



令和7年（2025）度

# 郡山市おもいやり作文コンクール 優秀作品集



郡 山 市

## もくじ

■作品 ※公表に同意いただいた作品のみ原文を掲載しています。また、最優秀賞・優秀賞のみ講評を掲載します。

### 【最優秀賞】

小学生の部	私の右耳が教えてくれたこと	郡山市立橘小学校	四年	五十嵐 美奏	6
中学生の部	「知」が生む優しい社会	郡山市立郡山第五中学校	一年	鎌田 倅成	8

### 【優秀賞】

小学生の部	車いすのけいけんから見えた景色	郡山市立行徳小学校	四年	佐久間 莉子	12
	発達障がいを知って	郡山市立明健小学校	五年	黒田 芽生	14
	初めての気づき	郡山市立大島小学校	四年	寺木 誠容	16
中学生の部	あなたならどうする？	郡山市立郡山第三中学校	二年	四方田 真桜	18
	「こうき、虫捕り行こう。」	郡山市立郡山第三中学校	二年	森田 昊希	20
	違いをこえて、共に生きる	郡山市立郡山第五中学校	三年	渡部 賢信	22
	ほんの少しな支えが、大きな力に	郡山市立郡山第五中学校	二年	五十嵐 朱璃	24

### 【佳作】

小学生の部	点字ブロックについて	郡山市立高瀬小学校	五年	吉田 一稀	28
	障がい者の方との関わりや体験で感じたこと	郡山市立富田東小学校	五年	石附 朝陽	30
	理解することの大切さ	郡山市立金透小学校	六年	遠藤 花珠	32
中学生の部	弟たちがおしえてくれたこと	郡山市立富田中学校	一年	伊藤 瑞葵	34

弟が教えてくれる幸せ	郡山市立喜久田中学校	三年	遠藤 優杏	36
吃音と私	郡山市立喜久田中学校	三年	佐藤 結真	38
「自分と違う」を認められる人になる	郡山市立第郡山三中学校	一年	井上 うらら	40
一つの言葉で思いやりのおふれるまちへ	郡山市立第郡山五中学校	三年	千葉 優奈	42
バリアフリーについて	郡山市立第郡山五中学校	三年	今井 皐月	44
誰もが輝けるまちを目指して	郡山市立第郡山五中学校	三年	木幡 陽斗	46
障がい者について	郡山市立第郡山五中学校	三年	根本 晴空	48

## ■実施要項

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

50

## ■作文応募状況

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

52



# 【最優秀賞】





## 私の右耳が教えてくれたこと

郡山市立橘小学校 四年 五十嵐 美奏

私は生まれつき右耳が聴こえません。生まれてすぐのスクリーニング検査で聞こえていない事が分かったとお母さんから聞きました。その後の検査で右耳はジェット機の大きな音も聞こえないことが分かりました。でも、私の耳は聞こえています。お母さんの声も先生の声もお友達の声も聞こえています。右耳は聞こえないけど、左耳は聞こえているからです。だけど、たまに聞こえていなかったのかなと感じる事があります。周りがさわがしかったりすると肩をたたかれるまで気付かなかったり、遠くからお母さんが呼んでも気付かずいつも周りのお友達が

「呼んでいるよと。」  
と教えてくれます。特に、マスクをつけている人や男の人の低い声は聞こえにくかったりします。そういう時はお母さんの方を見ると何といったか教えてくれます。

小さいころは周りのみんなも右耳は聞こえていないと思

っていました。だからお姉ちゃんにないしよ話をするときはいつも

「これ聞こえる方の耳？」

と確認していました。ある日、同じように聞いた時に

「普通は両方とも聞こえるんだよ。」

と言われてとてもおどろきました。両方、聞こえるってどんな感じかなと思いました。

小学校に入学する時、お母さんから

「もしかしたら、どうしてむしするの？とおこって言うてくる人がいるかもしれない。でももしそう言われてもおこって言いかえすんじゃないくて、右耳が聞こえないから左側から話しかけてねと言いなさい。」

と言われました。でも入学してから四年間周りの友達はいつもやさしく教えてくれます。この作文を書いていてももしかしたら友達の呼びかけに気付かない事もあったのかなと思

ました。でも、だれにもおこられたりいやな事を言われた事がないので友達のやさしさだったのかなと思いました。そう考えると、私が気付くように肩をたたいてくれたり、呼んでいるのを教えてくれるのは友達の優しさだったんだなと気付きました。

私の周りのやさしさについて考えてみました。クラスメイトが物を落とした時に拾ってあげたり、お母さんが荷物をたくさん持っていたら手伝います。今まであまり考えず当たり前にやっていたけど、

「ありがとう。」

と言われると私もうれしい気持ちになります。何かをしてもらったり、してあげたりするのもやさしさだけでしょうかと言う言葉もやさしさだと思いました。小さなやさしさがたくさん集まればやさしい気持ちが集まって大きな幸せになるんじゃないかなと思いました。わたしもありがとうということをお忘れずに周りの人にもらったやさしさをお返しをできる人になりたいです。

#### 【最優秀作品 講評】

自分自身が抱える障がいのことを主題にし、前向きな気持ち書かれています。経験を通して周囲の温かさが描かれるとともに、周囲から受けた優しさを素直に受け取り感謝が述べられています。「やさしさ」について考えさせられ、自分自身がもらった優しさをお返しのできる人になりたいという思いが伝わる心温まる作品です。



## 「知」が生む優しい社会

障がい者というと、皆さんはどんな人を想像するだろうか。僕には、発達障がいという障がいを持つ叔母がいる。発達障がいと言っても皆が全て同じではなく、人によって様々な特性や個性がある。僕の叔母はコミュニケーションや感情のコントロールに難がある。そのため、空気を読むことが特に苦手で、感情の起伏が激しい。体は大人だが、心は子どもなのだ。

僕が小さかった頃は、僕の心も幼かったため、同年代の友達のように遊んでくれて、とても楽しかった思い出がある。もちろん、叔母の障がいについては気付いてすらいなかった。だが、自分が成長するにつれて、叔母が障がいを持っていることにだんだんと気が付いてきた。叔母の持っている発達障がいに気付いた経験が二つある。

一つ目は、祖父母と会話していた時のことだ。僕が最近あった出来事などについて話していると、叔母が突然全く関係ない話で割って入ってきた。僕は驚き、言葉を返すことがで

きなかった。祖父母はうなずきながら話を聞き、さりげなく僕の話に話題を戻してくれた。しかし今思うと、叔母に悪気は一切なかったのだ。

二つ目は、叔母が泣いていた時だ。泣いているのかと思ったら、突然叔母がふざけ始めたことがある。僕は、悲しさで泣いていたはずの叔母がふざけている姿を見て、変だなと思うってしまった。その後、急に感情が大きく変化することがある障がいだと大人から聞いて、そうだったのかと納得し、叔母は変だと思った自分が恥ずかしくなった。もしかすると、心配させまいと明るく振舞ってくれていたのかもしれない。そんな発達障がいをもつ叔母だが、出来ることも多くある。交通量の少ない道での自動車の運転や簡単な家事などだ。しかし、今まで効率良くできないことや失敗してしまうことも多々あった。そのような時、周りにいる人がアドバイスしたり、見守ったりしている姿を見て、サポートが大切なのだと実感した。

郡山市立第五中学校 一年 鎌田 倖成

周りが気が付きやすい身体障がいなどの障がいは目に見えるため、周りの人も配慮しやすい。しかし、叔母の発達障がいのように、周りが気付きにくい障がいもある。僕は親族だから叔母の障がいについて知っているが、周りから見ると叔母は「浮いた存在」という風に見られてしまうこともあるだろう。実際のところ、僕も障がいについて知るまでは、叔母のことを変わった人だと思ってしまっていた。

障がい者と一口に言っても、周囲の人が気が付きやすい障がいを持った人から、コミュニケーションを取らないと分からない障がいを持つ人までいる。また、自分の障がいのことを説明できる人と説明することが難しい人がいる。

このように、障がい者でも様々なのだ。その人たちと良い関係を築くために必要なことは、距離を取らず少しずつ自分から歩み寄ってみることだと思う。なぜなら、自分が障がいを持っている人を知ろうとすることによって、その人のことを思いやって行動することができるからだ。もちろん相手がそれを望んでいる場合に限って、ではあるが。僕自身、叔母の障がいがどのようなものか知ってからは、叔母に会った時に良好な関係を維持できるようになった。

