

新 潮 文 庫

0 冊 目 の 本

今、ぼくの70ページ

瀬尾まいこ著



新 潮 社 版

目次

今、ぼくの70ページ……………	7
あとがき……………	72
おすすめ本紹介……………	76

瀬尾まいこ（せお・まいこ）

1974（昭和49）年、大阪府生れ。大谷女子大学国文科卒。2001（平成13）年、「卵の緒」で坊っちゃん文学賞大賞を受賞し、翌年、単行本『卵の緒』で作家デビュー。'05年、『幸福な食卓』で吉川英治文学新人賞、'09年、『戸村飯店 青春100連発』で坪田譲治文学賞、'19年、『そして、バトンは渡された』で本屋大賞を受賞する。他の作品に『天国はまだ遠く』『あと少し、もう少し』などがある。最新作は、'26（令和8）年7月末発売予定『はじまりのスープ、夏ゼリー』。

0
冊
目
の
本

ふたん、本って読みますか？

あんまり…というあなたも大丈夫。

物語りがちょっと読みやすくなる

ヒントを置いておきました。

のんびり気楽に

ページをめくってみてください。

今、
ぼくの
70
ページ

ほく

は
妹

が嫌きらいだ。

「おにいち

やーん
」と

こども
園
か

ら帰るなり、飛
びついでくるの
もうつとうしい。
妹はわがまま

だし、すぐに泣
くし、とにかく
やりたい放題。
そして何より、

ぼくには絶対に手に入
らないものを持ってい
る。まだ2歳^{さい}半の妹が
それをアピールするわ
けじゃないけれど、ぼ

くと妹には大きなちが
いがある。
「おいしいものを食べ
た時、なんておいしい
の。あの人にも食べさ

小さくなる文字と一糸者に
目秀手に目線が進んでいきませんか？
びっしり並んだ文字も、だんだん小慣れれど
小布くない。

せたい。ここで頭に浮かぶあの人こそ、自分が一番好きな人なのよ」と母さんが教えてくれたことがある。

ぼくはおいしいものを手にした時、育子いくこに見つからないようにしないと、と思う。育子はお菓子かしを食べていると、すぐに寄ってきて横取りす

るからだ。2歳半の妹においしいものを隠^{かく}そうとするなんて、やっぱりぼくは育子を好きじゃないんだなと思う。

めくってめくって

あっという間に0章目が終わり！
まだピンとこなくても、まずはとんとん
ページをめくってみて。

1

7月6日(月)

この間3年生が始まったと思ったのに、7月ももう第2週。もうすぐ中学最後の夏休みに入る。朝から陽ざしは絶好調でぼくらを照らしている。

「あ、育子ちゃんだ」

小学校6年生から一緒に登校している池内に言われ、通りの向こうに目を見ると、育子と母さんがこども園に向かっているのが見えた。

「おにいちゃん」

育子が手をぶんぶんと勢いよく振る。

「おはよー、育子ちゃん」

池内はぼくの家に何度も遊びに来ているから、育子が赤ちゃんの時から知っている。両手を振って育子にこたえる池内の横で、いつもぼくはだいたい無視している。

「お兄ちゃん。育生お兄ちゃん」

季節を思い浮かべて↑
日付が出てきたらその季節の匂いや
風景を想像すると入り込みやすい。

「朝井くーん！ ちょっとその男前中学生！」

「池内君の隣のこ」

育子がそんなしゃべれるわけではないので、手を振る妹の後ろで、母さんがいろんなパターンで呼んでくる。母さんはしつこいからぼくが手を振るまで繰り返す。

「あーあー」

とため息をついてから手を振ると、育子がつこりするのが見えた。

おかしなことに育子はぼくのことが好きで、母さんと朝ちゃんを差し置いて、「一番、おにいちゃん」「おにいちゃん、大好き」と言っている。気持ちって通じ合わないようだ。

「お兄ちゃんって幸せだな。あんな笑顔えがおを向けられるなんてさ」

池内が本気でうらやましがるから、

「どこが？ たいへんなんだよ、兄っていうのは」

とぼくはわかってないなという顔を見せた。

その人どんな顔?

顔を具体的にイメージしてみると
登場人物が身近になったりして。



育 生



育 子

家族紹介

ぼくは中学3年生で15歳。絶賛反抗期中だ。どうでもいいことにイライラしたり、突如やる気の一つも残らず消え失せたりする。女子の目が気になり、それ以上に男子の目も気になる。「かつこつけてる」とは思われたくないくせに、かつこ悪くはなりたくない。自分でも気持ちを持て余すややこしい時期だ。

そして、もつとややこしいのが我が家。とりあえず説明してみる。

まず母親「朝井君子」33歳。若いお母さんだね、とたまに言われるが、血がつながっていない。

大学生の時、母さんは先生に恋をした。その先生は余命半年で、1歳の子どもを一人で育てながら面倒を見てくれる人を探してたらしい。驚いたことに、先生の赤ちゃんと母さんは一目ぼれをし、死ぬとわかっていた先生と結婚した。そう、その赤ちゃんがぼく。



書き込んでいい

例えば名前も○で囲んだり。セリフに線を引いたり。

父親は「朝井秀祐」^{しゅうすけ}36歳。ぼくが12歳の時に母さんと結婚した。父親というほどの貫禄^{かんろく}はないから朝ちゃんと呼んでいるけど、思慮^{しりょ}深くて、教育熱心でぼくは信頼^{しんらい}している。

そして、妹の「朝井育子」^{いくこ}。朝ちゃんと母さんの子ども。

つまり、ぼくは誰とも血が繋がっていなくて、育子は母さんとも朝ちゃんとも血が繋がっている。

驚異^{きょうい}の家庭環境^{かんきやうかう}でグレたくなりそうだけど、母さんは、

「私ほど育生を愛している人間は全世界を探してもいない」
としょっちゅう自信満々で言うし、

朝ちゃんは、

「ぼくと育生みたいに気が合う親子ってそうそういないよな」

と本気で言っている。

これだけ大事にされているのだから、いまはまだグレなくてもいいかと思っ
っている。

育子は2歳半でこども園に通いだしてもうすぐ一年。ぼくには永遠に手に
することができない、親との血のつながりを持っている。そのせいか、偉そ^{えら}

うでわがまま。まだ幼いというのもあるけど、これだけ自由に好き勝手言っているのは、「私は実の子だからね」という本能みたいなものが働いているからじゃないかと、ぼくはにらんでいる。

