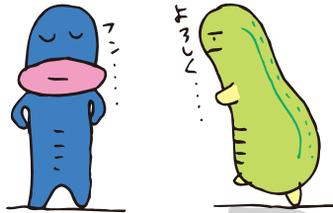
失敗するからで、

アドバイスができるようになる。

だから、失敗はあなたにやさしい。

失敗とは、

仲良くした方がいいものですよ。



成功は、なかなか仲良しになってくれないな。

頭にきたとき

頭にきた人がいたとき、

思いつきで

「これでもかこいっしょいらい

「コロの中はその人に」

文句を言っしてみましょよ」。

「それ以上なごいっしょいらい」。

思いつきでこいっしょ

その人がちよっとながわいっしょ

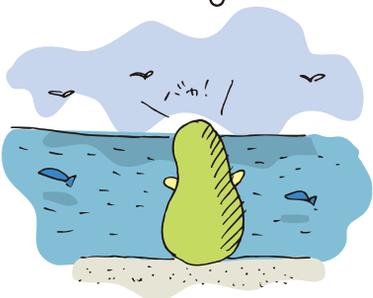
思えたら、

なごなご言っしょもつ「ア、ア、ア

本当に謝っしよる。

なごに解決をFORジャ

「こいっしょいらい」。



思いっきり文句いったことある？

ペット

ペットはだいたい飼いまわすうちに先に死にます。

そして命の尊さを教えてくれます。

悲しいけど、ありがたじゅう。



ペットが死んで泣いたことある？

自分探し

自分は友達の中にいます。

自分は彼の中にもいます。

良いことも悪いことも

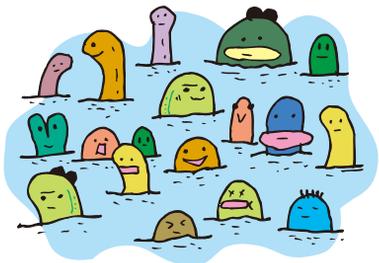
鏡になって映し出してくれます。

良い時も悪い時も鮮明に。

まわりの人は

自分を映し出してくれる

鏡のようです。



自分を見つけたことある？

家族

サボテンを買ってきました。

お部屋に家族が増えたようです。

それはサボテン、サボテンね

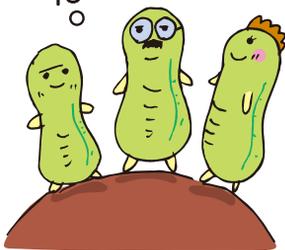
命があるからなのでしょうね。

お気に入りのぬいぐるみを見つけました。

やっぱり家族が増えたような感じですよ。

それは、ぬいぐるみ、ぬいぐるみね

コロコロがあるからなのでしょうね。



君は何人家族？

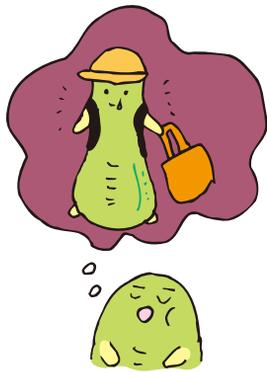
昔々

40才の人も、

50才の人も、

60才の人も、

みんな17才の時がありました、とさ。



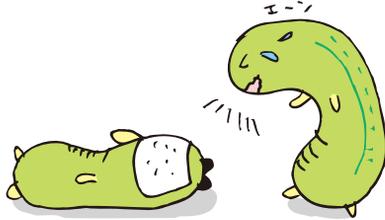
忘れちゃいけないこと、あるよね。

亡くなった人

亡くなった人は

年月がたつにつれて

どんどんやさしい人になっていく。



大切な人、亡くしたことある？

忘れなさい

夜空の星がキレイに見えますか？

風の声が聞こえますか？

季節のにおいを感じますか？

雲の流れにコロコロを乗せられますか？



忘れないことある？

忘れなさい

たぶんあつあつ。



