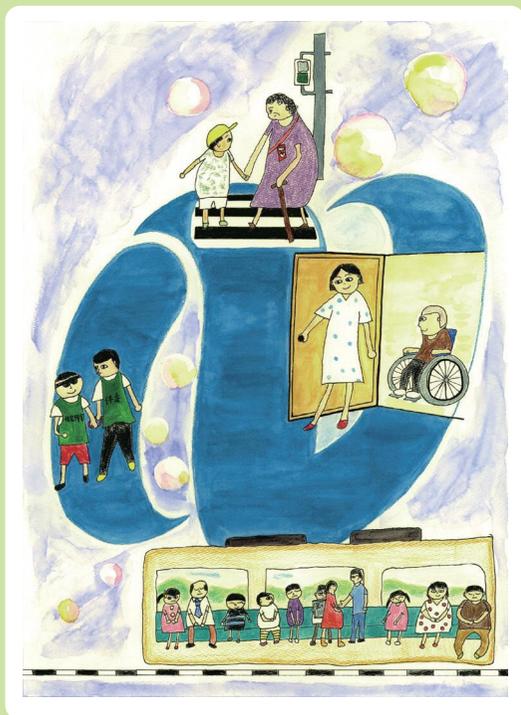


令和5年度 長崎県障害者週間作文・ポスター集

出会い、ふれあい、心の輪

— 障害のある人となない人との心のふれあい体験を広げよう —



令和5年度 長崎県「障害者週間のポスター」
小学生部門 長崎県知事賞（最優秀賞）

「やさしさあふれる長崎県」

さ せ ぼ しりつくろしましやうちゆうがっこう
佐世保市立黒島小中学校

なが やす たい き
永安 太紀さんの作品



令和5年度 長崎県「障害者週間のポスター」
中学生部門 長崎県知事賞（最優秀賞）

「人と人との間をより豊かに！」

みなみしまばら しりつふかえちゆうがっこう
南島原市立深江中学校

さか い も も こ
酒井 百々子さんの作品

〈 12月3日～12月9日は障害者週間です 〉

はじめに

国は、「国際障害者デー」である十二月三日から九日までの一週間を「障害者週間」と定め、毎年、この時期を中心に、障害や障害のある人たちへの理解を深め、障害者の自立や社会参加の推進に資するための様々な取り組みを行っています。

「心の輪を広げる体験作文」と「障害者週間のポスター」の募集は、障害者週間の取り組みの一環として、障害のある人への理解促進のために、内閣府と都道府県、指定都市が共催で実施しているものです。

作文は「出会い・ふれあい・心の輪 障害のある人となない人の心のふれあい体験を広げよう」、ポスターは「障害の有無にかかわらず誰もが能力を発揮して安全に安心して生活できる社会の実現」をテーマに募集したところ、多くの方々からご応募をいただき感謝申し上げます。

県では入選作品による「作文・ポスター集」を作成し、素晴らしい作品の数々を県民の皆様にもご紹介しております。

県におきましては、「長崎県障害者基本計画（第四次）」等に基づき、「障害の有無にかか

ならず、誰もが住み慣れた地域で、自立した生活を送り、互いに優しく接し合うことができ
る社会環境の中で、社会を構成する一員として、共に地域を支え合い、あらゆる社会活動に
参加することができる平和な共生社会」の実現を目指して、心のかよった施策の推進に努め
ているところです。

この作文・ポスター集に収められた作品群の持つ思いやりや優しさ、勇気やたくましさ、
障害のある人となし人との交流やお互いの理解を深める一助となり、心豊かな共生社会の実
現に向けた更なる力となることを確信しています。

令和五年十二月

長崎県福祉保健部長

新田 惇一

目次

作文

小学生部門

長崎県知事賞（最優秀賞）

僕たちはかわいそうじゃない

長崎県教育委員会教育長賞

わたしと、一年生の妹

長崎県社会福祉協議会会長賞

人は見た目で判断してはいけない

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

私のおじ

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

ダウンしようの兄

しまばらしりつだいいちしようがっこう
島原市立第一小学校

六年

林

真己

……

1

いさはやしりつにしいさはやしようがっこう
諫早市立西諫早小学校

三年

森

叶希

……

3

いきしりつぬまつしようがっこう
壱岐市立沼津小学校

五年

市川

政ノ佑

……

5

ながさきしりつやまざとしようがっこう
長崎市立山里小学校

四年

池田

陽舞梨

……

7

させぼしりつあいのうらしようがっこう
佐世保市立相浦小学校

四年

山口

陽葵

……

9

中学生部門

長崎県知事賞（最優秀賞）

「みんな同じ」世界へ

じゆんしんちゆうがっこう
純心中学校

一年

立岩

真奈

……

11

長崎県教育委員会教育長賞

心のバリアフリー

長崎県社会福祉協議会会長賞

できることできないこと

長崎県身体障害者福祉協会連合会会長賞

自分らしくいられる社会

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

お医者様のことは

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

温かいふれあい

長崎県精神障害者家族連合会会長賞

障害者について

長崎県精神障害者団体連合会代表賞

障害と人権

長崎県身体障害児者施設協議会会長賞

僕が願う世界

長崎県福祉保健部部长賞（佳作）

僕の気持ち

長崎県福祉保健部部长賞（佳作）

幸せになる権利

長崎県立長崎東中学校

三年 新宮

藍

13

純心中学校

一年

浦川実結

……

15

新上五島町立若松中学校

二年

川村みのり

……

17

佐々町立佐々中学校

三年

柴山晶帆

……

19

諫早市立北諫早中学校

二年

荒木圭太

……

21

純心中学校

二年

石本詩緒梨

……

23

純心中学校

一年

末竹葉奈

……

25

諫早市立有喜中学校

一年

寺下真司

……

27

諫早市立北諫早中学校

三年

家永悠生

……

29

純心中学校

二年

小川莉瑚

……

31

高校生・一般部門

長崎県知事賞（最優秀賞）

つながる出会いと深まる友情

長崎県教育委員会教育長賞

広がってゆく多様性

長崎県社会福祉協議会会長賞

誰もが笑顔に

長崎県身体障害者福祉協会連合会会長賞

大切な思いやり

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

寄り添うことの大切さ

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

心の変化

長崎県精神障害者家族連合会会長賞

家族の当たり前

長崎県精神障害者団体連合会代表賞

障がいに対して思うこと

長崎県身体障害児者施設協議会会長賞

「幸せ」を増やす

一般

向陽高等学校

向陽高等学校

向陽高等学校

長崎県立諫早農業高等学校

長崎県立諫早農業高等学校

長崎県立ろう学校

長崎県立諫早農業高等学校

長崎県立諫早農業高等学校

織田帆尊

吉田裕美

榎並 椛

金子心美

江川愛菜

久原怜花

木下 旺

堤 愛子

城野 希歩

33

36

39

41

43

45

47

50

52

長崎県福祉保健部部长賞（佳作）

私と妹

長崎県福祉保健部部长賞（佳作）

障害者について

向陽高等学校

向陽高等学校

一年

大久保

星

南

⋮

54

一年

竹

田

明

衣

⋮

57

長崎県知事賞(最優秀賞)

僕たちはかわいいそうじゃない

しまばらしりつだいいちしょうがっこう
島原市立第一小学校

六年

林
はやし

真
まさ

己
み

僕には病気がある。それは、先天性ミオパチーだ。ミオパチーとは、筋力が弱い、筋力低下、つかれやすい、偏平足、十分睡眠をとっても日中眠いなど、いろいろな症状がある。簡単に言うと、筋肉が周りの人と違う特徴を持っているということだ。

僕は三人兄弟の末っ子として生まれた。兄も姉も僕と同じ病気を持っていた。普通この病気は兄弟で発症すると同じ症状が出るらしい。だが、僕たちは遺伝子の組み合わせがうまくいかず、みんな違う症状が出た。兄と姉は僕と違い、とにかく肉がつかなかった。筋肉もつかなかった。種類は違うが症状が多かった。僕は幸い兄や姉に比べて症状が少なかった。だから、サポートがたくさん必要だった兄たちのサポートをする

ことが多かった。

兄たちの手伝いを頼まれることが小さい頃は嬉しかった。だが、三年生になってすぐの頃、不満が沸いてきた。なぜ僕がしなければいけないの？僕も同じ病気のなのに。いろいろな不満が頂点に達した。僕は兄たちのサポートをしなくなった。

そして、その年の春休み、家族で旅行した時、神社があるちよっとした山を登ろうということになった。その時に僕は姉を待たずに先に登っていった。僕が頂上についてしばらくして姉は頂上に着いた。僕はもう待ちくたびれていた。だから、姉が着いた途端、下り始めた。だいぶ待って姉が僕のもとへ来て言った。

「疲れたから少し休ませてほしい。」

僕は、少し待ったが早く車に戻りたかったので姉に、「まだ？暑いから車に戻りたい。」

と、言った。姉は、

「もう少し待って。」

と言った。だが待てなかった。僕は姉を急かして車に戻った。その後もいろいろなところを回った。でも、姉は車で待つと言って、留守番をした。不思議に思い聞くと、

「これ以上歩いたら、股関節が痛くなって、何日も歩けなくなる。真己は元気でしょ？でも、お姉ちゃんは歩きたいけど無理なの。」

と答えた。そこで僕は、はっとした。姉も兄もしたくてもできないことがあるのだ。僕は姉たちに比べて、たくさんのことができるのだから、姉たちのサポートをしなくてはと思った。そして、手伝った後に姉たちから言われる「ありがとう」が嬉しかったのだ。そのことに気づいた。それから僕は、姉たちのサポートを自分から進んで行うようになった。

周りは僕たちを見て、かわいそう、大変だね、と思うかもしれない。確かに大変だ。だが、僕たちはかわいそうではない。僕たち兄弟は病気があっても関係ないくらい仲がいい。時にはライバルになり、周りの兄

弟と変わらないのだ。そして、自分たちに病気があるからこそわかる気持ちもあるかもしれない。だから病気というだけで、かわいそうと言わないでほしい。

僕たちはかわいそうじゃない。病気を持つ良さもあるのだから。

長崎県教育委員会教育長賞

わたしと、一年生の妹

いさはやしりつにしいさはやしやうがっこう
諫早市立西諫早小学校

三年

もり
森

と
叶

き
希

わたしの妹は、今年の四月から一年生になりました。ひまわり学きゅうの一年生です。どうしてひまわり学きゅうかというと、ダウンしようというしよがいがあるからです。ダウンしようは、二十一番せんしよく体が一本多いしよがいだとお母さんからききました。でもわたしには、むずかしくてよく分かりません。妹はわたしの事が大すきで何でもまねしてきます。そして、わたしより先になんでもしたがりです。学校に行くときは、毎朝いっしよに学校に行きます。わたしたちをぬかして一番先頭になって行きます。妹は、ブランコが大すきです。昼休みはいつもブランコにのっています。昼休みがおわるるとき、わたしがよんでも、お友だちがよんでもぜんぜん動きません。そんな

ときは、いつも先生をよんできます。中庭でわたしが遊んでいるとき、妹は「ときちゃん。」と、わたしの名前を大きい声でよびます。わたしは、はすかしいけれど、本当はうれしいです。でも、学校では、もう少し小さい声がいいと思います。妹は、学校がおわると、ほうか後デイサービスに行っています。だから、わたしの知らない友だちや先生がいっぱいいます。買物や遊びに行くときたくさん声をかけてもらえるのでうれしいです。家では、わたしの友だちと妹とよく遊びます。夏休みは、一しよに花火をしました。妹の友だちとも、一しよに工作を作りました。妹が、わがままを言った

すけてもらったりもするけれど、みんなでなかよく遊べてすごく楽しいです。

お父さんも、お母さんも、おばあちゃんもおじいちゃんも妹の色んな動きが大すきで、いつもわらっています。わたしも一しよに色んな動きをします。なのでみんなであらっています。

わたしは、妹のようにしよがいがある人のことを、もっとたくさんの人に知ってほしいです。そのために、この作文をがんばって書きました。

長崎県社会福祉協議会会長賞

人は見た目で判断してはいけない

長崎県立沼津小学校

五年

市川 政ノ佑

しょうがいをもっている人とは、物事がうまくいかず思い通りにならない人のことだと思えます。ぼくは、しょうがいという事を深く理解をしていないと、今回この作文を書くように思った時に気付きました。しょうがいをもつとは、耳が聞こえない、目が見えない、話ができない、理解していても行動に移せないなど、見た目は何も無いふつうの人だと思っても、何かしらしょうがいがあり、見た目でわからないものだと思います。だから、ぼくは、人を見た目で判断してはいけないと思いました。

元気な人でも、耳が聞こえない人はテレビの中で話している声や音などが全く聞こえないけれど、しょうがいをもっている人の中には少しだけ話し声や音が聞

こえている人もいるということを知りました。ぼくのお母さんの知り合いの人で、ぼくが幼い頃に会った時はふつうに話をしたり、遊んだりしたことのあるのを覚えています。けれど、お母さんからその人は急に耳が聞こえなくなってきたという話を聞き、どうしてなのか、不思議に思いました。詳しく聞くと、ある病気になって薬をたくさん使ったために耳が聞こえづらくなってきたと教えてもらいました。ぼくは、「耳が聞こえなくなっているだろう。」と思ったけど、「今は、手話や紙に文字を書いたり、携帯電話のメールなどで伝えたりするなど、コミュニケーションの取り方がたくさんあるんだよ。」とお母さんが教えてくれました。ぼくも何かできることはないかと考え

