

(00:05) みなさん、こんにちは。「Akari's Heart Read Aloud」へようこそ。
Hi, everyone! Welcome to “Akari's Heart Read Aloud.”

私はホストのあかりです。英語の文を朗読してくださるのは、私の友人であるアリスさんです。

Akari is your host, and I am her friend, Alice.

私はハワイのマウイ島で暮らしながら、日々感じたこと、思ったことを英語と日本語で綴ってきました。

Akari has been keeping a personal journal for years that captures her thoughts and feelings about her daily life on Maui, Hawaii.

このポッドキャストでは、それらの書き物を英語と日本語の両方で読みあげます。英語を学んでいる方にも、日本語を学んでいる方にとっても、リスニングの力を伸ばす助けになるかと思います。誰かの日記を聞くようなものと思っただけであれば、分かりやすいかなと思います。また、どちらの言語も学んでいないという方にも楽しんでいただければ、幸いです。

In this podcast, the journal will be read in both Japanese and English, so if you want to improve your listening skills in either language, this podcast will provide a rich source of learning material. It's like listening to someone's diary. Also, we hope that it's enjoyable for you even if you're not currently learning either language.

(02:12) 前半は日本語を学ばれている方用。後半は英語を学ばれている方用となっております。

In each episode, the first half is for those of you studying Japanese, and the second half is for friends who are studying English.

前半も後半も、最初にみなさんが勉強されている言語のみのテキストを聞けるようになっていきます。まずは「どれくらい分かるかな？」と聞いてみてください。そのあとに、段落毎に日本語/英語、もしくは英語/日本語と続きます。それを聞いて自分のリスニングがどうであったか、答え合わせをしてみてください。

In both sections, you can listen to the script in the target language only first. You can give it a try and see how much you understand. Then, you can listen to Japanese text followed by English or vice versa, a paragraph at a time. This way, you can check how accurate your listening was.

(03:27) それぞれのエピソードにはチャプターを設定してありますので、そちらからお好きなセクションに行けるようになっております。このチャプターという機能は現在、Apple Podcast と私どものサイトのみで使えるようです。また原稿には、それぞれのセクションの時間、タイムスタンプを明記してあります。

Each episode has chapters for your convenience, which lets you jump to a particular section of an episode. For now, this feature seems to be supported only on Apple Podcast and my website. Also, the transcripts have the time listed next to each section.

それぞれのエピソードの最後には出てきた単語や慣用語の説明もあります。

At the end of each episode, we will explain a couple of vocabulary words and idioms from the episode.

ウェブサイトでは原稿が日本語と英語の両方で読めるようになっておりますので AkariTranslations.com へ行ってみてください。

You can visit AkariTranslations.com, and you will see both English and Japanese transcripts. Again, that's A-K-A-R-I Translations dot com.

(04:33 – 31:28) For Japanese Language Learners
日本語を勉強されている方用

(31:28)

Here comes a section for those of you studying English.

ここからは英語を学ばれている方用のセクションです。

If you're learning Japanese, please go to the first half of this episode. If you use the chapter feature, you can quickly get there.

日本語を学ばれている方は、このエピソードの前半へ行ってください。チャプター機能をお使いになると、簡単に行けます。

This story is longer than usual, so I'm sharing it over two separate episodes. This one is the second half. To listen to the first half, please go to the 8th episode.

このお話はいつもより長いので、ポッドキャストを2つのエピソードに分けてお伝えしております。今回はお話の後半こうはんです。前半は第8回のエピソードをお聞きください。

(32:36 & again 39:22)

Now, let's get into the 9th episode.

それでは第9回のエピソードの始まりです。

With only six more months left in my senior year, I decided to drop out of high school.

高校生活も残りあと六ヶ月というところで、「高校を退学たいがくしよう」と決断けつだんした。

I was exhausted by the morning struggle, and I thought, "I would take the GED test when I know I want to go to college."

毎朝の葛藤かつとうに疲労困憊ひろうこんばいしていた。大学に行きたくなったら、大検だいけんを取ろうと思っていた。

Around that time, Ms. Suga Kunitomo, the founder of Suga Jazz Dance Studio, said to me, "Akari, you're almost done with high school. Come to Maui when you're done. But graduate first."

そんなとき、通っていたスガ・ジャズダンス・スタジオの國友須賀先生くにともすがに、「あかり、あとちょっとやんか。高校終わったら、マウイにおいで。そのかわり、高校卒業そつぎょうしておいで。」と言われた。

"Maui..."

「マウイ」

I didn't even know where it was.

But for some reason, I thought, "Okay, I will go to Maui!"

どこにあるかさえ知らなかった。

でも、なぜか「そうしよう！」と思ったのだ。

Since that day, Maui became the carrot dangling in front of me, and I managed to graduate.

それから私は目の前に人参を吊らされた馬のごとく、マウイを目の前に吊らして、ただただ「私は卒業したらマウイに行くんだ」ということだけを考えて、何とか高校を卒業した。

For now, to make a long story short, Maui helped me to heal my eating disorders. I am so glad I came here at that time.