押しっぱなしのために

なーんた

若こつたがんで

何せしちぢゆん

まだり前なんたー！



ガンバリ過ぎてない？

チャレンジ

チャレンジしない！

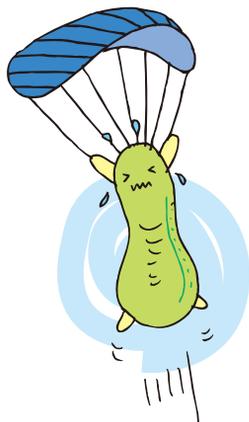
成功も失敗もしない。

チャレンジするー！

成功するかもしれないけど

失敗するかもしれない。

やっぱり、チャレンジしよう。



チャレンジしてる？

宇宙

目をさして宇宙を見た

イメージしたのよ

無限に広がっていった。

自分の宇宙の中を

イメージしてみた。

その宇宙は無限の広さがある

無限の世界がありました。



君のイメージはどこまで続く？

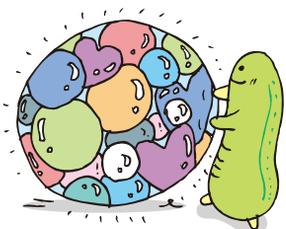
嬉しい人は苦しい人

その苦しさは

楽しかった時のためのもの。

だって嬉しい人は

みんな嬉しいから。



思い出がたくさんある君は、きっと良い人。

質問ですか？

許せなごうやっしん、あつめめかた？

許しほごうやっしん、あつめめかた？

自分のためにがごほしめめかた？



やっぱり自分のために
ガンパロウ。

誰かのためにがごほしめめかた？

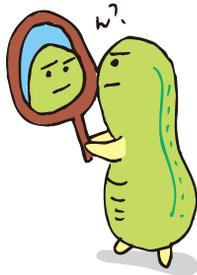


自分

なーんだ、

いちばん分からなかったのは

自分のことだったんだ。

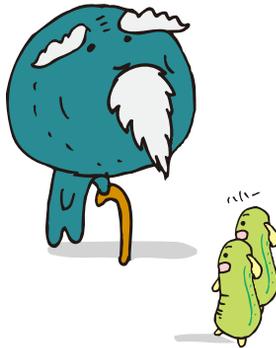


自分のこと、好き？

石ころ

石ころが語りかけてきた。

ボクは三千万年前を
知ってるよ、って。



地球は50億歳。
10歳や20歳なんてまだまだだね。

マイブー

そんな自分を書めなくとも良いんだよ。

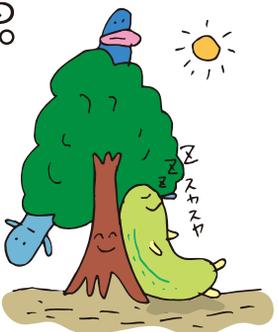
そんな「甲い

まらなくって良いんだよ。

誰もが自分の時間を持っている。

木だって

ゆっくりゆっくり伸びてる。



君が大切にしたい時間はどんな時間？

相手の時間も認めてあげれば

きっと自分の時間も分かってもらえる。

そう、みんなマイブー。



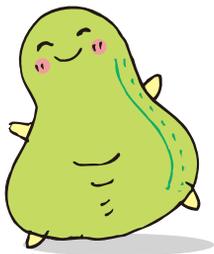
花はみんな笑顔

花はみんな笑顔。

やさしかったり、強かったり。

アジサイは、

涙を流しながら笑ってた。



どんな笑顔が得意？

薬はいかが

青い空は、目の薬。

草のにおいは、鼻の薬。

ぬめ風は、肌の薬。

ちやっさい小川の水は、失恋の薬。

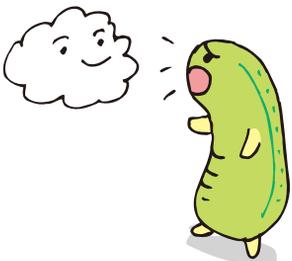