ようと思いました。

世の中には、もともとしょうがいをもって産まれてきている人や病気でしょうがいをもつ人もいるので、見た目で判断してはいけないとお母さんから教わりました。また、見た目が変だからと笑うこともしてはいけないことです。人はみんな違ってみんな一人一人個性があり、しょうがいが無い人も、しょうがいのある人もみんな違うから楽しいこともたくさんあるんだと教えてもらいました。ぼくは、少しよくわからなかったけれど、人を見た目で判断することは、本当にいけないということを理解しました。

世界にはたくさんの方がいて、しょうがいがある人もしょうがいのない人もみんなで協力して生きていくことが大事だと思います。そして、ぼくはいろんな人と友達になりたいので、人を見た目で判断せず、困った時は勇気を出して助け合っていきたいです。そのためには、ぼくは人を見た目で判断しないように気をつけていきたいと思っています。

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

私のおじ

私のおじは、しょうがいがあります。何のしょうがいかというと「自へいしょう」というしょうがいです。自へいしょうには、たくさんのタイプがあつて私のおじは、言葉をしゃべることができず何かをしたときには、手をひっぱったり、指をさしたりして教えてくれます。急におもいっきり立ち上がることがあり、びっくりすることもあります。だけど何かを伝えたいのかもしれません。それは、私にも分かりません。

ふだんは、デイサービスというしょうがいがある人が行く学童みたいな所へ週六回行っていきます。デイサービスには、自へいしょうだけではなく、いろいろなしょうがいのある人がいます。おじがデイサービスで何をしているのかは分かりませんが、笑顔で帰って

きてるので楽しい場所なのかなと思います。言葉は、しゃべれませんが手や足は動くし自分でごはんを食べることもできるし、お風呂に入ることでもできます。昔は、手さきを使うのが苦手でできなかったみたいです。昔が、練習をしてできるようになったみたいです。すごいなと思いました。たぶん初めて会う人は、びっくりすることがあると思います。でもいつもにこにこ笑っていて私や妹がうるさくしていても笑って見ています。すごくやさしいおじだなと思います。

見た目は、ふつうです。でも話すことができず、話しているつもりなのかもしれないですが、私たちには、何と言っているのか分からない声を出します。急に声がでることがあります。私もびっくりすることがあり、

ながさきしりつやまざとしょうがっこう
長崎市立山里小学校

四年

池 いけ
田 だ
陽舞梨 ひまり

ドキツとなります。でも伝えたいのに伝わらないこと
もたくさんあってそれは、かわいそうだなと思います。
これから私にできることがあれば、助けてあげたいな
と思うし、いっしょにいろいろなことしてみたいで
す。

おじみたいに見た目では、分からないしうがい
のある人もたくさんいるので、こわがらないで、もし困っ
ていたりしている人を見かけたら助けてあげてください
い。

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

ダウンしようの兄

わたしは、二十才の兄と、十七才の兄とわたしの三人きょうだいです。十七才の兄は、しえん学校にいます。せいちょうがゆっくりで、しりよくのていがかがあり、しんぞうの病気をもっています。言葉をはなすのがむずかしくときどき手話で伝えます。

行事にがんばってとりくむすがたが、すごくかっこいいです。ダンスや歌を上手におどったり、歌ったりします。

兄はコミュニケーションがとくいでいつもえがおでまわりに人が集まってきました。兄は、わたしを大切にしてくれるのでわたしは大きくなったら、兄がこまっていることがあればささえていきたいです。今はできないかもしれないけれど、大きくなったら兄をささえ

られるかっこいい妹になりたいです。ごはんを食べる時の兄は、しあわせそうです。家族といっしょにいる時の兄は、とてもしあわせそうです。

いつもえがおな兄は、わたしとせいはんたいなせいかくです。けれどすごく仲がいいです。

家族を温かくしてくれる兄です。兄のえがおを見る時とすごく心がほっとします。わたしがかいものに行く時、たまにへんな目で見られる時もあるけれど、そういう人は人のがんばりを知らない人たちで、思いやりややさしい気もちをもてない人たちだと思っています。

兄をもってしあわせです。

兄が足のしゅじゅつをした時には心配でした。でも、しゅじゅつがおわりぶじでよかったです。

佐世保市立相浦小学校 四年

山 口 陽 葵

兄はしょうがいがあってもやさしく、明るく、えがお
おでいます。しょうがいがない人もある人もなかよく
くらせる世界にしたいです。

長崎県知事賞(最優秀賞)

「みんな同じ」世界へ

純心じゆんしん中学校ちゆうがっこう

一年

立たて岩いわ真ま奈な

「わあーわあーわあー!」

アーケードの大型ビジョンの近くに、耳をふさいで大きな声を出して歩く人を見ました。周りの人は不思議そうな顔をしてその人を見ていました。その時母が私に、

「あの人は大きい音が苦手なのかな。ヘルプマークを付けてたでしょ。きっと苦手な事があるのだと思うよ。」

と教えてくれました。大きな音や光などが苦手な人がいること、ヘルプマークは、自分ではどうしようもなく困ったときに手を差し伸べてほしいマークだと知りました。

私も色々な音が大きく聞こえて、人の話が聞こえに

くなくなったり、太陽の光がまぶしく感じたりすることがあります。しかし、もっと困っている人がいることを知り、とても驚きました。

私は、絵を描くことが得意です。しかし、文字を読んだり書いたりすることは苦手です。文章をすらすら読めないことや、漢字がなかなか覚えられないときは、悲しくなります。自分ではがんばっているつもりでも、漢字を覚えるために書く漢字ノートは、マラソンをするぐらいに疲れてしまいます。

自分にとっては何ともないことでも、苦手で困っている人がいます。無理をすればできるけど、とても疲れる人もいます。

授業中でも、遠くが見えない人がメガネをかけるよ

うに、音が気になる人には、イヤーマフを使うことを、認めてほしいと思います。文字を書くことが苦手な人には、パソコンやアイパッドを使うことを、読むことが苦手な人には、読み上げ機能を使うことを、認めてほしいです。苦手なことは便利な物や機能を利用したり、サポートしたりしてほしいと思います。

メガネの人に「がんばって見れば、遠い文字も見えるよ。」とは言いませんよね。音が大きくて困っている人に、「がんばれば、耐えられるよ。」読めない人に、「読もうとがんばれば、読めるよ。」と言うのではなく、サポートすることで、一人一人の困り感の少ない世界になると思います。それこそが、「みんな同じ世界」なのだと思います。

いろんな人がいます。この人変だな、変わってるなと見るのではなく、何か困り事があるんだろうなどと考えてほしいです。一人一人が認め合うことで、どんなサポートやフォローがあれば出来るか、どうすれば物事がスムーズに進むのかななどを、一緒に考えていけたら良いと思います。

長崎県教育委員会教育長賞

心のバリアフリー

ながさきけんりつながさきひがしちゅうがっこう
長崎県立長崎東中学校

三年

新宮

藍

「奥さんも大変やねえ」これは買い物帰りの駐車場で車イスの祖父と車イスを移動させようとした祖母が知らないおじさんに遠巻きに言われた一言だった。祖父はがんを患っており、そのがんが骨に転移したことがきっかけで急に車イス生活となってしまった。祖母の話では、生前の祖父はその日を境に外出を控えるようになったという。

がんが見つかる前の祖父は兄弟達と魚釣りに行ったり大好きな畑仕事をしたりして人生を楽しんでいた。そのような生活が急にできなくなった祖父は落ち込みだっているだろうと思った。もし自分が急に車イスの生活になったら今まで当たり前前にできていたことができなくなり落ち込むと思う。

しかし、私が祖父の家に遊びに行くと祖父は前と同じように笑顔で迎えてくれた。急に祖父の車イス生活のサポートをしなければならなくなった祖母も嫌な顔せずあたたかく迎え入れてくれた。

車イスになってからの祖父は自宅で本をたくさん読むようになり私に色々なことを教えてくれた。週に一回は祖母と二人で図書館などにも行っていたし、きついはずのリハビリも積極的に頑張っていた。車イスになっても人生を楽しんでいる祖父は自慢の祖父だった。

だからこそ冒頭で述べたように、他人の何気ない一言がきっかけで祖父が車イスでの外出を控えるようになったという話を聞いて悲しくなった。確かに車イス

は十三kg〜十五kgあり祖母が持つのは大変だったと思う。しかし、祖母は大変な作業であっても、たまに二人で出かけることを楽しみにしていた。同情や哀れみの対象ではなかった。私の母やリハビリの人も祖父をそのような目で見ることはなかった。車イスで生活しているだけであって以前と何も変わらないのだ。

しかし、外へ出れば車イスの人は目を引く。事情を知らない他人に過剰な哀れみの目で見られる。祖母をねぎらおうとして何げなく発せられた冒頭の言葉もまた、周囲の人の自然な反応なのだろう。そのため同人心や哀れみではなく「祖父がよりよい生活を送れるように」という思いで生活を手伝っている人やいつもどおり会話してくれる人の存在こそが祖父の人生を彩るものだったと思う。

現在、日本には四百万人を超える身体障害者がいて約二百万人が車イスを利用している。「障害者」、「車イス」などの言葉を聞くと「普通の人と違ってかわいそう」「不幸な生活を送っている」などのイメージを持って接し方を健常者と変える人もいると思う。実際、内閣府の調査では、「じろじろ見られたり、悲しがられたりする」ことを体験、見聞きした人は四十七%、「差別的な言葉を言われたりする」ことを体験、

見聞きした人は三十・九%にもなる。この結果からも障害者への差別や偏見はまだあると思われる。

ヘレンケラーの残した「障害は不便だけれど不幸ではない」という言葉。私の祖父はまさにこの言葉にあてはまる生き方をしていたと思う。障害者だから障害者も周りも不便でかわいそう。こう思い込む前に、一度考えてみてほしい。自分が障害者の立場になったとき、どう接して欲しいか、どんな言葉をかけてほしいか。私も障害者は「不便でかわいそうな人達」と無意識に思ってしまった。障害者の家族になって初めて、必要なのは同情ではなく、祖父らしい生活ができるように支えることだと気づかされた。

バリアフリー社会の実現という目標が掲げられることがあるが、バリアフリーの第一歩は、相手の立場に立って考えてみることではないか。障害者への偏見が減り障害者と健常者がお互いに支え合える社会になればいいと思う。

長崎県社会福祉協議会会長賞

できることできないこと

私たちの身近には、障害をもっている人がたくさんいる。障害をもっている人ももっていない人もできることできないことがそれぞれあると思う。その少しの差で起こるのがいじめや誹謗中傷だ。当たり前だと思うが、人を見た目で判断したり、できないことを馬鹿にしたりすることは、決してしてはいけない。みんなで助け合って、お互いを尊重しなければならぬと思います。

バスで塾に行く途中、目の見えない障害をもったお兄さんが乗ってきた。私はちょうど、席が空いていなかったなので優先席に座っていた。でもまっ先に、他のところへ行って席をゆずった。目の見えないお兄さんはゆずったことに気づいていなかったと思うけど、と

ても気持ちを通じ合った気がした。自分のできることを、できない人と協力することで助け合えた気がした。

私の母は、約三年前に足の神経障害になった。母の足はずっとしびれている状態で、つえがないと歩くことができない。それでも母は家事をすべてこなすのだ。毎日おいしいご飯を作り、毎日洗濯をし、毎日家の掃除もほとんど母がしてくれている。足に障害をもっていることは関係なしに、とても頼れる母だ。そんな母でも、できないことだってある。これは母に聞いた話だ。ある日、通院するためにつえを持ってバスに乗った。バスは席がほとんどまっまっていて、優先席も空いていなかった。つえを持ってゆっくり歩いている母を見れば、席をゆずってくれる心優しい方もいるだろう。

純心中学校

一年

浦川実結

しかし、誰もゆずってくれない。母は結局立って乗ったそうだ。私はそれを聞いて腹立たしくなった。あれだけ人がいて誰もゆずってくれない。悲しかった。もっと気づいてほしい。思いやってほしい。そんな気持ちでいっぱいだった。

目に障害をもっている人、足に障害をもっている人、それ以外にも障害をもっている人もたくさんいると思う。自分のことだけに精一杯にならず、もっと他のことに目を向けてほしい。自分一人だけの力では生きていけないと思う。全てが上手くいくわけではない。そんな時、誰かの力を借りないと困難は乗り越えられないと思う。自分ができないことを正直に言えない人も中にはいる。それを気づいてあげられる人に私はなりたい。

障害をもっている人ももっていない人も困ることはあると思う。一人一人がそれに気づいて行動し、助け合える世界になってほしい。そして一生懸命頑張れる毎日をみんなが送れるような、そんな社会をつくりあげたい。そのために日々の学校生活から一人でも多くの人を助けられる人に私はなりたいと思う。

長崎県身体障害者福祉協会連合会会長賞

自分らしくいられる社会

新上五島町立若松中学校 二年

川村 みのり

「何て?」「もう一回言って」一日一度は耳にする父の声。私の父は右耳七十一デシベル、左耳七十五デシベルの高度難聴者です。高度難聴者とは、七十デシベル以上九十デシベル未満の補聴器なしでは、近くにいる人の話し声を聞き取ることができず、耳元で大声で話しかけないといけない人のことを指します。こういった人達は補聴器をつけ、普通に仕事をしたり、スポーツをしたりでき、特に大きな問題はありませんが、補聴器は日常会話聞き取れる程度に音を大きくしているため、補うことのできる音の大きさには限度があります。父に話を聞いてみると、例えば、テレビの音を父が聞こえるレベルまであげると一緒に見ている人がやかましいと感じてしまうだろうし、大き

くしたからといってちゃんと聞き分けることができな
いたため不便だ。補聴器は小さく初対面の人は気づきに
くいため、「聞こえているよね」と思わせることに対し、
申し訳なさを感じる。と話してくれました。

