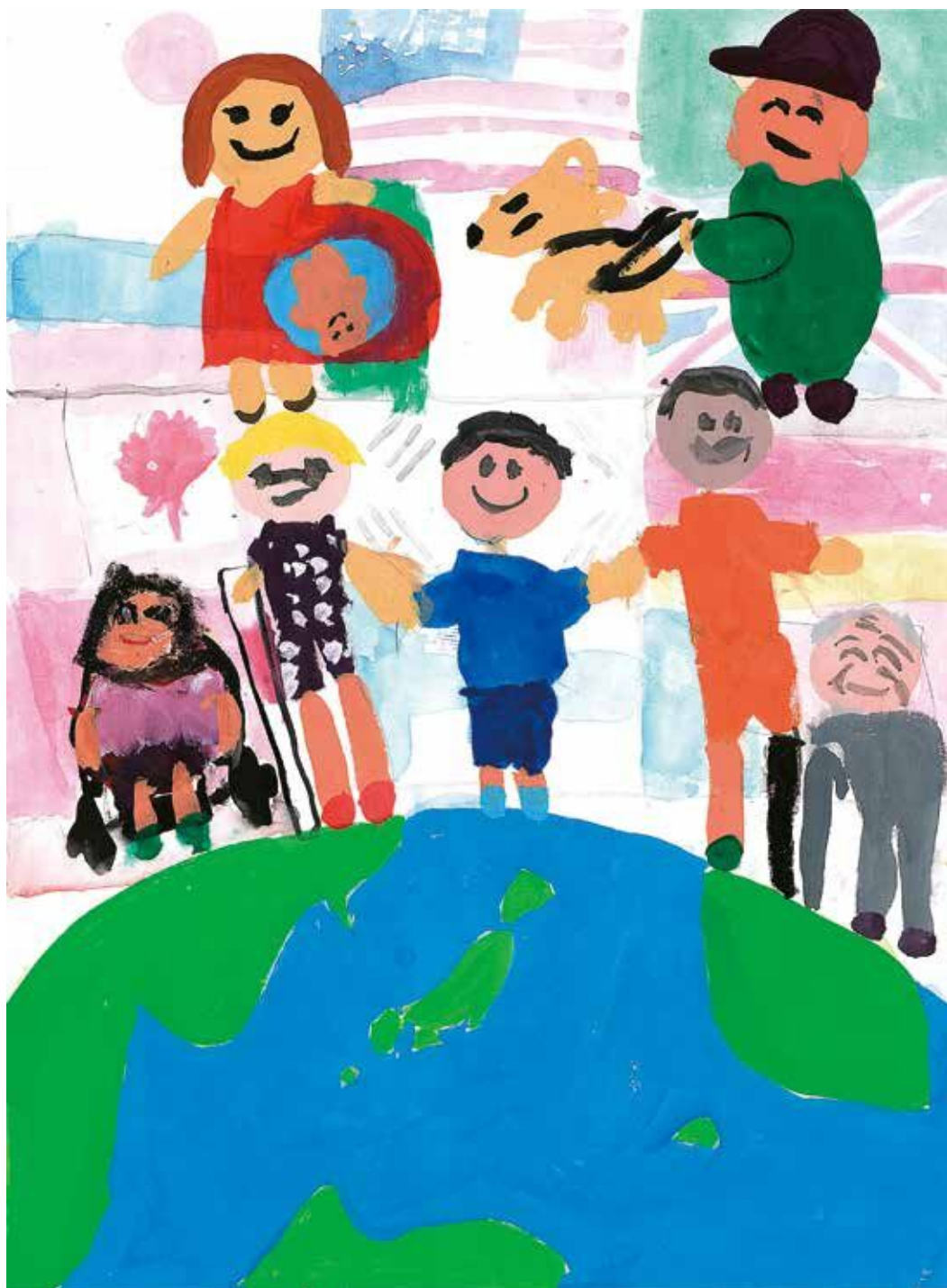


2024

優秀作品集

小学生
区分

香川県知事賞



みんな友だち

観音寺市立観音寺小学校 三年

豊田 芽生

香川県



中学生
区分

香川県知事賞

ヘルプマークのハートを埋めよう



観音寺市立観音寺中学校 三年

新居

渚



小学生
区分

香川県健康福祉部長賞

助け合い



三木町立氷上小学校 五年

石川 いしかわ