しかし、今も障がいについて分かってもらえず、生き辛さを抱えている人はたくさんいるだろう。障がいの有無にかかわらず、皆がお互いの違いを個性として認め合える、優しさ

に包まれた社会になっていったと欲しいと願っている。僕も障がいをもっている人に対する理解を深める努力を続けていく。誰もが幸せで、生きやすい社会に少しでも近づけるために。

#### 【最優秀作品 講評】

身近に障がいをもつ方がいたことで、「障がい者」についての理解を深めました。そのことで、偏見があった自分を振り返り、「知ろうとすること」の大切さに気づきました。そして「お互いの違いを認めあえる社会」を願う、中学生として等身大の思いを、素直につづっている点が読み手の心に真すぐに伝わる作品だと感じました。

# 【優秀賞】





## 車いすのけいけんから見た景色

全国には、車いすを使っている人が二百万人いると言われています。病気やケガで車いすを使っている人、年をとって歩けなくなつて車いすを使っている高れい者などいろいろな人がいます。

わたしも小学一年生の時、病気をして、しばらくの間車いすを使っていた時がありました。運動をしてはいけなかった、家の中と学校の校しやの中以外は車いすでの生活でした。今は病気もなおつて自分で歩くし運動だつてできます。ダンスも習つていてたくさん体を動かしています。でも、病気をしていた時は自分で車いすを動かすことができなくて、いつもお父さんやお母さんがおしてくれていました。お母さんに、わたしが車いすを使っていた時に大へんだったことは何か聞いたら、「車いすが通ることができないせまいところは大へんだった」と言っていました。「地面がでこぼこになつているところも車いすをおすことがむずかしかった」と話していました。

## 郡山市立行徳小学校 四年 佐久間 莉子

今は、高れい者や体などが自由な人にとってじゃまものをとりのぞいて生活しやすくする「バリアフリー」がすめられていると聞きました。車いすを使う人にとってのじゃまなものは、お母さんが言っていたようなだんさやせまいところだと思っています。

わたしは、今年の夏休みに家族旅行で行つた東京で、バリアフリーになつているところはどこかさがしてみました。駅やお店がたくさん入っているビルなどいろいろなところに行きましたが、階段のとなりにスロープが作られている場所があちこちにあつて、車いすの人も通れるようになっていました。郡山よりも東京の方が車いすの人は多かったです。でも、車いすの人はするりとわたしの横を通りぬけていて、ちゃんとバリアフリーになつているんだなと思いました。スロープには車いすの人だけでなく、ベビーカーをおしている人や高れい者、小さな子どもをつれている人などいろいろな人がいました。また、電車に乗ったときにぎ席のない広い場

所がありました。が、車いすやベビーカーのためのスペースで、だれでも、電車を利用できるように工夫されていました。車いすの人にとってべん利なことは、他の人にとっても良いことなんだなと感じました。

それで思い出したのが車いすを使っている時に行った水族館です。車いすがスムーズに通れるところが多かったので、こまることはありませんでした。家族みんなでかっこいいイルカのショーも見ることができて楽しかった思い出があります。調べてみると、その水族館には、車いすやベビーカーを利用して人のための地図があって、スロープやエレベーターの場所、自動ドアのはばまでいねいに書いてありました。そのおかげでみんなといっしょに安心して楽しめました。

いつも生活している場所にも、この水族館のように使いやすい地図があると、みんなが安心してすごせると思います。そして、使う人の気持ちになって考えることもとても大事だと思います。わたしも車いすを使ったことがあったから、じゃまなものは何かなどいろいろと考えることができました。学校や会社でも車いすの体けん会をするなどして、だれもが使いやすい場所になるようにみんなで考えていければいいなと思いました。

わたしのおじいちゃんやおばあちゃんも、もっと年を取っ

たら車いすを使うようになるかもしれません。すぐに道路やお店などをバリアフリーに作り直すことはむずかしいと思いますが、わたしも、わたしも、こまっている人がいたら声をかけたり、車いすの人や高れい者にとってじゃまものがあればまわりの人に伝えたりとできることから始めていきたいと思えます。そして、あたたかい社会を作るやさしい人になれば良いなと思いました。

#### 【講評】

自身の経験から課題を見つけ行動し、考えをまとめていくというプロセスがよく表現されています。障がいを持つ人にとって今の社会状況がどうなのかを考え、小学生らしい視点からバリアフリーについて自分の考えを述べるなど具体的な提案がされています。

## 発達障がいのことを知って

私は、発達障がいのことをもっと知りたいと思いました。なぜなら、父が発達障がいのある友達の家に行って、話を聞いたり、一緒に過ごしたりする、看護師をしているからです。私は、その話を聞くたびに、「どんな子たちなんだろう。どんなことで困っているのかな。」と思うようになりました。

初めて「発達障がい」という言葉を聞いた時、私はそれがどういうことなのかよく分かりませんでした。しかし、父に聞いてみると「周りの人と少しちがう感じ方をする子がいるんだよ。うまく気持ちを伝えられなかったり、周りのかん境にとってもびん感だったりするんだよ。」と教えてくれました。

私はその話を聞いて、「人とちがうことは悪いことではない。」と思いました。人それぞれちがうのは当たり前で、一人ひとりに考え方ややり方、感じ方があるのだと思います。

でも、周りの人にうまく分かってもらえなかったり、学校でつらい思いをしたりすることがあると聞いて、私は悲しく

なりました。

例えば、私たちが当たり前にしていることでも、その子にとってはむずかしいことかもしれません。

父が担当している子で、同じ順番でないと気がすまない子がいるそうです。道具やおもちゃなど、その子の並べ方や、入れ方があるようで、少しでもちがうと怒ってしまい、周りがびっくりすることがあるようです。最初は「何でこんなことで。」と思いました。が、父から

「その子にとっては、とても大切なことなんだよ。だから、それを理解して、受け入れることが大切なんだ。」と教えてもらいました。

また、他の子は、じっと座っていることがとても苦手で、じゅ業中に急に立ち上がったたり、大きな声で話してしまったことがあるそうです。でも、その子は、悪気があるわけではなく、自分でもコントロールがむずかしいということを知りました。そうしたことを知ってから、私はその子たち

郡山市立明健小学校 五年 黒田 芽生

の気持ちを少しずつ考えられるようになりました。

私の学校にも不思議な行動をとる子や、言葉の出づらい子  
がいます。

「いっしょに遊ぼう。」

と声をかけたり、話をしたりするとうれしそうに笑うので、  
私もうれしくなりました。

私はこれからも、発達障がいのことをもっと知っていき  
たいです。そして、いろいろな子と友達になれるように、相手  
の気持ちを考えて行動できるようにになりたいです。発達障  
がい、あってもなくても、みんながすごしやすい学校や町に  
なったらいいと思います。私も、そんな社会にできるよう  
に、私ができることを、これからも考えていきたいです。

#### 【講評】

発達障害という特性について知ったことで、その子たちの  
気持ちを少しずつ考えられるようになり、そのことから学校  
でもいろいろな子と積極的に交流したいという思いがよくま  
とめられています。



## 初めての気づき

ぼくはある日、夕食の時間にソースの容器に小さな点々があることに気がつきました。

「なあにこれ」

とお母さんに聞いてみたら、

「それは点字だよ」

と、教えてくれました。点字というのは、目の見えない人でも分かるようにする工夫だと知りました。

そこでぼくは他にも目の見えない人のための工夫があるかを調べてみました。そうしたら、点字ブロックや、お金についている点字の工夫もありました。そのうちぼくも目の見えない人のための工夫にきょうみを持ち始めました。

そんな時にお母さんが話をしてくれました。うねめ通りという大通りを歩いている時、目の見えない人に会ったそうです。その人はもうどう犬をつれて、白いつえをついて歩いていました。道を行ったり来たりして、まよっている様子でした。お母さんが声をかけてみると、バステイが見つかからなく

てこまっていたそうです。

ぼくは色々なことを思って、家族で話し合いました。例えば大通りで道が広いから、バステイが見つかりづらかったのかなとか、人通りが少ないから、道を聞ける人や声をかけてくれる人がいなくてこまっていたのかなとか、色々な質問に思うことを話しました。お母さんもさい初はもうどう犬もつれているので、おどろかせてしまいかも知れないし、気軽に声をかけるのか、まよっていたそうです。点字ブロックやもうどう犬がいてもこまることってあるんだなと思いました。