今日のところは結果だけ伝えと、マウイ島は私の摂食障害を癒やしてくれた。あのとき、マウイに来て本当によかったと思う。

(33:39 & again 41:47)

(Now, back to the last bit of my high school days.)

(高校のときの話に戻ります。)

To graduate, my grades were fine, but my attendance was on edge.

卒業すると決めたものの、そのためにはあと一踏ん張りも、二踏ん張りも必要だった。成績は大丈夫だったのだが、出席日数が危うかった。

Mrs. Sotoura sat with me, calculated how many times I missed each class, and told me, "You can miss this subject four more times, but you cannot miss this one anymore."

そんな私のために、外裏先生と一緒に教科毎の出席日数を計算してくださった。「この教科はあと4回休めるけど、この教科はもう休めませんよ。」などと教えてくださった。

At night, I carefully studied the class schedule, and if there was a class I could not miss, I was determined to go even if I had to crawl.

翌日の時間割を毎晩念入りに見て、もう休めないとされた教科がある日は、這ってでも行くつもりだった。

Deciding to graduate didn't make going to school any easier. When my legs froze in front of the door on a day I had to go to class, my mom called a taxi.

どんなに大変でも行こうと思えるようになって、学校に行くこと自体が楽になったわけではなかった。どうしても行かないといけないのに玄関で足が凍り付いてしまう日など、母はタクシーを呼んだ。

When a taxi arrived, I barely managed to walk out to the road in front of the house and push my heavy heart into the backseat - good thing the taxi door opened on its own.

そうなったら、せっかくタクシーが来ているのだから、家の前の道路までは出て行った。そして何とか後部座席に自分の重い体と心を押し込んだ。タクシーのドアが自動で良かった。

As I mentioned earlier, my dad wasn't home during the weekdays, and my mom couldn't drive. I felt guilty for going to school by taxi and making my parents pay for it. Seeing a young girl dropping her head down in the cab, I wonder if the driver thought, "She must have some reason that she cannot go to school on her own." I felt embarrassed, but no driver asked me any insensitive questions.

前述した通り、父は単身赴任で家にはいないし、母は車の運転ができないのだ。親にタクシー代を払わせていることに罪悪感を感じ、タクシーの後席でうなだれている私を、運転手は「何らかの理由で自分で登校できない子」とでも思っただろうか。でもありがたいことに、誰も何も言わなかった。

(35:04 & again 45:10)

Somedays, I came home after attending the class that I could not miss anymore. Since I could not ride a bus or train then (due to the crowd phobia), I took a taxi home.

そして欠席を許されていない教科だけ取って、帰ってきた日などもあった。バスや電車に乗れなくなっていたので、帰りもタクシーだ。

I had to get a teacher's permission slip to leave school early. Whenever I went to the teacher's lounge to tell Mrs. Sotoura, "I'd like to leave early," she offered a reason, such as, "Headache?" and wrote it down before I responded without asking too many questions. I was thankful.

早退するためには、担任の先生の許可がいる。職員室にいる外裏先生に、「早退したいのですが」と伝えに行くと、先生は何も聞かずに「頭痛かしらね」と理由を考えて書いてくれた。ありがたかった。

In my junior year, the homeroom teacher asked many questions. I didn't want to say, "I have a headache." But I wanted to say, "I would like to go home" but that was not good enough. So, I had to say, "I have a headache" or "I have a stomachache." And I always felt badly about making things up.

二年生のときは、早退理由を色々聞かれたものだ。頭痛ではないのに頭痛と言うことに引け目を感じ、でも「家に帰りたいです」では通らないので、「頭痛で」とか「腹痛で」と嘘をつくのがいやだった。

Mrs. Sotoura, on the other hand, carried the burden with me as if she saw through my dilemma.

外裏先生は、そんな気持ちさえも見据えたように、根掘り葉掘り聞かずに、当たり障りのない理由を書いて心の荷と一緒に背負ってくれた。

There was even a time when I honestly told her, "I've reached my limit for the day." Maybe, it's only in my imagination, and maybe I did not actually tell her so, but the point is that I felt comfortable telling her and trusted her that much. I'm sure she said, "Understood," and filled out the permission slip for me.

一度は、素直に「今日はもう限界です」と伝えたことがあったような気がするが、それは私の記憶違いかもしれない。とにかく、そう言っても分かってくれるような信頼を、私は外裏先生に寄せていたことは確かだ。もし本当に言ったとしても、きっと先生は「はい、分かりました」と言って早退届の紙に記入してくれたことだろう。

(36:29 & again 48:15)

Around that time, the end of the school year, a parent-teacher conference was held.

そんな中、母と外裏先生の保護者面談があった。

That's when Mrs. Sotoura said to my mom, "Miss Akari is already doing enough."

そして外裏先生は母に、
「上岡さんはもう十分やっているといますよ。」
とってくれたのだ。

She even said, "I think it's a legitimate option," when my mom shared that I contemplated dropping out of high school. It was not what a college-prep high school teacher would usually say (which made me like her even more).

そして高校退学も思慮しりょに入れていたことを伝えた母に、
「それも選択肢せんたくしのひとつだと思えますよ」
と進学校の先生にあるまじきことをおっしゃったらしい。ハハハ。
(もっと好きになりました、外裏先生)

"I know Miss Akari will find her way."