君に一番効く薬って何？

雲の方

青空に浮かぶ雲は

又何を言わなう。



君は雲とどんな話しをしたことがある？

なんでも話しを聞いしんてえ。
どんなんびやんでも聞いしんてえ。
そしつ、必ばやちしん言葉をかけしんてえ。

。んし「あひひひ」んし。



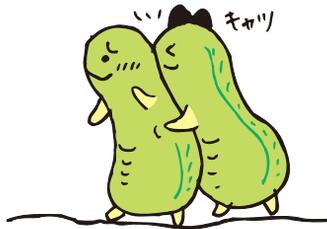
手と手

手と手は高速道路。

触れ合う瞬間

あつという間に

二人の心が届いちやう。



人とつながる方法、持ってる？

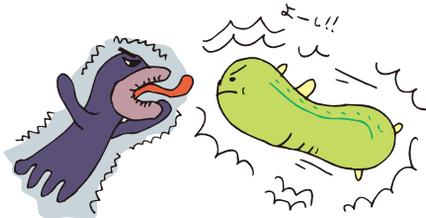
歩く

会いたくて会いたくて
会いに行くのに
歩くのは疲れるね。

でも疲れた分

好きな人と会うことの

価値があがっている。



ガンバルことってみんな価値をあげちゃうんだね。

おい、大切な人！

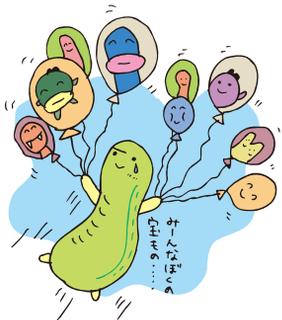
おい、好きな人！

街に向かって叫んでみる。

きつと数え切れない

知らない大切な人が

いるんだろうな。

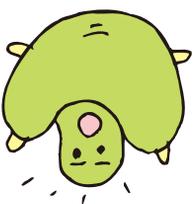


いままで何人の大切な人に会った？

「コロナのカイジ」

ぐっと腕に力を入れても、
カイジができない人

安心して下さい。



見えないところってけっこう大切。

よし、ガンバルゾって、

コロナに力を入れると

「コロナのカイジ」ができません。

あなたの「コロナのカイジ」、

みんなが「よし」もあつち。



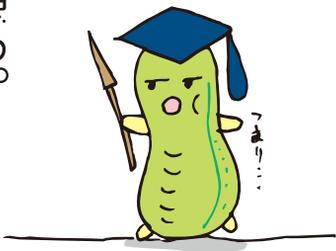
雑草のようだ

雑草は、ちっこくと生えている。

特別な自分じゃないから
雑草を先生にしよう。

こんな自分も、

ちっこくと行けよう。



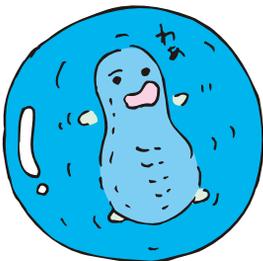
君には何人の先生がいる？

大切なもの

きびしい人のやさしさは
とてもやさしい。

やさしい人のきびしさは
とてもきびしい。

とても大切なもの。

形のない大切なものって何？

涙

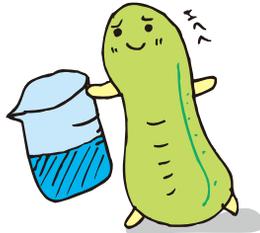
うれしすぎて

涙が出るようになった。

だから涙に

名前をい

ま



いままでどれだけの涙を流した？

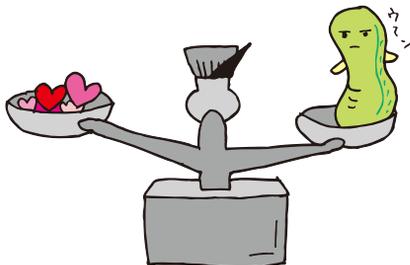
愛の量

愛の量が多い

測られることが。

少ないから量が多い

分かるかもしれない



愛の量ってどうやって測るの？

増えたり減ったりするの