みなさんは、会話中に聞き取りづらく、何度も尋ね
返したりした経験はありますか。その時どんな気持ち
になりましたか。父は相手に申し訳ないという気持ち
になり、聞こえているフリをすることがあるそうです。
私ももし父なら、相手が面倒だなど思ったり、やっぱり
いいや、という気持ちになったりしないよう、聞こ
えているフリをしたいと思います。特に、コロナ禍になっ
てからはマスクで顔がおおわれて、うまくコミュニ
ケーションがとれないことが増えました。私自身も相

手が何を伝えようとしているのか分からなくなったことがあります。父の場合、聞き取れなかったことが原因でトラブルの種になってしまうこともあったそうです。

私は、父と暮らしていて、耳が聞こえづらいということは分かっていますが、何度も聞き返されるのうんざりしたり、イライラしたりします。だから「もういいよ」と言ったり、とても大きな声でぶっきらぼうに言ったりと無愛想な態度をとった経験が多くあります。父が悪いわけではないのに。父のような人のために私達ができることはどんなことがあるでしょうか。まず、ゆっくりはつきり話すことです。難聴者にとって早口はとも聞き取りにくく、理解するまでに時間がかかります。また、話をするとき、相手の口の動きや表情などからも情報を得ているので、正面から話することも大切です。そうすることで聞き取りやすくなり、会話も弾みます。次に一度話して聞き返される場合、別の言葉に言い換えて話すことです。私はこの言葉を貫き通す。と父に対して変な意地を張り、結局何を伝えたかったのか分からなくなってしまったことがあります。例えば、「なのか」を「ななにち」に言い換えるなど、聞き取りやすい言葉で簡潔に伝え

ることが重要です。

聴覚障害者は日本人の三百人に一人と遭遇する確率にしてみれば少ないと思いますが、もし出会った場合や、身近にいる高齢者とコミュニケーションを図ることがあれば意識してみてもどうでしょうか。

父の姿をみていると、どんな人も笑顔で共生できる世の中になってほしいと心から感じます。今は、みんなと違うからといって差別的に見ないような世の中に移り変わっていますが、さらにより住みやすい社会を作りあげていくことが重要です。私達、健常者と障害者がお互いに理解を深めていくことが、多様性を世の中に浸透させる大きな一歩だと考えます。多様性・人権の尊重が私達の当たり前になることが、私達の生きやすさ、自分らしくいられることにつながります。一人一人がもう一度、どんな人でも自由に生きていくためにはどうすればいいか考えていきましょう。

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

お医者様のことば

佐々木立佐々木中学校

三年

柴山晶帆

平成二十年五月十五日午後十一時三十分、母は前置胎盤早期剥離で手術室に運び込まれ帝王切開で私を産みました。その時、私は仮死状態で生まれ、急いで蘇生処置が行われました。あの夜、二つの命が消えるかも知れない瀬戸際にあったそうです。

生まれたばかりの小さな体には、呼吸器や点滴などの八本のチューブがつながれていたそうです。初めて私と対面した父は、私の痛々しい姿を見て涙が止まらなかったそうです。赤ちゃんに対して申し訳ない気持ちとか、元気になってほしいという願いや、大丈夫だろうかという不安が一気に押し寄せてきて、涙となってあふれたそうです。

するとお医者様が、

「お父様の涙をみて安心しました。今のお子様の状態を見て、涙を流される人は大丈夫です。決してお子様を見捨てはしません。」と、おっしゃいました。涙を流しながら、父はお医者様のことばが体の中にしつかりと入っていくのを感じたそうです。

私は生まれてからずっと、未熟児室の保育器の中で生活していました。肺の低形成で自力呼吸も母乳を飲み込むこともできませんでしたので、鼻から酸素を吸入していました。母が毎日届けてくれた母乳は鼻から胃へチューブで入れてもらっていました。

私には「晶帆」という名前がつけました。「あき」の字は「あきらめない」、「ほ」の字には「風を帆にいっぱい受けてぐんぐん前に進んでほしい。」という親の

願いからつけられました。

生まれた直後、命の危機にあった私の「命」をあきらめない、呼吸をする力もおっぱいを飲む力も弱かった私の「成長」をあきらめない、たくさんの「あきらめない」を持って私の人生は始まりました。

「赤ちゃんも親の期待に応えようと一生懸命頑張るとよ。」

と言って、父が写真を見せてくれました。

生まれたばかりの私。

目が開いて、何かを見ている私。

酸素吸入はしているけれど、少しふっくらしてきた私。

「でも頑張りすぎると赤ちゃんにもストレスがかかるんだって。」

次に見せてもらった写真には、悲しそうな表情で、どこか遠くを見ている私が写っていました。髪の毛も薄くなっていました。

秋になった頃から、気管切開の話が出るようになりました。両親はセカンドオペニオンを受けに、福岡の病院に行ったりもしました。

そしてついに、平成二十年十二月八日に気管切開の手術を受けることになりました。

気管切開をすると鼻からのチューブは取れ、自力で呼吸ができるようになりますが、ことばがしゃべりづらくなります。

我が子が、「ことばを失う」と考えると、両親のショックは大きかったそうです。

手術は無事終わり、鼻からのチューブが取れた私が両手両足を広げて気持ちよさそうに寝ている写真があります。

お医者様が両親の所に来られて、

「お父さん、お母さん、今日晶帆ちゃんは気管切開してことばが発しづらくなりました。でも、今の内にたくさん声をかけてやってください。そしてたくさん絵本を読んでやってください。晶帆ちゃんの体の中にくさんことばを蓄えてやってください。そしたらきっとそのことばを話せるようになります。」と、おっしゃいました。

今日手術をしたばかりで、これから先のことはまだ何も分からないのに、お医者様のことばはしっかりと両親を支えてくれました。両親だけでなく、私の兄の支えになり、一番に私自身の支えとなってくれました。

それから六年後私は抜管し、発声の訓練を受け、人前でもしゃべれるようになりました。

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

温かいふれあい

いさはやしりつきたいさはやちゅうがっこう
諫早市立北諫早中学校

二年

荒木圭太
あらかきけいた

私が小学生の頃、学童で出会った男の子は、会話がままならないときがありました。その頃は特にその子と深く関わることはなかったのですが、避難訓練で、自分が逃げるよりも先に、その子の靴紐を結んであげている女の子を見ました。その時から、障害を持った人達に対しての接し方が変わっていききました。

今年の六月に職場体験があり、私はホテルを選びました。一緒に班になった三人の中に特別支援学級の子が一人いたので、少し心配な面がありました。一般のお客様や従業員の方々に迷惑をかけてしまわないだろうかと、少し不安だったのです。しかしそれを払拭するほどの温かさがあり、僕は多くのことを学びました。一日目には、午前中に暑い中での掃除を行いました。

皆汗だくになって疲れ気味。でもその男の子だけは、嫌な顔ひとつせずに頑張っています。少し元気をもらい、自分も頑張ることができました。

ベッドメイキング、アメニティの補充など、やるこ
とが少しずつ増えてきて、だんだんと忙しくなってきました。その男の子から、「何をすればいい」と聞かれた時、「ゴミの回収をして。」と言うと、二つ返事ですばやく行ってくれました。とても仕事熱心なところに少し驚きました。認めてもらえること、ほめてもらえることで、人はまた頑張りたいと思えるんだなあと感じました。

その子が帰り際に言った「楽しかったね」という言葉に、職場体験に関わった人達の深い温もりを感じ、

とても胸に響きました。

今、社会全体に、特に学校現場には、偏見やいじめなど多くの問題があります。しかし、どんな障害を持っていても、周りのサポートがあつたら必ず乗り越えられる壁でもあります。手を差し伸ばしたら、それ以上の温もりを感じられます。

全員、同じ人間で違う人間なのです。障害という言葉だけの壁に惑わされないで接してみたら、また違う顔を見られるでしょう。

私は、障害を持っている人達についての専門的な知識は持っていません。しかし、偏見を持たず、ありのままを認め合えたら、すばらしいふれあいが待っていると信じています。

長崎県精神障害者家族連合会会長賞

障害者について

私がこの作文を書こうと思った理由は、障害者への差別を少しでも減らしたいと思ったからです。

今は障害者への差別は減っているように見えますが、実は裏で陰口を言われていたり、笑われたりしている人がいるのではないかと感じています。

私も障害をもっています。生後半年の頃に治療しているとき気管切開をして、小学一年生まで声が出せませんでした。それが理由で幼稚園の頃、こういう出来事がありました。

ある日、おもちゃが出しっぱなしになっていたの、片づけたほうがいいと思い、そばにいた子に向かっておもちゃを指さしました。しかし、伝わらず気のない返事をされました。

他にも少し喋れるようになったとき、近くにいた子に話しかけに行きましたが、怖いと言われとても嫌な気持ちになりました。直接差別を受けたり、悪口を言われたりしたことはありませんがこのような経験をしました。

私が経験してきたことをもとにして、自分たちで出来ることを考えました。まずは話を聞くことです。でも無理やり聞くのではなく相手が困っていたら話を聞いてあげましょう。次に相手の障害についての知識を増やすことです。知識を増やすことでその障害をもっている人との付き合い方や、何か起こったときの対処方法などが分かり、その人だけでなく他にもその障害をもっている人にもすぐ対応できます。そして障害者

純心中学校

二年

石

本

詩緒梨

と向き合うために大切なことがあります。それは、障害者だからといってかわいそうだとか同情することは、いけないということです。これらのことを意識してみましよう。

私は、幼稚園の頃は声が出せなかったと最初に書きました。声が出ないせいで親しい友達ができませんでした。障害者だからといってその人を避けるのは違うと思います。そこで私はこのような人がもう二度と増えないでほしいと思ったので、自分たちだけでなくいろいろな人と協力してできる工夫を考えました。

一つ目は学校や幼稚園で手話や点字など障害のことについて学ぶ時間をもっと増やす。

二つ目は障害者と交流できる時間を増やす。

三つ目は公共交通機関や観光地、レジャー施設などで、障害者も健常者も楽しめる工夫をする。

この三つを実行してほしいと思いました。

私は障害の作文を書くにあたって、自分が経験したことをもとに、自分たちが障害者の方にできることを見つけてそれを実践し、よりよい世の中に変わるきっかけになってほしいと思いました。そして、これからは障害者と健常者が楽しく嬉しく過ごせるようになってほしいです。

長崎県精神障害者団体連合会代表賞

障害と人権

小学校の総合学習で、障害のある方と一緒に活動する機会がありました。最初は不安でしたが、実際に交流する中で、その方が持つ個性や意欲に触れて、とても感動しました。私たちが普段、当たり前だと思っていることが、障害のある方にとっては困難なことであつたり、努力が必要だということがよく分かりました。それだけに、その方々の頑張りや積極性には大変感銘を受けました。また、障害のある方との交流を通して、私自身も成長することができました。障害のある方もつ力や能力を見て、他の人と比べることなく、彼らなりの方法で日常生活を送っていることに感じました。私たちが当たり前前と思っていることが実は個々によって全然違うということを改めて実感するこ

とができました。これからは、障害のある方に対して偏見や差別をもつことなく、彼らの困難を理解し、協力することが大切だと思いました。

障害のある方に対して、私たちがができることは多くあります。例えば、配りよすることや協力することです。私たちは障害のある方が困らないように気を配り、彼らが安心して生活できるようにできる範囲で手助けすることができます。また、差別や偏見のない言葉遣いを心がけることも大切です。だれもが平等に尊重される社会を目指すために、私たち一人ひとりが意識して行動することが不可欠です。

私は、この経験を通じて、障害のある方への思いやりや尊重することの大切さを学びました。障がい者と

純心じゆんしん中学校ちゆうがっこう

一年

末すえ竹たけ葉は奈な

健常者が互いに理解し合い、支え合いながら生きていくことができる共生社会をつくるために、私たち一人ひとりが行動を起こすことが必要です。私は今後も障害のある方に対して思いやりをもち、共に助け合いながら温かい社会を築いていきたいと思います。障害のある方との交流を通じて、私は多くのことを学びました。それは、障害をもつ人たちも私たちと同じように個性や力をもっているということです。私たちが当たり前のように思っていることが、実は彼らにとっては困難なこともあるのだということを実感しました。

私たちができることは何かと考えると、まずは配りよすることが大切だと思います。障害のある方が困らないようにできるだけ気を配り、彼らの身近な存在として手助けすることができます。彼らとの交流を通して、私たちは異なる個性や能力を尊重することの大切さを学びました。

共生社会を実現するためには、私たち一人ひとりの行動が大切です。障害のある方に対して思いやりをもち、彼らとの関わりを大切にすることが求められます。私はこの経験を通じて、障がい者と健常者が互いを理解し合い、支え合いながら共に生きていける社会を築いていきたいと思っています。障害があるからこそ尊重さ

れるべき人権があり、私たちができることがたくさんあるのです。今後も障害のある方に対して思いやりをもち、彼らが安心して生活できる社会を作りあげるために行動していきたいです。

長崎県身体障害児者施設協議会会長賞

僕が願う世界

いさはやしりつうきちゅうがっこう
諫早市立有喜中学校

一年

寺下真司
てら した しん じ

僕は、この作文を書くにあたって、人権とは何か、考えてみました。インターネットで「人権とは。」と調べてみると、「誰もが生まれながらにして持っている、人間として幸せに生きていくための権利。」とできました。

僕が、考える人権とは、「全てのヒトが平等に暮らせること。」だと思います。

先日、学校で療育センターに行く機会があり、障害をもっている子どもたちと、触れ合いました。そこには、いろいろな障害をもった子がいました。僕より年上でも、体が小さい子だったり、声は出せても言葉がしゃべることができない子だったり、温めても手が冷たい子、歩けない子など僕が会ったことのない子たち