菜々子 ななこ





小学生
区分

香川県健康福祉部長賞

みんなで守ろう

観音寺市立観音寺小学校 六年

鈴木

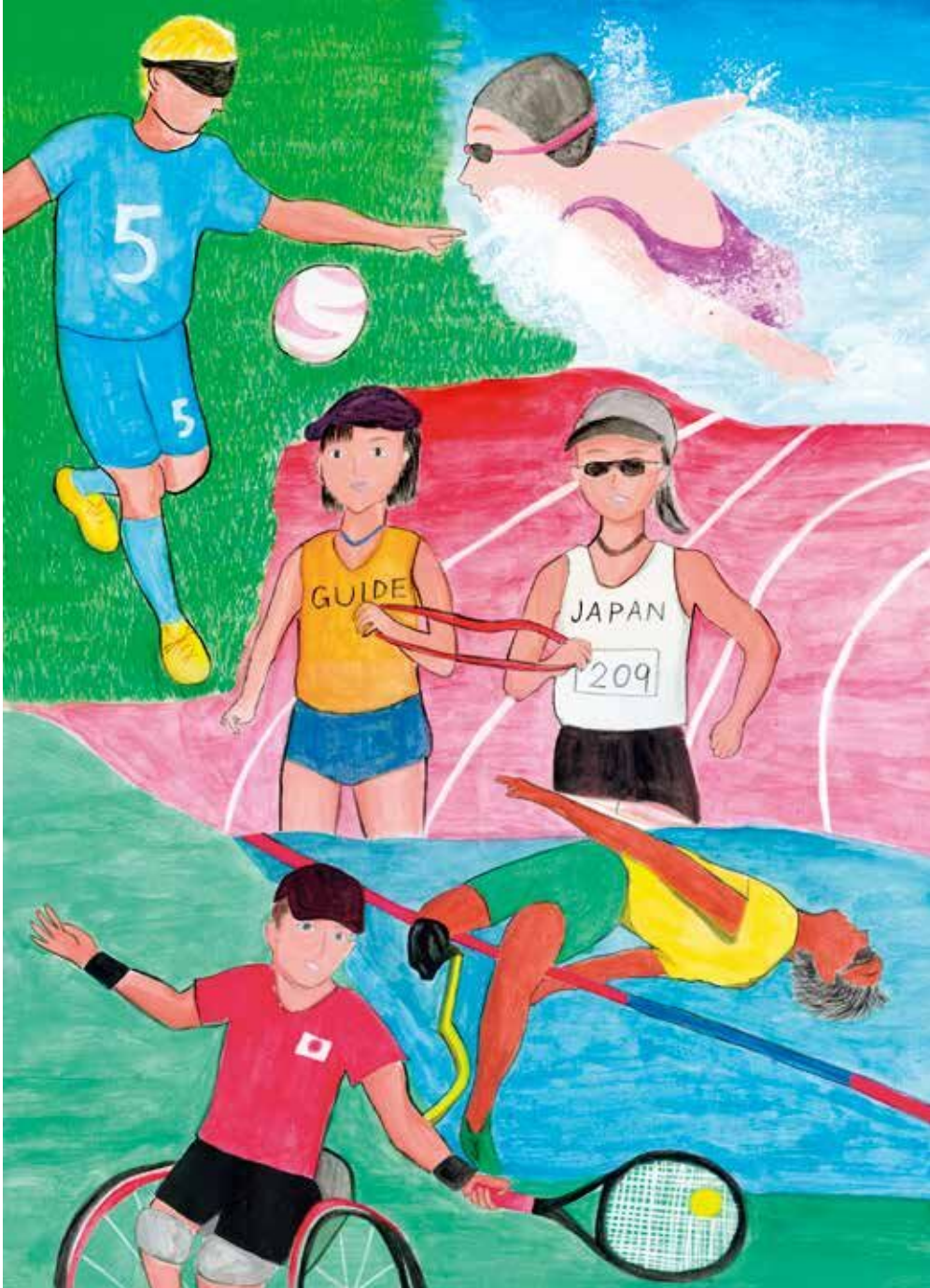
康心



中学生
区分

香川県健康福祉部長賞

私達にも夢中なことがある



観音寺市立観音寺中学校 三年

白川 しらかわ

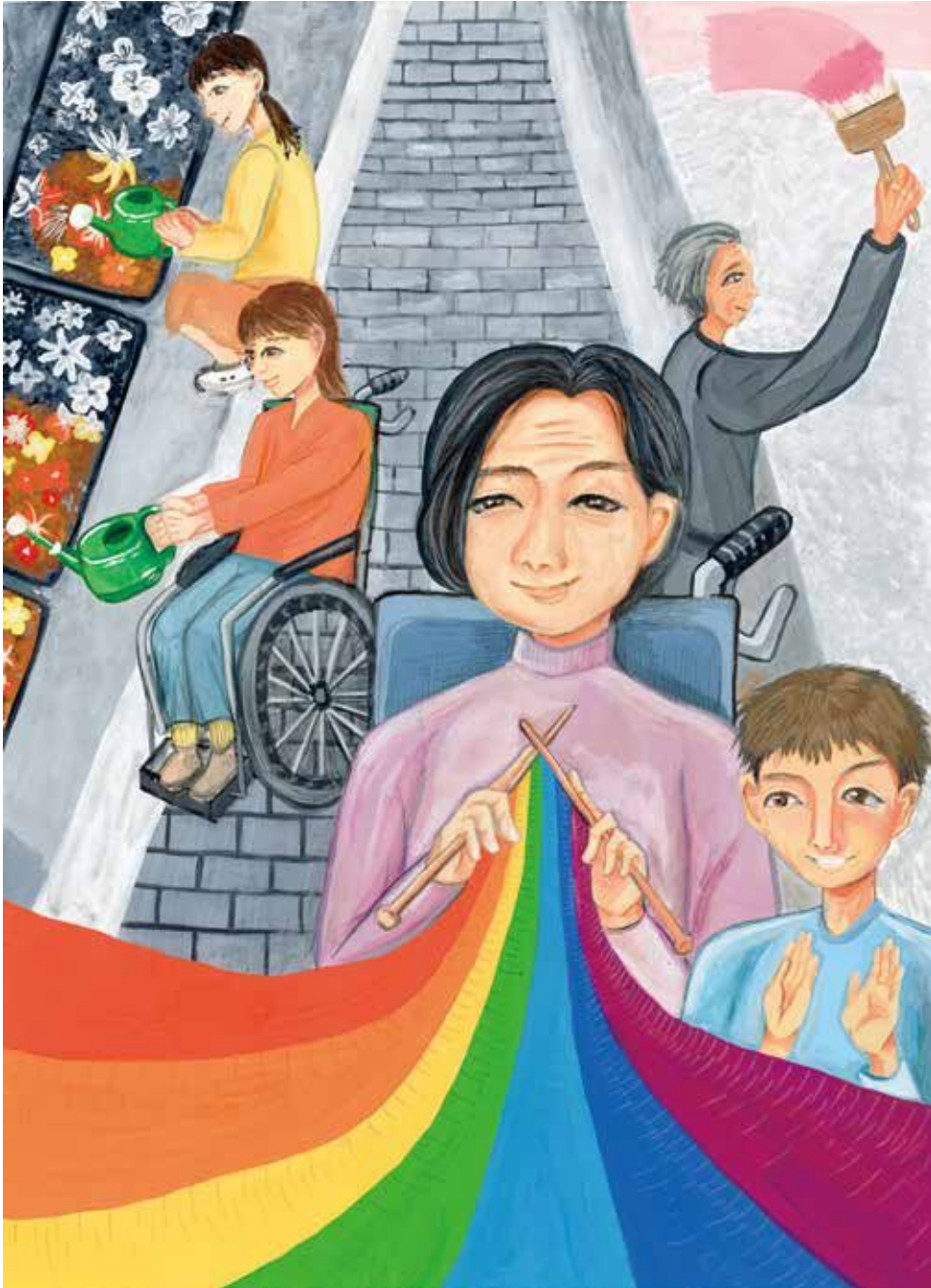
瑞歩 みずほ



中学生
区分

香川県健康福祉部長賞

個性を發揮



坂出市立坂出中学校 三年

福濱 ふくはま

明咲 あさき



中学生
区分

審査員特別賞

あふれる笑顔



高松市立香東中学校 一年

小橋

紗羽





障害があっても同じように生きられるように

私は、小さい頃から何かしらの障害がある子が身近にいました。その中でも一番印象が強い子がいます。その子は元々障害はありませんでしたが、段々と体が動かしにくくなり、車いすで移動するようになったSさんです。