分かるかも。



ココロの情景

今ココロ見える景色は

好きな人と同じに
見えしているのかな？



好きな人のココロの景色のぞいてみよう。

同じように見える景色の方が

いいのかな？

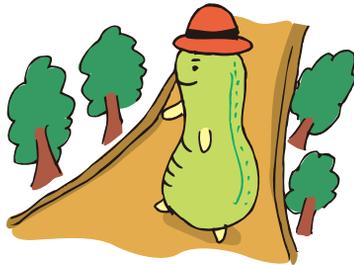


木は家族

なぜ人が木を好きかというと

人類が誕生したのは

森の中だったからなのよござす。



森林浴にいこう！

空のまじりこ

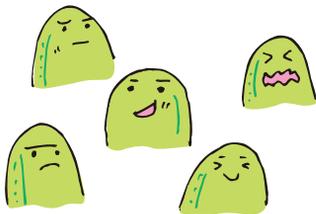
青空は、澄んで遠い。

くもり空は、暗くて近い。

雨がふって、悲しそうな空。

カミナリが鳴って怖い空。

空は表情豊かだなー！



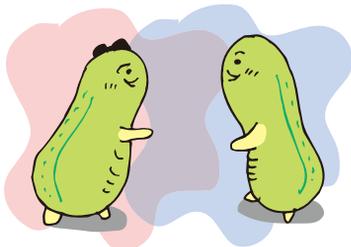
毎日おもいっきり表情出してる？

久しぶり

好きな人とは

ほんの一時間たって

会ったとしても



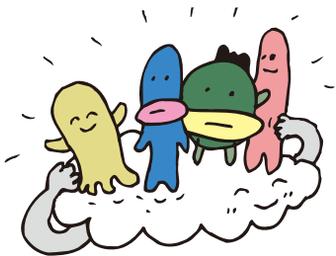
好きな人には、久しぶり！って言おう。

「久しぶり」はち。



尊敬

木も山も、
どんな嵐が来ても



けしんを叫ぶな。

尊敬している方、いる？



尊敬しちゃうなー！



自分のツラ側

なーんだ、

自分の悪いところを
見つけられるのは



自分の気持、逆さまにしてみよう。

自分の悪いところを見つけてられる、とどう
良いところだったんだー。



愛してる

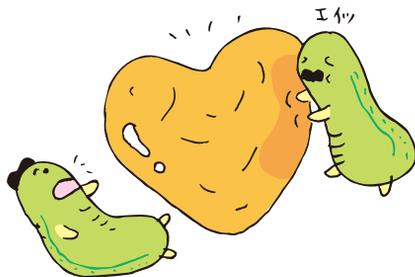
愛してるって言ってる人は

「愛してるよー」

愛してるって言われてる人は

「……」

おめでとう言った方が伝わるらしいぞ。



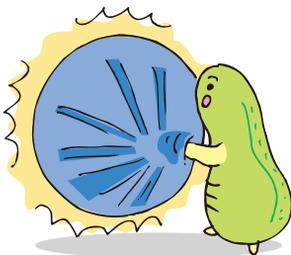
自分の思い、何%話してる？

すごい力

かわいい人は
それだけで人を楽しませる。

やさしい人は
それだけで人をなごませる。

すごい力ですね。

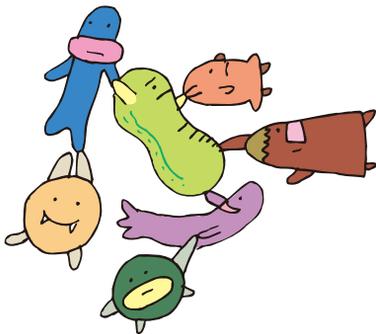


君にはどんなすごい力がある？

大好きな人

どれだけ付き合ったかじゃなく

どう付き合ったか、なんだよね。



いろんな付き合い方してる？

「フニフニ、フニフニ。」

あなた「フニフニ、」

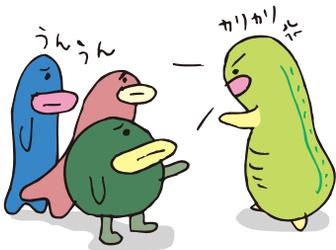
私はなんとならなか。

私「フニフニ、」

あなたはなんとならなか。

答えを出す「フニフニ」

分かろうとするのが大切なのかも。



分かってほしい？分かってあげたい？