相関図を書いてみる

図にすると関係がわかりやすかったり。



3

7月7日（火）

「来週の日曜日、ブロック大会だ。3年生は最後の大会になるから、思い残すことがないように試合に臨もう。じゃあ、今日は終わり」

諸橋先生が言つて、部活は終了となった。テニス部の顧問である諸橋先生は、今年定年を迎えるじいさん。60歳くらいのはずだけど、毛がないせいか、もつと年寄りに見える。

ぼくと池内と藤井は鞆を肩に担いで、校門を出た。

夏の空は18時を過ぎてもまだ明るい。昼間より日差しが柔らかい分、景色は穏やかに見える。部活後に、3人で帰るこの時間をぼくは気に入っている。

中学に入学したぼくは、

「野球部に入れば？ サッカーでもいいしバスケもありか。派手に応援できるのによ」

という母さんに反抗してテニス部に入った。

運動部の中では、なんとなく観客席が整然としているイメージがあったのだ。でも、そんなことは関係なかった。母さんはいつだって、育子と一緒に横断幕を持って応援に来る。育子はルールも何もわからないから、ぼくが負けていても、「おにいちゃん、すごい」と拍手はくしゅしまくる。

「母さん、横断幕とかやめてくれよ。テニス部の応援に誰も持ってきてないだろう？」

と抗議をしたこともある。

ぼくは母さんと違ちがっておとなしく、できれば目立ちたくないタイプなのだ。

「えー。応援できるのって、家族の特権じゃない？」

「静かに見守るのが家族なんだよ」

「そんなの、学校でも習ったことないな」

「教わらなくてもみんな知ってるんだよ」

「またまたー。育生、適当なこと言わないでよね」

「横断幕の作り方こそ学校で習ってないだろ？」

「どうかな。家庭科とかで作った記憶きおくがある」

「横断幕を？」

「そう、まあ、たぶんだけど」

「それ、いつ？ 小学生？ 中学生？」

「何よ。取り調べみたい」

「だって、母さんいつも適当なこと言うからさ」

「いつも？」

「そう。いつも」

「私が？」

「そう。母さんが」

「失礼しちゃう。心外だわ」

「じゃあ、横断幕本当に学校で作ったの？」

「うーん、エプロンだったかもしれない」

「エプロンならぼくも5年生で作った」

「あーじゃあ、エプロンか。横断幕ぽかったんだけどな」

「大きさが違うだろ。間違うわけない」

「でも、横断幕の作り方を教えるべきよね」

会話はサワサワ

声を聞くみたいにセリフを追いかけると、
テンポよく読める。

「なんで？」

「エプロンより出番が多いからよ」

「だから、出番はないんだよ。誰も持ってきてなかったでしょう」

「私は育生が将棋部でも横断幕は作るよ」

「あっそう」

「でも、さすがに茶道部なら応援にはいかなかな」

「あっそう」

「茶道って己おのれと向き合う世界だからさ」

「あっそう」

「はい！ 3回、あっそう、いただきました」

「うわ、やられた」

「ということで、今日の食器洗いは育生ね」

「昨日もぼくがしたのに？」

「3回同じ返事しないでって言ってるでしょ」

「3回同じこと言ったら食器洗って、厳しくない？」

「いや、余裕よゆうでしょう。3回も同じこと言う人、育生以外に見たことない」

「よく言うよ。母さんが誘導^{ゆうどう}してるんだ。ずるい」

「頭脳派と言ってください。さあ、さっさと洗って」

「まあ、洗いのくらはするけどさ」

「育生が洗うと食器がきれいになるしね」

「いつも言いくるめられて、小学生のころから洗ってるからね」

「言いくるめられて？ 人聞きの悪い。頭脳派と言ってください」

「あ、母さん同じこと二度言った」

「本当だ！ 危ない危ない」

「自分で頭脳派って言う人、母さん以外に見たことない」

「大事なことから2回言ってしまった」

「うっかりもう1回言わないように」

「そうだねって、負けないようにアドバイスしてくれてるの？」

「そうだけど？」

「そんなことする人、育生以外に見たことない」

「母さん、気づいてる？」

「何を？ 育生の優^{やさ}しさ？ それなら14年前から気づいてる」

「14年前ってほく赤ん坊ぼうだろう。優しさなんて發揮してない」

「いや、それがさ、育生は赤ちゃんの時から優しかったの」

「なるほど。じゃあ、そんな優しい赤ちゃん、育生以外に？」

「赤ちゃんはそれだけで優しさとか嬉うれしさの塊かたまりだからなあ」

「なんだよ！」

「え？ 何？ 育生だけがって言ってほしかったの？」

「育生以外に見たことないって言葉、母さん2回言ってたんだよ」

「うわー。怖い、言いくるめられそうだった」

「もう1回で洗いの交代だったのに」

「育生君、まだまだですね。まあ、食器拭ふきは私がやるか」

ほくらは並んで夕飯の片づけを始めた。

ちなみに、洗濯せんたくは朝ちゃんがやっている。

「洗濯はこれからぼくがやるからね」

育子が生まれるや否いなや、朝ちゃんはそう宣言した。

「なんで？」

「いつか、育生や育子が思春期になった時、きったねえ親父おやじの服と一緒に洗濯するなよなって言うだろう?」

朝ちゃんは心配そうに言った。

「ぼくは言わないけど」

「いや、育生。ぼくはどんどんおっさんになっていくんだよ。じいさんになったら、加齢臭かれいしゅうがしまくるかもしれない。だから、洗濯を極めきわ、洗濯に對しすべての権限を持ち、誰にも文句を言われないようにする」