ぼくの住んでいる地いきはいかななので、車でい動するところが多いから人通りが少ないです。そもそも声をかけたり聞いたりする人がいないと、その人はずっとまよったままです。ぼくだったらこの時どうするか考えました。お母さんといっしょで、少し様子を見てゆづ気を出して声をかけると思います。やっぱりこまっている人を助けたいからです。

そして、こんな工夫を試してみたらどうかなと思いました。

郡山市立大島小学校 四年 寺木 誠容

例えば、バスでいかに人が通ったら、音が出て場所を知らせるようにする。もっとう犬に分かるとくべつなにおいをつける。つえにGPSをつけて行きたい場所に着いたらつえがふるえて教えてくれるようにする。こんな事をたくさん考えてみました。

でも、今の自分ではそういうことが一人では出来ません。どうしたら出来るか分かりません。いつかは出来るようになりたいです。だから今自分が出来る事をやりたいです。目の見えない人がいてこまっていたら、お母さんのように声をかけて、話を聞いたりしたいです。また、目の見えない人にとってきけんな場所がないか注意してみたいです。周りの人にも伝えたりしたいです。勉強もたくさんして、今の気持ちもわすれないで大人になっていきたいです。

#### 【講評】

点字の存在に気づき、調べて、家族と話し合うことで考えを深めました。また、経験する中で感じたことが詳しく書かれ、考えたことがよく伝わってきます。

## あなたならどうする？

いつものようにインターネットを見ていたとき、目に留まる動画がありました。それは、子どもと大人が画面に写し出されている人の表情を真似するという動画でした。動画を見進めていくと、子どもも大人も変顔など色々な表情を楽しんでいる様子で真似をしていましたが、大人の人だけある映像で真似をするのをやめる場面がありました。その映像は障がいのある人が変顔をするというものでした。健常者が変顔をしているときは子どもと一緒に真似をしていたのに、なぜ障がいのある人のときだけ固まってしまったのかがとても気になりました。そこで、子どもと大人両方の視点になって、なぜこのような結果になったのか考えてみることにしました。

まず、子どもの場合、私が小学校低学年のころを思い出してみると、障がいを持っていていない人に違いがあるかと深く考えることがなかったように思います。従って、動画内の子どもたちも、画面の中の変顔をしている人がたと

え障がいのある人だからといってなにも思わず純粋に真似をしたのではないのでしょうか。

次に大人の場合、障がいのある人との関わり方について学ぶことや、実際に障がいのある人と接することが増えてきます。その経験から、障がいのある人たちと自分たちとの違いを考えすぎてしまうのではないかと思います。そのため、動画内の大人たちは、障がいのある人の真似することに抵抗を覚えてしまったのではないのでしょうか。

そこで、子どもの場合と大人の場合の二通りの考え方をふまえて、障がいのある人にとって思いやりのある行動とはどのようなものなのか考えました。子どもの純粋な心で障がいのある人を特別視しないところ、大人の障がいのある人への理解度が高いところがそれぞれの一番の思いやりのある行動だと感じました。一方で、大人の理解の中に「かわいそう。」などの言葉も入っているのではないかと思います。「かわいそう。」と思うことも決して悪いことではないのですが、

郡山市立第三中学校 二年 四方田 真桜

障がいのある人にとって障がいは特別なものではないと思うので、その意識が強すぎるのも偏見につながりかねないのかなと思いました。しかし、大人の障がいへの理解は、困っているときに声をかけたり手助けをできる優しさへもつながります。

子どもの純粋な特別視をしない面と、大人の障がいへの理解から自然と生まれる優しさの二つの面が一つになったときに、素晴らしい思いやりの気持ちと行動になっていくのではないかと思います。

しかしながら、大人になるにつれて障がいのある人への偏見を持ってしまう人も決して少なくないと思います。自分と違うことを理解するにつれてマイナスの考え方も人それぞれ出てくると思います。このような人を少しでも減らすために、今持っているマイナスの感情をプラスにすることが大切だと思います。私のように、インターネットを通じて知った映像から、障がいについて考えることもそのひとつの手段であると思います。無知がゆえに傷つけてしまうこともあれば、理解しているがゆえに偏見を持つこともあります。そんな中、現代はたくさんさんの情報であふれています。その情報から考え、話し合うことによりプラスの感情への変換が可能となるのではないのでしょうか。

私は純粋な心と優しい手を持てるようになりたいです。

#### 【講評】

障がいのある方に対し、大人と子供の視点で考え、それぞれのプラス面を合わせ「純粋な心と優しい手」と表現し、それをもち合わせることを理想としたところがとても素晴らしいと思い感心させられました。

## 「じゅんぎ、虫捕りに行いっ。」

横浜から遊びに来た、小五のいどこに何度も言われて、これいつ終わるのと絶望感。他のことで気がそれて、終わったかと思うとまた始まる。虫捕りも今日だけで四回は行った。外は暑いし、僕は虫が嫌いだ。

母に聞いた話だと、いところは、自閉症スペクトラムとADHDで実年齢よりも三才位下なんだとか。あいまい、社交辞令、相手の声のトーンや表情を感じるのが苦手みたいだ。

幼い頃から、年に一、二回しか会わないけど、いところはぼくの事をすごく好きらしい。ぼく達の祖母のお葬式の時、ぼくの側にいたいと騒いで大変だった。水族館に行った時は、中に入りたくないと言いで、ぼくまで入口で一緒に入れるまで待った。スキー場に行った時は、スノボやりたいのに永遠にそり滑りにつき合った。そして、毎年夏休み恒例の虫捕りだ。

何で年に一、二回しか会わないのに、こんなに仲が良いかというところ、いどこで年が近くて男はぼく達しかいないからだ。

## 郡山市立第三中学校二年 森田 昊希

いどこにとってもぼくにとっても、そういう時に遊べる唯一の存在だ。

毎回会う度に、面倒くさいと思うことは多いけど、いつもぼくにはニコニコしていて、ぼくと過ごす時間を楽しみにしてくれている。そういうのは、すごく嬉しい。いところは、ぼくにフィルターをかけないで真っすぐ見て、うそもつかずにぶつかってくる。だから、ぼくもいとこの前で無理に笑ったり、無理して、気をつかったりしない。ぼくもいところには、真っすぐ向き合っている。

つまり、嫌いな虫捕りも面倒に思うこともいとこの楽しそうな顔が見たくて、ぼくが選択して、行動しているのだ。自分の苦手なものよりも、いとこの笑顔が好きならば、いとこがすごく好きなんだろう。

嵐のような、お盆休みが終わった。次は、お正月に来て、またそり滑りに行くという話だ。正直つらいがいとこの笑顔がぼくは、大好きだ。だからつらいなんていう感情をなくし

て、いところ楽しく遊ぼうと思う。また、やりたかったスノボが出来ないと思うが、気にしないでいこうと思う。

【講評】

障がいのあるいところ、互いにフィルターをかけないで真つすぐ向き合っている関係が、素直な言葉で表現されていて微笑ましくなりました。文章の書き方にも工夫を凝らしとても読みやすい作品でした。

## 違いをこえて、共に生きる

郡山市立第五中学校 三年 渡部 賢信

私の周りには、障がいのある人はいません。学校の特別支援支援学級の生徒を見たことはありますが、実際に深くかわったり、一緒に活動をしたりする機会はほとんどありませんでした。しかし、日本では人口の約九・二パーセントが障がいを持って生活しているそうです。十二人に一人の割合です。そう考えると、日常の中で街を見かけたり、接したりする機会がもっとあってよいはずですが、私には経験がなく、知的障がい者や精神障がいなど外見から分からない障がいも多いのだと感じます。実際には、障がいのある人が外に出にくい環境や社会的な壁が残っているのかもしれない。それでは「共に生きる社会」とは言えないのではないのでしょうか。

私は中学二年の時、障がい者福祉施設を訪問しました。ここでは寝たきりで生活する人がいたり、メガネを見ると興奮してしまうため「外してください」と職員に言われたりしました。交流の時間もありましたが、どう接してよいか分から

ず戸惑いました。正直、ぎこちなく過ごすしかありませんでした。普段の学校生活では想像できない場面ばかりで、ただ驚いているうちに時間が過ぎてしまった感じでした。ですが、その体験を通して「自分の知らない世界がある」と強く実感しました。もしも、小さいころから障がいのある人と自然に接する経験を積んでいれば、もっと自然に声をかけられたのだと思います。