私に通っていた学校では、男女差が少なく、男女との壁もあまりなかったため、性別関係なく仲が良かった学年でした。その中でも私がいたクラスは、その車いすの男の子Sさんがいるためか、クラスの団結力は他のクラスと比べて一段と強いクラスでした。

そんなクラスにも少しずつ慣れた二学期に、私の学校では、運動会があるため、運動会のために、選手決めをしていました。リレーの順番を決めていた時、ある問題がありました。その問題というのが、
「Sさんをどうやって走らせるか、どの順番のところに入れるか」

という問題でした。順位が決まる種目だったため、どうしたらいいかと考えていた時、先生がある提案をしました。
「トラック半周じゃなくて、 $\frac{1}{4}$ の長さを走るのも良いんじゃないかな。その分その後の人がSさんの分を走らないといけなくなるんだけど。」

その提案を聞いて、皆で話し合って、その提案を実行することになりました。

順番を決めて、提案を実行するために、クラスで意見を出し合って、
「Sさんも一緒に自分達と同じように走れるように」

を第一に考えて、練習もやっていきました。

Sさんの後に走る人は、自分が元々走らなければならぬ距離に、Sさんの分の $\frac{3}{4}$ を走らなければなりません。Sさんの後に走る人を決められていない時、ある子が、

「私走りたいです。」

と、自分から走りたいと言いました。

私はその順番決めが終わったあとに、走りたいって言った子にこんなことを聞きました。

「長く走らないといけないのに辛いなの？」

するとその子は、

「辛いじゃないよ。みんなでその子のために走るんだから。」

私はこの子の話を聞いてびっくりしました。自分が走るのが周りよりも多く走らないといけないのに、Sさんのために走るのには辛くないと言ったのです。そして本番当日、車いすのSさんも欠けることなく全員でリレーにできることができました。私はこの経験を通して、だれかのために、みんなで一つになって頑張るといふことは、こんなにも素晴らしいことなんだと知ることができました。

私のこの出会いは、障害だからできない、みんなと同じことができないではなく、周りの人が、一緒になって、できるように考えること、できるように工夫することが大切なんだと気づかされるきっかけになった出会いでした。

これから生きていく上で、将来にも同じような人に出会うかもしれない。その時は、あの頃と同じように、みんなを助けて、支えていければと考えています。

大叔父との日々

私の家庭は母子家庭である。そのため幼い頃は母が留守の日には大叔父の家で預ってもらっていた。そして昼食は毎回、決まってるんだ。私は大叔父の作るうどんが大好きだった。「ただの冷凍うどんやで。」と大叔父は言っていた。テレビを見たり勉強を教えてもらったり、昼にはおいしいうどんと一緒に食べる、そんな日々を当たり前に感じるようになった。小学校高学年になると、母が留守でも休日是一人で過ごすようになり、だんだん大叔父に会う回数が減っていった。いつでも会えると思っていたから。だが中学校に入學すると忙しくなり、会うことができなくなっていった。あまり会えなかったまま一年程が過ぎた。冬休みに入り、年を越して少しあったある日の夜、大叔父から母に電話がかかってきた。その電話の内容は「体の左側の感覚が無くなった。」というものだった。大叔父が今まで私達に助けを求めたことは一度も無かった。そんな大叔父からの電話に私は戸惑った。母が慌てながら大叔父の家に向かう準備をしている間、私は何が起きているのか分からず呆然としていた。私の頭の中は大叔父への心配と言葉で表現できない恐怖心でいっぱいだった。母が家を出ていき、しばらくすると救急車のサイレンがかすかに聞こえた気がした。「気のせい。大叔父なわけがない。」私はそう願っていた。数分後、母から電話がかかってきた。「おっちゃん大丈夫だったよ。」その言葉を待ち望んでいた。でも母は「おっちゃん病院に運ばれた。脳梗塞かもしれないらしい。」といった。全く理解がおいつかない状況に私は啞然とした。脳梗塞とは何なのか、大叔父は無事なのか何も分からず母の帰りを待つことしかできなかった。しばらくして母が帰ってくると大叔父のことを説明してくれた。手術をして命は助かったものももしかしたら何らかの後遺症が残る可能性があると言われたと言っていた。次の日大叔父が入院