と朝ちゃんは語っていた。

母さんとぼくはひそかに、

「育子が年ごろになったら下着を見られるのを嫌いやがるだろうにね」

「おっさん、私の服に触さわるなよと言われるパターンを想像してないんだなあ」

と言いつ合っているけど、朝ちゃんは几帳面きちょうめんで、洗濯ものは母さんが干してくれていた時の何倍もきれいになっている。

だから、ずっと洗濯担当でいてくれたらしい。

7月9日（木）

「あー今日もたいしたこととしてないのに疲れたな」

「本当それ」

「暑いから余計にな」

「この暑さどうにかなんないのかな。去年もだけど、夏がどうかしてる」

「そうそう」

池内と藤井とそう言いながら帰る。夕方のかすかな風は汗を少しだけ和らげてくれる。

1年の時、男子テニス部に入部したのはぼくと、小学校からの友達の池内、そして藤井の3人だけだった。

入部時、男子テニス部は15人いた。ただ、ぼくら以外3年生だった。ぼくらは3年生が卒業したら一気に部員が減ることを想定していなかった。現在男子テニス部はぼくら3名だけ。練習は女子テニス部と一緒。テニス部は女子部長の水川さんみずかわが取り仕切っていて、じゃんけんで負けて男子テニス部部长になったぼくの出番はないに等しい。

ぼくたちの後、後輩こうはいが誰も入部しなかった理由は二つある。まず、顧問が

以前の若い先生からじいさんである諸橋先生に変わったこと。ひび割れを起こして、使用できるコートが1面だけになり、活動が女子と合同になったことだ。ぼくだって、こうなるとわかつていたら、テニス部に入っていなかった。

「どうしてぼくたち、テニス部に入っただろう」

ぼくはぼそりと言った。

「ぼくは、朝井が入るって言ったからだよ」

池内が言う。

池内は頭もよくて運動もできる。小学生の時からみんなに信頼されていて発言力もある。不思議と、ぼくと気が合って一緒に行動することが多い。

「俺は、楽そうだなって」

中学に入ってから仲良くなった藤井が言う。藤井はお調子者だけど、いつでも陽気で不機嫌ふきげんにならないやつだ。3年生になって「不機嫌にならない」ということがとんでもない才能だと知った。ただの面白いやつおもしろと思っただけど、少し前から一目置いている。

「全員やる気がないじゃないか」

ぼくはため息をついた。

3年生が抜けてから、ぼくら3人は女子に紛^{まぎ}れて細々^{ほそほそ}と適当な練習をしてきた。そんなことから試合に出ても、完敗ばかりだ。そのまま、あと10日で引退だ。

「だけど、先輩に怒^{おこ}られずに済んだし、むだに走ったり筋トレしたりしなくてよかったじゃん。運動部では断トツで楽だったよ」

藤井が言う。

そうだ。みんなに「楽な部活だよな」と言われている。それも気に入らない。

「まあそうかな」

池内がうなずく。

「女子にも囲まれて、俺らって実は最高の部活に入ってたってことじゃない？」



ページの端^{はし}っこを折っておくと
あとで振り返れて便利かも。

藤井が「イエーイ」とピースをするのに、

「あー、つまらないな」

とぼくは思わず声を上げていた。

このまま最後の大会に出て、やみくもにラケット振り回して、いつもどおり惨敗。^{さんばい}あとはひたすら他の^{ほか}学校の試合を見て終わり。最後の最後までそんなのは、いくらなんでも^{たいくつ}退屈すぎる。こんなの暑い夏、じゃなく、だるい夏だ。

「……だよな。青春ではなかったな」

藤井が言って、

「ぼくもそう思う。……で、どうする部長」

と池内がぼくの顔を見た。

「どうするって？」

「このままでいいのかってこと」

池内は涼^{すず}やかな顔のまま、ぼくの目を^{のぞ}覗いている。

「このままでいいのか？」

そんなセリフ今までつきつけられたことがない。

「このままで……。いいわけない」

ぼくがそう言くと、さつきまで調子のいいことばかり言っていた藤井も、
「そうだよな。このままではいられねえ」と言い出した。

「大会まで10日。その間だけでも、すべてをテニスにかけたって言えるようにしない？」

池内が提案した。

ここぞという時に、意見を出してくれるのが池内だ。

「だよな。短期集中だったら俺もやれそう」

藤井も言う。

「そうだよな」

ぼくがうなずくと、

「頼むぜ。部長」

と二人がぼくの肩をたたいた。

今まで部長の仕事など、一つもしたことがなかったし、部長の自覚さえなかった。だけど、手を伸ばせば触れられるところに終わりがある。それなら
できる。いや、やるしかない。

その日の夜

家に帰ると、育子が泣いて床に転がっていて、

「ほらほら、ミミちゃんが泣かないでーって言ってるよ」

と母さんがぬいぐるみを動かして慰めていた。

「どうしたの？」

久しぶりの号泣ごうきゅうに聞いてみると、

「今日は体験レッスンに行ってきたの。そしたら、もうたいへんだったのよ」

母さんは「はい」とぼくにキンキンに冷えた麦茶を渡してくれた。

「なんの？」

ぼくは麦茶を一気飲みする。カラカラの喉のどが冷やされていく。

「スイミング。育子に水泳を習わせようと思って」

「あー、プールか」

今何時？↑

夜って例えば何時なんだろう。
イメージするとシーンがはっきり見えてくる。

「育生は、習ってなくてもすぐ泳げたじゃない？」

「そうだったな」

ぼくは、苦もなく泳げるようになった。保育園の時にもプールに入ってただろうけど、その記憶はあまりない。小学校の最初の水泳の授業でプールに入った時、体が水に溶けていく感覚に心が奪^{うば}われた。水の中でしか聞こえない透明な音^{とうめい}が心地よく、水と一体になれることがうれしくなって泳ぎまくった。そしたら、面白いくらいに上達した。

