令和５年度

# 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

■もくじ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
■作品
※公表に同意いただいた作品のみ掲載しています。

【最優秀賞】
理解から始まるおもいやり ―――― 郡山ザベリオ学園中学校 一年 川崎 緑也 ・・・・・・・・ 4

【優秀賞】
わたしのひいおばあちゃん ―――― 郡山市立大島小学校 四年 佐藤 愛梨 ・・・・・・・・ 8
みんなが笑顔に ―――― 郡山市立高瀬小学校 六年 濱津 さくら ・・・・・・ 10
目に見えるものと見えないもの。―――― 郡山市立大成小学校 四年 大竹 穂佳 ・・・・・・・・ 12
健常者と障害者 ―――― 郡山市立富田小学校 五年 平山 竪丸 ・・・・・・・・ 13
障がいのない世界へ ―――― 郡山市立片平中学校 三年 國分 陽葵 ・・・・・・・・ 15
社会に彩を ―――― 郡山市立郡山第五中学校 三年 渡部 心美 ・・・・・・・・ 17
「個性のある生き方」 ―――― 郡山市立富田中学校 一年 伊藤 怜華 ・・・・・・・・ 19
障害ってなに？ ―――― 郡山市立富田中学校 一年 鈴木 葵子 ・・・・・・・・ 21

【佳作】
最近僕が思っていること ―― 郡山市立富田小学校 五年 齊木 龍馬 …… 24
スムーズな移動を目ざして ―― 郡山市立朝日が丘小学校 五年 小島 ゆう愛 …… 25
思いやり作文 ―― 郡山市立朝日が丘小学校 六年 新井 愛叶 …… 26
障がい者の暮らしについて ―― 郡山市立大槻小学校 六年 齋藤 愛香 …… 28
障害者の人も楽しく ―― 郡山市立富田西小学校 四年 飛島 彩羽 …… 29
障害のある方に思いやりを ―― 郡山市立小原田小学校 六年 小澤 杏夏 …… 31
「発達障害」とは何なの ―― 郡山市立緑ケ丘中学校 二年 水野 希愛 …… 32
僕の祖父 ―― 郡山市立緑ケ丘中学校 二年 有我 唯人 …… 34
偏見をなくすために ―― 郡山市立富田中学校 三年 伊藤 和心 …… 36
障がい者差別を減らすため ―― 郡山市立富田中学校 二年 橋本 ゆずか …… 38
障がいについて ―― 郡山市立富田中学校 二年 藤本 拓海 …… 40
障害と向き合う ―― 郡山市立富田中学校 二年 大迫 楓 …… 42
■講評 …… 45
■実施要項 …… 47
■作文応募状況 …… 49

# 【最優秀賞】

# 理解から始まるおもいやり

私には親せきや身近な人達の中に障がいを持った人はおらず、これまで深く考えたことはなかった。そこで今回、この作文に取り組んで、あらためて障がいを持つ人との関わりについて考えてみることにした。

障がいには、杖をついたり、車いすに乗ったりといった「目に見える障がい」と、普段の見た目からはまったく障がいを持っていないように見えていても、小さなことにひどくこだわったり、周囲の人とうまくコミュニケーションをとることができなかったりという発達障がいのように「目に見えない障がい」の二つが存在していると考える。

前者の人々に対する配慮は、公共の多目的トイレ、車いすスロープ、シャンプーの容器など、まちや日常性格のいたるところで見かけることができる。そして私も、その人々に対する配慮は常に心掛けている。

しかし、後者の目に見えない障がいを持つ人々に対してはどうだろう。私は、普段の生活でそれらの人々に何の配慮もしてはいなかった。いや、その方法がわからなかった。

郡山ザベリオ学園中学校　一年　川崎　緑也

私の両親は小学校の教員で、発達に課題を持つ子供たちに深く接していて、発達障がいとはどういうもので、その子どもたちがどのような行動をとるのかなど、よく耳にすることがあった。急に大声をだしたり、ものを投げて暴れたり、自分勝手な行動をとったりと、正直言うと、そんな人たちは自分とはまったく違う、周囲に迷惑ばかりかける人たちで、友だちにはなりたくないと思っていた。

そんな私の気持ちが少し変化した出来事があった。

去年の夏、両親の教え子の息子さんが、家に遊びにきた。四月に入学する年長さんで、ウルトラマンが大好きな男の子だった。

彼のウルトラマンや怪獣に関する知識はとても豊富で、私より詳しいのではないかと思えるほどだった。

次から次にウルトラマンについて話し始め、ひと通り話し終えると満足して私から離れていき、また少し時間をおいて訪れるといったことを何度か繰り返していた。幼稚園の男の子らしい素直で活発な子どもであった印象が残っている。

やがて彼は、名残おしい気持ちを抱えながら泣く泣く帰宅することとなった。もちろん、次回も怪獣で遊ぶと宣言して玄関を出た。

彼が帰宅した後、彼がＡＳＤという発達障がいであり、相手とのコミュニケーションがとりづらかったり、こだわりが強かったりといった傾向があるということを聞いた。

私は彼が障がいをもっているとは知らなかったし、彼が、特別だとも感じなかった。

たしかに、ウルトラマン以外には興味はなさそうであったし、自分勝手に話すだけはなしてぷいと離れていったりということはあったが、幼稚園児なのだからそんなものだろうと思っていた。しかし、もしＡＳＤについて理解していなかったら、次回私は、勝手に話し続ける彼を遠ざけていたかもしれない。

障がいを持つ人々とよい関係性で暮らすということは、まず、障がいそのものを理解することからだと考える。特に目に見えない障がいについては、私が積極的に理解しようとしなければ、コミュニケーションさえ取れずに終わってしまう可能性もある。

「障がい」とはその人の持つ特性なのだと思う。利き手や好みと同じように、どちらかが普通というものではないと思う。お互いの特性をよく理解し合い、相手が心地よく思える行動をとることが重要であり、それが、障がいの有無にかかわらず、よりよい快適な社会の基盤になるものと考えている。お互いに理解するといっても私と相手で同時には難しい。まず自分が先行して理解を進め、そこから、お互い快適なコミュニケーションをとることがおもいやりの第一歩であると考えた。

# 【優秀賞】

# わたしのひいおばあちゃん

郡山市立大島小学校　四年　佐藤　愛梨

「あーあ。あー。」

身ぶり手ぶりをまじえて、わたしに色々と伝えてくる、ひいおばあちゃん。それが、わたしの記おくにしっかりとのこっています。わたしのひいおばあちゃんは耳が聞こえない人でした。話すことも、昔の人なので手話を覚える事も出来なかったので、身ぶり手ぶりでしかコミュニケーションをとることができません。なかなか通じないこともあったけれど、なんとか伝えようと思って、わたしは、身ぶり手ぶりをくり返していました。聞こえない事が分かっていても大きな声で話しかけることもありました。伝えたいことが伝わると、とてもうれしかったことを覚えています。ちょう覚しょうがい者と聞くと、耳が聞こえないからかわいそうな人と思ってしまう時があります。しかし、わたしのひいおばあちゃんは、いつもニコニコしていて、鼻歌を歌いながら一人でおどったりしていて楽しそうにしていました。お花が好きで、一しょに水をあげたりしていた記おくもあります。だから、かわいそうなのではないと思います。全く同じ人間で、少しだけ人とはちがった特ちょうを持っているだけなのだと思います。

よく考えてみると、意外とわたし達の身近なところに手話がありふれています。わたしはチアダンスを習っていました。その時ふりつけにも手話が使われていました。その時、耳の聞こえない人も、このダンスを見て、音楽は楽しいと少しでも感じてもらいたいと思い、リズミカルにえ顔でがんばっておどりました。おどり終わった後、たくさんの人達がえ顔で大きなはく手をしてくれました。耳が聞こえない人がいたか分かりませんが、もし、耳の聞こえない人にも見てもらえて、音楽の楽しさが伝わっていたらうれしいなと思いました。