することになったため荷物を持っていった。看護師の方が、少しなら面会しても良いと許可をくれた。私は早く大叔父に会って話をしたかった。前のような元気な大叔父を想像していたからだ。でも、そこに居たのは私の知っている大叔父ではなかった。ベッドに横になる弱った大叔父の姿を見て、私は自然と涙が出た。大叔父は脳梗塞の後遺症で高次脳障害になっている。高次脳障害とは脳機能の一部に障害が起ること。大叔父の場合は左半身麻痺や半分無視などの後遺症が残っている。この後遺症が完全に治ることは無いという。大叔父が脳梗塞になって半年程がたった今でも私は現実をうけとめられていない。大叔父の家に行くといつも聞こえる「来たんか？」という優しい声、「今日もうどんか？」といい作ってくれるうどん、「また来るね。」というと笑いながら「はいはい」という大叔父の姿、当たり前だったことが無くなった気がした。私は今でも後悔している。大叔父に会えることが当たり前ではないと早く気づけていれば、もっと会いに行っていたら大叔父の異変にも気づけて早く病院に行くように言っていたら大叔父の家にはいかずと何度も思う。もう二度と同じような後悔を繰り返したくない。十月には大叔父が私の家で暮らすことになっている。だから私は大叔父とこれからできるだけ一緒に居たい。それはきっと簡単なことではない。正直、自分の力だけできるといふ不安はある。だけど私は大叔父に恩返しをしたい。今まで私を支え続けてくれた分、今度は私が大叔父を支えたい。当たり前だと思っている生活が無くなってしまいう前に。私は目の前の当たり前のような日々を大切にしていきたい。そして後悔をしないように生きていきたい。

坂出市立東部中学校 二年

大野 瑞稀
おおの みずき

認知症の人としようぎをするには

ぼくは、学校の長い休みに母の働く老人かいこの施設にしようぎをしに行くことがあります。

母に、デイサービスに来るおじいさんたちはしようぎが好きだけど認知症の人がいて、おじいさんどうしでしようぎをしようとけんかになることがあるので相手をしてほしい、と頼まれたからです。

はじめてしようぎに行く日に、母が

「認知症の人は、すぐ前のことを忘れていることがあるけど、間違っ
ていても指摘せずにその人にあわせてあげてね。」
と言いました。

ぼくは、母の話を聞いて認知症の人がこわい人たちだったらどう
しようかと不安になりました。

どきどきしながら、おじいさんの所に行き、

「しようぎをしませんか。」

とさそうと、おじいさんは、

「小さいのにしようぎができるんな、やろう、やろう。」

と喜んでくれました。

こわい人ではなさそうだったので、ほっとしながらしようぎをは
じめると、順番を間違えて二回続けて打ったり、動かせないはずの
場所にコマを動かしたりすることがありました。ぼくは、母に言わ
れたことを思い出して気が付かないふりをしてしようぎをしました。

しようぎを続けていくうちにぼくが勝ちそうになることが何回か
あり、ぼくが勝ってしまったてよいのか母に聞いていないことに気が
付きました。もしかしたら、ぼくが勝つときげんが悪くなるかもしれ
ないと思って王手を打てずにいると、横で見えていた別のおじいさ
んが、

三木町立氷上小学校 六年

杉本

遥斗



「これはもうこの子の勝ちやわ、はよ王手しよう。」

と言ったので、ぼくはしかたなく王手を打ちました。

おじいさんが怒り出さなしか見ていると、

「兄ちゃん強いなあ。まだ若いけん今からも続けよったらどんどん強
なるで。」

とにこにこしながらほめてくれました。

おもっていたよりやさしいおじいさんだったので、家に帰って母
におじいさんはどんなときにけんかになるのか聞くと、

「身に覚えのないことを注意されると、誰でもいやな気分になるよね、
おじいさんも忘れたことをひ定されると、はらがたったり不安になっ
たりしてけんかになることがあるけど、今日のははるとがうまく相手
をしてくれたので、最後まで楽しくしようぎをすることができたよ。」
と教えてくれました。

最しょ認知症の人はわけもなく急に怒り出すのかと思ったけど、
きげんが悪くなる理由はぼくとそうたいして変わらないことが分か
りました。

認知症の人とコミュニケーションをとるには、忘れていることや
かんちがいしていることを、想像しながら、失礼のないようにする
ことがだいじで、それができたらあととはふつうの人と変わりないこ
とが分かりました。