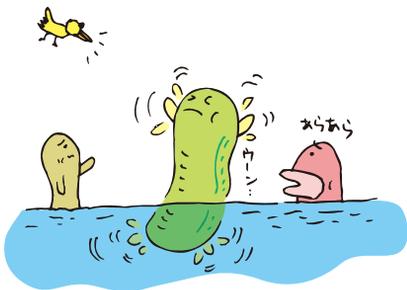
好きなのに

好きなのにけんかしちゃう。
好きだからけんかしちゃう。

好きなのに束縛しちゃう。
好きだから束縛しちゃう。

好きなのに責めちゃう。
好きだから責めちゃう。

好きなのに別れちゃう。
好きだから別れちゃう。



なぜかうまくいかないことって、ある？

知りた〜ココロ

相手を分かってほしいように
分かってしまつて

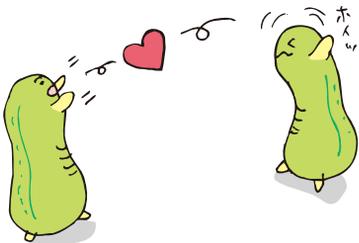
思いがぶれてたりして……。

でも、それも愛情だつて
気がついてもらえなかつたりして……。

愛は

キャッチボールの練習が

必舞のちいばち。



ココロのキャッチボール、してる？

好き、好き

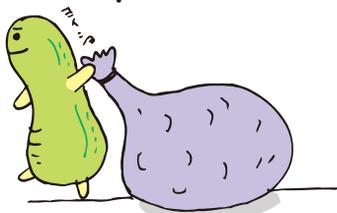
あれも好き、これも好き。

あの人もこの人も、何もかも好き。

なのに満足しないのは、なぜ？

それは、

もっと好きになりたいから。



好きなもの、もっと増やしたい？

正直な気持ち

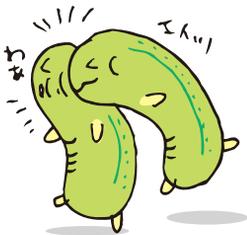
自分の正直な気持ちは受け止めて欲しい。

でも正直な気持ちは、
相手にとって強みになるかもしれません。

なぜかといってしまう

自分が言われたときにも

傷ついてしまいませんか。



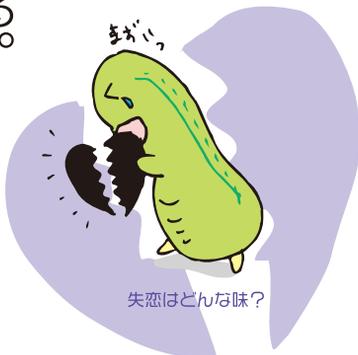
正直な気持、ぶつけたい？ぶつけられる？

失恋

失恋は

じつじつ

価値がある。



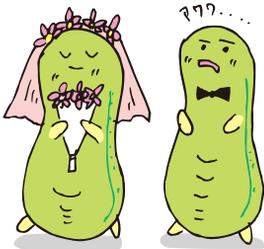
失恋はどんな味？



結婚って、何？

結婚って、何？

結婚



結婚って、何？

ちんちん

初めて自転車に乗れたとき、
ちんちんだったと思った。

自分って

ちんちんちんちん

ちんちん持っているのだから。



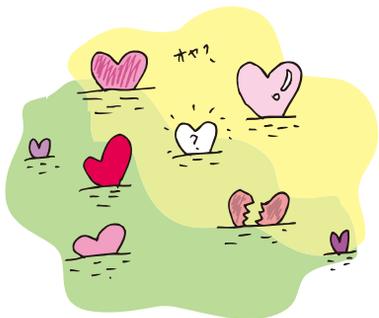
自分のすごいこと、忘れないで。

初めての恋

大好きな子の家。

おばさんの手作りの
おいしいおやつが
目当てのふりをして

遊びに行ってきた。



初恋は、どんな色？

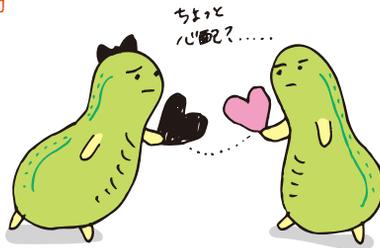
恋愛の形

毎日会いたい彼女と

毎日会わなくていい彼。

ちゅっ

どっちがかわいそう？



恋愛、うまくいってる？

想像旅行

山のある絵は良いなー！

山の回りに何ががあるのか

想像できるかな？。

海のある絵は良いなー！