ばかりでした。その子達と、手遊びや絵本を読み聞かせたり、手作りの楽器で遊んだり、歌を歌ったりして、楽しい時間を一緒に過ごす中で、気づいたことがありました。

それは、しゃべることができなくても、感じたことや思ったことなどの感情を、その子なりの表現のしかたで、相手に伝えることができるということです。

僕の担当の子は、二人いたのですが、一人は、小学一年生で足が不自由で、しゃべることができず、表情があまり変わらない子でした。その子は、引っぱったり、めくったりすると、絵が変わるといような、しかけのある絵本と一緒に読んでいた時、毎回ページのめくるところを自分で何度も一生懸命にめくっていま

した。その様子を見て、表情は変わらなくても、その絵本にとっても興味があることが伝わってきました。

もう一人は、高校生で重い障害をもっていているように、身長は中学生の僕と同じくらいでベットのようなその子専用の車イスに乗っていました。言葉は話すことはできないが、声を出すことができて、視力はあまりよくないが、聴力はとてもすぐれているようでした。班長だった僕は、事前にスタッフさんから、その子の好きな遊びなどを教えてもらっていました。スタッフさんの説明によると、不自由な手を動かすと喜ぶということだったので、手遊びを一緒にする時、僕がその子の手をとり、リズムに乗って手を動かすと、笑顔になり声を出して喜んでくれました。なので、僕がどんどん激しく動かしていくと、その子の笑顔もどんどん増え、どんどん声も大きくなり、とても楽しそうでした。その様子を見て、言葉にしなくても、そのしぐさで「うれしい」「楽しい」という感情がとてもよく伝わってきました。

その子達と触れ合ったことで、体が不自由なだけで、心は私たちと同じだと感じました。

でも、こういう障害のある人達に偏見をもち、差別する人もいます。

今から七年前、「重度障害者には生きる価値がない。」と勝手に決めつけ、知的障害者施設で差別的な考えによって十九人の命を奪い、二十六人に重軽傷を負わせる悲惨な事件が起きました。この事件を知り、恐怖を感じました。障害をもつ人だってヒトなのに、生きる価値が無いなんてそんなことはないと思いましたが、シンガーソングライターの優里さんは「ビリミリオン」という曲で、

「僕が生きてるこの時間は、百億以上の価値があるでしょう」と歌っています。

僕はその歌を聴いて、ヒト一人一人の命に百億以上の価値があり、障害がある人、無い人に関係なく、ヒトとして幸せに生きていくことができる世界であってほしいと強く願いました。

長崎県福祉保健部部长賞(佳作)

僕の気持ち

諫早市立北諫早中学校 三年

家 永 悠 生

僕は発達障害です。知的障害もあります。国語と社会が苦手です。あと文字を書くのも苦手です。

また僕はゆっくり話してもらえれば理解できて、スムーズに行動できます。

でも、一度にたくさん指示があったり、伝え方が速すぎたりすると理解できずにどちらを先にするべきかわからずにスムーズに行動できなくなってしまいます。

先にすることを伝えてもらえれば自分の行動がいつているかどうか確認できて安心できますが、分からないと気持ちが不安になってしまいます。間違ってしまうとすぐに不安になってしまいます。それでも気持ちが一生懸命落ち着かせます。

気持ちを落ち着かせる物のほとんどがパズル系です。特にナンプレやロジックなど数字がメインです。それをやれば落ち着かせることができます。

どうか僕の気持ちを少しでもわかっていたきたいです。

でも僕もこれからは自分がしなければいけないことをメモしたりして忘れないようにしたいです。どのような工夫ができるのかは周りの皆に聞きながら、少しずつ成長できたらいいなと思います。

学校では今も先生やクラスの皆が声をかけてくれるので助かっていますが、社会に出たらいろんな人に教えてもらいながらおしごとをがんばれるようにしたいです。僕の事を皆に分かってもらえるとうれしいです。

話したりするのは少し苦手ですが、それでも皆に分かってもらえるようにがんばっていきたいです。

長崎県福祉保健部部长賞(佳作)

幸せになる権利

私は、障がいがある方もない方もみんなに幸せになる権利があると思う。障がいをもっているから幸せになれない。障がいをもっていないから幸せになれるという考え方は間違っていると思う。

障がいをもっている方は他の人に比べ、少し助けてもらわないといけないだけで、あとは何も変わらない。誰にだってできないことはない。それを一人ではできないから誰かに助けてもらって、一緒にがんばっているだけのこと。私はそれを見てみると、できないからと諦めてしまっている自分のことが恥ずかしくなる。一人でできないなら助けを求めればいい。助けを求められたら助ければいい。そうやって、人間はみな助け合いながら生活している。障がいのある、なして助け

るか、助けないかを判断してはならないと私は思う。

私は、視覚障がい者の方を見たことがある。一人で歩いている人も、誰かと一緒に歩いている人も、たくさんの方がいる。何気ない日に、点字ブロックに立ってしゃべっている人を見て、ちゃんと考えているのかな?と思う。もし視覚障がいの方が困っていたら助けてあげたいと思う。私は小学生の頃、あまり視覚障がい者の方を見ないなと思っていた。中学一年生になったとき、視覚障がい者のドラマを見た。そのドラマを見た日から、私はよく視覚障がい者の方を目にするこ
とが多くなっていた。なぜだろうと考えたとき、そのドラマを見て、白杖をつかっていることが分かったり、バスの中から無意識に外を眺めたりしていたからだ

純心中学校

二年

小川莉瑚

いうことに気づいた。意識が変わると、見えていた景色が変わる。考え方が変わる。行動が変わるなど、さまざまなところに変化があった。バスの中でも見かけ、席をゆずったことが何度かあり、「ありがとう」と言われた。どちらともがいい気持ちになったから、意識が変わって良かったなと思う。

また、授業で聴覚障がい者の方が来てくれた。そして、みんなに手話を教えてくれたり、耳が聞こえなくて不自由なことを話したりしてくれた。私は小学生の頃から、手話に興味があった。だから、手話を教えてもらえて、すごくうれしかった。小学生の頃に一度手話について調べたり、手話の本を見ながら、手話をしたことがあったので、知っていることもあって、すごくワクワクした。最初は、一文字、一文字を組み合わせて名前を伝えていたけど、漢字によって変えられるということを知り、もっと知りたいと思った。いろんな人がいるけど、みんな、見た目だけでは、誰も何も変わらないんだ、と改めて感じた。

これから、私はまだまだたくさんの人に出会う。そのときに何かをたずねられるかもしれない。助けを求めたいと思うかもしれない。助けてほしいという気持ちにはよく分かる。だから、そんなときは、誰にでもや

さしく助けてあげたり、自分で気づき助けてあげたりして、一人でも多くの人を笑顔にしたいなと思う。

長崎県知事賞(最優秀賞)

つながる出会いと深まる友情

一般

織田帆尊

私は、二〇二三年一月一日に二〇歳を迎える。

私は、生まれつきの障害があり、「小児脳性麻痺」、そして「両上下肢麻痺」という状態で生活してきた。

私は、二〇二二年四月一日に人生の新しいスタート地点に立った。それは、大学進学である。社会福祉士になり、当事者目線で障害児・者の支援がしたいと明確な目標を持って進学した。その中で素晴らしい出会いが多くあった。障害というものを背負って人生を歩む上で、周りの人から受けるサポートというものは必ず必要である。

そんな私にとって大学進学というものは、「社会福祉士を目指して頑張っていこう。」という熱い想い以上

に不安な気持ちが入り込んでいた。大学という場所は、県内外から多くの人達が集まっており、私は、誰一人も知り合いがない状況であった。一から作る人間関係の構築を不安視していた。なぜならば、これまでの生活の中で、車椅子に乗っているというだけで「この人は話せないのだろう。」という目で世の中に見られていた感覚があったからである。

そんな中、大学入学後一週間オリエンテーションが行われた。この一週間は全く仲間ができていなかった。仲間を作りにくい状況であった事は確かであった。その状況として、オリエンテーションが行われた大講義室の通常座席と車椅子専用座席は上と下で距離が離れて

おり、この距離の間に大学の先生方の座席もあり、友達作りのコミュニケーションをとる事が困難というものである。また大学内の移動サポートに関しても、大学の先生や職員の方に事前にお問い合わせをする形をとっていたため仲間づくりの機会を持てずにいた。これからの大学生活への不安は増し、仲間ができないストレスを感じるようになっていた。

そんな思いを抱いていたオリエンテーション最終日に大学に入学して初めての仲間ができた。オリエンテーションプログラム終了後、移動のサポートを大学職員の方から受けるため、講義室で待機していた。そんなとき、一人の学生が私に声をかけてきた。声をかけてきた理由は、私とその人の共通の知り合いがいるのではないかと、もう一人の学生と話になったからだという。それは人違いだったのだが、理由はどうであれ声をかけてくれた事が嬉しかった。私は、その瞬間に「大学に入学して初めての仲間を作るチャンスだ。」と考えて勇気を出して、LINE交換をお願いした。ここでようやく仲間を作る事ができた。それまで抱いていた不安がこの一つの出来事で、一気になくなっていく感覚は今でも忘れない。

それからの大学生活は、自分から積極的に声をかけ

仲間を作り、つながりを広げようと決めた。「そうしなければ大学生活の四年間を乗り越える事は困難である。」という想いと覚悟からであった。まず私がつながりを作るキッカケとして考えたのは、講義時に行われるグループディスカッションであった。福祉の講義では、多くの事例検討等がグループで行われ、多くの人とつながれる機会が多いと考えた。グループ内では、しっかりと私から積極的に発言をしてグループの人達とコミュニケーションをとった。そして、講義後に私からつながりたい意思を相手に伝え、多くの仲間とつながっていった。

次に、徐々につながりができると大学内での車椅子移動のサポートを大学の職員の方ではなく、仲間達にお願いするようになった。私は坂道や段差を簡単に動く事が可能な電動車椅子ではなく、あえて坂道や段差など主に屋外で支援が必要な手動車椅子を使用している。それを使用する事によって、大学内でサポートが必要となる場面が増える。ここで重要視したのは、サポートを通じたコミュニケーションである。講義室の座席の距離が通常席と車椅子席は離れており、自宅から大学までの通学は親の送迎か、福祉タクシーを利用するため、仲間とコミュニケーションをとる時間が

非常に少ない。そのため、サポートを受ける時間を大切にしている。私はこのサポートを一定の人にお願ひするのではなく、多くの人にお願ひするように意識している。意識する事によって、色んな人との関わりから様々な視点での物事の捉え方や考え方を学ぶ事ができる。また、コミュニケーションをとる事によって仲間と親しくなることができ、大学で作るつながりに「広さ」と「深さ」を作る事ができる。

そして、感謝する心を常に持ち、仲間に必ず伝える事もまた、大切にしている。サポートを受けるとするのは決して当たり前の事ではなく、感謝しても感謝しきれないぐらい有難い事であると認識する必要がある。私はその気持ちを常に持ち、必ずサポートをしてもらった仲間に「サポートしてくれてありがとう。」と心から感謝を伝える。そうする事で、学内だけではなく、学外で会うなどの友情が深まるキツカケができる。

このように、私は「車椅子」というものを一つのコミュニケーションのツールとし、また、それを自分らしさと捉えている。私なりのつながり方で、多くの人と関わり仲間を増やし、今では多くの素晴らしい仲間達に出会う事ができ、様々な場面で支えてもらって

る。全ては、四月に初めて私に声をかけてくれた二人の学生から始まった出会いの輪である。この二人は今でも私にとって特別な仲間である。

「出会いは人を成長させ、つながりは互いの可能性を広げ、助け合える存在になる。」

これが、私と仲間の出会いの輪である。

長崎県教育委員会教育長賞

広がってゆく多様性

向陽高等学校 一年

吉田裕美

最近、テレビやニュースなどで、よく耳にするLGBTQについて知っていますか。LGBTQとは、同性愛者のレズビアンやゲイ、両性愛者のバイセクシュアル、体と心の性が一致しないトランスジェンダー、心の性や、好きになる性がハッキリしないクエスチョニングの略のことです。例えば、私は生まれもった体の性別は女性ですが、心は女性でも男性でもないクエスチョニングです。

私が、周りの人との異変を感じたのは五歳のときでした。幼稚園ではいつも男の子とばかり遊んで、服装は毎日ズボンやジャージなどのスポーティーな格好が多かったです。どうしてトイレは座ったまましないといけないのか、いつも疑問に思っていたし、合唱の際

は毎回低音パートです。幼稚園の発表会の役決めで「王子様の役をしたい」と言った日がありました。すると、周りの子達から「女の子なのに王子様の役なんて、おかしいよ!!変!!」と批判されました。ショックだった思いを母に伝えると、「女の子なのにお姫様の役を選ばないあなたがおかしいのよ」と言われました。それがきっかけで「自分は周りの人とは違う普通じゃない人間」と思うようになったのです。小学校に上がると、私はサッカークラブに入りました。男女混合のサッカークラブだったので、所属の女子は、私一人だけでした。そこでまた、違和感を覚えました。中学校に上がるとき、「制服はセーラーじゃなくて学ランが良い」と母に伝えると、「あなたは女の子なの。ちゃ

んと女の子らしくセーラー服を着て登校してちよいだ
い」と否定されたのです。ショックでした。親も自分
を受け入れてくれない……。そう感じました。それを境
に、登校の時間になるたび、吐いたり、登校拒否の症
状を起こしたりするようになったので、とうとう母は
私を受け入れてくれるようになりました。

