68 期リレーエッセイ

心に余裕がない時こそ余暇を大切に

会員　坂本 千花

私は68期の新人弁護士であるが，司法修習が終了した後，即時に独立して一人で働いている。本来であれば，まずは法律事務所に所属して弁護士としての研鑽を積むべきであろうが，自分のしたいことを自由にやりたいと思い，即時独立の道を選んだ。自分で希望して選んだことではあるが，自分にとって師匠と呼べる弁護士がいないことは，不安に感じることも多い。独立したばかりで事務員さんもいないので，日中も一人で過ごすことも多く，この時間にも同期の弁護士達は先輩弁護士からいろいろ教わり経験を積んでいるかと思うと，焦る気持ちにもなる。

そんな中，とても心強いのは弁護士会の会派の方々である。私は前職が司法書士であるが，所属する単位会の中で組織する会派というのは，司法書士会にはないものである。

独立した時，いろんな方々から「独立するなら弁護士会の会派の活動にも積極的に参加した方が良いよ」と言われた。会派の企画で様々な研修会も実施されるため，勉強できる機会がありとてもありがたい。また，会派では研修以外の行事もあり，一人で働いている私にとっては，少ない楽しみの一つである。

先日も会派の野球部の方々と神宮球場までプロ野球観戦に行ってきた。ヤクルト対広島戦である。神宮球場はとても素朴な球場で，東京ドームなら800円もするビールが500円で売っている。バックネット裏の席での野球観戦は初めての経験だったが，ヤクルトファンも広島ファンも一緒に盛り上がれる空間であった。試合は点を取っては取られてのシーソーゲームで両者譲らず延長戦までもつれこみ，最後はヤクルトのサヨナラ勝ちであった。ヤクルトファンでも広島ファンでもない私にとっては，どちらが勝っても負けてもストレスにならずに，存分に楽しめた。野球観戦も楽しかったが，何よりも先輩弁護士の方々とふれあう機会は，一人で働いている私にとってはとても貴重な時間である。

紛争を抱えて弁護士に相談にくる依頼者は，紛争の渦中にいるだけに心身ともに疲れ果てていることが多い。弁護士になってほんの数ヶ月であるが，そんな方から相談を受けて紛争解決をする弁護士という職業は，心も身体も元気でないと務まらない仕事だと思う。同期の弁護士は，弁護士1年目であると同時に社会人1年生である若者が多く，時折見かける度に，心に余裕がないように感じることがある。私も社会人1年生の頃は，とにかく仕事に慣れることに精一杯で余裕がなかったことを思い出す。人は誰しも忙しいと心に余裕をなくしてしまう。忙しいという字は「心を亡くす」と書く。心に余裕をなくした状態で息抜きをしないままだと，心身共に疲弊してしまい，生活の質も落ちてしまうであろう。

心に余裕がない時こそ，余暇を楽しむように心がけたい。そこで出会えた方々から沢山のことを教われることも財産である。これからも，いろんな企画に参加して，人とのつながりを大切にしていきたい。