「私も朝ちゃんも泳げないから、育生みたいになってほしいなってスイミングに連れて行つたの。そしたら、育子、水がいやだ、怖いってずーっと泣いてたんだよ。みっちり60分体験時間あつてさ、先生がいろいろ優しくしてくれるから、申し訳なくなっちゃった」

母さんが「やれやれだよ」と報告した。

「育子、プール嫌いななの？」

ぼくが聞くと、

「お水、いや」

と泣きすぎて鼻水だらけの顔で育子が言う。

「プール楽しいのに」

「ミミちゃんと、りんりんと、もふ吉と、おにいちちゃんがいいの」

育子はぬいぐるみの名前とぼくを一緒に挙げた。

「お兄ちゃんはぬいぐるみじゃないからな」

と言うぼくの横で、

「育生はすんなり泳げたのにな」

と母さんがつぶやいた。

「ぼくは血がつながってないからじゃない？ 朝ちゃんとも母さんとも似ず

に済んで泳げたんだよ」

「育生。成長って遺伝だけじゃないって知ってた？ 環境よ。母さんの作る

栄養バランスの整った食事、母さんの溢れる愛、幼いころからの皿洗いによ

る水との触れあい。それが泳げる育生を作ったの」

自慢げに言う母さんに、

「運動神経ってほぼ遺伝らしいよ」

とぼくは返した。

「ほぼでしょう？」

残り何%パーセントかが泳げる育生を作ったんだよ」

この話は題もしかして？

何度も出てきてる親子の話、
どうやら重要そう？

母さんはそう言いながら、「育子、お兄ちゃんお水大好きなんだよ。泳いだら気持ちいいんだから」

と育子を抱きかかえた。

母さんは本当に幸せな人になって、ちょっと待て。スイミングの体験……？ 習い事の体験レッスンは、水泳だけじゃなく、テニスだってあるはずだ。

「母さん、体験って無料？」

「無料だったよ。後でめっちゃ勧誘かんゆうされたけどね。また今度考えますって逃げてきた」

「いいじゃん、体験！ 体験って最高じゃん」

「そう？」

「ぼく、やることあるから」

ぼくは部屋に入ると、パソコンを開いた。テニススクールを検索けんさくすると、どこのスクールでももれなく体験募集ぼしゅうをしていた。なんだよ。早く言ってくれよ。今まで一度も調べたことがなかったくせに、パソコン画面に突っ込む。

スクールの内容はどこも一緒に見えたから、一番近くのテニススクールに
 今度の土曜日に3名で体験を申し込んだ。

ラッキー余白！

少ない行数で終わるとラッキーと思ったあなた。
 その気持ち、わかります。

ぼんやり考察

家族の語と部活の語に
なんのつながりか?なんて、
一度本を閉じてぼんやり考えてみたい。



7月11日（土）

「朝井ってなんでも真剣^{しんけん}に考えて、いざって時に最高の判断をしてくれるんだよな。そういうところいいよな」

土曜日。待ち合わせをしていたテニススクール前につくと、池内が言った。池内はいつもまっすぐに褒^ほめてくれる。付き合いが長いから慣れてはきたけど、やっぱり照れる。

「体験時間は1時間だけど、しっかり学ぼう。3年間もおざなりにテニスをやってきたぼくらには、どんな小さなことだってためになるはずだからさ」
ぼくがそう言って、

「おう」

と3人で掛け^か声をかけてコートに入った。

スクールだけあって、学校とはまるで違い、室内コートは冷房^{れいぼう}がガンガンに効いていてきれいだ。自転車をこいできたせいでかいた汗が、すぐに引い

た。

「お、こんにちは！」

20代後半か30代前半くらいの男性コーチが入ってきた。背が高く程よく筋肉がついていて、運動をしている人の体をしている。

「ぼくは、小鳥遊たかなしと言います。60分間だけだけど、楽しんでもらえたら」

首からぶら下げたネームカードを見せながら、コーチが軽やかに挨拶をした。

「楽しむ」ということが最近の習い事では主流になっているようだ。でも、ぼくたちはうまくないんだ。そのために来た。その空気を出そうとぼくらは目くばせをし合ってうなずいた。

3年間3人でテニス部にいただけあって、言葉なしで伝わることもある。ぼくらは最初の準備体操から、全力でやった。

「すごい真剣だな」

小鳥遊コーチは笑った。

「今まで部活をいい加減にしてきたんですけど、最後の大会、がんばりたいんで」

めずらしい苗字にご注意を ↑

あとで読み方、忘れちゃいかち。

3回くらい声に出して覚えとく？

藤井が少し恥^はずかしそうに言う。

「ああ、そっか。じゃ、教えられること全部^っ詰め込むな」

「これ、体験だよ」と言われるかと思つたら、コーチはほくらにコートの端^{はし}に並ぶように指示を出し、さっそくボールを手にした。ほくたちも素^す早^{ばや}く動く。

まずはウォーミングアップがてら、コーチとほくら一人ずつでフォームを確^{かく}認^{にん}しながらラリーを繰り返す。基礎^{きそ}はできていたつもりなのに、3人とも重心の高さを指摘^{してき}されてハツとする。

次はサーブ。サーブエースが取れたら最高だけど、ダブルフォルトになることだけは避^さけたい。確実にサーブを入れるには、トスをまっすぐ上げて、きれいなドロフィーポーズからラケットを思いっきり振り抜くことが大事。コーチは、グリップの先端^{せんたん}が見えるまで振るよう教えてくれた。