こうして私は、学校とは別に、NPO法人「さんて」
という所に通うことになったのです。「さんて」には
他にも様々な利用者さんがいます。身体障害の方、そ
のためヘルプマークをつけている方、人と関わるの
が苦手な方、自分の思いが伝わらずにすぐに癩癩を起
す方、もちろん、LGBTQに関連するような方もい
ました。「さんて」の利用者さんは性別も年齢もバラ
バラです。小学生もいれば、社会人の方もいます。そ
こで出会ったのがヒカリさん（仮名）という方でした。
ヒカリさんは体は女性で、心は男性のトランスジェン
ダーです。私も最初はヒカリさんを男性だと思ってい
ました。ヒカリさんは性別適合手術を受けていたから
です。ヒカリさんと関わっていく中で、LGBTQや
セクシュアルマイノリティについて世間にはあまり知
られていない事を知りました。ヒカリさんも「病気だ」
とか「キモイから近づくな」と言われたそうです。私

はヒカリさんと似たような体験をしていたのに、私は
くじけてばかりいます。それに対し、ヒカリさんはイ
キキしています。そこで疑問に思いました。今まで、
周囲からひどい扱いを受けてきたのに、どうしてあり
のままの自分で堂々としていられるのか気になったの
です。すると、ヒカリさんは教えてくれました。「僕
みたいなジェンダーはまだまだ少ないけれど、きつと
僕のように苦しんでいる人はどこかにいる。マジョリ
ティの人は、個性を受け入れるのが難しいだけ。人は
人。自分は自分だよ。」と。私は、その言葉を聞いてから、
自信を持って前を向けるようになりました。人は多数
派意見に流されやすく、少数派意見の尊重ができてい
ない所もあるが、人にも自分にもちゃんと個性があり、
それを磨きあげることが大事だ、という事を知ったか
らです。ヒカリさんとの出会いが、私の人生を変えて
くれたのです。ヒカリさんに出会えて良かったと心か
らそう思えます。

今、私の制服はスラックスで、自分のクラスの女子
では一人だけです。恥ずかしいとは思いません。自
分らしく、「いつもの私」として生活しています。「ど
うして女の子なのにスカートにしなかったの」と聞か
れても「ズボンの方が好きだから」と軽く受け流すこ

とが多くなりました。最近女子の制服にスラックス、男子の制服にスカートが導入されている学校も多くなってきました。身近な人に、スカートを履いている男性もいるはず。その多様性をもっと知ってほしいと、ヒカリさんの出会いで感じました。私も、ジェンダーのことで悩んだり苦しんだりしている人を支え、背中を押してあげられるような人になりたいと思います。

長崎県社会福祉協議会会長賞

誰もが笑顔に

私には、夢があります。それは、美容師になることです。私は、障がいのある方もない方も、誰もが自分に自信を持ってもらえるきっかけになれる美容師になりたいと思っています。そのために色々調べ、分かったことが二つあります。

一つ目は、障がいのある方は、美容室へ行くのにも苦労しているということです。障がいのある方を受け入れてくれる美容室や他人の目を気にせず髪を切ることができる場所、車椅子が必要な方に対する配慮や設備などといった様々な条件が必要でした。そのような美容室がなかなか見つからず、自分の家で髪を切るという方も多いそうです。私たちは、キレイになりたいと思い美容室に通うのに、世の中には違った不安

向陽高等学校 一年

榎並

椀

を抱えながら美容室へ行く人がいるということを知ったときすごく悲しい気持ちになりました。誰だって「キレイ、可愛くなりたい」「カッコよくなりたい」と一度は感じるものです。そんな気持ちを毎回なかつたことになってしまうと、自分に自信が持てなくなってしまうと思います。そうなったら、毎日の気分はなかなか上がらないのではないのでしょうか。そのくらい、髪をキレイにすることは大事なことで私は思います。

二つ目は、「障がい者カット」という髪型があることです。聞いたことがないという人がほとんどだと思います。私も、今回調べて初めて知りました。この障

がい者カットとは、身体障がいを持っておられる方に対して、介護などをする際に邪魔になってしまうことがないようにと、男女関係なくショートカットや坊主にする事です。本人が本当にショートカットなどにしたと思うのなら別ですが、本人の希望の髪型を無視し、勝手なイメージでそのような髪型になる人中には、介護してもらおう身だからと介護してくれる方に気がつかってしまい、自分が本当にした髪型を諦めてしまっている人もいるのではないかと思います。美容師になって、たくさんの人を笑顔にしたいと思っている身として、これは許せないことだなと思います。障がいのあるなし関係なく、自分のしたい髪型にできることが当たり前でないといけないと思います。

もともと、私自身も自分に自信がなく、コンプレックスがとて多いです。ですが、髪を切ったとき、キレイにヘアアレンジができたとき、メイクがうまくできたとき、ネイルなどをしたときは、気分が上がり少し自分に自信が持てる気がします。だからこそ私は、自分に自信がないという方を「私が」キレイ・カッコよくしたいと思いました。「キレイ・可愛くなりたい」「カッコよくなりたい」と思うのは、性別や年齢、障がいの有無に関係なく自由です。

だから私は、将来、美容師になり自分に自信が持てないなど思っている方々に少しでも笑顔になってもらえるような活動をしていきたいです。そして、もし自分のお店を持ったなら、誰もが通いやすい雰囲気、設備にしたいです。小さな力だとは思いますが、今回紹介した二つのことやまだ私たちの知らないことで悩んでいる方がいない世の中にするため、頑張っていきたいなと思います。

長崎県身体障害者福祉協会連合会会長賞

大切な思いやり

向陽高等学校 一年

金子心美

私は手話に興味がある。きっかけは地域のボランティアに参加したときのことだ。

私と友達はスタンプラリーとアンケート類配布の仕事を任されていた。入り口付近にスタンバイし、山のように積み上げられたイベントに関する用紙がまとめられた袋をいくつか手に持って扉を見ていた。開始時間の十分ほど前から扉が開き、たくさんの人が入ってきてイベントは大盛り上がりだった。

「おはようございます。よかったらどうぞ。」と笑顔で声を掛けながら袋を配り、順調に袋の山が小さくなっていった。そんなとき、一人の男性が入ってきた。私はそれまで通り近寄って声を掛けた。しかし、その男性は歩くのを止めず前だけを見ていた。私の声が小

さかったんだと思い、もう一度声を掛けてみた。

「こんにちは。よかったらどうぞ。」

結果は同じだった。一瞬、目が合ったように感じたが、男性は足早に行ってしまった。私は悲しかった。そして同時に怒りが込み上げてきた。用紙の入った袋が要らないのなら、「結構です」とか「要らないです」と答えてくれたらいいのにと思ったからだ。

その後も友達と一緒に配布を続けた。質問への対応をしたり、案内をしたりしているうちに男性の事は忘れていた。「ありがとうね。」と言ってくださる人もいて、とても充実しているなど気分も高揚していた。そんな上機嫌の私の目の前に、数分前に私を無視した男性が映った。数分前は一人だったのに、友達のような人と

一緒だった。

私は驚いた。男性が手話で会話をしていたからだ。私は申し訳ない気持ちでいっぱいになりながら、並んで歩く男性を目で追った。男性は私の声が聴こえていなかったんだ。その事に気づいたとき、心が苦しくなった。

これが、私が手話に興味を持つきっかけとなった出来事だ。いつ思い返してみても、私はその男性について何も知らないのに勝手に悲しんだり怒ったりして最低だと思う。正直、私には手話の知識は少したりともなく、「手話」というものが存在していることしか知らなかった。調べてみると日本には、聴覚障がい者が約三十六万人いて、難聴者は一〇〇〇万人以上いるそうだ。また、コミュニケーション手段は「手話・手話通訳」、「口話」、「筆談」、「補聴器の使用」などがあり、これらを場所や時に応じて使い分けているという。私たちは一人だと生きていけない。他人との関わりはとても大切だ。その関係性を築くためには「言葉」が必ず、言葉を交わしてはじめて人間関係が築かれていくと私は思う。しかし、聴覚障がいをもつ人は、言葉を交わす手段が限られてしまう。世の中には視覚障がい、肢体不自由などの障がいをもつ人がいるが、聴覚障がい者はその人の事を知っていない限り聴覚障がい

をもっていると気付くことは難しい。だからボランティアに参加した日の私のように、彼らが気付かないうちに周囲の人から勝手に「無視された」と誤解されてしまう。私の身近には、聴覚障がいをもっている人がいなくて、ボランティアに参加した日に初めて聴覚障がいをもつ男性と出会った。もし私が耳が聴こえなかったら外へ出かけることは怖くてできないと思う。何かあった時、電話は使えないし、なにより人に直接尋ねることが出来ない。それでも、社会へ出て一生懸命に活動する彼らは耳の聞こえる私よりも勇気がある。

耳が聴こえる私たちは、聴覚障がいを持つ彼らのために何が出来るのだろうか。私は、まずは聴覚障がいを含め、障がいというものを世の中に広めることが一番大切だと思う。今の日本は障がいについての知識が浅く、障害者にとつてすぐ生きづらいと思う。周りに手話が出来る人が居なくて助けを必要とするとき、言葉は通じなくとも彼らを心配して彼らを理解しようとする姿勢の人が存在するだけで彼らに安堵感を与えられる。日本は、思いやりの輪を広げる必要がある。

私は、困っている人を見つけたら率先してその人のために行動できる大人になりたい。

長崎県手をつなぐ育成会会長賞

寄り添うことの大切さ

私の祖母は、重度の難聴で、補聴器をつけて日々生活しています。また、耳だけではなく、左目も見えず不自由な生活をしています。

私は補聴器はどんな役割があるのか、よく理解できていませんでした。祖母に聞くと、補聴器をつけただけで全て聞こえるのではなく、小さくて低い声は聞こえないと言っていました。中学生までの私は、「耳も聞こえないし、目も見えないのはかわいそう。」など思っていました。祖母と話す時も、相手に合わせて話せていなかったり、聞き取れずに何度も聞き返してくる祖母にイライラしていた自分もいました。しかし、高校に入学し、福祉について専門的に学んでいくにつれ、祖母への対応が少しずつ変わりました。例えば、

相手の気持ちをよく考えて、ゆっくり、はっきりと話すようになったことです。自分よりも相手のことを思って接すると相手も喜んでくれるということに気づきました。相手が喜んでくれると自分も嬉しくなりました。コミュニケーションはとても大事だと改めて感じました。

ある日突然、祖母が言いました。「店での支払い時に耳が聴こえなく、相手が何と言っているか分からなくて何度も聞き返した時に笑われた。」と。私は、涙目になりながらつぶやいていた祖母の言葉を聞いて、胸を強く打たれました。耳が聞こえない、目が見えないだけで差別したり、笑ったりするのは違うなと思いました。耳が聞こえなくても、態度やジェスチャーで

ながさきけんりついはやのうせふようこうがっこう
長崎県立諫早農業高等学校 二年
江川愛菜

示したり、目が見えなくても、点字を使ったり、言葉で話して伝えたり色々な表現方法があります。言葉で十分にコミュニケーションがとれない利用者の思いや感情、訴えを理解するために、表情や視線などに注意を向けることが大切だと思います。これは耳や目がない自由な人だけに対してではなく、障害を持っている方や認知症の方に対しても大切な配慮だと思います。

私は今年の夏、介護福祉施設やデイサービスを訪れました。その際に、祖母のように耳や目が不自由な人もいれば、障害を持たれている方、体が不自由な方、認知症の方などがいて色々な方と関わることができました。障害の中でも沢山の種類があり、十分には理解できませんでしたが、接し方などはよく考えて行動することができました。始めの頃は、利用者に対して、変な偏見をもっていました。自分はこのくらいならできさるだろうと思っても、相手にとっては難しかったり、これはできないだろうと思っていたことができたりしていました。見た目で決めつけるのは本当に良くないなと思いました。

介護施設で一番印象に残っていることは、手に障害がある方と積み木をして遊んだことです。手が上手く動かないのに積み木なんてできるのかなと最初は思っ

ていました。しかし、その人は健常者の私よりも上手にできていてビックリしました。手が上手く使えなくても足なら使えると、足を使って行なっていました。健常者は、見た目で決めつけてしまう悪い所があります。私たちはその悪い所を改善していく必要があります。

そのために、その人が持っている病気や、どこが不自由なのかをしっかりと理解し、接していくことが大切だと思います。人はみな、自分や家族、親しい友人や知人の幸せな人生を願って生きています。しかし、生きていく中で何らかの困りごとや生きづらさを抱えることは、だれの生活にも起こることだと思います。だから、偏見や差別をなくし、子どもから高齢者、障害者まで、だれもが社会の一員であり、一人ひとりがかけがえのない存在として尊重されるような地域や社会を作っていく必要があります。私も、言葉でただ言うだけでなく、実際に行動に示していくと思います。困っている方を見かけたら、声をかけ、その人に合った対応をして、手助けするようになちよとしたことを少しずつしていくだけでも、社会は変わってくると思いました。

長崎県知的障がい者福祉協会会長賞

心の変化

私は小学生の頃、登校中ある女の子に話しかけられました。その子は私の一つ上の学年の女の子でした。友達と話していると後ろから、「一緒に行こう」と言われました。当時、私は低学年で人見知りがあったこともあり、何も言えずに立ち去ってしまいました。その子とは仲が良かったわけでもなく、話したことすらありませんでした。それから何度か同じようなことがあり、私はその子の姿が見えると見つからないように逃げるようになっていました。中学生になり、その子は特別支援学級にいました。そこで初めて何らかの障害を持っているのかもしれないと思いました。体育大会の練習の時、同じクラス先輩が「こっちだよ」と名前を呼んでサポートしている姿を見えました。その

姿を見た時、私が今までしてきたことが頭に浮かび、心が痛くなりました。小学校の頃は知識もなく、知らない女の子から話しかけられて怖いと思っていました。高校生になった今、帰宅途中の道でその子を見かけることがあります。見かけるたびに思い出し、後悔しています。この出来事を忘れず、もう二度と同じことを繰り返さないようにしようと思います。