現在、福島県では「障がいのある人もない人も共に暮らしやすい県づくり条例」が定められています。不当な差別をなくし、必要な合理的配慮を事業所に義務づける内容です。意義ある取り組みですが、本当に大切なのは一人ひとりの意識や行動が変わることです。制度が整っても、私たちの心の壁が残れば社会は変わりません。だからこそ、子どものころから障がいのある人と一緒に過ごす環境を整えることが必要だと思います。

私のように身近に障がいのある人がいないと、社会で出会

ったときにどう対処してよいか分からず戸惑います。だからこそ、子どものころから一緒に授業を受けたり、行事を共にしたりする経験が大切です。その経験を通じて「障がいがあるから特別」ではなく「同じ仲間」として自然に接する心を育てられると思います。

この点で、私は「インクルーシブ教育」をもっと広げるべきだと考えます。インクルーシブ教育とは、障がいの有無や国籍、人種、宗教、性別に関係なく、全ての子どもが同じ場で学ぶ教育です。多様性を尊重し、教育を受ける権利を保障するとともに、互いの違いを理解できるようになります。北欧では障がいのある子どもとない子どもが共に学ぶ環境が整い、社会全体で自然に理解が育っているといえます。日本でも少しずつ導入されていますが、まだ十分ではありません。特別支援学級と普通学級が分かれている現状では、交流が分かれている現状では、交流が限られてしまうからです。行事や活動を一部でも一緒に行うなど、できることから始める必要があると思います。

小さいころから共に過ごせば、「どう接してよいか分からない」という壁はなくなるはずです。そして障がいを一つの個性として受け入れ、対等に関われるようになるでしょう。障がいがあってもなくても、誰もが自分らしく生きられる社会こそが本当に豊かな社会だと思います。

障がい者と共に生きる社会とは、すべての人が楽しく笑顔で過ごせる社会です。その実現には理解しようとする姿勢と、対話やコミュニケーションが欠かせません。私は将来、社会の中で障がいのある人に出会った時、戸惑うのではなく自然に声をかけ、共に活動できる自分でありたいと思います。そのために、今から少しずつ意識を変え、理解を深めていきます。私たち一人ひとりが学び、考え、行動することが、社会全体を変える第一歩になるのだと信じています。

#### 【講評】

障がい者を取りまく状況についてたくさんの知識をもっていることに感心しました。体験が少ないことで意識が十分でないことを省みて、自分ができることを、少しずつ行動にしようとする熱意が伝わりました。



## ほんの少しな支えが、大きな力に

私たちが日々の生活を送る中で、「思いやり」という言葉は、しばしば暖かい響きとともに語られます。しかし、その真の奥行きをどれほどの人が理解してくれているのでしょうか。特に、障害を持つ人々との関わりにおいて、思いやりは単なる親切心を超え、私たち自身の認識や社会のあり方を問い直すより深い意味を持つことだと思っています。

まず私たちは、日常生活の中で「障害」という言葉を耳にする機会が多いと思います。しかし、実際に障害を持つ人と深く関わる機会は、意外と少ないと思います。その結果テレビやインターネットで得た情報、あるいは漠然としたイメージだけで、障害を持つ人々のことを理解したつもりになっているかもしれません。しかし、障害は一人一人異なり、その人の個性や生き方に深く関わっています。例えば、視覚に障害がある人の場合、全く見えない人もいれば、ぼんやりと光を感じる人もいます。聴覚に障害がある人も、手話を使う人もいれば、補聴器を使って会話をする人だっています。画一

的な「障害者像」で捉えるのではなく、一人一人の違いを理解し、尊重することが大切だと思います。では、私たちには具体的に何ができるだろうか。

まず、「知ること」です。障害に関する正しい知識を身につけ、彼らがどのような困難に直面し、どのように工夫して生きているのかを知ることです。学校の授業やボランティア活動を通して、実際に障害を持つ人々と交流する機会を積極的に作ることも大切だと思います。また、私自身も生活をしていく中で、点字ブロックの役割や、声かけの仕方など、これまで知らなかった多くのことを学ぶことができました。そして何より、彼らが私たちと何も変わらない喜びや悲しみを感じ、夢や希望を持っていることに気づかされました。

次に、「行動すること」です。街中で困っている人を見かけたら、勇気を出して声をかけてみるのも大切だと思います。例えば、「何かお手伝いできることはありませんか？」という一言が、彼らにとって、大きな安心に繋がるかもしれません。

郡山市立第五中学校 二年 五十嵐 朱璃

もし、手助けが不要であればその意思を尊重することも大切です。また、公共の場でのマナーも重要です。二つ例を挙げると、点字ブロックの上に物は置かない、車椅子スペースを空けておくなど、ほんの少しの配慮が、彼らの大きな助けになると思います。これは、特別なことではなく、誰もが気持ちよく過ごせるようにするためのごく当たり前の行動です。

そして、最も重要なのは「共に生きる」という意識を持つことです。障害を持つ人々を「助けてあげる対象」として一方的に見るのではなく、社会を共に創りあげていく「対等パートナー」として捉えること。彼らの声に耳を傾け、彼らの意見を尊重し、社会のあらゆる場面で、彼らが活躍できる場を共に考えていくことです。例えば、手話通訳が必要なときにサポートするなど、私たちにできる「共に生きる」ための行動です。

私たちの社会は、まだまだ完璧ではありません。しかし、私たち一人一人が、「思いやりの心」を持ち、「知る努力」をし、そして「行動する勇氣」を持つことで、より良い方向へと確実に進んでいけるはずです。そして、多様な個性を認め合い、誰もが自分らしく輝ける社会。それは、障害を持つ人々ではなく私たち自身の未来を豊かにする、真の共生社会の姿だと信じています。また、私自身もこれからもっと視野を広げ、もっと障害を持つ人々のことを知ってもらえるように努

力したいです。

#### 【講評】

構成や表現が丁寧であり工夫されていて、とても読みやすく、思いがよく伝わる文章だと感じました。自分たちができることとして「知ること」「行動すること」と具体的にポイントを示したところも分かりやすいと思いました。

# 【佳作】





## 点字ブロックについて

ぼくの身の回りには、点字ブロックがあります。ぼくがよく行く、ヨークベニマルや、ダイユーエイトにも点字ブロックを、みかけます。

でもぼくの日常生活の中では、点字ブロックを使う事は、まったくありません。

ある時、ぼくは点字ブロックについて興味を持ちました。駅で白い棒を持って、点字ブロックを「トントントントン」とやって歩いている人を見かけました。

ぼくが初めて「点字ブロック」という言葉を知ったのは、小学校の低学年のときでした。黄色いタイルのようなものが駅や歩道にしかれていて、目の不自由な人が歩くときの手助けになると聞いたことがあります。けれど、そのときのぼくは「そんな人、あまり見かけないし、自分には関係ない」と思っていました。

家族で出かける時、駅を使うときにぼくはあることに気がつきました。出かけたとき、多くの人が点字ブロックの上に

平気で立っていたり、荷物を広げたりしていて、点字ブロックの上にいることに気づいていない人も多かったのです。ぼくは、さいしょは、気にしていなかったのですが、ある日、目の不自由そうな人が、点字ブロックに沿って歩こうとしても人にぶつかってしまい、困った様子で立ち止まっているのを見ました。そのとき、「これは人ごとじゃない」と思ったのです。

点字ブロックは、視覚に障害がある人にとって道しるべとなる大切なサインです。何気ない黄色い線が、実は命を守るやくわりをはたしていることを、ぼくはそのとき初めて実感しました。それ以来、駅のホームや交差点で点字ブロックの上には立たないよう意識するようになりました。

思いやりとは、だれかが困っているときに手を差し伸べることだと思っていました。でも今は、それだけでは足りないと思うようになりました。だれかが「困る前に」気づいて、行動することが、本当の思いやりではないでしょうか。目の

郡山市立高瀬小学校 五年 吉田 一稀

不自由な人が不安を感じずに歩けるようにするには、ぼくたち一人ひとりが「ここに立たない」「ふさがない」という意識を持つことが大切だと思います。

点字ブロックは、ただの黄色い道ではありません。それは、見えない人にとっての見える道なのです。その道がふさがれていたら、どれだけ不安でしょう。ぼくたちはあたりまえのように目を使って歩いているけれど、目が見えない世界を想像してみると、そのこわさや不自由さが少しわかります。だからこそ、見えるぼくたちがはいりよすることが必要だと思います。

この社会には、さまざまな人がいます。体が不自由な人、年をとった人、小さな子ども連れのお母さんやお父さん。自分とはちがう立場の人のことを考えて行動することが優しい社会につながっていくと思います。点字ブロックを守るという小さな思いやりも、その一つです。