その後も、コーチがラケットだしのストローク、前衛の藤井はボレーの練習を重点的に、後衛のほくと池内は、ベースラインぎりぎりのボールを打てるように走り続けた。

「よし。まだ、15分ある。実^{じっ}践^{せん}をしていこう。試合形式で」

ウェルカム読み飛ばし

専門用語が多くて難しいところは
とりあえず読み飛ばしちゃっても大丈夫。

と最後はコーチも選手として入り、ほんと藤井対コーチと池内のダブルスのゲームを行った。

「ラケットは腰こしの位置で振るんだ」

「肘ひじと体の距離きより、もう少し離はなして」

「ボールは目だけで追うんだ。頭は動かさないで」

「グリップを強く握にぎりすぎ」

「腕うでももっとリラックスして」

コーチは次々に声をかけてくれる。さらに、

「池内君は足が速いから、バックハンドにしようとするより、フォアで打てるよう回り込んだほうが威力いりよくのあるボールが打てるかな」

「藤井君は力任せになるからアウトになりやすい。ボレーの時はラケットを動かさないで。相手の球が強いときは当てる程度でいいんだ」

「朝井君は、右足が浮くくせがある。体重をしっかり残して。打つときは流さないように、体を止めて。あと、サーブのとき体の回転が足りないかな。ラケットを持っている方の肩が反対の肩より前にくるくらい体をねじるんだ」

カラダで想像

本を読みながら自分の体で
動作をイメージしてみると
ちょっと楽しい。

と一人一人にアドバイスを送ってくれた。

こんなに的確に指導してもらって、いいのだろうか。ぼくたちは「ありがとうございます」と部活中にも出したことがないくらいの大声で感謝を伝えた。

諸橋先生からは聞いたことのないアドバイスばかり。そして、コーチは見本も見せてくれる。その姿に少しでも近づこうと、ぼくらは足がもつれそうになりながらも、必死でプレイした。

1時間後には、ぼくたちは汗だくでふらふらになっていて、それぞれ持ってきた水筒の飲み物を一気飲みした。

ぼくの水筒の中身は麦茶。昔から母さんがやかんで煮出して作ってくれている、家で飲むのと同じものだ。「麦茶はいろいろあるけど、我が家のが一番おいしいんだから」と母さんは言っていて、飲むとほっとする。

今も麦茶は体の隅々までしみわたって、体の熱と疲れをとってくれる。香ばしい香りが頭をリフレッシュさせる。

「要らないと思うけど、一応、決まりだから入会の説明書もらってね」とコーチはぼくらにプリントを渡してくれた。

キーワード発見

「麦茶」が何度も出てきてるの、
気づいた？

「すみません」

ぼくは部長だから代表して頭を下げた。

「あやま謝ることないよ。うれしいじゃん。試合前の中学生とテニスできるなんてさ」

コーチは汗を拭きながら、

「俺も中学高校テニス部で、県大会で優勝できるくらいの実力があつたんだ」

と続けた。

「おおー！」

「あれ？ それって優勝してないってことですか？」

感心しているぼくと藤井の横で、池内が冷静に聞く。

「そう、優勝してない。あのころの俺、めちゃくちゃにかっこつけでさ。負けるのが怖くて。練習しなくてもできる俺、本気にならなくてもできる俺を氣取ってて、いつも予防線を張ってた。すげえダサいだろう？」