私は小学四年生の時、重度の障害を持った男の子と交流する機会がありました。車いすに乗ったままで、会話はできませんでした。クラス全員で一人ずつ順番にじゃんけんをするというゲームをしました。普通のじゃんけんとは違ってカードが付いた棒を引いてもらうというやり方でした。私は正直、楽しんでくれている

ながさきけんりついはやのうきよつこうがく
長崎県立諫早農業高等学校 三年

久原 怜花
く はら れいか

か心配でしたが、笑ってくれていた場面もあり嬉しかったです。重度の障害を持った子とはどう接すればいいかわかりませんでした。緊張もしたし、不安もたくさんありました。ですが、笑顔で接していれば相手も笑ってくれ、最後は自然と私も笑っていることに気がつきました。どんな時も笑顔は必要なんだと思いました。

私はボランティアで障害者施設を訪問しました。子どもから大人までの様々な障害を持った方が利用しており、私は子どもの担当になりました。福祉を学んでおり、以前の自分とは違いました。利用者さんとの接し方、障害の特性についても事前に教えていただいたので理解していました。最初、私は重度の子や、まともに会話ができない子を想像していました。実際に入ってみると、子ども達の方から寄ってきて保育園や学童と変わらないと思いました。でも、車いすに座ったままの子やヘルメットを被った子など様々な障害を持つていることに気がつきました。実際に接してみても、自分が得た知識や好きなことを話し続ける子や会話が上手くできない子などそれぞれが違っていました。職員の方の仕事をみると保育園とは違った大変さがあることがわかりました。車いすの操作をしたり、食事は常食が食べれない子などの食事介助をしていました。

その他にもコミュニケーションで、一人で話し続ける子に対して何も言わないのではなく、「よく知ってるね」とほめていました。相手を否定せず受容している姿を見て、これはどの場面にも必要だと思いました。障害を持つている子とはどのようなことに気がつけばいいのかわからない部分もあるので、もっと深く学びたいなと思いました。

高校生になって福祉を学び、障害について理解が深まるようになりました。障害の特性やコミュニケーションなどについて知識を得ることができました。実際に交流をし、知識がある時とない時では自分の考え方が異なっていました。小学生の頃に経験したことは良くなかったこともあったと思います。忘れてしまうのではなく、今後障害のある方に対してどう接するのかをしっかり考え、活かしていこうと思います。障害者施設を訪問したことで、障害のある人もない人も全ての人が平等に生活する権利があることを改めて感じました。障害を持つている方は苦手なものが少しだけ多いだけで同じ人間です。このことを忘れずに、差別がなく住みやすい世の中になっていってほしいです。また、これからも障害について理解を深め、交流を増やしていきたいと思います。

長崎県精神障害者家族連合会会長賞

家族の当たり前

みなさん、「家族の当たり前」と聞いて何を思い浮かべますか？愛する事、一緒に夕ご飯を食べること、「行ってきます！」と玄関から出る事。それぞれの家には当たり前前の日常がある。自分の家族の当たり前を考えてみました。

私の家族は障がいのある私に対して「当たり前」に接してくれています。私は山口県で耳が聞こえない障がいをもって生まれました。生まれたばかりのころ、母方の祖母は障がいのある私を疎ましい存在として扱っていました。「家に引きこもれ。世の中に出すな。」と言っていたそうです。しかし、両親が何度も何度も説得し祖母もようやく納得したのか歩み寄ってくれました。十七年前は今よりも聴覚障がいに対しての世の中

のイメージがあまりよくなかったから恥ずかしいと思いい、そのように言ったのでしよう。中学生の時にこの話を聞いた時に「あんなに優しく面白いわあちゃんか」と驚いたのを覚えています。何度も諦めず説得してくれた両親のおかげで、今では二人で出掛けることもあるくらい祖母とも仲良くなれました。

私の家族は私のために、人工内耳の手術で有名な耳鼻科がある長崎県にわざわざ引っ越しました。当時十二歳の姉は、本当は故郷の友達と別れるのが辛かったり、新しい学校や環境に不安を抱いたりしていたのに、今までと変わらず我慢して私に接してくれました。長崎県の中学校に通ってからは、友達になる条件を定めていたそうです。それは、「障がいをもつ弟と仲良くす

ながさきけんりつ
長崎県立ろう学校 二年

木下

あきら
旺

ること、聴覚障がい者としてではなく当たり前の存在として扱うこと。」私が姉の立場ならそのまま故郷に残りたいと訴えかけたり、引越すことになった原因である弟を避けたりしていたと思います。そんな我慢強くて自分以外の人のことを考えられる優しい姉に対して、私は申し訳ない思いとともに感謝の気持ちでいっぱいです。

私が小学校低学年のころからは、母と姉は私と三人で指文字を覚えたり簡単な手話を覚えたりしてコミュニケーションを取ってくれました。しかし、高学年になってからは障がいをもっていることや、外で手話でコミュニケーションをとる姿を見られるのが恥ずかしくなり、今まで手話や指文字で接してくれていた家族に対して口話で話すようお願いをしました。それからは、家では手話を使わなくなったので、家族は私のためにゆくり話したり、わかりやすく大きく口を動かして話しかけたりしてくれました。そのおかげで私も口話で相手に伝えようとする努力ができました。しかし、いい事ばかりではありません。小学生の頃は私の耳の聞こえについて家族に「なんで自分は聞こえないんだ」「どうせ俺の障がいを理解できないだろう」と自分の気持ちをぶつけたこともありました。家族からは何度も「こ

めんね。」と謝られました。あの時は心に余裕がなかったから、強い口調で言い返しました。

障がい者であることや、障がい者として見られるのが嫌だった私でも、今では家族から「人工内耳外してらんだからテレビの音量をゼロにしてよ」と障がいについてストレートに言い合う関係となっています。母の知人から「それって当たり前じゃないよ。」と言われるまで私たち家族は当たり前と思って過ごしていました。障がいがあることを否定する事はなく個性の一つとして認めています。個性の一つとして認められるようになったのは当たり前のように接してくれた家族のおかげだと僕は思っています。普通の家庭とは少し違うけれど、普通のように接し、一緒に聴覚障がいについて勉強してくれた両親。障がいのある私を認めてくれた祖母、当時、中学生ながらも故郷の友達と別れる寂しさを我慢して長崎と一緒に引越してくれた姉などに恵まれているので、私は本当に幸せだなと感じています。

そして、以前の私のように自分の障がいやコンプレックスを自分の個性として認められない立場にある人もいると思います。その時は当たり前だった事や身近にある存在を今一度見つめ直してほしいです。もし、私が

これから家族を築くことがあるとすれば、家族みんな
で協力し「家族の当たり前」をつくっていききたいです。

長崎県精神障害者団体連合会代表賞

障がいに対して思うこと

皆さんは「障がい者」という言葉にどのようなイメージを抱きますか。プラスなイメージを抱く人もいればマイナスなイメージを抱く人、何とも思わない人、抱くイメージは人それぞれだと思います。現在の日本や世界では障がいは個性として誇れるものであり、その意識が当たり前となっています。障がい者の方達が活躍できる場、パラリンピックもあり日本人の方もメダルを獲って大活躍しています。この事も含め私は「障がい者」という言葉はプラスなイメージを抱くものだと思います。でも今の日本には障がいという言葉を使っ
ていじめがあるのも事実です。このことからどれだけ世界や日本が障がいは個性であると言っても一人一人の意識が変わらないかぎり、「障がい者」という言葉は

マイナスなイメージがつきまどってしまおうと思います。私はこの作文を書いている時にそう思いました。でもその時思い出したのが一年生のときに参加したボランティアのことです。

一年の二学期に私は初めてボランティアに参加しました。そのボランティアは諫早農業高校以外にも参加者が多く。主催者の方がこんなに若い人が集まったのは久しぶりだとおっしゃっていました。イベントは障がいを持った方たちの発表で私たちボランティアがお手伝いをさせていた Dank というものでした。

私が一番印象に残っている方は、目が見えていらっしやらないご年配の女性です。まだ会場が開演する前にステージで何度も係の人やヘルパーの方と話し合っ

ながさきけんりついさはやのうきよつこうがっこう
長崎県立諫早農業高等学校

二年

堤 つつみ

愛 あい
子 こ

いました。杖の位置やいすの位置など細かいことを話し合っていて、イベントをより良くするために動いている姿は私たちと変わらないなと思って見ていました。今思うと、私たちと変わらないと思っっていると考えた時点で差別していたのだと思います。目が見えるのが当たり前、耳が聞こえるのが当たり前、手足があるのが当たり前、この考えは無意識な差別だったと思います。障がいのある方は私たちが知らないところでたくさん努力しています。その努力を私は一年生のときに参加したボランティアで知ることができました。今、私はヒューマンサービスコースを専攻にして主に介護を学んでいます。専攻では座学だけでなく実習も多くあります。実習ではアイマスク体験など実際に自分自身がアイマスクをつけて杖を使いながら階段を上がったりして、目が見えない方がどのようにして歩いているか、どのような気持ちなのかを考えました。実際、体験してみると「私たちが普段歩いている道はこんなに長かった？」とか、「なぜここには手すりが無いんだろう。」と今まで当たり前に歩いたり、階段を上り下りしていたことがこんなにこわく感じるものなのかと思いました。そして障害をもっていらっしゃる方にとっては生活しづらいところが多いなとも思いました。

私が思っているより障がいを持っている方は身近にいます。私たちができることは障がいをもっている方たちへの理解と少しの助けだと思っています。できることまで助けられるのはおせっかいだし、不快にさせてしまいます。そのためにも理解をすることは一番重要なことではないでしょうか。

長崎県身体障害児者施設協議会会長賞

「幸せ」を増やす

人生一〇〇年時代といわれている今、「幸せ」と思える瞬間はどれくらいあるのだろうか。食事や運動、趣味を楽しんでいる時が「幸せ」と思う人もいれば、生きていくだけで「幸せ」と思う人もいるだろう。その「幸せ」と思える生活歴には個人の「らしさ」が詰まっているのだと感じた。

私は小学四年生の時、手話を基本としてコミュニケーションを行う女性と出会った。当時の私は手話同士で話している方々を見て、すごい、すごいと目を輝やかせ、興味津々だったのを覚えている。小学四年生ながらもテレビで手話のことは知っていたため「手話ができない私はどのようにして話すのが正解なのだろうか、小さな頭で真剣に考えた。しかし、正解を見つけ出すこと

ができないまま、手話を必要とする女性と話す機会がきた。私は手話を間近で見れる嬉しさと、話したいのに話せないという心情が入り乱れ、母と兄に助けを求めてしまった。すると兄は、少しでも理解しようとスマートフォンを開き、検索をかけ、母はわからなくても笑顔で話を聞いていた。私にもできることはないのかとまた小さな頭で考えたが何も見つからず、静かに見ておこうと決めた。ずっと見ていると、かすかに声が出ているのに気づいた。聞きとろうと思いつ、耳を澄ましてみたけれど息の方が多かったため、断念した。けれど、まだ母は手話をせず会話を進めていた。母はわかるまで試行錯誤しながら相手と向き合い、ゆっくりと会話していたのだ。その時、母の対応力のすごさと優しさ

ながさきけんりついざはやのうきよつこうがっこう
長崎県立諫早農業高等学校 三年

城野希歩

に心をうたれ、母と一緒に考え会話してみようと思えた。母が女性が行なった手話を真似し、顔の表情を変えながら、届かない声を出してオウム返しのようにやっている。女性の顔がパツと明るくなったように感じた。言葉が通じるとニコツと笑ってくださるので、私の心は癒され、ゲームみたいで楽しいと思うことができた。

なぜ、女性は明るい表情に変化したのだろうか。中々伝わらない状況の中、起点となったことは口から話す言葉だった。女性は口の動きを見て理解ができると伝えて下さり、驚いた。女性は口から話す言葉を理解する以外にも、私たちにもわかりやすいジェスチャーで表現していた。手話を使う人には手話で返さないといけないと思ひ込んでいた私には、価値観を変えるきっかけになることができた。

女性は話し続ければ笑顔が増えた。そして、他の人にはない表現で私を笑顔にしてくれた。それが女性が持っている「らしさ」なのかと今になって感じる事ができた。コミュニケーションはいくつものパターンがあり、普段私たちが使っている言葉では、感じる事ができないことを手話やジェスチャーで感じる事ができた。八年経った今でも、この出来事は鮮明に覚えてる。

私は将来、一人前の看護師になり病院外でも活躍できる人材になりたいと思っている。コミュニケーションはどの仕事にも欠かせないものだ。初めは心を開いてくれる人は少ないだろう。心を開いてもらうために、母のような行動ができるようになりたい。

今は、手話の人と対等に話せるようになるのが目標だ。覚えるものが多く、指の形も複雑なのがあり、少し大変だけれどより多くの人とコミュニケーションをとり、「幸せ」と思える瞬間を私が増やしていきたい。

長崎県福祉保健部部长賞(佳作)

私と妹

私には、知的障害をもった妹がいます。

私の妹は、色素性乾皮症という病気で知的障害の他にも生まれつき視力が悪かったり、耳が聞こえづらくなってきたり、足の筋肉が固まって歩行が困難になったり、日光に当たるとそばかすができたりします。この病気は進行すると、一人で出来ないことが増え、寝たきりの状態になると言われています。

私の妹は、特別支援学校に通っています。妹は学校であった出来事をよく私たちに教えてくれます。「今日ね、走った。」私たちが、「何周走ったと?」と聞くと「ごー。」と教えてくれます。妹は学校の授業の中でも特に郊外学習が好きで郊外学習があった日は家に帰ると「ねえね、聞いて、今日ね、お店行った。」と

嬉しそうに教えてくれます。「何を買ったの。」と聞くと、「お菓子とジュース。」と答えてくれます。運動会の時の様子や学習発表会の様子を見ているとできることが増えていて成長しているなと感じることができても嬉しいです。