そのほかにも、テレビのニュースやドラマでも手話を見る機会がありました。そこで、わたしは手話を覚えることで、もっとたくさんの人とコミュニケーションをとることができるのではないかと考えました。それからは、テレビや、本、スマートフォンを使って手話を少しずつ覚えることにしました。手話は右と左を間ちがえると意味が伝わらないことがあると書いてありました。なので、左右を間ちがえないよう

に注意しながらやっています。今では自こしょうかいの名前や年、好きな食べ物などを手話でできるようになりました。

わたしのしょうらいのゆめはじょさんしかかんごしになりたいと考えています。しょうらい、病院で働く時に必ず手話は役に立つと思います。なので今から少しずつでも覚えていけるといいなと思っています。

耳が聞こえないという特ちょうを持つことは少なくとも大へんな思いをする時があると思います。それでもわたしは少しでも、その人とスムーズにコミュニケーションをとって、なかよくなりたいと思います。そして、そんな考えを持つ人が一人、また一人とふえていくことで、たくさんの人がすごしやすい社会になっていくといいなと思いました。

# みんなが笑顔に

郡山市立高瀬小学校　六年　濱津　さくら

同じ学年には、様々な特徴を持った人がいます。足が速い人、勉強が得意な人、背が高い人、おしゃべりが好きな人、本が好きな人など様々です。そんな中で毎日を過ごすのはとても楽しいです。

休み時間にちょっとしたおしゃべりが聞こえてきました。それぞれに面白い事を話題に出してしゃべっていたようなのですが、少し気になる発言がありました。

「障がい者は赤ちゃんじゃん！」

それまで本を読んでいた私は耳を疑いました。それを聞いた周りに集まっていた人達はゲラゲラと笑いました。

どうしてそんなことを言うのでしょうか。赤ちゃんは何かを考えているわけではありません。ただ自分を守る為に必死になって毎日を生きています。

それに対して、障がいのある人はちゃんと自分の意思を持って、他の人にも配慮しながら毎日を生きています。確かに自分が出来ない事は何かにカバーしてもらわなければなりません。目が悪い人なら眼鏡に、足が悪い人なら車椅子にというように。

私はこんなふうに言われる事が無くなるような街になってほしいです。その為には障がいへの理解を広げる事が必要だと考えます。

まず、障がいのある人の生活を知る事が必要です。車椅子だと二センチメートルの段差でも通行に支障が出るそうです。普段何気なく使っている道でも車椅子を使っている人は不便だと感じているのかもしれません。みんなが障がいのある人の立場になってふとした時にこのような事を考えることが出来るようになってほしいです。

次に、公衆トイレなどでもスロープや手すりの設置を進めるべきです。公園などに行ってみると手すりがついているトイレは少なくまた車椅子では通ることの難しいような形のスロープになっている事もあるそうです。このような事を無くす為にも障がいのある人の立場になって設置する事が必要です。

さらに音声案内も目に障がいのある人にトイレなどの場

所を伝えるために必要だと考えます。

　このような事を実践するには、沢山の時間とお金がかかるかもしれません。ですが一人一人が障がいのある人の事を考えて生活すれば、ふとした時になにか障がいのある人のお手伝いが出来ると思います。そんな街になることを願っています。

# 目に見えるものと見えないもの。

郡山市立大成小学校　四年　大竹　穂佳

「障がい者」と言うと車椅子に乗っている人や目が見えなくて盲導犬を連れている人の事を思い浮かべると思います。私もそうです。車椅子の人には道を開けてあげたり、盲導犬を見るとつい触りたくなりますが、盲導犬は、目の見えない人の手伝いをするというお仕事をしているので触らないようにしてます。

でも、目に見える障がいだけでなく見えない障がいもあります。

私のお母さんは見た目は元気ですが見えない障がい者です。難しい病気のため、長く歩く事が出来なかったり、長く立っている事が出来ません。なので、思いやり駐車場に車を置ける利用証、バックにはヘルプマークを付けています。それでもお母さんが思いやり駐車場を利用していると他の人から「元気なのに利用してる」と疑いの目をされています。そんな時、お母さんは

「仕方ないよ。元気に見えちゃうからね。」

と、ちょっとつらそうな顔をしています。私は、どうして見た目で判断するんだろう。障がいは目に見えるものだけではないのに…みんなちゃんと許可を貰って付けているのだから変な目で見てもらいたくないと思いました。

車椅子を利用している人、盲導犬を連れている人も、体の中に障がいを持っている人もただ、ちょっとだけお手伝いが必要なだけです。

私達にできる事、思いやり駐車場に車をとめない。車椅子の人や盲導犬を連れている人を見ても変な目で見ない。困っていたら笑顔で「お手伝いしましょうか？」と声をかける。ヘルプマークの人が電車に乗ってきたら、席をゆずる。ほんの小さな事かもしれないけど、その行動で心があたたかくなり、みんな幸せな気持ちになれると思います。「みんなちがってみんないい」お母さんから教えてもらった、私の好きな言葉です。みんなにも、この言葉を知ってもらい、笑顔あふれる街に、なってほしいです。

# 健常者と障害者

郡山市立富田小学校　五年　平山　竪丸

皆さんは、健常者と障害者のちがいを考えたことはありますか、ぼくは正直ちがいを考えたことがありません。なのでぼくは、そのちがいを考えたくなり調べたいと思いました。

ところが、たくさんあると思っていたちがいが、たった一つしかないということを知りすごくしょうげきを受けました。そのたった一つのちがいは、今ある自分の能力で社会生活に支障があるか、ないかだけだったのです。

そのことを家族にも教えたらおどろいていました。その一つのちがいで、世の中にはたくさんの差別を受けることがあるそうです。その差別とはなにかを調べると、しょく場や学校などでいやがらせやいじめを受けることが一番多く、他にもスポーツ、文化活動、地いき活動に気軽に参加できないなどが書いてありました。このようなことを人権問題とも言うそうです。ぼくの周りでは、差別や人権問題を聞いたり、見たりしたことは特にないのですが、障害のある子どもたちを見ることがあります。ぼくの家の近くに、障害のある子たちが通う学校があります。その子たちが近所をさん歩しているところはよく見かけるのですが、一緒に歩く先生たちと笑って元気に歩いているところや公園で遊んでいるすがたを見ると、障害者とは思えないと思うときやすごく努力しているんだなと思うときがあります。ぼくたちが当り前のようにしていることが、障害のある子にとっては何十倍、何百倍と努力してできること、もしかしたら努力しても結果できずあきらめてしまうこともあるということを考えたら、自分ができていることが他のみんなもできるわけではない、やりたくてもやれない子が世界にはたくさんいるということをわすれないようにしたいと思いました。

次に、今健常者として生活しているぼくたちが、いつ障害者として生活することになるかだれもわからないけど事故や事件にあって自分が障害者になってしまうかもしれない、もしくは相手を障害者にさせてしまうかもしれないということもわすれてはいけないと思いました。ぼくの飼っているペットのセキセイインコも、大きなケガをしてしまい全く飛べなくなってしまいました。ケガをしたときは、もう死んで

しまうのではないかとすごく心配したけれど、生き延びてくれたのでとても安心しました。ケガで障害をおってしまったインコは、もう飛ぶことができないのに、今もずっと飛ぼうとしています。そんなすがたを見ると、小さい体でもがんばっているんだな、すごいなと思っています。ぼくがもし同じ立場だったらあきらめていたかもしれないなと思います。インコには1日でも長く生きていてほしいなと思います。もし家族に障害者がいたとして、できないことがどんどんふえていくばかりだったとしても、ペットと一緒で生きてくれているだけで、うれしいという気持ちになると思います。なので、当り前のことができない人を見かけても、いじめやいやがらせをぜったいにせず思いやりを持って優しい気持ちで見守りたいなと思います。世界のみんながそうなれば、障害者やその家族も、いやな思いをしないで安心して笑顔で過ごせると思います。