コーチが笑うのに、ぼくらは「いやそんな」と首を横に振った。

「予防線張るやつが勝てるものなんて一つもないのに、バカだったんだよな。」

負けることなんて全然かつこ悪くないって今は知ってる。本気でやろうか迷うのが、一番やばい。本気を出さないことに慣れたら、人生は終わりだから」

小鳥遊コーチは言った。こんなにかつこいい大人を久しぶりに見た気がする。

「先生の人生は終わってないですよね？」

ぼくがそう聞くと、

「俺は今本気でテニスを教えてるよ。運動が苦手な人にもテニスが好きの人にも、楽しんでもらおう、うまくなくてももらおうって」

コーチは笑った。

「ぼくたち、誰よりも本気だけは出します」

そう宣言するぼくらを、

「最後の試合。何一つやり残すことがないようにがんばって」とコーチは見送ってくれた。

6

その日の帰り道

テニススクールの体験レッスン後、ぼくらはテンションが上がりまくって
いた。

「持久力は絶対必要だよな。毎日走ろう」

「おう！ やろうぜ」

「体幹を鍛えるのが大事だってコーチ言ってたから、筋トレも必須」

「それ絶対だな」

「うん」

その日以来、3人で毎朝待ち合わせて登校前に1時間走り、夜に「今から
始めよう」と連絡し合ってこれまた1時間近く筋トレをした。

わずかだけど、日々強くなっていく自分を感じる。走れる距離も増え、筋
トレが楽になっていく。

7月15日（水）

筋トレとランニングを始めて5日くらいたった夜、夕飯後に母さんが深刻な顔で切り出した。

「育生、好きな子ができたよね」

「は？」

まったく心当たりがないぼくは驚いた。

「証拠は上しやうこがってんだけど？」

と母さんが言う。

こういう話を面と向かって冷静に切り出す母さんの感性は、どこかおかしい。

「いるわけないよ」

「だって、走ったり筋トレしたりして、こんなにかっこよくなってるのよ。恋人ができたに決まってる」

そう言う母さんの横で、

「本当だ。育生シュツとしたな」

と朝ちゃんもぼくを見た。

「あのさ、違うから」

「違うわけないじゃん。教えてよ。同じクラスの子？ 後輩？」

「違う」

「えーじゃあ誰誰？」

母さんはぼくのことをモテると勘違いかんちがしているらしく、ちよくちよくこう

やって好きな子は誰かと聞いてくる。

「いないってば」

「教えてくれたっていいのに。育生のケチ」

どうしてしようもないことばかり言うんだと、ぼくはイライラしてきて、

伝家の宝刀を取り出した。

「実の親でもないくせに、そういうのうっとうしいんだけど」

「えー。血だけがつながってる親だったら、そつとしそうじゃない？ 私と

育生は血以外でつながってるから、常に興味津津しんしんなんだよね」

母さんは間髪入れずに言い切った。伝家の宝刀は逆効果だったようだ。

「私が世界で一番育生のことを好きなのは知ってるでしょう？ 他に好きな

人ができたら、伝えるのが礼儀れいぎじゃない？」

母さんの言い分がちんぷんかんぷんでぼくがどう言い返そうか考えていると、朝ちゃんが、

「ぼくだって世界で一番育生を好きだと思っただけだな」と割り込んできた。

「私に勝てるわけないじゃん」

母さんが眉をしかめる。

「でも、君子さんって我慢できない性格だろう。ぼく、育生のためなら3日間、おかずなしでも平気だから」

「それゆるくない？」

朝ちゃんの主張に、ぼくはひっくり返りそうになった。

「じゃあ、育生のためなら朝はおかずどころか米だっていらない」

「いや、朝、パン食べてるじゃん」

「そっか」

ぼくの親は本当にどこかずれている。しかたなく、教えてあげることにした。

「そういう時、普通の親は、育生のためなら死んでもいい。あなたのためな

ら死ねるって言うんだ」

「こわ。そうなの？」

朝ちゃんが目を丸くする。

「そう。親は子どものためなら死ねるんだよ」

「それ、ホラー？」

母さんが身震いするまねをする。

「ホラーじゃないよ。親の愛って、それだけすごいんだ」

「えー。ぼくは育生の父親になれてから、絶対に死にたくなかったけどな」

朝ちゃんが言う。

「どうして親になって、のん気になるんだよ」

「だって、死んだら育生を見られなくなるだろう。絶対死にたくない。育生に会えないとか想像できない」

朝ちゃんの言葉に、

「あーわかる！ 1秒でも長生きして1秒でも長く育生を見ていたい」

と母さんは同意してから、

「いや。でも待てよ。死んだら幽霊ゆうれいになれるよね。そしたらさ、育生の中学について行けるし、好きな子も一発で当てられる」と手をたたいた。

「まったく、二人とも、何もわかってないんだよな」

ぼくが言うと、母さんと朝ちゃんはそろってこっちを見た。

二人は夫婦ふうふで、血がつながってるわけじゃない。だけど、表情とかタイミングとか。そういうのがそっくりだ。

「ぼくら中学生の前にあるのは、恋だけじゃないんだよ。好きとか嫌いとか、そういうの今はどうでもいいんだ」

自分で言ってて、かつこいいじやんと、ぼくはちよつと盛り上がってきた。「この夏は、やりたいことを、いや、やるべきことを、どれだけかつこ悪くたつてやり切るんだ」

朝ちゃんと母さんは「おおー」と言い、さっきまで夢中でぬいぐるみで遊んでいた育子も「私も、私もやる」と話に入ってきた。

「育子、ミミちゃんと寝ねる」

「それ簡単じゃん。お兄ちゃんは難しいことをするんだ」

「じゃあね、ミミちゃんの絵、描^かく」

「それ楽しいだけじゃん」

「じゃあ、水色で描く」

ピンクが好きな育子が水色を使うのはちよつとしたことなのかもしれない。でも、全然違う。育子よ。君はまだ幼い。2歳半ではできないことを、そして、大人にもできないことを、ぼくはやるんだ。

「大人にはわからないと思う。あと、子どもにもね。ぼくは今のぼくだけができることをやる」

ぼくがそう言くと、

「なんかいい」

「青春だ」

と朝ちゃんと母さんは拍手をし、育子は机をどんとたたいて盛り上げた。

「はいはい」とぼくは自分の部屋に^{もと}戻り、ベッドに転がった。

イ木憩も読書のうち

育生がベッドに転がったところで
あなたもひと休み、どうですか？



読む場所チェンジ

集中力が切れてきたらちょっと移動してみよう。



お風呂



トイレ



クルマの中



公園のベンチ

7月18日（土）

試合前日、ぼくは眠れなかった。いつもより筋トレをしすぎたせいだろうか、体は重いのに目が冴えてしまっている。

ベッドで横になっても眠れそうになく、水を飲みダイニングに行く
と、母さんが本を読んでいた。

「母さん、まだ起きてるの？」

「眠れなくて」

「どうして？」

「最後の試合前だからさ」

「試合するの、ぼくじゃん」

「そう思うのに、胸が高鳴っちゃうんだよね。朝ちゃんなんていびきかいてるよ。やっぱり、母親の本能ってすごいよね」

母親の本能か。母さんの前にぼくは座^{すわ}った。

眠れない時は、「心のもやもやを全部出し切るといいんだよ」小学生のころに母さんが教えてくれたことがある。やりたくない宿題のこと、好きな女の子のこと、悪くないのに先生に怒られたこと。何度か眠れない夜、母さんに話したことがある。

今まで一度も外に出さなかった心のもやもや。試合前日に言うことではないのかもしれないけど、ぼくはずっと気になっていることを口にした。

「あのさ、ぼく、……育子のこと、好きになれないんだ」

言ってしまうと同時に、ほっとした気持ちとなんてひどいことを言ったんだという後悔こうかいが襲おそってきた。悲しむかもしれないと心配したけど母さんは、

「うん。知ってるよ」

とあっさり答えた。

「え？ 知ってたの？」

「私は一目ぼれしちゃうけど、育生はゆっくり人のことを好きになるでしょう。だから、育子のことを好きになるまでもう少しかかるだろうなって。それに、育生と育子は似てないところも多いし」

「兄妹きょうだいなんだから仲良くしろとか言わないんだ？」

「きょうだいって仲良くするって決まってるの？」

母さんが質問に質問で返した。

「さあ」

ぼくもそれはよくわからない。

「そういや、ライトさんところの兄弟は一緒に飛行機作っただっけ。あそこの家は仲いいのかな。じゃないと二人であんなでかいもの作らないよね」

「頼朝よりのちかと義経よしのねは仲悪かったよな」

母さんの話にぼくもつけ加える。

「源さんみなもととこね。あそこはどっちも気が強そうだもんね」

「最初は仲良かったみたいだけどな」

「大人になって喧嘩けんかしたの？」

「たぶん。戦乱の時代だったのもあるのかな」

「かわいそうね。で、育生は、育子の何が気にさわるの？」

「どうかな……」

ぼくはしばらく考えてから、

「やっぱりわがままだと思う。小さいからだけじゃなくてさ、自分は許され

る、実の娘だむすめっていう強さを感じるっていうか」

と告げた。

ひがんでると思われないといいなと発したほくの言葉に、母さんは目を大きく開けてから眉をしかめた。

「それ、育生のせいじゃない？」

「ぼくのせい?!」

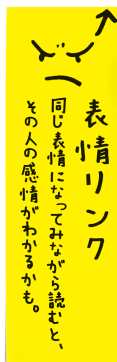
「育子のわがままで一番困ってるのは、私だよ。毎日毎日、朝も晩も。あれが嫌だ、こうしたいって振り回されてる。それもこれも、育子が生まれた時に、育生がさんざん甘あまやかしたせいでしょう?」