ぼくは、これからも、点字ブロックの上には立たないようにしようと思いました。そして、周りの人にも伝えていきたいと思いました。思いやりは、特別なことではありません。毎日の中で少しだけ周りを見ること、気づくこと、そして行動すること。それが、だれかの支えになります。そう信じて、ぼくはこれから行動し続けたいと思います。

## 障がい者の方との関わりや体験で感じたこと

郡山市富田東小学校 五年 石附 朝陽

僕は、夏休み中にお母さんの仕事場に行く機会がありました。お母さんの仕事場は、発達障がいの子供たちを支援する所です。発達障がいとは、どんなものか、調べました。

生まれつき脳の発達にかたよりがあり、すぐす環境や周りの人との関わりが苦手なことから、社会生活がむずかしくなる障がいのことです。大きく分けて三つに分けられます。一つ目はじへいしようです。じへいしうとは、他の人の気持ちを理解することや会話することがむずかしいのが特ちょうです。二つ目は注意けっかんたどうしようです。これは、話を集中して聞けなかったり順番をまてないなどのとくせいがあります。三つ目は、学習障がいです。これは読むことや書くことがむずしかったり、計算することがむずかしいです。

お母さんの仕事場には、こういった障がいの子どもたちが通っています。そこで発達のじょうたいや障がいに合わせて、勉強したり言葉の先生がいて言葉を教えたりしています。また一日十人くらいの子どもたちが通ってくるので他の子と

の関りなどを遊びをとおして学んでいます。僕のお母さんは、かんごしなのでケアが必要な子ども世話をしています。

夏休みの間、お母さんの仕事場に行き発達障がいの子どもたちと関わってみて、見た目は、普通の子でも関わってみないと分からないこともあったしその子がどういうことをしてほしいのか、やってみたいのか分かりました。じへいしうの子は、話すことができなくても手を広げてだっこしてほしそうにしたり、遊びたいおもちゃの所に手を引っぱってついていくれたりなど、行動で自分のやりたいことを伝えてくれました。注意けっかんたどうしうの子は、部屋の中を走り回っていてすぐに座っている時間は、ほとんどありませんでした。しかし、ブロックなど自分の好きな遊びの時は集中してずっと同じ遊びをしていました。

お昼ご飯の時には、決まった物しか食べない子やじっと座って食べない子もいて先生たちが集中して食べられるように環境を工夫したりがんばって全部食べられるようにはげ

ますこえかけをしていました。障がいといっても一人一人全く違うため、その子に合わせた関わりが大切だと思いました。

僕の小学校にも支えんクラスがあります。今までは、支えんクラスの子たちを特別な目で見ていましたが、今回の経験を通して特別ではなく同じ社会で生活していく仲間として思いやりを持って接していきたいと思いました。また周りの友達にも伝えて多くの人がしょうがいのある人のことを知って、思いやりを持って生活できるようになればいいなと思います。



## 理解することの大切さ

みなさんの身の周りには障がいを持った「障がい者」の方は、いますか。「障がい者」という名前は知っているけれど、詳しくはよく分からない人もいます。まず、障がいとは目が見えない、喋れない、歩けないなどといった病気だけではなく、暮らしていくための仕事などの活動や参加が思うようにできないことを障がいと言います。私は今まで、障がいについてよく知りませんでした。ただ、障がいを持った人が、この世の中にいる、というぐらいでした。

ですが、だんだんと日常を過ごすうちに、障がいを持った人と関わるようになってきました。街中やお店、公園や学校の中になど、意外と近くにいる存在でした。そこで私は、障がいを持っている困っている人がいたら、どんなふうに声をかけてあげるのがいいだろう。そう思って、私は、本やインターネット、テレビなどで障がいについて調べました。私の身の周りにいる人で一番多かった人が自閉症の方だったの

郡山市立金透小学校 六年 遠藤 花珠

で、自閉症を中心に障がいについて調べました。ずっと前から、自閉症の人はいつも何を考えているのだろう。と考えていました。「独特の話し方の理由はなぜ?」「すぐどこかに行ってしまうのはなぜ?」「何度注意しても分からなくなってしまうのはなぜ?」たくさん調べてたくさん考えました。調べてみると、自閉症の症状もその人によって違うことが分かりました。「じゃあどう接すればいいのかな。」そう思っていた時、本からこんな言葉を見つけました。『自閉症は障がいの一つだけど、症状は人それぞれ違う。つまり十人十色と考えればいい。一周回ってその人はその人ということ。』私はこの言葉がすごく大切な言葉だと感じました。この言葉は自閉症の人だけではなく、障がいをもっている人に対しても、その人が持っている障がいをその人の個性だと思い、その人のその人らしさを受け入れることにもつながってくるんじゃないかと感じました。私はこの言葉から、その人の障がい

を理解して、その人の個性を認めることが一番大切なことなんだなと自分の中で分かりました。

たまに、障がいをもって人に対して、「気もち悪い」「こんなこともできないの？」などと、その人が傷ついてしまふような言葉を聞きます。私は、人なので、だれでも苦手なことはあると思います。それが、その人にとって苦手なことであるだけであって、その人にも得意なことが必ずあると思います。大切なことは、その人の苦手なことを理解してわらうのではなく、同じ地球で生きている人として、人間として助け合うことだと思います。どうして、障がい者をいじめてしまふ人がいるのか。それはきっとこんな考えができない人がいるからだと思えます。理解せず、いじめをすること、その人はとても傷つき、いやな思いをすることになります。もし、平気そうにふるまっても、その人は平気ではないです。いやな気持ちになっていきます。もしも、あなたの周りに障がい者の子がいても、からかったりせず、寄りそう気持ちで声をかけてあげてください。しっかりと理解して声をかけることで、その子のためになり、助けになるかもしれません。みんなが障がい者について理解して、「障がい者だから。」とっていいじめることのない世界を私は望みます。

## 弟たちが教えてくれたこと

私には弟が二人います。二人とも自閉スペクトラム症という障害を持っていて、毎日ほんの少し違う世界で過ごしています。でも、そんな弟たちと一緒にいる時間は私にとってかけがえのない経験です。

長男の弟は、三女の妹と一緒にロブロックスやゲームなどを楽しんでいます。ゲームをやっている中でゲラゲラ笑い合っていたり、動画をみながら二人で楽しそうにしている姿を見ると私まで少し笑顔になれるし、互いがちゃんと相手の気持ち理解しているんだなと感じられます。

次男の弟は、動画を見て、大きな声でセリフを真似したり、歌を歌ったりしてとても元気に毎日楽しそうに過ごしています。でも、最初というか、今でもまだ少しあるけどいきなり大きな声を出されるときにイライラする事がよくあります。次第に「自分の気持ちを表現しているのかな」と少しずつ理解できるようになりました。まだ多少はイライラしてしまっけど、私は弟がはしゃいでいる姿を見るとやっぱり自然

に笑顔になるし、どうすればもっと楽しく過ごせるか日常的に考えるようになりました。

弟たちと過ごす中で、私は人の気持ちを思いやる大切さを学びました。言葉でうまく伝えられないときでも、そばにいて支えることや一緒に楽しむことが一番の思いやりになるのだろうと思いました。また、弟たちから元気や笑顔をもらうことで、私自身も優しくなれる気がしました。私がいることで少しでも安心してもらえようになんばりたいです。

弟たちを見ると、思いやりというものは特別な行動や大きな言葉だけで、示すものではないと感じます。小さな気遣いや、相手のことを考えて行動すること、そして相手が何を感じているかに目を向けることが本当の思いやりだと思いました。

私は、思いやりは相手だけでなく自分の心も豊かにするものだと感じました。弟たちと関わる中で、相手の気持ちに少し敏感になり困っている人や悩んでいる人に気付けるよう

郡山市立富田中学校 一年 伊藤 瑞葵

になったと思います。そして、思いやりの気持ちは学校や友達との関わりでも生かせると考えています。友達が困っていたら、すぐに助けたり、話を聞いてあげることも思いやりの一つだと思います。

さらに、思いやりは自分一人だけで完結するものではなく、周りの人にも広がっていくものだと感じます。誰かが優しくしてくれると、それを見た人や、優しくされた人もその人と同じように優しくなろうと思えます。弟たちが元気いっぱいに笑っている姿を見ると私も自然と笑顔になり、家族のみんなも自然と明るい気持ちになります。