私は小さい頃、妹のお世話をするのが好きでよくお手伝いをしていました。その頃は、お世話をすることが多く一緒にいる時間も長かったです。しかし、私が小学校高学年になると妹のお世話をすることが減っていききました。理由としては、自分の好きなことをしたいから、めんどくさいからでした。私が中学生になると、妹が私に対してライバル意識を持つようになり少し手助けをただけでも、「せんで。」と怒られるよう

向陽高等学校 一年

大 久 保 星 南

になりました。そのため、私が中学生の間は妹と過ごした時間はすごく短かったと思います。私が高校生になりお話をする機会が増えてきています。妹の方から「これして。」とお願いされることも増えてきています。しかし、今でも妹は私に対しライバル意識を持っています。だから、手伝ったり手伝おうとしたりすると怒られます。

妹は現在小学六年生です。最近では病気が進行してきて一人ではできないことが増えてきました。ペットボトルのふたの開け閉めが難しくなったり、歩くのが少しずつ難しくなってきたり、お菓子の袋を開けるのが難しくなったり、言葉をスムーズに言うことができなくなってきたりしています。だから、お菓子の袋やペットボトルのふたなどは私たちが開けることが多くなったり、遠くに出かけるときは、車椅子を必ず持つていき車椅子で移動することが増えました。一人で出来ることは少なくなってきましたが、妹は周りの人のことを考えて行動できる子です。だから、誰かが怒っていたり泣いていたりと「大丈夫？」や「どうしたの？」と声をかけています。他にも一人で行きながら自分から「一緒に遊ぼう。」や「あっち行こう。」と声をかけています。そういう姿を見ている

とすごく優しい子になっているのだなと感じます。

妹と一緒に生活していて大変だと感じる時は、妹の体調が悪い時です。体調が悪いことには割とすぐに気づくことができませんが、どこが痛いのかやどこが気持ち悪いのかに気づくのに時間がかかってしまいます。私たちが妹のどこが悪くなったのかを考えている間、妹は機嫌が悪くなったり、怒ったり、泣いたり、苦しそうにしていたりしてしまいます。そのため、どこが悪いのか気づくのが遅くなってしまいうことが多いです。

生まれつき病気があるからといって何も学べない、成長できないというわけではありません。妹も皆さんと同じように学校に行き、国語や算数などの授業を受け、集団生活について学んでいます。言葉を理解することができ、周りに伝えることもできます。お買い物でお金を出すこともできますし、洗濯物をたたみ、料理やお菓子作りだってすることが出来ます。一人ではできないことが多いですが、私たちが少しだけでも手助けすると妹のことができることが一気に増えます。

小さい頃できなかったことがどんどん出来るようになっていく姿を見て私たちは家族全員で喜んでいきます。

これから病気がどんどん進行していくと思います。
しかし、妹の成長を見守りながら一人では難しいことは手助けしながら私も妹も成長していきたいと思えます。

長崎県福祉保健部部长賞(佳作)

障害者について

私には聴覚障害という障害があります。聴覚障害とは、音が聞こえにくい、あるいは聞こえない状態という障害です。私は補聴器と人工内耳をつけて生活していますが、会話はなんとか話せています。しかし、普通の人と同じレベルくらいまでではできていません。

例えば、難しい言葉を使っていると、その言葉の意味が分かっていなかったり言葉の使い方が分からなかったり、また、発音がうまく言えてない時もありました。私は人に自分の耳のことを言うのが怖いのです。でも言わないと相手にも分からないので、自信持って言うようにしています。私は人の言葉が聞き取れなかった時、「もう一回言って」と聞き返すのがとても怖くて、初めの頃は分かったふりをして聞き流すことがあります。

向陽高等学校 一年
竹 田 明 衣

した。めんどくさいと思われないか、「またー」と嫌に思われないか、不安で。でも、それだと結局、後で困るのは自分なので聞き取れなかった時は、思い切って聞くようにしました。みんな私の耳のことを理解してくれているので、いつも優しく声をかけてくれたり教えてくれたりもう一度言ってくれたり、私のことを心配して助けてくれました。そんなみんなと一緒にだったので、私も安心して学校生活ができていました。でも高校では、ほとんど知らない人ばかりの中に入っていくので緊張と不安しかありませんでした。私のことを理解してもらえないか、友達になってもらえないか、聞き返すことを嫌がられないか、でも頑張って自分から話しかけるようにしました。多分、私が聞き返すこ

とがめんどくさいとか思う人もいるかもしれませんが、怖がらず話すようにしようと思います。

世の中にはいろんな障害者がおり、目が見えない人、体が不自由な人、知的障害がある人などがたくさんいるわけです。そんな人たちを見た目で判断し差別しようとしている人がいます。私も、自分に障害がなかったら、そっち側の人間だったかもしれません。障害の不便さも知らず、障害施設に言語訓練に行くこともなく過ごしていたかもしれません。でも自分が障害者ということ、不便さ、大変さ、周りの目などの怖さなどがわかるようになりました。

人はなぜ障害者に偏見を持つのでしょうか。好きで障害を持って生まれたわけではないのに。障害を持った本人もですが、その家族もつらい思いをすることがあります。親は「ごめんね」と親自身を責めたりします。訓練に通ったり、病院に通ったり補聴器代、電池代などのお金の負担もあります。健常者が分からないことがたくさんあるのです。

今では、視覚障害者の方には白杖という視覚障害者の目となるものもありますし、聴覚障害者も人工内耳や補聴器などがあります。介助犬という私生活を助けてくれる犬もいます。

昔に比べて障害を持っている方が暮らしやすくなってきたと思います。ですが、まだ全てではありません。周囲の人がちゃんと理解し、助け合っていたら良い世の中になるのではないかと思います。まだまだ自分にもできる、やらなければいけないことがあるかもしれませんが、周囲の人がちゃんと理解するだけでも、世界は変わると思います。偏見を持たず助け合って良い世界が作れたらいいと思います。



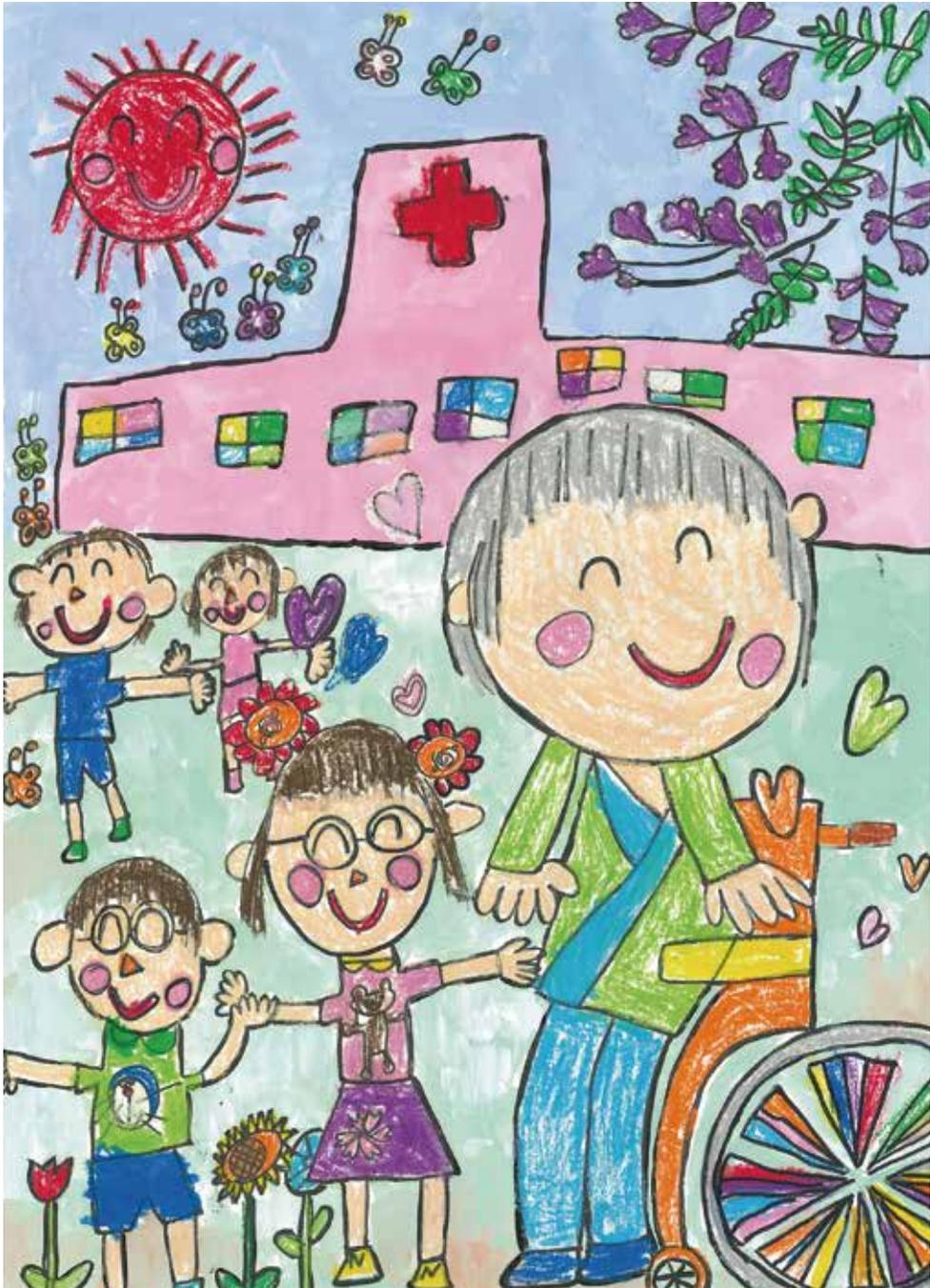
ながさきけん
「やさしさあふれる長崎県」

させぼしりつくろしまししょうちゅうがっこう
佐世保市立黒島小中学校 6年

ながやす たいき
永安太紀

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

ぼくの住んでいる長崎県は、みんなが支えあって、だれもが安心して生活できる
ところになったらいいなあという願いを込めて描きました。ぼくもみんなにやさ
しくします。



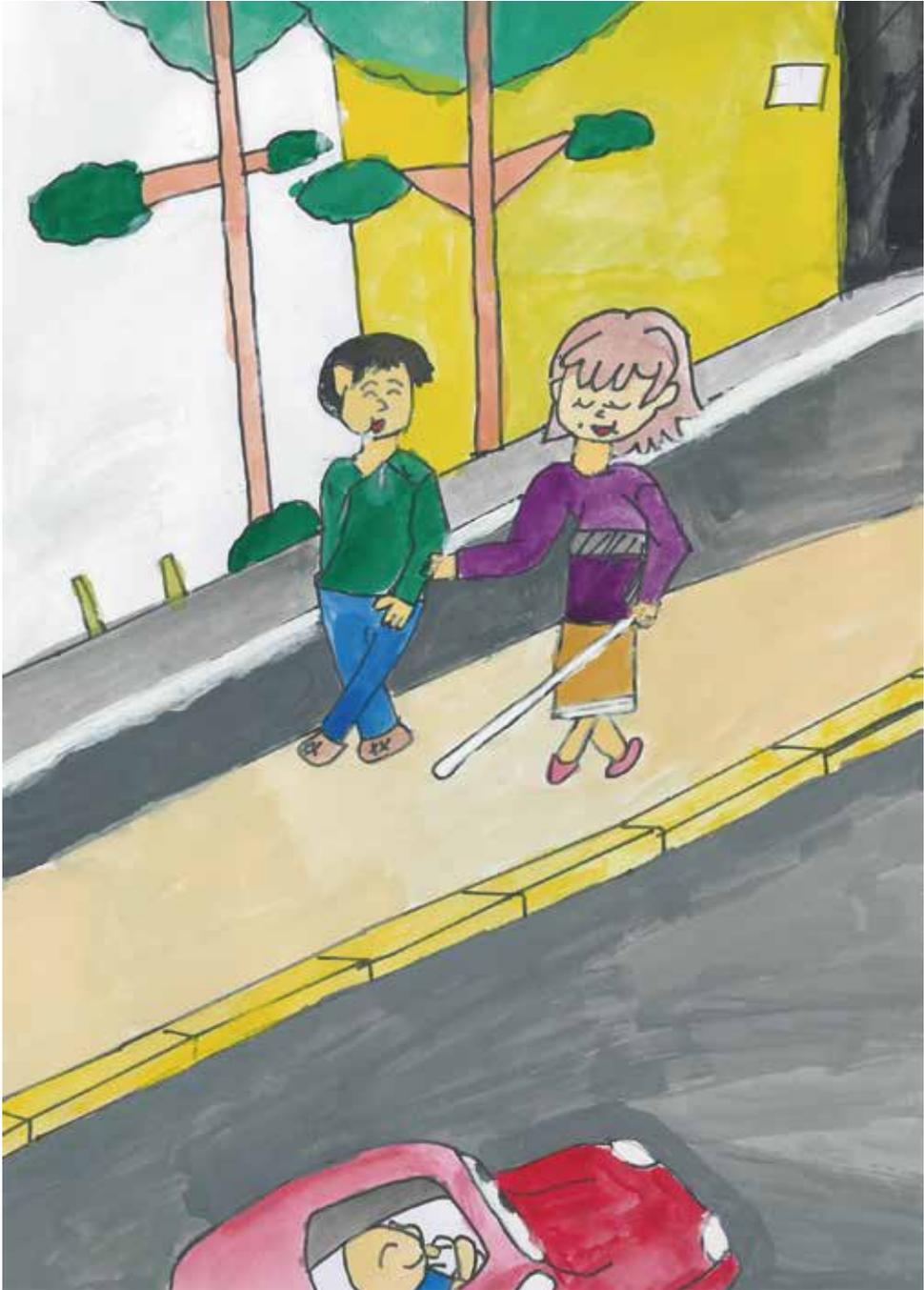
えがお
「みんな笑顔で」

うんぜんしりつあいのしょうがっこう
雲仙市立愛野小学校 1年

みやざきひすい
宮崎陽翠

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

お父さんとお母さんは病院で働いています。その病院の前にはジャカランタの花がとてもきれいです。おばあちゃんと家族を描きました。



ひと たす
「どんな人でも助けよう」

ながさせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

つだ
津田ひまり

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
どんな人でもこまっている人がいたら助け合おうという気持ちを表現した。