「ああ、まあ」

確かに育子が赤ちゃんの時はかわいくてしかたがなかった。小さいものはかわいい。そういう単純さで、ぼくは暇ひまさえあれば抱きあげていた。

「甘やかしてわがままにして、大きくなったら私に丸投げ。好きな時だけかわいがって、いいとこどりじゃない。子育てって本当にたいへんなんだから」

「それ、ぼくが甘やかしたせいかな……」



「そうよ。私は育生を大事にしても甘やかしはしなかったもん。猫^{ねこ}なで声で『育子ちゃん』って呼んでは抱っこばかりして。離乳食^{りゅうしょく}でほうれん草がゆ作って、食べたくないって育子が泣いた時、育生が『ママ、無理矢理やめて。かわいそうだよ。育子食べなくていいよ』って言ったの覚えてる？ あの日から育子がわがままになった気がする。思い出したら、腹立ってきた」

「あ、なんか、ごめん」

母さんが勢いよく怒るから、うっかり謝ってしまった。

「よし。言いたいこと言ったら、すっきりした。寝ようつと。あ、育生も寝なよ。がんばって目をつむって明日^{あした}にそなえなきゃ」

「そうだね」

ほくはどうかおかしいぞと思いながらも「おやすみ」と部屋に戻った。

心のもやもやは晴れたのだろうか。ベッドに寝転がって考える。

ほくは育子のわがままが苦手で、そして、それは母さんと朝ちゃんと血がつながっているのを見せつけられる気がするからだ。そう思っていたけど、ほくがかわいがりすぎたのが原因かもしれないのか。悔^{くや}しいけど、それは否定できない。だって、赤ちゃんだった育子はたまらなく愛^{いと}おしかったのだから

もう64ページ!

ページ番号を表す「ノンブル」は
フランス語の「nombre(数)」
が由来らしい。

ら。ま、そんなことどうでもいいか。わずかにすっきりしたせいか、目をつむっているうちに眠りが訪^{おしず}れてくれた。

7月19日（日）

ぼくらの最後の夏。それぞれシングルスとダブルスで出場した。

小鳥遊コーチに教えてもらったことを忘れずに、この1週間やってきたことを出し切って、全部をかけた。1球1球に心も体も込めた。

どのゲームも最後までもつれ、汗だくになってボールに食らいついた。それでもすべて初戦敗退に終わった。

「俺たちの青春はなんだったんだ。ランニングして筋トレまでしたのに」

藤井が頭を抱えた。

「他のみんなはそれを3年間やってきたんだよな。そんなやつらに、1週間必死になっただけで勝てるわけがないよ」

と池内が言う。

「だな」

「時間を取り戻したいな」

「入部の時、いや、せめて3年生の最初からでもやり直したい」

「1年前の自分に、しっかりやれって言ってやりたいな」

3人とも同じようなことを口にした。

大会は1日がかりだけど、ぼくらはいつものごとく朝一番でやることになくなって、3人で他校の試合を眺めながら過ごすこととなった。

長く試合に出ると思ったのか、母さんはいつもより大きい水筒に麦茶をたっぷり入れてくれた。試合時間は短かったけど、すべてを出して空っぽになった体に、香ばしい麦茶が染みる。そして、ものすごくおいしい。

「でもさ、今日の試合、楽しかったじゃん」

「うん。最後の1週間は楽しかった」

「ほんやりやってたテニスが、スポーツだって思えた」

「あのコーチに出会えてよかったよな」

ぼくがしみじみ言くと、

「体験レッスンを探してきてくれた朝井が、すごいと思う」と池内が言った。

「だよな。ありがとう部長」

同じことをしてみる

実際に麦茶を飲みながら読んでみてもいい。

藤井にまで言われ、ぼくは照れくさくなって、それ以上に胸が熱くなった。「取り戻したい」「あの時に戻れたら」そんなふうには二度と思いたくない。やれる時にやっておかなきゃ。ぼくたちはいつだって、今がその時なのだから。

そう思うと同時に、まだだらけて怠^{なま}けて遊んでしまう自分も想像できる。それでも、「戻りたい」というくやしさを知ったぼくらは、前より本気で走れるはずだ。

大会後

学校でのミーティングを終え、家に帰ると、お寿司^{すし}に唐揚げ^{からあげ}にハンバーグにケーキとにぎやかな夕飯が用意されていた。

「あれ、試合見てたよね？ ぼく初戦敗退したんだけど」
豪華なテーブルにぼくが言うと、

「そうなの？ あんなにかっこよかったのに？」
と母さんが言った。

「おにいちゃんの勝ち」

育子がニコニコと笑う。泣いてない時の育子はいつもうれしそうな顔だ。

「サーブが5回決まったじゃん。すごかったよ」

朝ちゃんは「またがんばればいいよ」とぼくの肩をたたいた。その気持ち
はうれしい。だけど、

「また、はないんだよ。大人より、長い人生が残ってる。それでもぼくらに

は、またはないんだ」

とぼくは言った。

「なんかかつこよくなつたな、育生」

「もともとかつこよかつたけど、この夏で倍増だわ」

朝ちゃんと母さんが言う横で、

「育子も！　ない！」

と育子が「ねー」と笑う。

「あ、そうだ。育子、夏休みにプール行こうよ」

「プール？」

笑つてた育子が真顔になる。

「そ。一緒にイルカになりに行こう」

「イルカ？」

「なれる。簡単だよ」

「イルカ！　なりたい、なりたい！」

「だろ？　水の中に入ると不思議な音が聞こえて、体がとろけそうになるんだ」

「本当？」

育子が疑わしげな目を向ける。

「本当。絶対楽しいよ。いっぱい水で遊んで、いっぱい麦茶飲もう」

「麦茶？」

「そう。動いた後の麦茶はすごくおいしいんだ」

「すごく？」

「3倍くらいおいしくなる」

「じゃあ行く！」

連れて行くのはぼくなのに、育子は偉そうにうなずいた。

妹のことが好きなのかどうかは、まだわからない。でも、育子と水の心地よさを味わいたいし、とっておきの麦茶を飲ませたい。まだ夏は続く。暑い空の下で飲む麦茶は最高に美味しいはずだ。