このように、思いやりは「人から人へ連鎖していくもの」だと気付きました。だから私は、まず自分から思いやりをもつて行動することで、周りに少しずつ広がっていくと信じています。

私はこれからも弟たちの気持ちを理解し、助け合いながら生活していきたいです。そして、家族だけでなく、周りの友達や困っている人たちにも、思いやりの気持ちを大切にしていきたいと思っています。弟たちが教えてくれた「小さな積み重ね」が、これからの私の生活や行動の基礎になっていくと感じます。思いやりは、誰かのためにするものでもあり、自分自身を成長させるためにすることでもあると思います。私はその気持ちを忘れずに、これからも人と関わっていききたいで

す。

## 弟が教えてくれる幸せ

私の一日は、「おはよう」と弟に声をかけることから始まります。弟は発達障害があり周りの子と比べて言葉を話すのが少しゆっくりです。でも、その分、一つひとつの言葉に想いがこもっていて、私の心にまっすぐ届いてきます。うまく言葉にできなくても、目を見て、笑って、ジェスチャーで一生懸命伝えてくれる。その姿を見るたびに、「この子は本当に強くて、優しい心を持っているんだな」と感じます。

弟は、毎日ニコニコしています。怒っていたり、悲しいことがあっても、少し経つとまた笑顔になって、私のそばに来てくれます。そして、弟は毎日「だいすき」と私に伝えてくれます。その言葉は、私の心をそっと包み込んでくれる魔法のようです。どんなに疲れていても、その声を聴くだけで心がふわっと軽くなります。言葉は少なくても、心はたくさん伝わってきます。私は弟を通して、本当の優しさというものを教えてもらっています。

郡山市立喜久田中学校 三年 遠藤 優杏

弟は、幼稚園から帰ってくると「きょうはね、ぬりえしたよ」とか「折り紙した」と、たどたどしい言葉で一生懸命今日の出来事を話してくれます。言葉の数は少ないけれど、その顔はとても嬉しそうで、目がキラキラしています。私はうなずきながら話を聞くのが大好きです。そんな何気ない時間が、私にとってはすごく大切に、毎日の楽しみになっています。

もちろん、大変なこともたくさんあります。突然走り出したり、思い通りにならなくてかんしゃくを起こしたりすることもあります。私はどうしていいかわからなくなる時もあります。でも、それ以上に楽しいこと、うれしいこと、愛おしいと思えることの方が、ずっと多いのです。弟が笑ってくれると、それだけで今日も一緒に居られてよかったと思えるのです。

この前、弟と一緒に公園に行った時のことです。弟はすべ

の姉で本当に良かったよ」と。

り台が大好きで、何度も何度も「みててね」と言いながらすべっていました。私はずっと拍手をしながら見ていたのですが、ある時、弟がつまりずいて転んでしまいました。私はすぐにかけ寄って「大丈夫？」と聞くと、涙をこらえながら立ち上がって、「だいじょうぶ」と笑ったのです。その笑顔に、私は胸がぎゅっとなりました。

その小さな背中が、涙をこらえて笑う姿が、私にはとても大きく見えました。きつと、弟なりに「強くなりたい」と思っているんだと思います。私は、そんな弟のそばで、これからもずっと見守っていきたいと思いました。そして、弟の頑張る姿を誰よりも近くで応援していきたい。そう思いました。

弟は、誰よりも純粹で、まっすぐで、そして愛にあふれた存在です。うまく伝えられない気持ちも、時間をかけて必ず届けてくれるそんな弟と毎日過ごせる私は本当に幸せ者だと思っています。弟が生まれてきてくれたこと、弟と姉弟としてめぐりあえたこと。それは、私の人生の中で一番のプレゼントです。

私は、弟の姉でいられることが、心からうれしいです。弟がいるから、私は強くなれる。優しくなれる。感謝する気持ちを忘れずにいられる。これからも弟と一緒に笑って、成長して、たくさんの思い出をつくっていききたいです。そして、どんな時でも伝え続けたい。「私もあなたが大好き、あなた

## 吃音と私

みなさんは吃音という障害を知っていますか。吃音は、話すときに言葉がどもったり、同じ言葉を繰り返したり、引き伸ばしたり、詰まったりする発話障害です。これらを理由に、差別や偏見の対象になることがあります。

例えば、いじめられることがあります。話し方がおかしい、話し方が移りそう、などの理由だけでいじめられ、不登校になる人も多いです。また、吃音により自分の話し方に自信をなくし、学校生活での発言や発表を避けるようになることもあります。これらによって、自己肯定感が低下することもあると思います。

私も吃音を持っているのですが、一時期発表や発言が嫌だった時がありました。人の目の前で、言葉が詰まったらどうしようと不安に潰されそうなこともありました。また、私は中学校に入学するまでは同級生に吃音のことを伝えていなかったのですが、中学生になってから吃音のことをカミング

郡山市立喜久田中学校 三年 佐藤 結真

アウトしました。カミングアウトするまでは、何かを発言、発表せざるを得ない時に、周囲からの不思議そうに私を見る眼差しが嫌でした。けれどもカミングアウトをすると、学校生活がとても楽になりました。今では、人前で話す機会が多い委員会の委員長になることもできました。また、小学生の時は学校放送を絶対にしないと思っていましたが、中学校に入ると自分に自信が付き、学校放送もできるようになりました。

当事者として、吃音を理解している人、また知っている人がとても少ないと思いました。私は、もっと社会に吃音の辛さを紹介してほしいと思います。本当に言いたいことがある時に詰まってしまい言えないもどかしさを紹介してほしいのです。吃音には、難発、伸発、連発の三種類があるという表面的な情報だけでなく、吃音が出た時にどれ程緊張したり、焦ったり、不安になるかということを知ってもらうことこそ

私が考える理解です。

私の、修学旅行の時にカードゲームで遊んだ時の話です。そのカードというのは、一人ずつモンスターが書いてあるカードを引き、そのモンスターに名前を付け、またそのモンスターを引いたら、そのモンスターの名前を誰よりも早く言うという遊び方のカードゲームです。私は、その時にモンスターの名前は覚えているのに、言葉が詰まって言えなくて負けたという悔しい出来事がありました。このカードゲームは勝負ですから、さすがに言葉が出るまで待ってもらうなんてことはしませんでした。

吃音はまだあまり知られていません。また、治療法という治療法はありません。ですが、吃音のことを社会全体に知ってもらえれば、吃音を持っている人は今よりもっと生活しやすくなると思っています。吃音のことをもっと理解してもらえれば、今よりもっといい社会になると信じています。私は、当事者として吃音で詰まってしまうても、自分の伝えたいことを伝えるようにすることが大切だと思いました。また、このときには、本人の努力だけでなく、周囲の理解も大切だと思っています。



## 「自分と違う」を認められる人になる

私は今、自分の個性を理解し、受けとめて生活しています。例えば、周りの人とは違うことをしたいという考え方の個性です。このような考え方にも、一人一人個性が表れます。そして、私は、自分だけではく周りの人の個性も否定などはないように気をつけて生活しています。しかし、この世界には私と同じ考えの人ばかりではありません。他の人の個性を認められない人もいます。

あなたは、誰に対しても相手を理解しようと心がけていますか。例えば、障害を持った方々を差別的な目で見てしまうことが一度でもありませんでしたか。すれ違うだけでいつも避けてしまったり、あの人は嫌だと思ってしまうことなどです。私は昔、そのような態度をとってしまったことがあります。つまり、障害者の方々の個性を受け止めていなかったということです。

私のその考えが変わったのは障害を持った方の話を聞いて

郡山市立第三中学校 一年 井上 うらら

たときです。その人はこのようなことを言っていました。「この障害でさえも私の個性だから、これからも大切にしていきたい」この言葉を聞き、私は心を打たれました。その人は音楽が大好きで視覚障害者であっても、とても上手にピアノを演奏していました。その方は、何度も何度も繰り返し練習をして、ここまで上手になったのだと思います。周りとは違う個性があってもひたすら自分の好きなことに夢中で取り組んでいたその姿を見て、私は心を打たれました。そして、私を含め、人間はひとつの一面だけを見て性格を判断してしまうことが多いですが、そうではなくその人の違う一面も見つけてみることで、よりお互いを理解し合い、相手も自分も快適に過ごすことができるような環境を作れると思いました。