海がどこまで続いているのか

想像できるかな？。



想像旅行、してる？

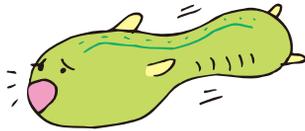
恋の病

恋の病が

目にあらわれました。

大好きな人のことが

目に映らなくなっていました。



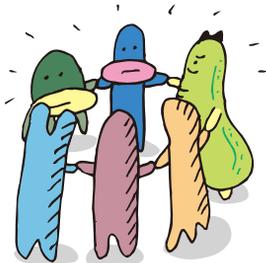
なんか症状、ごてる？

恋愛オシ、パルミン

大好きな人に会って
一時間、何も話さなくても
良いのです。

恋愛は参加者じゃない

意義があることばかり。



現在、参加してる？



風の日

風になびく木々たちは、

実はシンガーソングライターなのです。

一緒に歌ってみませんか？



木や花と歌ったこと、ある？

会話

木や雲や山や風、

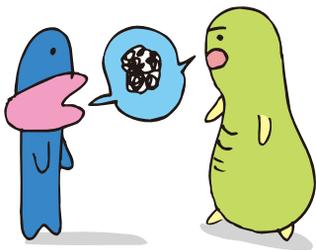
小鳥や虫は

だまっていたら

けっしん語りかけなまねぞ。

でもこちらから語りかけな

必要返しなまねぞ。



会話、してる？

思い出は美しく

あんなに好きな人だったのに

なぜ、こんなこと

好きでなくなっちゃうんだろう。



捨てちゃった思い出、ある？

思い出だけは

大切にしましょうね。

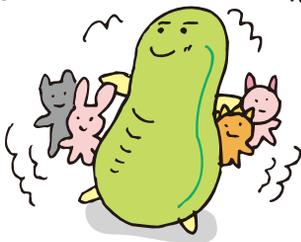


ぬぐるみ

ちよつと大人になつて
おもいきつてぬぐるみを捨つた。

辛かつた。

だげにアノロ6中ら
ぬぐるみちね
うちも捨つてしまふ。



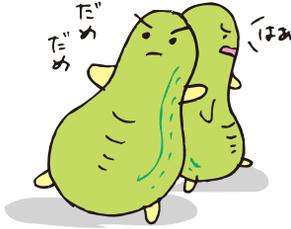
新しいぬぐるみは増えてる？

ふんふん

好きな人に

はなはな

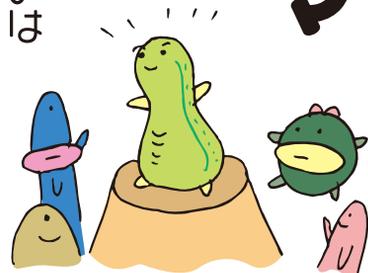
ふんふんふんふんふんふんふんふんふんふん



好きな人には、ひとり占めされたい？

ヒロイン

自分を苦しめるドラマ、
創っていませんか？



ヒロインになるドラマにがいいね。

あなたを責めているのは

あなただけ、

なのかもしれない。



大人

5歳のとき、

自分を子供あつかいする

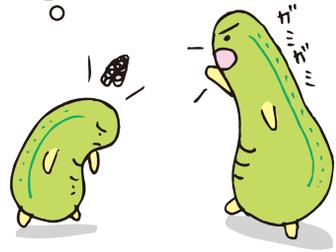
大人がイヤだった。

いま、

5歳の子供を

子供あつかいしている。

これって大人になつたつてことか？



君は大人ですか？

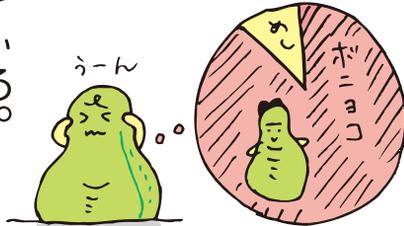
大スキライ!

ケンカして

大スキライって言って

一晩中、

彼のスキライを聞いて



スキライスキライも、好きのうち?

