

「私の睡眠」

沖縄県石垣市立白保中学校

一年 天久 珠里

「最近、て夢みてる？」

「夢なんて最近は全然みてないよ」と私の友達
達は言います。

私は睡眠を幸せなものだと最近思うようになり
ました。その理由は、安心して眠る時間があるとい
うのもそうですが、その他に一つあります。それは、
眠っているときにたまに

みる「夢」です。夢というのは、「自分の思っている事、
考えている事、感じた事などを眠っているときに、
頭の中で整理しているからみる」といいます。また、
寝ているときの自分の周りの環境の影響もあると思
います。これは実際に体験したことがあるからです。

アニメが好きなら私はある日、好きなアニメを
みたまま、眠ってしまった。すると、自分が主人公
になり、私の友達も夢にでてき

て、役になりきっていました。そのアニメは戦い系だったのですが、強い敵に攻撃をくらったり、一番強く、カッコイイキャラに会ったりなど、私にとっては得することばかりありました。

次に、「考えている、思っている、感じたことを頭で整理しているからみる。」ということですが、最近の私は声優さんが好きで、学校にテレビの取材で声優さんがきて、「という俗にいう妄想をよくします。自分で妄想して

いることに気づき、気持ち悪いと思うのですが、やめられません。この妄想の願いが強いのか、そういう夢をよくみます。また、アフッコ現場を直接みたり、イベントに行ったり、テスト前には、席次が三位になる夢をみたり、たくさんの夢をみます。うれしい事に、そんな夢をみた日の翌日は、本当に声優さんと会えたような満足感を感じることができます。でも、さすがに席次は一生目が覚めないでほしいくらいに、起きたらガッカリします。こ

のように私は、アニメ・声優ヲタクに所属する
るんでしようが、ヲタク気質な私にとって、
睡眠とは、夢がみられ満足を得ることができ
とってもとって幸せな時間なのです。

このことから私は、睡眠というのは幸せな
ものだと思います。