私は、このことがあってから、私の周りで障害者を手助けしている人や建物はないのか調べることにしました。私の家の近くに「障害者福祉センター」という体育館があるのでそ

りたいと強く思いました。

この取り組みについて調べてみました。すると、障害者福祉センターでは次のような取り組みを行っていることがわかりました。「障害をお持ちの方々の自立と社会参加の促進及び身体機能の維持・向上を図るとともに、障がいに対する理解と関心を広めることを目的としている。」取り組みは、「障害をお持ちの方の相談、教養・文化活動及びレクリエーションの支援や機能訓練等講座の開催、障害者福祉に関するボランティアの育成」だそうです。私は、自分の身近に障害者の手助けをしてきている人たちがいたことに気づき、とてもおどろきました。私も少しでも障害者を手助けできるよう、これから小さな心がけをしていきたいと思います。例えば、点字ブロックの上はふさがないようにしたり、前から車椅子に人が来たら、端によって邪魔にならないように気をつけたりすることを心がけていきたいです。

私はこのような経験から、自分の個性も、障害者の方々一人一人の個性も理解し、受け止めて、誰もが過ごしやすい環境をつくれるようにしたいと思いました。そのために、偏見だけで人を判断するという考えは捨てて、人それぞれの持っている特徴をたくさん見つけていきたいと思います。そして、周りの人達のいつも見ている一面とは違う一面、良い一面や悪い一面などをたくさん見つけたいと思いました。このようなことから、私は「自分と違う」を認められるような人にな

## 一つの言葉で思いやりのあふれるまちへ

郡山市立第五中学校 三年 千葉 優奈

八年前、私は、トランポリンの着地に失敗して、左足首をはく離骨折してしまいました。そのせいで、今も一年に一回以上じん帯を損傷してしまい、松葉杖での生活をおくることになっていきます。成長して体が大きくなるにつれて、反対側の足や腕などの負担に加え、手伝ってくれる家族の負担も大きくなってきたため、二年前に車椅子を買ってもらいました。

私はまだ中学生なので、中学校で過ごす時間がほとんどですが、校舎内には段差も多くエレベーターもありません。なので学校では松葉杖での生活になります。一年生の時は周りの友達が

「手伝おうか？」

と声をかけてくれて、身の回りのことを手助けしてくれました。ところが三年生になり、最近は

「何か手伝えることある？」

と声をかけられるようになりました。同じような声かけだけ

ど、松葉杖での生活が長いからか、できることも増えた私にとってはとても心地良い言葉でした。何気ない一言ですが、押し付けるのではなく相手に寄り添った言葉だと実感しました。私が逆の立場になったら絶対に使いたいです。

さて、学校以外では車椅子での生活をしていたのですが、松葉杖と比べて体への負担は少ないものの、普段の生活には不便なことが多いと気付かされました。

身近なところでいえば、エレベーターです。階段やエスカレーターと違い、建物の端の方にあったり、前進で入ったら狭くて後ろ向きでしか出られなかったりするものもありました。更に、狭くて乗れないとき、先に乗っていた方が降りてくださったこともありました。

そして、駐車場にある車椅子や体が不自由な方への駐車スペースは、とてもありがたいと感じました。隣の車とのスペースが広くできているので、安心して乗り降りができること

が分かりました。ただ、駐車スペースが少ない所もあるので、本当に困っている方へ譲り合いの心を持って使用してほしいと思いました。

私が車椅子生活で一番大変だと感じたことは、公共交通機関を使った移動でした。県外へ宿泊のため新幹線で移動をした際に感じたのは、荷物問題でした。車椅子なので当然キャリーケースは不可能です。リュックを前に抱えるしか方法はありません。車椅子を押してくれた母も同様にリュックを背負いながらの移動でした。車椅子と大きなリュックの母、急いでいる人へとても迷惑をかけてしまったと、申し訳ない気持ちでいっぱいでした。でも、新幹線はとても快適でした。母が事前に調べてくれて知ったのですが、新幹線には車椅子専用の席があるのです。車椅子のまま乗っていられるスペースと、車イスから降りて座席に座って移動ができる席がありました。私は全く歩けないわけではないので、車椅子対応座席を予約してもらいました。予約する時も、駅員の手助けが必要が確認されたそうです。

私はいつも車椅子での生活をしているわけではありません。また、車椅子に限らず不便な生活を強いられている方が、世の中にはたくさんいます。普段の当たり前が当たり前ではなくなることは、いつ誰にだって訪れると思います。その時になって気付いて、手を差し伸べてくれる人に感謝するだけ

でなく、手を差し伸べることでできる人が、一人でも多く増えてほしいと思います。

「何か手伝えることはありますか？」この言葉がぱっと出てくる思いやりであふれるまちにします。

中学生の部 佳作

## バリアフリーについて

僕は昨年職業体験で障がい者施設の「郡山市花かつみ豊心園」に行きました。職業体験では、脳の体操として行っているおしぼりを袋の中から出して折りたたんで一つの箱の中に並べる作業と一緒に経験したり、車いすの操作方法を学んだり、一緒に塗り絵をしたりしました。その中でも一番印象に残っていることは車いすを押したことです。なぜならバレーやブレーキの位置、操作の感覚など非常に覚えることが多く、かつ一歩間違えばけがをさせてしまうという恐怖があったからです。以前にもひいおじいさんの家で車いすを押したことが一度あったのですが、二回目でも非常に緊張してしまいました。また、車いすを押している時に「花かつみ豊心園」には段差が少ないということにも気づきました。もしスロープが整備されていない場所やエスカレーターが多い場所ですを押す機会があったならば、非常に難しく大変であると思います。車いすを利用する方々がたくさんいるよう

## 郡山市立第五中学校 三年 今井 皐月

な施設内では様々な場所でバリアフリー化が行われていると思います。そこで、続いて私たちの普段住んでいる範囲へ目を向けて考えていきます。

街中での主要な施設や新しく作られた建物は点字ブロックや手すり、スロープなどが整備されているのをよく見かけますが、古い建物や大きな都市から離れた場所などには未だ整備が足りないと感じます。駅前などの都市部はバリアフリー化の設備が一極集中しているにも関わらず、都市部から離れた場所などを見ると全然設備が整っていない場所が多くあることがよくわかります。だからこそ古い建物を残しながら設置にかかる資金を削減しバリアフリー化を進めていくという課題が残されていると感じます。

また、私は以前小学校低学年程度の児童が点字ブロックに座ったり立ったりなどして、点字ブロックを利用しなければならぬ方の邪魔になっている場面を見たことがあります。

そこで僕は小学校では確かにバリアフリーなどの身体が不自由な人のための整備について詳しく学ぶことがほぼ無かったということを思い出しました。自分で興味があつて調べたり、両親から教えられる子供は知ることができますが、設備について知る機会が無い子供がもしいたなら、それらについて詳しく知らないまま成長することも考えられるので、学校が小学校低学年のうちから簡単な言葉で分かりやすく説明をする必要があると考えます。道徳や社会などの授業で取り扱ったり、市で作成したポスターなどを各学校に配布し教室に掲示してもらつなどの取り組みを取ることが大切だと思います。

最後に障がい者支援施設で働いている職員の方々のためにできることを考えていきます。私が職業体験で施設に行き驚いたことは、働いている職員はとても忙しいにも関わらずずっと笑顔を見せていたということです。障がい者支援施設での仕事量は非常に多くとても忙しいため、もし自分が働いていたら障がい者の方々に険しい顔を見せてしまうかもしれません。そんな忙しい職員の為にマッサージチェアを設置したり、人々がリラックスして快適に過ごす事のできる環境を作ったり、職員が安心して悩み事の相談ができるようにカウンセラーに定期的に来てもらつなどの対応を市町などにしてもらつことが非常に大事だと思います。

バリアフリーの設備を増やしていき、障がい者施設の人々やその職員、どちらもしラックスできる環境づくりが大切だと思いました。この作文を書くことによって再びこのようなことを学べたので、これからの生活に活かしていきたいです。

## 誰もが輝けるまちを目指して

郡山市立第五中学校 三年 木幡 陽斗

今年の夏、僕はテレビで高校野球を見ていて、ある選手の姿に心を打たれました。県立岐阜商業高校の横山君です。彼は左手の指が生まれつき欠損しているにもかかわらず、チームの中心選手として大活躍していました。バッドを握る姿、仲間と声を掛け合う姿、そして全力でプレーする姿は、僕の目には誰よりも輝いて見えました。

僕はそのとき、

「障害があるって、できないことがあるってことじゃないんだ」

と感じました。むしろ、横山君は自分の体と向き合い、工夫し、努力を重ねて、できることを最大限に伸ばしてきたのだと思います。その姿は、僕たち健常者が見習うべきものだと感じました。