金魚も癒し系

水槽の金魚に

「あなた、なにも考えなくてもいいよ」
とつぶやいて



自分をほっとかせよう。

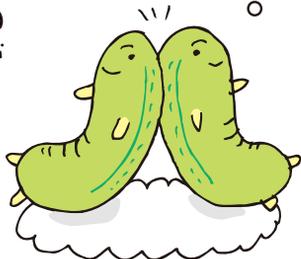


考えないときも大事にしようね。

青春

電話しなまぢやいられない。
声を聞かなまぢやいられない。
毎日会わなまぢやいられない。

なまぢやい。



君、青春してる？

理田なんか考えないのが

青春なのか。

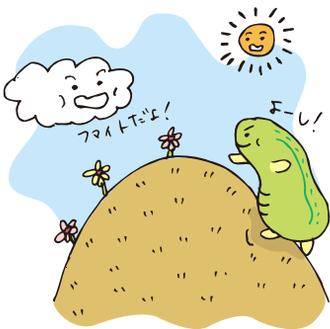


あきらめなさい

乗り越えれば

必がしいいことが

待っている。



あきらめなかったこと、ある？

白鳥

うしろをよせ、白鳥。
恋人をよせ、白鳥。
悲しうよせ、白鳥。

回し白鳥にしお
よせよせ、
よせよせ、いかにいよ。

白鳥よ、

こころを味わえるのだね。



こころを休める景色、ある？

ココロの傷

ココロの傷を癒すには
話を聞いてもらうことが。

ココロの傷を癒してあげるには
話を聞いてあげること。

それがいちばん効くものです。



癒されたこと、ある？

無条件幸福

朝の一杯のコーヒー。
気持ちの良い風。
赤ちゃんの寝顔。
大好きな人とのひと時。

これは、もう、

無条件幸福だね。



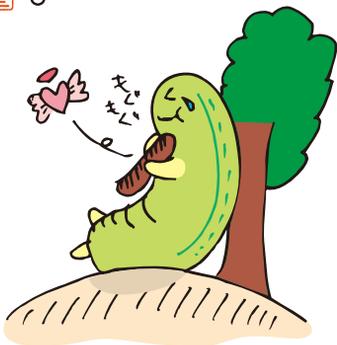
幸福って理屈じゃないよね

命を食べる

食へ物は全部生き物。

命を食へて生きてるんだから

かごぼしん生きなちや。



命を大切にしてる？

価値力子

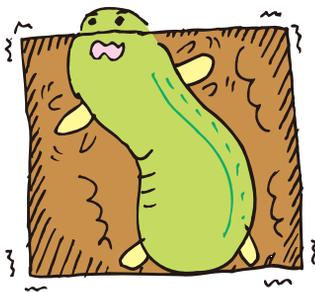
同じものがたくさん並んで

きれいに見える。

違ったものがたくさん並んで

楽しく見える。

両方大切なこと。

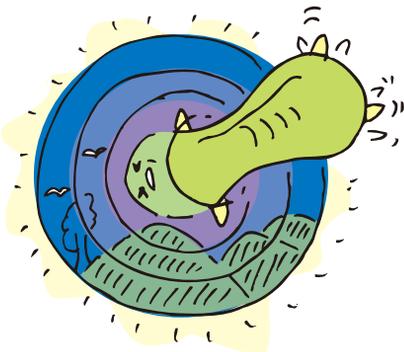


何か決めつけてない？

景色

景色は、歩くスピードで変わる。

景色は、歩く人によって変わる。



ひとつの景色から何が見える？

景色は、ココロの持ち方で変わる。



反対のものは仲良く

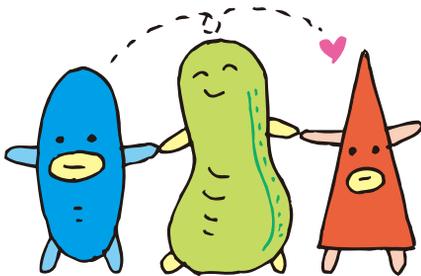
せむしとちゅうぶつ、

