Ⅰ　牛久沼のほとり……7
牛久沼のほとり　9
牛久沼畔あれこれ　15
明日がある　牛久沼から　23
涙は一つ　牛久沼から　29
Ⅱ　育成時代……35
人間であるために　37
育成時代　41
国破れて山河あり　45
Ⅲ　夫におくる手紙……57

夫の病気　59
夫におくる手紙　66

Ⅳ　生きるとは創造すること……95
自分に負けないで生きる　97
「やること」がある一日　101
人生は棺桶の蓋をされるまでわからない　106
何をか教育という　109
生きるとは創造すること――反骨の歴史と文化を語る　144

Ⅴ　愛・この価値……171
人間を生きる　173
読書はこれから　186
愛・この価値　193

Ⅵ　子どもたちの未来に残したいもの……197
女たちが地球をまもる　199
子どもたちの未来に残したいもの　241
底本一覧　248
主要著作一覧　250