　このように、健常者と障害者には、大きなちがいはなく同じように接することが大切であることを学びました。このことを決してわすれず、人にも動物にとっても住みやすい世界が広がることを願います。

# 障がいのない世界へ

郡山市立片平中学校　三年　國分　陽葵

「障がい者差別をしてはいけない。」おそらく誰もが一度は聞いたことがあるフレーズだろう。私も家や学校、多くの場所で教わってきた。世の中には多くの障がいを持つ人がおり、そのような人たちは全て障がい者と呼ばれる。聴覚障害、視覚障害、身体障害。これらの障害もその言葉に分類されてしまう。そのことに対して疑問や不満を抱く人はそう多くないと思う。実際、私も何も思うことなく障がい者という言葉を口にしていた。しかし先日、このことについて考えさせられる出来事があった。

六月半ば、私の学校では授業の一環として聴覚支援学校との交流会が行われた。私は、当日までの期間、聴覚障害について学び、手話を覚え、出前授業の日は少しでも支援学校の様子について知ろうと努力した。しかし私は、それでも一向に気が向かなかった。怖いという思いが強かったのかもしれない。うまく気持ちが分かり合えなかったら、頭が真っ白になり覚えた手話が出てこなかったら、相手が私のことをよく思ってくれなかったら、そう思うと不安でいっぱいだった。今振り返ってみれば、この時私は何も分かっていなかったと思う。実際は、優しく面白くフレンドリーな人ばかりだった。最も驚いたのは、補聴器をつけている生徒がほとんどだということ。その多くが人工内耳というものを利用していた。人工内耳とは手術をし、体内に埋め込む体内装置を磁石で体表面にくっつける対外装置によって大抵の音や言葉を聞くことが可能になるもの。人工内耳によって私たちは話すことができた。そして、心配していた「気持ちの通じ合い」もできていた。そして人が混雑している時や音が響く場所では口元をみて、少しでも私の言葉を理解しようとしてくれた。そう気づいた瞬間、嬉しかった。有難いと思った。それと同時に反省もした。今まで障がい者として接していたこと。みんなの気持ちを悪いように勝手に解釈していたこと。私は知らず知らずの内に差別をしていたのだと知った。

交流会を行い、改めて差別というものを考え直した。世の中は差別や批判をする人で溢れている。一方で差別、批判はダメだと主張する人もいる。もちろん、そのような行為は、

悪いことだと発信するのは大事だと思う。しかしそう思っていても気づかないで差別をしているのではないだろうか。私がそうであったように。差別をするなというその言葉自体が差別なのではないかと思う。一人一人顔が違い、声が違い、得意不得意があるように耳が聞こえない、目が見えない、歩けない、それだけのことなのではないか。どこかが劣っている人は周りに負けない優れている何かをもっているのではないか。みんなも自分の考えを改めて見つめ直してほしい。そして少しでも差別というものがなくなり、誰もが不快な気持ちを抱くことなく暮らせる世界になることを願っている。

# 社会に彩りを

郡山市立郡山第五中学校　三年　渡部　心美

「あの人、障がいじゃね」
「障がい者の人、かわいそー」
この言葉は、普段の生活の中で言ってしまったことがあるのではないだろうか。こういった人は、何気なく発したこの言葉が言われた人にとって、鋭い八重歯のように心を深く鋭く傷つけていることを知っているだろうか。

私は正直、障がい者の人は可哀想だと思っていた。あなたは、障がい者の人を可哀想だと思ったことがあるだろうか。可哀想だと思うことは、必ずしも悪いことではないと思う。しかし、障がい者全員が全員「自分は可哀想だ」と思っているのではないと知っておいてほしい。そして、中には「なんで、私をこんなふうに産んだの」と親に感じている人も多くないと感じている。

私の父は、特別支援学校の教師をしている。私の父は、生徒がどれだけ、楽しく学校を過ごせているか、を考えている。前に、体育の授業でやることを、私と試したことがある。私はこの時、父は、生徒を「特別な人」とは考えていないように思えた。と同時にこの世には、「特別な人」はいないのではないかと感じた。

「障がいは不幸ではなく、不便なだけだ。」という、ヘレン・ケラーの言葉がある。確かに、日常の中でできないことがあるということは不便だけれど、それが不幸であるとは限らない。不幸であるかどうかを決めつけるのはおかしい。

実際、私が知っている障がいを持っている人は、みんなユニークで幸せそうだ。東京パラリンピックで活躍していた選手の皆さんは、いろんな「特徴」を持っている人が居るんだよと訴えかけているように感じる。世界を作るのは、いつでも私たち人間なのだ。

また、できないことが可哀想、障がい者で不幸だから助ける、というのはおかしいと思う。障がいがあるとかないとか関係なく、困っていたら声をかけ、助けるということが、みんなが暮らしやすい社会になるのではないか。声をかけ、助けるということは、とても勇気が必要だ。いろんな障がいを持つ人がいるので、声をかけることすら怖いと感じる人もい

るかもしれない。人は、知らないものに接する時に怖いと感じるものだ。障がいを持つ人を怖いと思い、避けてしまうのは、知らないからだと思う。そうであるなら、知ることにしよう。いろんな障がいがあることを知って、それがその人の「特徴」だと理解することで、恐怖や戸惑いもなくなると思う。多様性を知り、認め合うことが大事だと思う。そんな人が増えることで、どんな人でも社会がより暮らしやすくなるのではないか。

そんな社会を作るためには、インクルーシブな環境が必要だ。障がいのある人もない人も、そして性別、人種など同じ人間であっても一人一人、全員が違う。その違いを認め、尊重し、相手の良いところを見つけることが大切だと思う。様々な人が一緒に勉強したり、生活したりできる環境を作ることで、世界はよりカラフルで豊かな社会になるのだ。

# 「個性のある生き方」

郡山市立富田中学校　三年　伊藤　怜華

私の弟達は、自閉スペクトラム症という障がいがあります。見た目では分かりづらいですが、人とのコミュニケーションが苦手、物事に強いこだわりがあるといった特徴をもつ発達障がいの一つです。

小学三年生の弟は現在、支援級に通っています。一歳の頃は、名前を呼ぶと返事をしたり、振り向いたりしたのに、大きくなるにつれて、呼んでも反応が無くなったと母から聞きました。その他にも、言葉が全く出なかったり、公園に行くと周りの子が遊具で遊んでいる中、ずっと隅の方で砂をパラパラと落としていたそうです。違和感があったので、発達検査を受けてみると発達が遅れている事が分かりました。同時に知的障がいの診断も受けました。

小学二年生の弟は支援学校に通っています。砂や水などの感覚遊びが大好きなのはもちろん、高い所に常に登っていました。上の弟よりも、言葉を話したり理解をするのが難しく、強い偏食もあります。今は少しずつですが、食べられる物が増えてきていますが、からあげ・ラーメン・目玉焼きの乗ったご飯しか食べられませんでした。

二人とも手先が不器用なので、療育センターで作業療法を受けていました。大・小様々な大きさのビーズをひもに通したり、ブロックの型はめや、輪ゴムを指で伸ばして棒にかける練習をしていました。そのおかげでちょう結びが出来たり、はしが使えるようになりました。

言語については、今でも病院で言語療法を受けています。文字を書く練習をしたり、助詞の使い方を学んだり、表情から気持ちを読み取ったりする練習をしています。会話が出来なかった弟達と言葉でコミュニケーションが取れる事が増え、うれしく思っています。

苦手な事は多いですが、得意な事もあります。ゲームのルールを理解してプレイしたり、アニメのシーンを記憶し、セリフを話したりしていつも驚かされています。周りより成長するスピードはゆっくりですが、日々出来る事が増えていっています。