「上岡さんなら道を見つけていくでしょう」と。

When my mom came home and told me what was said, I cried.

家に帰ってきた母がそれを伝えてくれたとき、私は泣いた。

It was happy tears… grateful tears. It's been a while since I cried because I was happy.

"There is someone who sees me."

「私を見てくれている人がいる」そう感じた。
うれし泣きのような、ありがた泣きだった。心が温あたたかくなって泣いたのは久しぶりだった。

It's no exaggeration to say that Mrs. Sotoura is the one who made it possible for me to graduate (and the late Suga Kunitomo who suggested me to step out of Japan).

高校を卒業できたのは、外裏先生のおかげだと言っても過言かごんではない。(そしてマウイ行きを、「一度日本を出てみなさい」と提案してくださった國友須賀先生くにともすがのおかげだ。)

(37:34 & again 50:40)

There were other teachers at the school, like the passionate school counselor, but I liked the simplicity of Mrs. Sotoura's approach. If someone had come at

me and said, "I will help you!" I'd have run away. It was too much or too strong a medicine.

他にも熱心なスクールカウンセラーの先生などいらっしたのだけど、外裏先生は淡々としていたのが良かった。「生徒の助けになるぞ！」と意気込んでいないところが、もう既にいっぱいはいっぱいの私には強すぎない薬だった。

I could feel Mrs. Sotoura's kindness and gentleness in her matter-of-fact manner; she wasn't too much. She would not disable me by helping me too much. She watched her students the whole time and stepped in when she was needed.

外裏先生の淡々とした中に溢れる優しさというのを私はしっかり感じたし、下手に手を回しすぎず、放任するところは放任して、でもしっかりと介入するべきというときは手を差し伸べながら見守ってくださった。

(38:10 & again 51:58)

In 2020, I felt the strong urge to get hold of her, so I wrote a letter to her by asking my parents to look up her address in the graduation album while regretting that I had not done so sooner. I hoped she was still around and had not moved.

後日談として、外裏先生には2020年に急にご連絡を差し上げたくなり、卒業名簿にあったご住所にお手紙を書いた。何でもっと早く手紙を書こうと思わなかったのだろうと思いつつ、先生がご健在であることを祈りながら。

Then, I received a call from her on my birthday, and it was the best birthday gift.

そしたら、たまたま私の誕生日にお返事のお電話があった。何よりもの誕生日プレゼントだった。

I am so glad that I was able to tell her:

"Mrs. Sotoura, it's because of you, I can be here in this way.

Your words, 'You are already doing enough,' has been my amulet.

I will do my best to become a person who truly 'sees' like you do and tell others, 'You're doing enough.'"

「外裏先生、私が今ここにこうしていただけるのも、先生のおかげです。

『もう十分やっている』は私のお守りのような言葉です。

先生のように、ちゃんと人を見て、『あなたはもう十分やってるよ。』と言ってさしあげられる人になれるよう、^{しょうじん}精進してまいります。」と伝えられて、本当によかったと思っている。

(39:08)

Now, you will hear English followed by Japanese one paragraph at a time.

ここからは英語と日本語が段落毎に交互に続きます。

Here are Today's English vocabulary/idioms:

(53:26)

- **disorder** – This word has a prefix, “dis,” which means not or none and negates what follows. “Disorder” can be used as a noun or a verb. When it’s a noun, it means a state that is out of order; when it’s a verb, it means to disrupt an orderly condition. From that sense, a disorder can be like an illness that disrupts normal physical or mental functions.

この言葉には接頭辞と呼ばれるプリフィックスがあります。これが付く言葉は、その後続く言葉を否定します。Orderには秩序という意味がありますから、disorderで秩序がないという意味になります。名詞として使われるときは、秩序を邪魔するものという意味になり、動詞として使われるときは、秩序を乱すという意味になります。その意味から、disorderは正常な身体的・精神的機能を乱す病気という意味でも使われます。

(54:49)

- **barely** – This is an adverb, and it has two meanings. One is to show that you managed to do something, but you almost did not, like “I barely finished the assignment on time.” This means there was a good chance of you not finishing it on time. The other meaning is “almost none.” If you said, “I have to work on the barely finished assignment,” it means you have a long way to go to finish the assignment.

これは副詞です。^{ふくし}ふたつの意味があります。ひとつはかろうじて何かをしたと表したいときに使います。「I barely finished the assignment on time」と言えば、「かろうじて、期限までに課題を終わらせた」という意味になります。もうひとつの意味は、ほとんどないという意味です。「I have to work on the barely finished

assignment」ですと、「ほとんど終わっていない課題に取り組まなくちゃ」という意味になります。

(56:02)

Please let me know if you have any questions or comments through the contact form at AkariTranslations.com. That's A-K-A-R-I Translations.com. We look forward to seeing you next time!

ご質問しつもんやコメントなどございましたら、サイトのコンタクトフォームにてご記入きにゅうください。それではまた次回じかいお会いあできますことを楽しみにたのしています。