ちゅうぶつとせむし。

ちゅうぶつとちゅうぶつ、

せむしとせむし。

反対に見えるものは
バランスをとった方が
良きものです。



反対のもの、仲良くさせてる？

経験の行方

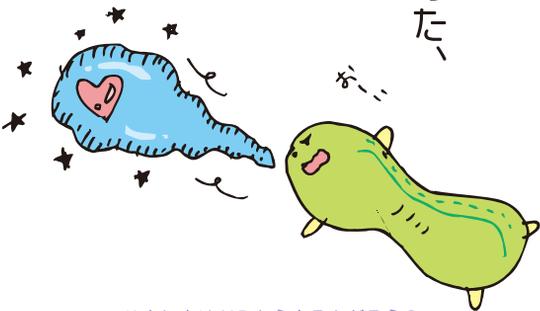
もろおじーんーんーん

つらい思いをしたら、

人にやっついてもおもしろくない、

こころが

いびく。



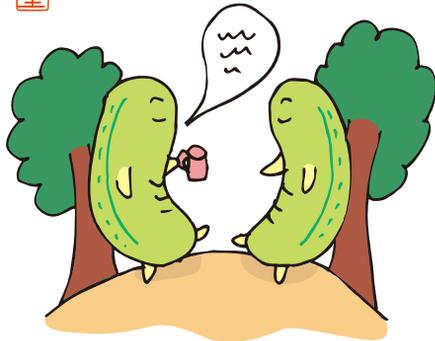
やさしさはどこから来るんだろう？

友だち

話を聞いてくれない友だちは
冷たい友だち、なのではなくて

聞いてもらえない自分に

きっと何か足りないんだと思うな。



友だちの話を聞いてあげてる？

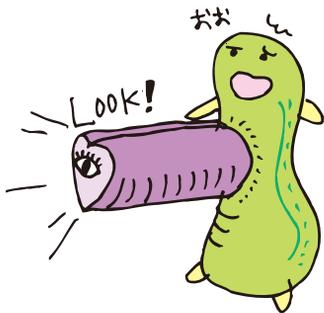
鏡

鏡は顔をうつし出す。

友だちや家族は、
自分のココロをうつし出す。

鏡は、目で見ます。

友だちや家族は、ココロで見ます。



ココロで見る方法、持ってる？

階段

階段を登るのは大変だ。

でも、

階段が無かったら

もっと大変だ。



何か忘れがちなことって、ある？

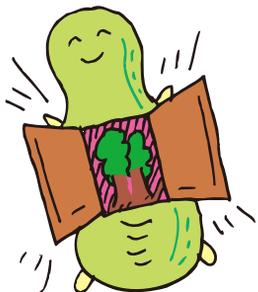
アパートの扉

アパートの扉はみんな同じ形だけど
開けてみると、中の世界はみんな違う。

同じように見える、若者もおじいちゃんも

ココロの扉を開ければ、

きっとみんな違うと思う。



あなたの扉の向うには、何がある？

がんばらない

がんばらなくていいよ。
がんばらないで。

がんばらなくていいよ。
がんばらないで。



やるべきことを、がんばろう。

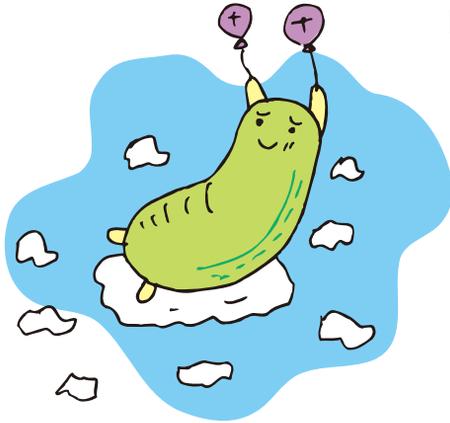
想いで変わる

大好きなコーヒー。

あと半分しか残っていない。

あと半分も残ってる。

どっちが得？



プラス発想してる？

出会い

一生のうちで

何人の人に出会えるんだろう。

だから

出会ったひとは、

みんな大切にしよう。



最近、どんな出会いしてる？

小さな大空間

それは、

トイレ。



哲学してる？

くもり
ときどき
ピーカン