障がいがあることは恥ずかしい事ではありません。一人一

人出来る事、出来ない事、得意な事、不得意な事は違います。障がいも一つの個性だと私は思います。自分の個性を受け入れ、良い所を伸ばす事が大切です。

世の中には、様々な障がいを持っている人が生活しています。目が見えない人、耳が聞こえない人、身体の不自由な人、弟達の様に知的障がいのある人、本当にたくさんの個性があります。人々がお互いに支え合い、住みやすい社会を作っていけると良いと思います。

そのためには、偏見を無くし、それぞれの個性を認め合い、尊重し合うことが必要です。

私はまず、身近に居る弟達のサポートが出来る様にしたいです。この先、他の人と上手くコミュニケーションが取れずに困る場面があったりした時は、気持ちを伝える手伝いをしてあげたいです。そして、街中で困っている人や障がいのある人を見かけた時は、そっと手を差しのべられる様になりたいです。

一人一人の優しさがあふれる社会が、皆が生きやすい環境につながっていくと信じています。

すべての人の個性がある生き方が認められ、偏見・批判の無い社会になりますように。

# 障害ってなに？

障害って一言で言っても色々な種類があります。目が見えない、耳が聞こえない、手足が不自由、心臓が弱い、肝臓が弱いなど本当に色々で不自由なことを補って生活していて、補う手段として、道具や人、環境を変えるなどそれも色々だと思います。

親戚のおばさんは、最近膝が痛くて、膝の手術をしました。今までは、元気に畑仕事やお惣菜を作る仕事をしていましたが、膝の手術をしてからは、杖なしでは歩けない、高い浴槽には一人で入れない、茶の間に座ってお茶を飲むのも一苦労だったそうです。今は、お風呂はユニットバスに変え、一人でお風呂に入り、正座が大変なので、ソファーを置いて、そこで親戚の皆さんとお茶のみをしています。お仕事はできなくなったけど、今は通所リハビリに週に2回通い、元気にまた歩けるように、畑仕事ができるように頑張ることを生き甲斐としているそうです。できないことがあっても、何かで補うことで、またできるようになると思います。また違った楽しみを見つけながら生きていくという考えは、私達、健康な人と変わらない生活なんだと思いました。

郡山市立富田中学校　一年　鈴木　葵子

障害者のための福祉サービスはどのようなものが行われているかネットで調べると、たくさんの取り組みがあります。例えば、雇用の機会を提供する、交流の機会を提供する、物的、人的資源の提供などがあると書いてありました。まだＳＤＧｓの取り組みにも障害者との関係性が書いてありました。「誰一人残さない」をスローガンに、全ての人が適切な予防、治療、リハビリなどの保健医療サービスを支払い可能な費用で受けれる状態のこと。また大学では障害者の入学受け入れの体制があることなどがあるそうです。

私達の住む街にはどのような取り組みが必要なのか、障害者にとってどのような街が住みやすいか考えた結果、障害の有無に関わらず、性別、年齢など様々な人がいるのでその全ての人がお互いの人権や尊厳を大切にし、支えあう社会にすることが大事だと思います。社会には色々な障壁となる事があると思います。例えば、車椅子の方にとっては少しの段差も大変で、自動販売機など高いものを取るのも大変です。そんな時、「お手伝いしましょうか？」と声をかけることができるのだろうか？一人一人が社会にあるバリアから生じる困り

ごとに気づき、どうすればなくせるのか一緒に考え、工夫することが大切だと思いました。

そして、今の自分にできることは何か考えてみました。幼稚園の頃に、近くの老人ホームに慰問に出かけたことがありました。また過去に吹奏楽部で慰問活動をしたという話を聞いたことがありました。コロナが五類に変わったことで、また慰問活動が再開できればこの活動を通して、障害者や高齢者との繋がりを持ち何ができるのかを考える機会を作れると思いました。

私の母は病院でリハビリの仕事をしています。怪我や病気などで身体に障害のある人や障害が予測される人に対して、自立した日常生活が送れるように支援するリハビリの専門職です。母が言うには、障害に立ち向かうのは最終的には障害を持った本人であり、そこには本人の考えや判断が大事になってくるそうです。単に、不自由のない生活を与えるのではなく、障害を持った人、介助する人が心を通わせ、生活を支えていく考えが大事になってくると言っていました。

この作文を書くにあたって、障害者について、調べたり、聞いたりすることで、一部ですが、よく知ることができました。これを機に思いやりのある行動をしていきたいと思いました。

# 【佳作】

# 最近僕が思っていること

郡山市立富田小学校　五年　齊木　龍馬

僕は発達障害を持っています。

発達障害は脳の特性の問題なので外見からはわかりづらいです。

今回の夏休み、僕は沖縄旅行に行きました。その途中で、誰かの手助けや理解が必要だと感じることが時々ありました。

だけど僕はヘルプマークをつけていません。

かっこ悪いからとか、障害者だと思われたくないとか、そういった気持ちから、ヘルプマークをつけていないわけじゃないです。

実は「ヘルプマークをつけていたら、周囲の人から避けられたり、嫌がらせを受けたりすることがある」と知っているからなのです。

人は、それぞれみんな各々の価値観や考え方があり、性格、個性があります。

誰だって誰かに迷惑をかけてしまうことはあると思います。

だけど障害がある人は、なぜかそれだけでもう迷惑な存在だから、嫌がらせをしたり、舌打ちをしてもいいと思う人も、いたりするのです。

もちろん心優しい人は、たくさんいます。

だけど自分から怖い想いや、傷つけられるようなことを招いてしまう可能性があると思うと、僕はヘルプマークをつけるとしつこく付きまとわれる気がします。

ヘルプマークをつけている人が、何もがんばる気がないだなんてことはないと思います。

自分でできることは、努力するけれど、どうしてもむずかしいことや、一人では無理のあることだけでも、どうか手をかしてほしいですと、そんな気持ちでつけている障害者の人だっていっぱいいます。

ヘルプマークをつけるのに勇気がいることは、もしかしたらちょっとおかしいのではないかなと、感じたのでこのことを作文に書きました。

いつか安心してヘルプマークをみんながつけられる日が来るといいです。

# スムーズな移動を目ざして

郡山市立朝日が丘小学校　五年　小島　ゆう愛

　私は、夏休み中に関東方面に旅行に行きました。一週間ほど電車で移動の生活をしました。その時、気がついた事がありました。

　長期たいざいのため、荷物が多くなりました。もう五年生なので自分用の小さいスーツケースを持っていく事にしました。各駅でエスカレータを使えた時は、楽でしたがかいだんののぼりおりが必要な場所は、とても苦つうでした。今は、元気だから大じょうぶだけど、体調が良くない時は、もっと大変だと思いました。その時、足が弱い方などは、もっと大変だから、どうしているのだろうと思いました。小さなぎもんをいだきました。

　たいざい中、各駅を周って、キャラクターのスタンプラリーに参加しました。地下鉄をおりて、スタンプ台をさがしました。何度もかいだんののぼりおりをして、やっと目的地につきました。その時、車イスの方が駅員二人の方に手伝われていました。何か機械を使って、かいだんをのぼる移動を助けていました。大変だなと思いました。そこで、車イスの方は、電車を使っている時は、どうしているんだろうと思いました。さらにぎもんを持ちました。

　そして、私は、夜ネットで調べました。車イス、電車と検さくしたところ、東京メトロのホームページにたどりつきました。そこには、安心への取りくみが書いてありました。バリアフリー便利帳のそんざいを知りました。その他にもだん差、すきましゅく小の整び状きょうもわかりました。工夫されているため、しょう害のある方について考えられているんだなとわかり、少しほっとしました。でも、もっと自由にスムーズに移動ができればいいなと思いました。