何回かしようぎに行っているけどいつも楽しくしようぎができて
います。

いつもぼくをほめてくれるおじいさんがいつまでも元気でいてく
れたらいいなと思います。



意味のあるものに

あなたは障がい者というと、どのような人进行い浮かべますか？視覚障がいがある人、聴覚障がいがある人、車椅子に乗った人などを思いう浮かべる人が多いでしょう。しかし、世の中には見た目だけでは分らない障がい者もいるという事を忘れないでください。

その内の一人が私の姉です。姉は、ADHDです。ADHDとは、授業や会話に集中し続けることができなかつたり、すぐに気が散つてしまつたりする不注意症状、授業中に席から離れたり、落ち着きがなかつたりする多動性・衝動性症状などがみられる障害の一つです。ADHDは見た目だけでは分らないことが多いですが、パニックになることがあり、家族と一緒に居ないときには、他人の力を借りざるを得ない場合があります。そのような人のためのヘルプマークがあります。赤色の下地に白色の十字、白色のハートの見た目です。裏には困つた時に連絡してほしい連絡先やどう対応してほしいかが書かれています。対象者は義足や人工関節を使用している人、難病がある人、妊娠初期の人など、見た目だけでは分らないですが、配慮が必要な人です。姉は、高校は家から少し離れた支援学校に電車を通うことになりました。電車を通うため、ヘルプマークを身に付けることになりました。しかし、姉は嫌がりました。私は嫌がる理由が全く分かりませんでした。私たちからすると、ヘルプマークを付けているだけで安心するし、周りの人が配慮してくれるので、本人からしても心地いいのではないかと思つていました。姉に理由を聞いてみると「周りの人に変な目で見られるから」と言つていました。他の障がい者の方はどう思つているのか気になつたので調べてみました。障がい者総合研究所が二〇一八年九月に行つた調査によると「利用者の周囲の反応が気になる」という理由により、ヘルプマークを利用したくないと答えた方が三十五パーセントもいることが分かりました。私ももし自分がある日「ヘルプマークを身に付けなさい」と言われたら、周りからどんな目で見られるか心配で、

つけるのは嫌だと思ひます。しかし、ヘルプマークは何も言わなくても周りの人に配慮してもらえたり、パニックになつて話せなくなつても正しい対応をしてもらふことができたりして、ヘルプマークは障がい者にとつてとても必要で大切なものです。だからこそ、障がい者の人が周りの目を気にせず、ヘルプマークを付けられるようになつてほしいし、そんなヘルプマークにするべきだと思ひます。

一方で、ヘルプマークを付ける必要がない私たちはどうでしょうか。そもそもヘルプマークの認知率はどのようなんでしょうか。内閣府が二〇二二年に実施した世論調査では、ヘルプマークの認知率は五十二・三パーセントでした。私はこの数値を見て衝撃を受けました。およそ二人に一人がヘルプマークを認知していません。もし、ヘルプマークを付けた障がい者の人がパニックになつていても、どう対応したら良いのかが分らない人が二人に一人もの割合でいるのです。そんな日本でいいのでしょうか。こんな状況では、障がい者の人はヘルプマークを付けていて、意味はあるのか心配になると思ひます。実際に二〇一八年の九月に障がい者総合研究所が実施した先程と同じアンケートによると、「認知不足により役に立たない」という理由でヘルプマークを利用したくないと答えた人は三十三パーセントもいます。障がい者の人の中で、ヘルプマークが役に立たないと実感した人がこんなにもいることを当たり前だと思つてはいけません。もつとヘルプマークの認知率を上げ、障がい者も暮らしやすい世の中にするための取り組みをするべきだと思ひます。私は今、高校一年生ですが、ヘルプマークが授業で取り上げられたことは一度もありません。姉がヘルプマークを利用するようになるまで知りませんでした。ヘルプマークの認知率を上げるための第一歩として、授業で取り上げるべきだと思ひます。

私は、もつと付けやすいヘルプマークに、付けて意味のあるヘルプマークにするべきだと思ひます。



人と人との関わり

僕が中学一年生の夏、離れて暮らしている祖母が、病気で倒れ、左手と左足にマヒが残ってしまいました。そのため、祖母は自分一人では生活することができず、歩く時つえをついて歩くようになりました。