学校では、「共生社会」について学ぶ機会があります。でも、正直に言うと、僕はそれまで「障がい者＝助けるべき人」というイメージを持っていました。でも横山君のプレーを見

て、その考えが変わりました。障がいがある人も、夢を持ち、努力し、挑戦し、そして輝ける存在なのだ気づいたのです。

僕の住む街にも、車いすの方や、視覚障がいのある方が生活しています。駅にはエレベーターがあり、点字ブロックもあります。でも、それだけで「誰もが暮らしやすい街」と言えるのでしょうか。例えば、点字ブロックの上に自転車がかかっていたり、エレベーターが遠くて使いづらかったりすることがあります。見た目だけの「バリアフリー」ではなく、心のバリアをなくすことが本当に大切なのだと思います。

僕は、障がいのある人が「遠慮せず」に外に出られるまちをつくりたいです。それは、設備だけでなく、周りの人の理解や思いやりが必要です。例えば、困っている人に声をかける勇氣。違いを受け入れる心。そうしたことが積み重なって、誰もが安心して暮らせるまちになるのだと思います。

横山君のように、障がいがあっても夢を追いかける人がいます。そんな人たちが「自分らしく生きられる社会」をつく

るために、僕たち一人ひとりができることは何かを考えたいです。僕はまず、身近なところから始めます。学校で友達が困っていたら声をかける。道で困っている人がいたら手を差し伸べる。そうした小さな行動が、やがて大きな変化につながると信じています。

障がいがある人も、ない人も、みんなが同じように夢を持ち、努力し、笑い合えるまち。そんなまちを、僕は作っていきたくです。

僕はこれから、もっと障がいについて知りたいと思います。知ること、相手の立場に立って考えることができるようになるからです。例えば、視覚障がいのある人がどんな工夫をして日常生活を送っているのか、聴覚障がいのある人とどうやってコミュニケーションを取ればよいのか。そうしたことを学ぶことで、僕自身の視野も広がると思います。

また、学校や地域でも、障がいのある人と自然に関われる場がもっと増えたらいいなと思います。一緒に活動したり、話したりする中で、お互いのことを理解し合えるはずです。違いを知るのは、壁をつくることではなく、橋をかけることだと思います。

僕は、横山君のように夢を追いかける人たちを応援したい。そして、誰もが「自分らしく生きられる社会」を目指して、これからも考え、行動していきたいです。



## 障がい者について

私はこれまで、障がいのある人と深く関わったことはあまりありませんでした。テレビや本で見えることはあっても、実際に自分の生活の中で会う機会は少なく、「障がい者」という言葉を聞くと、どこか自分とは関係のない遠い存在のように思っていました。しかし、学校での学習や体験を通して、障がいのある人たちについて知るうちに、その考えは大きく変わりました。

ある時、福祉について学ぶ授業で、車いすに乗った人の生活や、耳や目が不自由な人の工夫を紹介するビデオを見ました。そのとき私は、「障がいがあるからできないことが多い」というイメージを持っていた自分が間違っていたことに気づきました。確かに不便なことはあるかもしれませんが、でも、周りの人や社会の工夫しだい、みんなと同じように生活したり、楽しんだりすることができのです。それなのに、今の社会はまだ十分にそうした工夫がされてないこともある

## 郡山市立第五中学校 三年 根本 晴空

と知って、少しショックを受けました。

また、実際に障がいのある人と一緒に接する機会もありました。ボランティア体験で、知的障がいのある方と一緒に簡単な作業をしたのです。最初はどう声をかけていいのか分からず、緊張しました。しかし、その方は明るく笑いかけられて、私が間違えたときも、「大丈夫だよ」と励ましてくれました。そのやさしさにふれたとき、私は「障がいがあるからといって特別な人ではなく、同じように心を持った一人の人なんだ」と強く感じました。むしろ私よりずっと前向きで、学ぶことが多いと感じました。

それと同時に、障がいのある人が生活の中で直面している困難について考えました。たとえば、駅にエレベーターがなければ、車いすの人は一人では電車に乗れません。信号の音がなければ、目が不自由な人は安全に横断歩道を渡れません。またこのように「障がいそのもの」よりも、「社会の側に準

備不足」が生きづらさを生んでいるのだと気づきました。これは私にとって大きな発見でした。

さらに、私たちの中にある「思い込み」も障がいのある人を苦しめることがあると思いました。「かわいそう」とか「手伝ってあげないと何もできない」といった気持ちは、一見やさしさに見えます。でも、それが相手を一人の人間として見ず、「障がい者」という枠で決めつけてしまうことにつながってしまっているのではないのでしょうか。私自身もそう思っていたことを気づき、反省しました。

私はこれから、「障がいのある人」と「障がいのない人」を分けて考えるのではなく、同じ社会で生きる仲間として接し

ていきたいです。そのためには、まず知ろうとすること、そして相手の立場に立って考えることが大切だと思います。たとえ小さなことでも、自分ができる行動を重ねることが、誰にとっても暮らしやすい社会につながるのだと思います。

今回の学びを通して、障がいの人にたいしてかわいそうではなく、同じ一人の人間として生きていると思いました。そのため誰もが自分らしく生きられる社会になってほしいと思います。

## 令和七年度「郡山市おもいやり作文コンクール」実施要項

- 一 目的  
障がいに対する関心を高め、障がい者福祉を考える機会として、市内の小・中学校の児童・生徒を対象に障がいに関する作文を公募し、優秀作品集を公表することにより、障がい者に対する理解を深めるとともに、児童・生徒の障がい者に対する意識の高揚を図る。
- 二 主催  
郡山市
- 三 共催  
郡山市教育委員会
- 四 募集対象及び部門  
市内在住又は市内の学校に在学する小学生四年生から六年生まで及び中学生  
(1) 小学生の部  
(2) 中学生の部
- 五 募集作品  
(1) 内容  
障がいのある人と自分との関わりの中で感じたことや、障がいのある人にとつての暮らしやすいまちや福祉について考えていること等を表現した作文とするが、主題については、応募者の任意とする。  
(2) 様式等  
一人一点・四〇〇字詰め原稿用紙（B４判）縦書き四枚以内
- 六 応募方法  
応募者は、応募票（様式１）と作文を各小・中学校に提出する。小・中学校は、応募者名簿（様式２）を作成の上、作文、応募票及び応募者名簿を提出する。
- 七 応募期限  
各学校から障がい福祉課への提出期限 令和七年九月十六日（火）

八 応募先

郡山市 保健福祉部 障がい福祉課

〒九六三―八六〇― 郡山市朝日一丁目二十三番七号

TEL 九二四―二三八一

九 賞

応募者には参加賞を贈呈する。入賞者には記念品を贈呈する。入賞者には賞状を授与する。各部門とも最優秀賞1点、優秀賞3点程度、佳作5点程度とする。副賞として、最優秀賞には図書カード二千円分、優秀賞には一千円分を贈呈する。

十 審査

(1) 審査会

審査会の審査員は、四名とし、以下の者で構成する。

ア 郡山市 障がい福祉課長

イ 郡山市 学校教育推進課長より推薦された指導主事等 二名

ウ 福祉関係者 一名

なお、審査会会長は、障がい福祉課長とする。

(2) 審査基準

優秀作品の選考に当たっては、次の基準により行うものとする。

ア 障がい福祉に対する理解を深める趣旨に合致していること。

イ 誰でも分かりやすいこと。

ウ 豊かな表現力であること。

エ テーマによって必要とする基準については、審査員の協議により設けることができるものとする。

十一 その他

(1) 児童・生徒から小・中学校への提出期限は、各学校が定める。

令和七年度 審査員

福島県公立学校退職校長会 伊藤 幸夫

郡山市手をつなぐ親の会

渡部 麻紀子

福島県公立学校退職校長会 大越 吾都臣

郡山市障がい福祉課長

渡辺 恵一郎

## 作文応募状況

### 【小学生の部】

4 年	5 年	6 年	計
2 8	2 9	2 6	8 3

### 【中学生の部】

1 年	2 年	3 年	計
7 4	6 4	7 9	2 1 7

---

応募総数	3 0 0
------	-------



令和 7 年度  
郡山市おもいやり作文コンクール  
優秀作品集

令和 7 年 1 2 月

■編集／郡山市保健福祉部障がい福祉課

〒963-8601

郡山市朝日一丁目 23 番 7 号

電 話：024-924-2381

F A X：024-933-2290

<http://www.city.koriyama.fukushima.jp>