　日常生活で私は、徒歩か車の移動なので、この様な状きょうを考えた事はなかったです。バリアフリー化がもっと進めばいいなと思いました。これから私は、しょう害を持つ方の視点で物を考える事も大切にしなくてはいけないと思いました。だれにとってもやさしい街になってほしいです。

# 思いやり作文

郡山市立朝日が丘小学校　六年　新井　愛叶

私がこの思いやり作文を書こうと思った理由は、お母さんがそのような障害者施設や老人施設で働いているから小さい頃から何度もお母さんの会社に行っていて関わらせてもらっていたからです。

まず、私はお母さんの会社には会社のイベントで毎年夏祭りをやっていて地域の人や利用者の家族も参加できていたので行っていました。イベントなので夏まつりかざりもしてあったし、たくさんの写真など利用者さんたちと作ったと言っていた物がたくさんありました。スイカ割りをしたり、一緒にダンスしたりクイズをしたりしました。車イスに乗ったおじいちゃん、おばあちゃんも

「やりたい。」

「やった事ないから見せて。」

など、お話ししていました。おじいちゃんたちもスイカ割りをしてましたが、あぶなくないように、やわらかい棒だったり、目かくしもしないと言っていて、危険な事もあるんだなと思ってみていたら、

「やってみな。」

と、お母さんの会社の人に言われて、私もスイカ割りに参加しました。でも、私は目かくしをしてやりました。たくさんのおじいちゃんやおばあちゃんのまえでやるのはきんちょうしたけど

「がんばれ。」

「あんなちいさい子でやってんだ。おれもやるか。」

と、応援してくれる人もいてうれしかったです。そのあとにスイカを一緒に食べたら、小さく切ったスイカやそのままかぶりつく人と色々いて食べやすいように種をとったりしていたのを見て大変だけど、おじいちゃんたちは食べやすくていいな。と思いました。あとは家族や会社の人が食べさせてあげてる人もいました。自分で動ける人、つえで歩く人、車

イスの人、目の見えない人、耳の遠い人といました。何回も「何？」と、聞き返す人もいたけど会社の人はみんなイヤな顔をしないで、大きな声でゆっくりと話したり、紙に大きく字を書いて分かりやすく伝えていました。目の見えない人にも、手にわたして物をさわってもらったり伝えたりしてお話ししていました。大変な仕事と聞くけれど、おじいちゃんたちはきっと助かってるんだろうなと思いました。平日に、お母さんが仕事終わらなくてとかで行ったりした時は、一緒にぬりえをしたりお話ししたり、リハビリといってボール遊びをしたりもしました。散歩もリハビリだと言っていて、びっくりしました。

施設内は段差もないし、手すりがあったし、トイレも車イスが入れるようにと広かったです。手すりもトイレは横だけではなく立ちやすいようにと前にもつかまり棒がありました。障害者でも、おじいちゃんおばあちゃんでも楽しめる施設があると安心して生活できるし、こういう場所がたくさんできるといいなと思いました。みんなに優しい町作りもしていけたらいいなと思いました。私もこの先このような仕事をするかは分からないけれど困っている人には手をさしのべられるようになりたいです。

# 障がい者の暮らしについて

郡山市立大槻小学校　六年　齋藤　愛香

　私は、障がい者の暮らしをテーマに障がい者の暮らしには、どんな、負担を抱えているのか感じたことがあります。私の家族の中には、目の不自由な人がいます。視野が狭く見える範囲が小さいので、下が見えにくいです。外出の時には、段差があり、つまづきそうになったり、駐車場の、通行禁止の場所に三角コーンがあり、見えなくて入りそうになってしまったこともあります。段差がある所は、声を掛けないと転んでしまうので、声を掛けるように心がけています。薄暗い所も見えづらいので、隣に歩きながら、声を掛けています。また、植木鉢や柱にもぶつかりそうになってしまいます。私たちが当たり前のように見える事が目の不自由な人には、見えないので、相手の立場になって考えながら助けることが大切だと思います。

　まったく目の見えない人も、見たことがあります。白杖を持ち、地面を頼りにしながら、歩いているのを見ました。そこには、点字ブロックが無かったのですが歩いていました。凄いなと思いました。でも、点字ブロックが無いと歩きづらい人もいるのではないかと思いました。私の家の周りや道などに、点字ブロックが無い所が沢山あります。もう少しあると良いと思います。また、段差を少しでも無くすと目の不自由な人は、歩きやすいと思います。

　目の不自由な人は、白杖を持っていないと目が不自由だと気付かれない場合が多いと思います。白杖を持って周りに目が不自由だと分かってもらえる為にも、白杖は目の不自由な人にとって、大切な物だと思います。

　目の不自由な人は耳は聞こえるので、私達が出来る事は、声で知らせてあげる事で周りの状況を分かりやすく伝え、少しでも歩きやすくしてあげる事だと思います。

私は、これからも、障がいがあるに関わらず相手の立場となって行動したいと思っています。障がいのある人が何か困っている時は、何か手助け出来ることがあればやりたいと思います。

# 障害者の人も楽しく

郡山市立富田西小学校　四年　飛島　彩羽

　私は、車いすで生活しているおばあちゃんを見て、感じたこと、考えたことがあります。

　私はよく、おじいちゃんとおばあちゃん、姉といっしょに、お買い物をすることがあります。二階に行くときは、エレベーターに乗ります。中で、バリアフリーになっているのをよく見かけます。例えば、車いすの人や子どもがとどくように、低い位置にボタンがあるエレベーターや手すり、かがみ、発音ボタン、点字ボタンのあるエレベーターなどと、障害者だけではなく、私達も役に立っていると思います。また、出入口の所には、私達が通る段差のとなりに、障害者の人が通るスロープがありました。車いすをおすときには、そのスロープを通ります。段差がないので、とてもべんりです。

　車いす生活をしているおばあちゃんには、できないことがあるのが、おばあちゃんの言葉から、より分かりました。ホテルを予約するときに、

「車いすが入れる部屋があるかなぁ？」

と言いました。その言葉に、私はおどろきました。私は、おじいちゃん、おばあちゃんといっしょにホテルに行ったことがなかったので、『車いすが入れる部屋』というのは、考えたことがありませんでした。ようやく見つかりましたが、十ケ所聞いたうち、車いすが入れる部屋は、二ケ所でした。障害者の人も楽しめるように、バリアフリーの部屋をふやしてほしいです。

　お買い物に行くときに、

「一人で行くのはこわい」

と言っていました。私は車いす生活はしていないけれど、なんとなくおばあちゃんの気持ちが分かるような気がしました。

　私は、障害者の気持ちになって、考えてみました。例えば、歩道にある、黄色のブロックです。目の見えない人にとって、大事なブロックだと思います。

　他に、お店の駐車場です。お買い物に行くときに、車いすのマークの駐車場を見つけます。その駐車場に、障害者の人の車が駐車します。この駐車場は、お店に近いので、安全だ

と思いました。
　さらに、多目的トイレです。障害者の他に、高れい者も入ることができます。手すりがついているので、べんりだと思います。
　私は自動の車いすで、車が急に来たときに止まったり、きけんを感知して、かいひできる車いすがあるといいと思います。そうすると、車いすに乗っている人は、安心して外に出かけられると思います。そうすることで、かいごの人の苦労も少しへると思います。さらに、ＡＩのロボットと一体化された車いすがあると、よりべんりになると思います。ロボットが重い荷物を持ったり、行きたい場所に時間通りに連れて行ってもらえたり、さらに会話ができたら、もっともっとべんりになると思います。
　まだまだ、障害者の方々が安心して生活するために、やれることはいっぱいあると思います。皆で楽しく生活できる世の中にしたいです。