その日から、祖父は、祖母の世話や、ほとんどしてこなかった料理や洗濯等の家事を全て一人でこなすようになりました。

祖父は、祖母が元気になるように、いつも笑顔で

「意外とじいちゃんも上手なもんや。」

と冗談交じりに言いながら忙しそうに働いています。

祖母は、そんな祖父を気づかって、もともと趣味の多い祖父に

「たまには、釣りやゴルフで息抜きしてよ。おじいさんまで倒れてしまったらいかんからな。」

と、祖父が好きなことをできる時間を持てるよう、いつも笑顔で気持ちよく送り出しています。

もともと、出かけることの好きだった祖母ですが、左手足が不自由になり、運転をすることができなくなりました。祖父は、そんな祖母のために、家に閉じこもるのではなく、自分ができる範囲で一緒に出かけるために、車に乗る時のための踏み台を用意し、助手席に上手く座れるよう見守り、色々などころへ連れて行ってあげて、少しでもこれまでと同じことができるよう、手助けしたりしています。祖母は、出かけ

るときとても嬉しそうに僕の家にも何度か来てくれました。

僕は、そんな一人を見て、どんな時もお互いのことを考えて、気づかい合えるとても素晴らしい関係性を、見習うべきだと感じました。

祖母の近所の人も、出かけることが難しくなった祖母を気づかって、

「ちょっと遊びに行っていない？」

と声をかけてくれて、よく遊びに来てくれます。

このように障害者への理解を深め、よりそっていくためには、相手にはどんな障害があるのかや、どのような助けが必要であるかなどを知っておくべきだと思います。そのようなことを知っておくことで、障害者の人格や個性を尊重し、支えることができるようになりました。

また、これは障害の有無に関わらず、全ての人に対して言えることだと思います。まず相手がどんな人なのかを知り、互いの人格や個性を認め、尊重し、支え合うことで、共生社会が生まれ、誰もが生きやすく、何も不自由がないと感じることができるようなものになっていくと思います。

これから、色々な人と出会い、ふれあっていくことが多くなってくると思います。そんな時に、障害の有無に関わらず、みんなで心の輪を広げていけるようにしたいです。



「普通」と「普通ではない」

私には聴覚障害のあるおばさんがいます。聴覚障害は外見上わかりにくい障害であり、その人が抱えている困難も、他人からは気づかれにくい側面があります。また、聴覚障害はコミュニケーション障害であるともいわれます。コミュニケーションは人間関係を築く上で、非常に重要な手段です。

おばさんは世間では「障害者」と言われています。おばさんが「普通ではない」と周りの人から差別されたときには私もいやな気持ちになりました。私の家族は、おばさんと祖母と一緒に外食したり遊びに行ったりすることが何年も前からありました。私たちは一緒に行動する際、写真をとっています。その写真には楽しそうにしているおばさんの姿があります。私はその姿を見て、周りの人から何を言われてもいやな顔をしていないおばさんがすごいと思いました。

世の中には、さまざまな種類の差別があります。障害者差別はもちろんですが、人種差別や性差別など、何年も前から問題になっています。私は、差別は自分とは異なる人を「普通ではない」と決めつけるところから始まるのではないかと

思います。

相手のことを知ろうとする前にコミュニケーションのやり方で決めつけ、関わりとうしないことが、差別がなくならない原因なのではないでしょうか。

私は差別をなくすには一人一人違うということを前提にする、自分とは違った相手を知ろうとする気持ちが必要だと思います。そして、相手と自分との間に大きな違いがあったとしても、自分から関わっていくことが必要だと思います。

私はこれからおばさんと関わる時に心がけたいことがあります。それは、自分から話しかけるといことです。先ほど、自分から関わっていくことが大事だと言いましたが、私はまだそれができていません。話しかけられたらそれに答える、友達や家族と接しているときは違い、話しかけられるのを待っているのです。今回改めて考えてから自分の行動を変えていきたいです。周りの人も、障害のある人も「普通ではない」と決めつけず、相手を思いやって行動できる未来にしていきたいです。

日常の当たり前

ぼくは、障害という言葉の意味があまりよく分かりませんでした。なぜなら、目と鼻と口と耳、それに手足がぼくにはあり、当たり前かのように生きていたからです。よく、幼いころ、お母さんから、