わからなくてもいい

登場人物の気持ちがわかって
わからなくてもいい。動画や漫画
をみたときみたいと思ったことを
友達や家族に話してみると楽しいかも。

隠れ伏線

似たような話が第0章にあったような…?

あとがき

「今、ぼくの70ページ」

このタイトルは、今のこの瞬間しゅんかんを切り取った物語という意味です。そして、同時に物語を読んでいる皆さんみなとも、同じページ数、同じ時間を共にしているという思いもあります。

物語としてはかなり短い、70ページ。（しかも大きな文字！ 余白たっぷり。読み飛ばしOKの）この物語。楽しんでいただけたでしょうか？

書店さんの数が減っている。本が売れない。活字離ればな。などなど、本をめぐる厳しい状況じょうきょうが続いている中、それならまずは本を好きになってもらえるような、気軽に本に手を伸ばのしてもらえるような、そんなことができたらいなところから、「0冊目の本」はスタートしました。

ここにたどり着くまで2年。新潮社のお二方と相談をしまくりました。

本の紹介しょうかい本を配る？ 本に関するエッセイ？ 学校向けの本？ QRコードで本に

つなげる？

あれこれアイデアを出しては実現できないという結論が出たり、迷い迷っていったい何がしたかったんだっけとなったり。

それでも、本が好きなメンバーで、本をどうやってみんなに楽しんでもらえるかを話しているのですから、素敵すてきな時間でした。

話し合いを重ね、とことん気軽に、簡単に読めるものを作ろう。最初の1冊目を手にとってもらう前の、「0冊目」を作ろうということになりました。

物語は私自身も0に戻って、デビュー作の「卵の緒お」の続きを書くことにしました。「卵の緒」を執筆しつぷつしていた時の私は20代。出版の世界についても何も知らず、好きに自由に書いた物語。

今回も、あの時と同じ気持ちで書きました。

「こども園」という保育園と幼稚園ようちえんの両方の良さを持ったものができていたり、習い事の雰囲気ふんいきが楽しいものになっていたり、20年以上たつと世の中は変わっているとこ

ろも多々ありました。

でも、育生も君子さんも朝ちゃんも池内君も、登場人物たちは、あのころと変わる

ことなく自由に精いっぱいに物語の中を飛び回ってくれました。少し成長したみんなと共に過ごせるなんて、幸せな執筆時間でした。

物語ができてからはワクワクすることばかり。読みやすくするためにあちこちに仕掛け^かをしてくださったのですが、画期的で面白くて。

それに、ヨムムというキャラクター。本と未来と感情がぎゅっとつまっていて愛^{いと}おしいです。これからヨムムもたくさん本を読んで世界を広げていくんだろ^うな。とりあえず、ぬいぐるみ作ってほしいです。

「今、ぼくの70ページ」を読み終え、「次、何読もうかなあ」と思ってくださいたのならうれい^いです。

本は私たちに寄り添^そってくれ、時に引っ張って行^いってくれ、別世界にだって連れて行^いってくれます。

本は楽しいものです。難しいことを考える必要はありません。自分の好きなように、好きな物語を楽しみましょう！ この物語の中の人物たちも思いっきり今を楽しんでいるんですから。

ホン・ボヤーージュ！ 本は次から次へと扉を開いてくれる、手にするだけで旅がで
きるチケット。

私も物語を作る旅を続けます。また皆さんと違う世界で再会できますように。

2026年3月

瀬尾まいこ

祝！0冊目読了！！

次は何を読もう？ おすすめ本紹介



育生くんの話をもっと読みたい！

瀬尾まいこ 『卵の緒』

小学生のころの育生くんに会える！



すぐ読めて面白い話をもっと読みたい！

星新一 『ポッコちゃん』

ラストにびっくり。50のショートショート。

エッセイを読みたい!



ブレイディみかこ
『**ぼくはイエローで
ホワイトで、ちょっとブルー**』

イギリスの中学校に通う「ぼく」と母ちゃんの日常。

長ーい本に挑戦したい!



C・S・ルイス 小澤身和子訳
『**ナルニア国物語1~7**』

全7巻の冒険へ!

動物が出てくる話を読みたい!



赤川次郎ほか
『**吾輩も猫である**』

猫好き必読、8つの物語。

いろいろなヒントをたどって
気づいたらあなたは一冊の本を
読み終えました。

この0冊目をきっかりに、
また次の本を楽しんでもらえますように。

本書は新潮文庫オリジナル作品です。

ほん 0 冊 目 の 本
いま ぜろ さつ め ほん
今、 ぼくの70ページ

新潮文庫



令和八年六月一日発行

著者 瀬尾まいこ

発行者 佐藤隆信

発行所 株式会社 新潮社

〒一六二―八七一―東京都新宿区矢来町七一

電話 編集部(〇三)三二六六―五四四〇
読者係(〇三)三二六六―五一一一

組版 新潮社デジタル編集支援室

印刷 錦明印刷株式会社

製本 錦明印刷株式会社

本書をコピー、スキャニング等の方法により無許可で複製することは、法令に規定された場合を除いて禁止されています。請負業者等の第三者によるデジタル化は、たとえ個人や家庭内での利用でも一切認められておりません。出版利用、電子メディアでの利用及び翻案利用に関するご相談は、小社HPよりお問い合わせください。