# 障害のある方に思いやりを

郡山市立小原田小学校　六年　小澤　杏夏

私は、身の回りに障がいのある方がいないのであまり障がいのある方のことを考えたことはありませんでした。なので日常生活でどのように困っているか、分かりませんでした。

ある時、お母さんと買い物をしていた時に点字ブロックの上を歩いていた男の人を駐車場で見ました。その人は、つえを使って歩いていました。点字ブロックの上にとめられていた自転車につえが当たって道がふさがれて通れず、困っているようでした。それを見て私はあたふたしましたが、まわりの大人が

「大丈夫ですか」

と、自転車をどかしていました。このことを見てから次、私が出会った人のように困っていたら、助けてあげたいなと思いました。

障がい者というのは目が見えない人、手、足が不自由な人だけではなく、見ただけで障がいがあると分からない人もいるのだと思います。耳が聞こえない人は、話をしてみないと、障がいがあると分からないかもしれません。また、心の病気など、見ただけでは分からない障がいのある方もいると思います。

もし、障がいのある方をバスで見かけたらせきをゆずる、駐車場で見かけたら通りやすくするなど、自分にできることを考え行動してみようと思いました。

また、ふだんから困っている人を見かけたら、勇気を出して「大丈夫ですか」と声をかけたいと思います。

# 「発達障害」とはなんなのか

郡山市立緑ヶ丘中学校　二年　水野　希愛

あなたは、「発達障害」を知っていますか。発達障害とは、生まれつきの脳機能の偏りによる障害のことです。代表的なのは、自閉症スペクトラム障害（ＡＳＤ）、注意欠陥、多動性障害（ＡＤＨＤ）、学習障害（ＬＤ）、などがあります。発達障害は外見からは分かりにくいので、意外な人が発達障害だという事も少なくありません。発達障害の方には、手助けや配慮が必要不可欠です。私の友達に発達障害を持ったＡさんという子がいます。その子は、人とのコミュニケーションが苦手です。学習旅行の時にある出来事がおこりました。学習旅行は、班になってその班のメンバーで予定を立ててから学習旅行当日の日に、みんなで協力してその予定の通りに進めていくというものでした。私の班は、学年では一番多い人数の七人で、その中にはＡさんもいました。最初の方は、班の全員で話し合いをしながら予定を立てていたのですがだんだん班の人達は、Ａさんと話さなくなっていきました。彼らは、

「Ａさんは、質問してもすぐ答えないし、会話も続かないから。」

と言っていました。私は、この出来事以来、Ａさんが発達障害を持っていることそして、発達障害の事について学校の人に理解してもらう必要があると考えるようになりました。私は、この二つの事を理解してもらうために、二つの方法を思い付きました。一つ目は、発達障害について説明する場を設けることです。学校の生徒の中には、発達障害について全く知らないという人もいるかもしれないので、特別支援学級の先生などから発達障害について説明してもらう事はすごく大切なことだと思います。しかし、発達障害は外から見えにくい障害なので理解できないという人もいるかもしれません。その場合は、説明と共に発達障害についてのビデオを見させると理解しやすくなると思います。二つ目は、総合の時間などに図書館に行って発達障害についての本を読んだり、タブレットで発達障害について調べたりすることです。これは、すぐにできる事なので実現性が高いと思います。それが終わった後で、本やタブレットで見て発達障害について分か

ったことや、感じた事などをレポートにまとめることも発達障害についての理解を、もっと深めることができるので効果的だと思います。

現在発達障害者は、ものすごく増えていて調べたところあるデータでは、この十五年で十倍以上に発達障害と診断される人が増えているそうです。また、発達障害の可能性がある人もたくさんいて、小・中学校の通常学級に八・八パーセント、三十五人学級ではその中に三人の割合で発達障害の可能性がある人がいる事が、文部科学省の調査で分かったそうです。この事から、発達障害についての理解はとても必要だと思います。そして、ただ知っているのではなく、その事を知らない人に教えてあげる事も大事だと思います。あなたも、発達障害についてきちんと理解し、自分はその人たちに何ができるのか一緒に考えていきませんか。

# 僕の祖父

郡山市立緑ヶ丘中学校　二年　有我　唯人

　僕の祖父は、足が不自由な肢体障がい者です。外では車いすに乗り、家の中では歩行器を使って歩いています。手を使うことは出来ますが、力が入らないので、字を上手に書くことや手先を使う細かい作業が上手く出来ません。

　この作文を書くにあたり、祖父に話を聞きました。

「普段の生活で困っていることある？」

と聞くと、

「全部かな～。」

と笑いながら言っていた祖父ですが、話を聞くと、大変な事がたくさんあることに改めて気付きました。特に僕が考えさせられたのは、

「何をするにも助けが必要なのが辛い。」

という祖父の言葉です。

　祖父の家は、完全なバリアフリーではありません。椅子やベッドは介護用ですが、お風呂やトイレは、手すりは増やしてありますが、それ以上のことはなかなか難しいそうです。祖父は最近、家の中で転倒してしまうことが増えました。足が不自由なので、一人で起きあがることが出来ません。電話があるところまで移動出来る時は、床をはって祖母に連絡するそうです。そこから母に連絡がいき、祖父の家に駆けつけます。ですが、電話まで行けない時は、祖母が仕事から帰宅するまで転んだままの状態でいるそうです。それを聞いた時、とても怖くなりました。この暑い中、エアコンが無い部屋で倒れてしまったら、熱中症になってしまいます。打ちどころが悪かったら、命を落としてしまうかもしれません。祖母も母も、毎日そんな不安を抱きながら過ごしていることを、僕は初めて知りました。

　どうしたら、祖父も祖母も安心して過ごすことが出来るのでしょうか。調べてみると、留守の時に見守るカメラがあることを知りました。携帯から、設置してあるカメラで家の中の様子が見られる物です。万が一、何かあったとしても、これならすぐに気付くことが出来ます。また、祖父は週に二回、リハビリの為にデイサービスに通っています。転倒を防ぐ為にも、「今より悪くしないこと」が大事だそうです。

夏休み中、リハビリから帰ってきた祖父に会うことが出来ましたが、表情が生き生きとしていて、

「よく来たね～。」

と言ってくれる声も、いつもより元気な気がしました。

調べていく中で、「ＷｈｅｅＬｏｇ！」という、バリアフリーマップがあることも知りました。利用者が車椅子で通った道をマップ上で共有でき、利用できる施設や設備をみんなで共有出来るアプリです。祖母は、祖父と病院に行く時や出掛ける時は必ず、バリアフリーかどうか、多目的トイレはあるかどうかを調べてから行くそうです。体に負担がかからないようにする為に、目的地まであまり時間がかからないことも大事だと言っていました。僕があまり気にならない所まで、祖母は、気にかけているのだと思い、今度から僕も意識してみようと思いました。郡山市では、まだこのアプリが導入されていないので、たくさんの人が関心をもち、近い将来、導入して欲しいです。そして、車椅子でも安心して出掛けられる道や場所が、もっと増えるといいと思います。

今の僕にできることは、祖父に会いに行き、学校のこと部活のこと等、話をすることです。そして、祖父が教えてくれるたくさんの話を聞くことです。僕に出来ることはまだこれくらいですが、いつか祖父や祖母の役に立てるよう、今出来ることを精一杯頑張りたいです。

# 偏見をなくすために

郡山市立富田中学校　三年　伊東　和心

あなたは「トゥレット症候群」という障害を知っていますか。トゥレット症候群とは、運動チックと音声チックを併発し、一年以上継続した場合に診断される病気だそうです。そもそも、「チック」とは何でしょう。チックとは、自分の意思とは関係なく、突発的に体の一部の速い動きや発声を繰り返してしまう状態のことです。例えば運動チックだと、まばたきをしたり、肩をすくめたりなどがあり、音声チックには、咳払いや怒鳴り声をあげるなどがあります。