「自分の荷物は自分で持つ。ゆっくりでもいいから、自分のペースで歩きなさい。」

と、ぼくがぐずった時に言われていました。ぼくはその時、「なんで持つてくれないんだらう。なんでだっこしてくれないんだらう。」

と、いつも思っていました。

小学六年の春、一年生が入学してきた時、車いすに乗った男の子がやって来ました。五年生のころ学校にエレベーターが設置され、担任の先生からもその男の子の話を聞いていたので、すぐにその子だと分かりました。ランドセルの片付けの仕方や、提出物の出し方、トイレへの行き方を教えてあげていました。その子もトイレに行きたいと言ったので、連れて行ってあげました。ぼくは、皆がふ段使っているトイレに連れて行くと、

「ここじゃないよ。」

と言われて、ぼくは、衝撃を受けました。皆と同じトイレと思いきや、

「車いす専用のトイレがあるんだよ。」

と、教えてくれました。そのトイレは、教室から、少しはなれた所にあります。ぼくなら歩いて、三十秒ぐらいで行ける

三木町立氷上小学校 六年

金田

愛音



きよりだけど、その子は、二分から三分ほど時間がかかりました。なぜならトイレに行くまでに、段差やスロープがあるからです。ぼく達が、ふ段何気なく通っている道だけど、車いすに乗っている人達からすると、数センチの段差やゆるやかなスロープがすごく大変な事なのが分かりました。その子も段差やスロープで大変そうにしていたので、手伝ってあげました。後ろから押すだけなのに、その子の体重と車いすの重さで、上手く操作する事が出来ませんでした。やつとの思いでトイレに着くと、

「ありがとう。」

と、言ってくれました。トイレに行くだけでも、こんなに大変な思いをしているのだから、ふ段の生活は、もっと大変なのだらうなと考えさせられました。この事を、お母さんに話すと、

「何不自由なく、生活出来る事を当たり前だと思わず、自分で出来る事は、自分でしようね。」

と、言われました。

ぼくはその時、幼いころ言われていたお母さんの気持ちちが、少し分かった様な気がしました。当たり前前の事を当たり前前だと思わず、ぼくだっていつ病気や事故で体が不自由になるか分からないので一日一日を大切にし、困っている人を見かけた時には、障害の有り無し関係無く、声をかけていこうと思います。

小学生
区分

香川県健康福祉部長賞

あきらめないわたし

わたしは、生まれつき足にしょうがいがあります。その理由は、ふつうの人が生まれるより二か月以上も早く生まれ、体重一七〇四グラムと小さかったからです。病院の先生からは、「歩くことはむずかしく、よくて車いす生活になります。悪くなるよねたきりになります。」

と言われたと、母から聞きました。しかし母は、「この子を絶対に歩かせてみせます。」

と言ったそうです。それからは、毎日足のマッサージをしたり、音楽をたくさん聞かせたり、起きているときは、話しかけたりしていたそうです。ふつうの人よりは、ゆっくりでしたが、二才で歩けるようになりました。一日に何十回と転ぶので、すねはきずだらけです。いろいろな人に助けってもらったり、「だいじょうぶ。」

と声をかけてくれたりしました。

リハビリセンターに通い、運動したり、かかとをつけて歩く練習をしたりしています。筋肉注しやを両足に二十か所くらい打つこともあります。とてもいたので、母は、

「やめていいよ。」

三木町立氷上小学校 四年

前田 亜咲実



と言ったことがあります。でも、わたしは、「自分のためにがんばる。」と言いました。

リハビリセンターに通っていて思うことがあります。今まで自分が知らなかったしょうがいのある人がたくさんいます。その人たちは元気で楽しそうに話す人が多くいます。見ていて、わたしもがんばろうと思う気持ちになります。

今年の運動会するとき、と競走でみんなと同じきよりを走るか、なやみましたが、同じきよりを走ることにしました。わたしは一番最後でしたが、みんなのおうえんがあったから、あきらめずにゴールすることができました。何でもあきらめずにがんばることが大切だと思いました。

これからも、あきらめずにむずかしいことも、乗りこえていきたいです。

心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター

2 0 2 4

優秀作品集

香川県 健康福祉部 障害福祉課

〒760-8570 香川県高松市番町四丁目1番10号