私がこの病気を初めて知ったのは、少し前にニュース番組で特集が組まれているのを見たときです。その症状が出ている様子を実際にみたとき、正直なところ私は、驚いたのと同時に、少し怖いなとも思ってしまいました。ですが、トゥレット症候群当事者や、その家族の苦悩をきき、胸が苦しくなったのですが、もっと知りたいという興味も沸いてきました。

実際に調べて見ると、いろいろなことが分かりました。一つ目は、多くの場合幼少期に発症し、十八歳をこえると症状が治まることがあるが、その限りではないこと。二つ目は症状も、その重さも千差万別であること。三つ目は、現在は発達障害の一種として分類されているものの、発症の原因は明らかになっておらず、明確な治療法も存在しないということです。私は二つ目の、症状の個人差が大きいことをとても強く実感しました。それは、この作文書くにあたっていろいろな方の動画を見たのですが、そのどれもが全然違うと言っても過言ではないほどの違いがありました。また、トゥレット症候群はチック以外の病気も併発しやすいらしく、その併発してしまう病気も人によって違うため、さらに理解が難しくなってしまっているのではないかと思いました。

私がさまざまな資料や動画を見て一番気になったところは、周りの理解がなかなか得られない現状についてです。トゥレット症候群は、一見しただけではもっているかどうかは分かりません。そのため、急に大声を出したり、体をびくつかせたりすると、周囲の人は「頭のおかしい人」というような目で見たり、席を移動したりするそうです。そのなかでも特に誤解されやすいもので、「汚言症」という症状がありま

す。汚言症とは、卑猥な言葉や罵倒するような言葉を自分の意思とは関係なく口に出してしまう、音声チックの一つです。これは意味のある言葉にとらえられやすく、なかなか理解が得られません。トゥレット症候群の当事者は、体が勝手に動いてしまうために仕事を制限されてしまったり、周囲の人に迷惑をかけないためにと、公共交通機関が使いにくかったり、飲食店や映画館などの利用をひかえたりなどをしているそうです。私は、そんなことがあってはならないと思います。たとえどんな障害をもっていようとも、それを理由にやりたいことが制限されてはいけません。

私は、どうすればそれらを解消できるのかを考えました。まず、当事者インタビューを見て気づいたことがあります。それは、ほとんどの人が共通して「優しい無視」をしてほしということです。発症してしまった人を見て、おかしな人だと冷たく無視するのではなく、もしかして、と考えて優しく無視をしてほしい。それを実現させるためには、やはり、トゥレット症候群やチック症の知名度をあげる他ないと思います。私もニュースを見るまでは、このような病気の存在を知りませんでした。世の中にはそんな人がたくさんいるはずです。私にはまだできることは少ないですが、少しでも広まってくれればと思い、この作文を書きました。さまざまな病気や障害による壁がなくなる日がくることを願っています。

# 障がい者差別を減らすために

郡山市立富田中学校　二年　橋本　ゆずか

私の父は、脳梗塞という病気にかかり、体の左半分が麻痺しています。車いすでの生活で、最初のうちは一緒に外で行動するのをためらっていました。

しかし、前に父の実家へ一緒に行ったとき、近所に住んでいる方が車いすに乗らせるのを手伝ってくださったり、母と私がいないときに世話をみてくださったり、障がい者である父に差別や偏見などを持たずに接していて、自分の考えを改めました。

今までは、父に対して、「障がい者だから一緒にいるところを見せたくない」という気持ちがどこかにあったのだと思います。改めて考えてみると、自分は無意識に父のことを差別していたことに気付きました。

小学生のとき、父と大げんかをしてしまい、その時に私は「お父さんがこんな病気なんかにかかるから悪いんだ！」と言ってしまったことがあり、今思い返してみると、とても差別的な発言をしてしまったし、父もとても傷ついたと思います。このように差別しているつもりがなくても「障がい者だから～だろう。」と無意識に決めつけてしまっていることもあると思います。

実際に、職場・学校などで嫌がらせやいじめを受けたり、避けられたり、差別的な言葉を言われたりなど、障がい者差別による問題は多数あり、完全に解決はしていません。私の父は幸い問題になるほどの差別は受けていないらしいですが、完全に差別を受けていないわけではありません。

人間は、そもそも差別する生き物であるため、障がい者への差別をゼロにすることは難しいかもしれません。しかし、障がい者の方を理解しようと努力することはできると思います。差別意識が強い人は、相手への理解があまり足りていないため、差別をしてしまうのだと思います。

障がい者への差別を減らすためには、基本的なことかもしれませんが、障がい者の方に対しての理解を深めることが大切だと私は思います。障がい者についてインターネットで調べてみたり、障がい者の方に直接話を聞いたりなどで障がい者についての理解を深め、少しでも差別や偏見が減ればいいなと思います。

障害者の方が過ごしやすくするためには、差別を減らすだけではなく、障がい者への心づかいも必要になります。例えば、点字ブロックの上に障害物を置かない、危険を感じたり、困っていたりしたら声をかけてみる、など、細かい気づかいも大事なのかな

と思います。

これからの学習で福祉を習うと思うので、障がい者についてなどしっかり学んでいきたいです。また、学んだことを生活に生かしていけるよう頑張りたいと思います。

これからの社会は、あまり差別をせず、お互いに気づかうことができ、障害を持つ人も一般の人も互いに暮らしやすい社会になっていけたらいいなと思いました。

今の社会もだんだんと暮らしやすくなってきてはいますが、実際はまだ障がい者への差別・偏見は無くなってはおらず、障がい者への気づかいが不十分な人もゼロではありません。

誰もが暮らしやすい社会への取り組みがもっと進み、暮らしやすい社会になっていって欲しいです。

# 障がいについて

郡山市立富田中学校　二年　藤本　拓海

　皆さんは障がいをどう思いますか？
僕は元々、吃音症という百人に一人がなると言われる障がいを抱えていました。
吃音症というのは言葉が上手く出ないことです。その他にも言葉が連続して出てしまうことです。例えば「今日遊ぼう。」と言おうとすると「きょ、きょ、きょう、あ・そぼう。」という言い方になってしまいます。その他にも吃音症の障がいは色々あります。
僕は吃音症を小学二年生の時に発生しました。低学年の頃はそれほど気にしていませんでした。けれどだんだんと四年生くらいになっていくうちに気にし始めました。その時はもう学校に行く気になれませんでした。
その事に気づいたお母さんが僕を病院に連れて行ってくれました。その後、言葉のリハビリを行うようになりました。僕のリハビリを担当していた先生も吃音症の人でした。リハビリの先生は本当に吃音症なのかと思うほど言葉がスラスラでした。僕は言葉が出なくなったり、連続して出てしまう事を「どもり」と言っていました。
　実際リハビリは簡単そうに見えて、めちゃくちゃ難しかったです。文章を読むリハビリがあり、言葉が出ない時は太ももを何回もたたきながらリズムを取って読むので精一杯でした。
　リハビリを半年から一年ほど続けました。その結果五年生になる時には、ほとんどと言っていいほど、どもりが無くなっていました。本当に先生には感謝しかありません。
　どもりがあった時は会話することを拒んでいました。けれど今は、自分からあまり話した事が無い人達と話しました。昔は日直の時も緊張していましたが、今は日直の時も緊張していなく話せていました。今も絶対どもんないという訳ではないのですが、どもっていても友達はそんなの関係なく僕と接してくれています。本当にいい人ばかりです。
　そして僕が怖いと思うのは「いじめ」です。障がい者じゃない人が障がい者の人に嫌がらせなどをすることです。いじめる事でいじめられた人の心が病み、最悪の場合、亡くなってしまうのが最悪のパターンです。障がい者だからいじめるのはあってはいけないことです。僕も吃音症が激しかった頃はいじめとはなりませんでしたが少しからかわれていました。それはもう凄く悔しかったです。

「なんで僕がこんな障がいにならなきゃいけないんだ。」と思いました。きっと障がい者の方々も僕と同じ気持ちがあったはずです。なのでいじめは絶対あってはいけない事だと強く思います。

障がい者の方々との関わりでは、小学生の頃、支援学校の子達と触れ合う機会があり遊んだけれど、部類の違う障がいどうしでもすごく楽しめました。

その他にも僕が興味を持ったのは吃音症の人たちがやっているカフェです。同じ障がいの人たちがお店をやっていると、とっても勇気がもらえます。将来僕もいつかそのカフェに行って、お店の人たちと語り合いたいと思います。

最後に僕が思うことは障がいを持っている人も、持っていない人も同じ立場で接すると、いじめなどがなくなったり、世界が平等な世界になると思います。

最初に僕は、皆さんは障がいをどう思いますか？と尋ねましたが、僕はこう思います。障がいは不幸などではなく、目の前の障がいと戦うことで自分が強くなったと思うことで、これからの人生をもっと自信につき進めると思います。実際、僕も障がいと一緒に生活してきて、自分が強くなったと思います。

障がいと共に、これからの人生も自信に満ちて生活してきます。

# 障害と向き合う

郡山市立富田中学校　二年　大迫　楓

「障害」とは何だろう。「障害」を持つことの重みってどれほどなのだろうか。そこから生まれるおもいやりはどんなものか。私は今までテレビや教科書で“障害者にとって住みやすい町づくりを”などというものを何度も見て何度も「私もおもいやりの心を持って接しよう」と思ってきた。でも、ふと「おもいやりに対する心」とは何だろう、と思った。私は何気なく障害者をおもいやろうと感じてきたが、自分はおもいやりを理解しているのかとその時疑問に思った。そこで、私は障害者について正しく知り、正しい障害者に対する思いやりを持って行動していきたいと考えた。

私の周りには障害者がいない。テレビのニュースで見たことはあっても、実際に障害者がどんな思いで過ごしているのかは想像ができない。まず私は障害について知ることにした。障害について詳しくは知っていないが、以前、小学校の国語の授業の時に、障害について作文を書いたことがあった。私はそこで「自閉症」について本などで調べた。自閉症は対人関係が苦手・強いこだわりといった特徴を持つ発達障害の一つだ。この病気は、生まれつき脳機能の異常によるものと考えられており、生活に支障を来すこともある障害である。私はそんな自閉症を持った人々をただ「かわいそうだな。」としか思うことが出来なかった。

だが、私の障害に対する感じ方を変えてくれた漫画がある。その本は、「光とともに」といってと東光（あずまひかる）という一人の自閉症児とその家族の物語を表している。これは、小学生の時によく読んでいた本で、「光とともに」の中でも特に印象に残っている場面は、その一部分の場面ではなく、相手とコミュニケーションをとることが難しい光が、家族で決めたルールを頑張って覚えたり、深い意味がなくて他の子供達に話しかけてしまっても、相手が優しく受け取ってくれたりなどの、日々の生活で起きる出来事の部分だ。毎日の光の努力で生まれる友情や笑顔、優しさを見て、障害者はただのかわいそうな人ではなく、「障害」というでっかいおもり抱えながらも自分で幸せを生み出しているように感じた。また、どんな障害を抱えていたとしてもそれだけに囚われるのではなく、希望を持ち、楽しい気持ちで生きることが大切だということも知ることができた。

「光とともに」の本の中でも、私は光の友達が好きだ。私の心に残る代表的な友達は、福祉センターで出会った小山田太陽（おやまだひろあき）、一番光の面倒を見ていた中島萌（なかじまもえ）

の二人である。中でも萌は、一番光を気にかけ、障害を持っていること関係なく接してくれていた。さらに萌は、高所恐怖症にも関わらず、ビルに登っていく光を心配して追いかけることもあったので、萌が私だったらと考えると他人事と考えて行動ができなかったかもしれない。

この本の中では、光の友達や家族、先生などが、障害を持っているからといって差別やむだな特別扱いもせずに、障害者と向き合う姿が多く見られる。その自然なおもいやりが、障害を持っている、持っていない関係なく、人々が暮らせる社会を作っていくのではないかと思う。また、私が気づいたのは「障害者はかわいそう」という考えで終わらせるのではなく、障害を身近に考え、自分事として、捉えることが大切だということだ。私自身は、少しでも障害者を想える気持ちがあるならその重みを知った今、障害と不自由なく生きる明るい社会を目指して障害と向き合っていきたい。

# 講　評

福島県公立学校　退職校長会　郡山支部　鈴木　隆

令和五年度の「郡山市おもいやり作文コンクール」には小学校の部に七十六人、中学校の部には七十二人、小中・学園の部に三人の応募がありました。募集案内をもとに、日ごろ考えていた思いやりについて、そしてまた、改めて思いやりを考えるのによい機会になったという児童生徒がおられたことと思います。ただ応募数を昨年と比べると、小学生で二十三人、中学生で十七人の減少でした。また、学校により都合があるのは当然ですが、一人の応募もない学校は小学校で三十二校、中学校で十五校ありました。本県は、全国的にいじめが多いとのデーターが報道されたこともあります。作文としての応募はなくとも、学校でのいじめ防止の指導を重視している近年、それぞれの学校で「思いやる」ということを一人一人に考える機会はあったものと思います。障がい福祉課によるこの思いやる作文コンクールの事業は、私の記憶でも三十年以上前からの事業でしたので、これまでに応募し、思いやる心とともに、思いを行動に育てた多くの卒業生は多数おられることと思っています。

さて、今回、審査会に残った作品、小学校、中学校それぞれ十一点について読ませていただきました。

どの作品も、「おもいやりについて」しっかりと考えておられ、選考員一同大変に悩みました。結果は作品紹介のとおりですが、全員が同じ作品を同点数にしたわけではありません。それぞれの作品の評価について説明し合い、結果的に最優秀賞、優秀賞、佳作とさせていただきました。

作文を読んで気づいたこと、感じたことを次の四点に表してみました。

・小学校の部の作文も、中学校の部の作文も学年の上下を感じさせない素晴らしい「おもいやりを考える」内容でした。

・半数の作者のご家族など身近に、障がいをお持ちの方がおられていることで、その方の日常生活での努力の様子や、家族などが協力、支援する様子が読み取れます。さらに、どの作者も家族など以外の障がいのある方へのおもいやりのある具体的な対応や意欲をお持ちで感心しました。

・介護施設勤務者や教員が保護者である作者は、障がい者の生活や対応の様子を伺い、中には、施設を見学するなど、心を深めていました。

・外見からは分からないが障がいがある人の場合、「ヘルプマーク」をつけるか否か悩むという作文もありました。

児童生徒の作文を読むことで、障がい者にやさしい言葉かけや手助けが広がり、だれもが気持ちよく生活できる社会になってほしいものです。

# 令和五年度「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っ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　令和五年九月十五日（金）

八　応募先

郡山市　保健福祉部　障がい福祉課
〒九六三―八六〇一　郡山市朝日一丁目二十三番七号
ＴＥＬ　九二四―二三八一

九　賞

最優秀賞二名（小学生・中学生　各一名）、優秀賞六名程度、佳作十名程度

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) 入賞者には、賞状及び記念品を授与する。
(2) 応募者には、参加賞を授与する。
(3) 児童・生徒から小・中学校への提出期限は、各学校が定める。

# 作文応募状況

【小学生の部】

| ４年 | ５年 | ６年 | 計 |
|---|---|---|---|
| ３１ | １８ | ２８ | ７７ |

【中学生の部】

| １年 | ２年 | ３年 | 計 |
|---|---|---|---|
| ２６ | ２４ | ２４ | ７４ |

| 応募総数 | １５１ |
|---|---|

**令和５年度**
**郡山市おもいやり作文コンクール**
**優 秀 作 品 集**

令和６年３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
ＦＡＸ：024-933-2290
http://www.city.koriyama.fukushima.jp