おも たいせつ
「思いやりを大切に」

ながさきせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

いわながみう
岩永美羽

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
点字ブロックに物を置かないでという思いを表現しました。



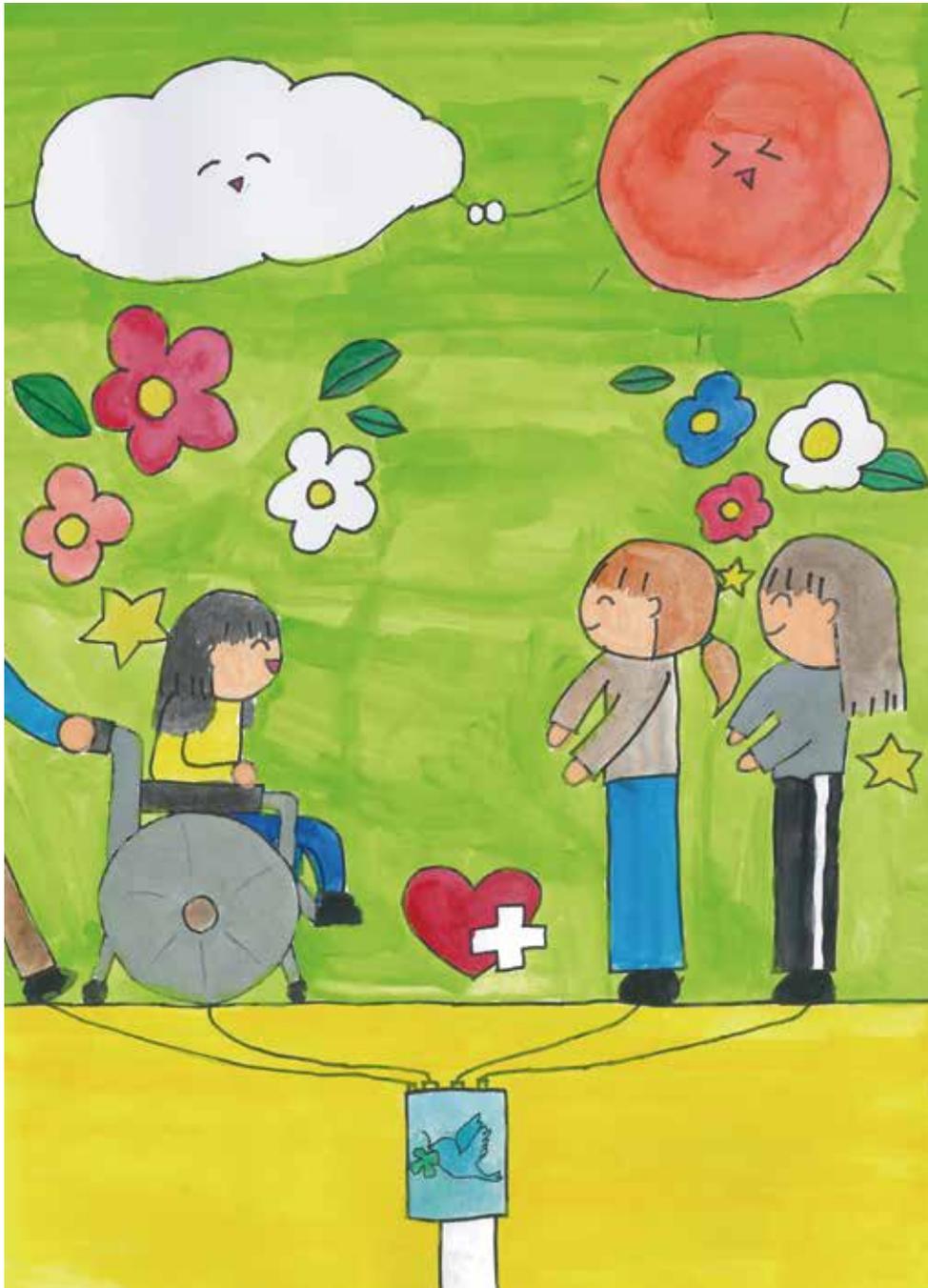
「みんなにやさしく！」

ながさきせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

み うら もも か
三浦百華

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

みんながヘルプマークの人にやさしくしてもらおうという気持ちを入れました。



「みんなで助け合い」

ながさきせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

みぞた
溝田りおな

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
何事も無く生まれた人と生まれつき足が不自由な人が仲良くしているところ。

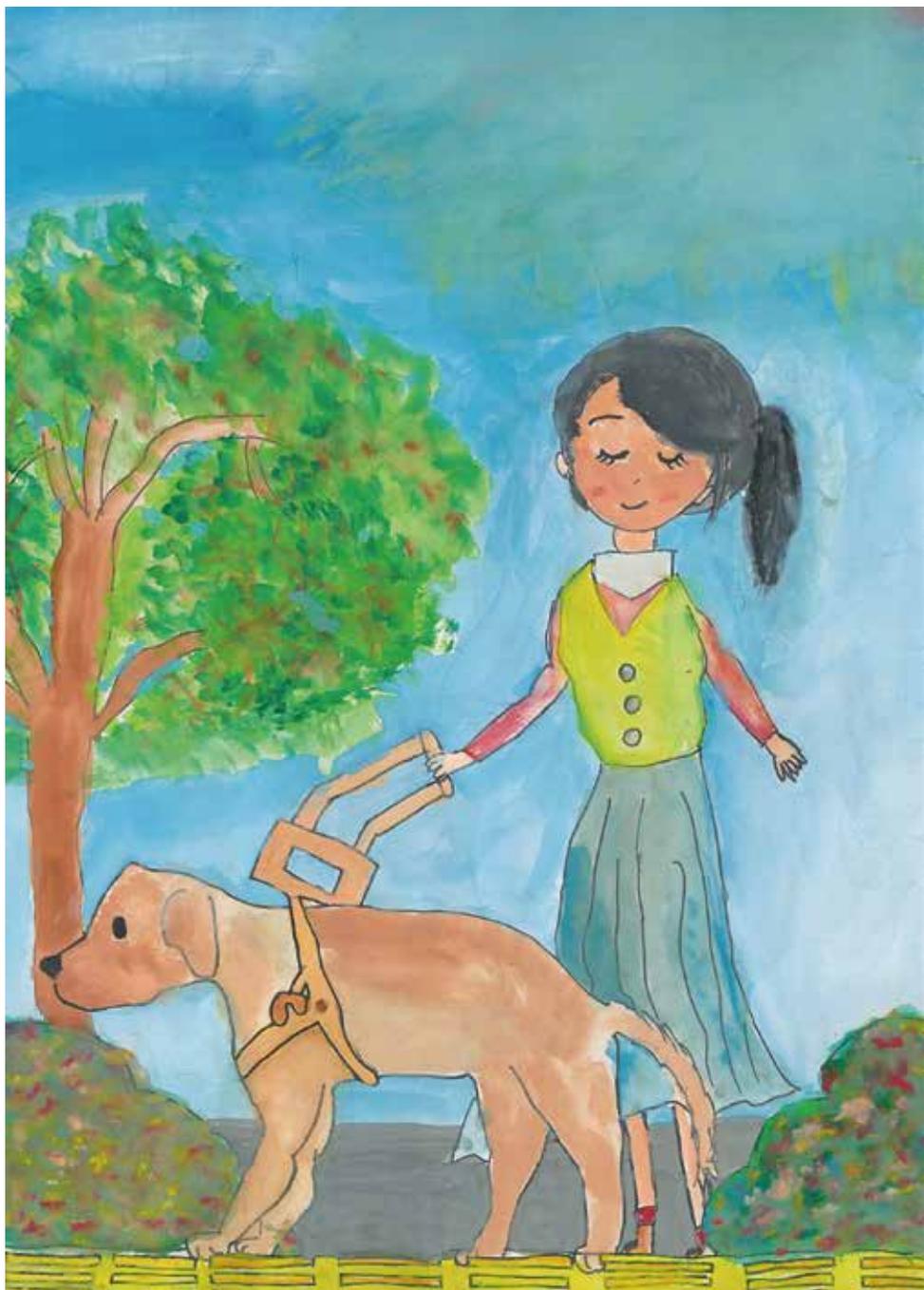


しょうがいしゃ　　て
「障害者に手をかして」

ながさせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

おの　あい　か
小野愛華

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
手をかして障害者にも平等にしてもらいたいことを伝えたいです。



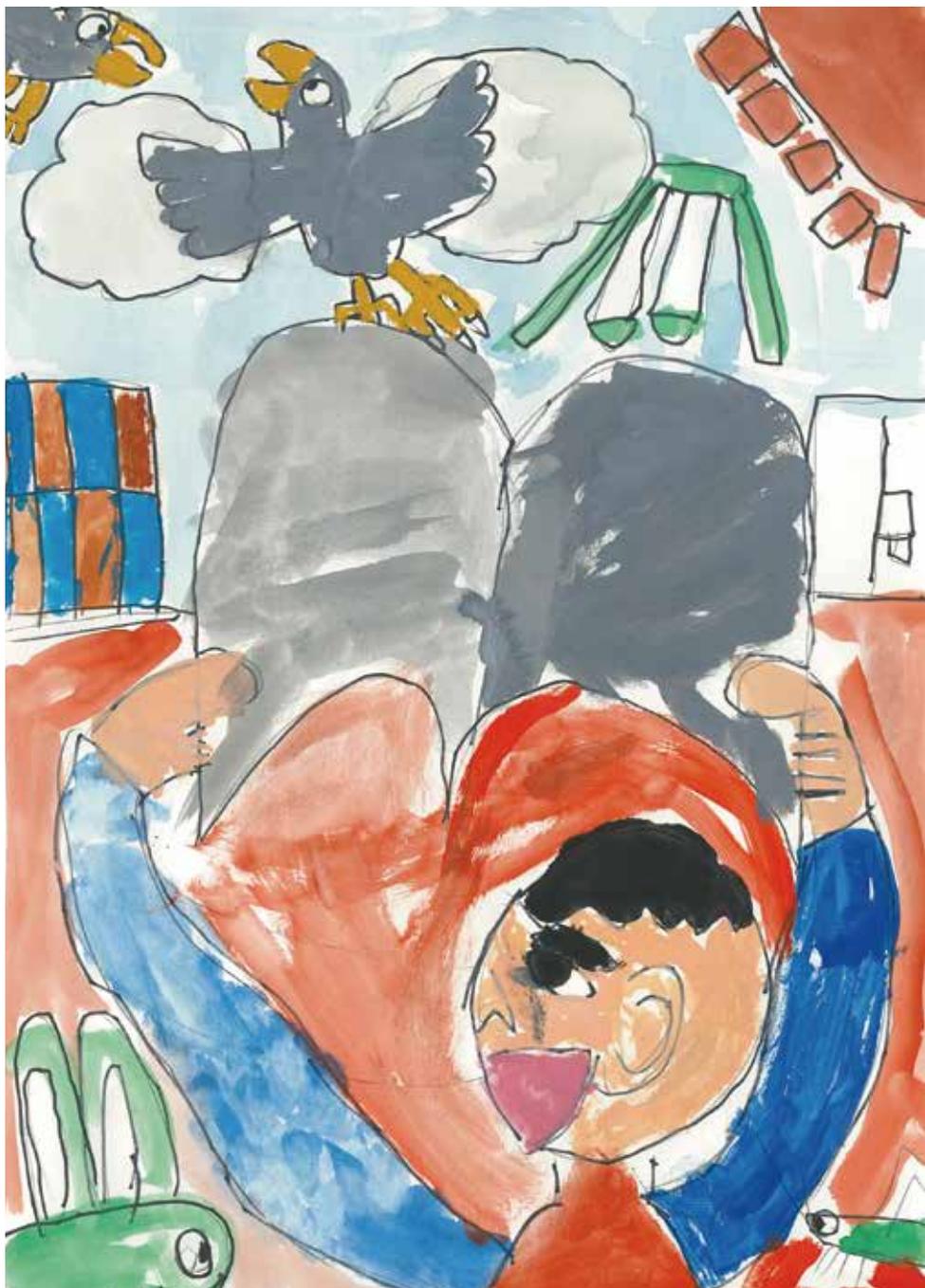
たす けん
「助けてくれるもうどう犬」

ながさきせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

みなみ ななこ
南 奈菜子

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

もうどう犬が目が見えない女の人を道に連れていってくれている。光が女の人ともうどう犬を照らしている。



ほん せかい
「本の世界へ」

もり ほうかごとう
おばまの森 放課後等 デイサービスそら 4年

いとう ゆうせい
伊藤 悠晴

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

大好きな読書をしている様子。



「わかりあう」

ながさきせいどうしょうがっこう
長崎精道小学校 5年

もりもと ゆな
森元友菜

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

目が見えない人に気づいて学生の女の子が「この人はきっと目が見えない」と思い、自分が歩いていた場所をゆずり、おたがい笑顔になっているという内容。



「にっこり」

いさはやしりつにしいさはやしろうがっこう
諫早市立西諫早小学校 1年

もり いと
森 結音

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
どんな時も笑顔でがんばる気持ちをあらわしました。



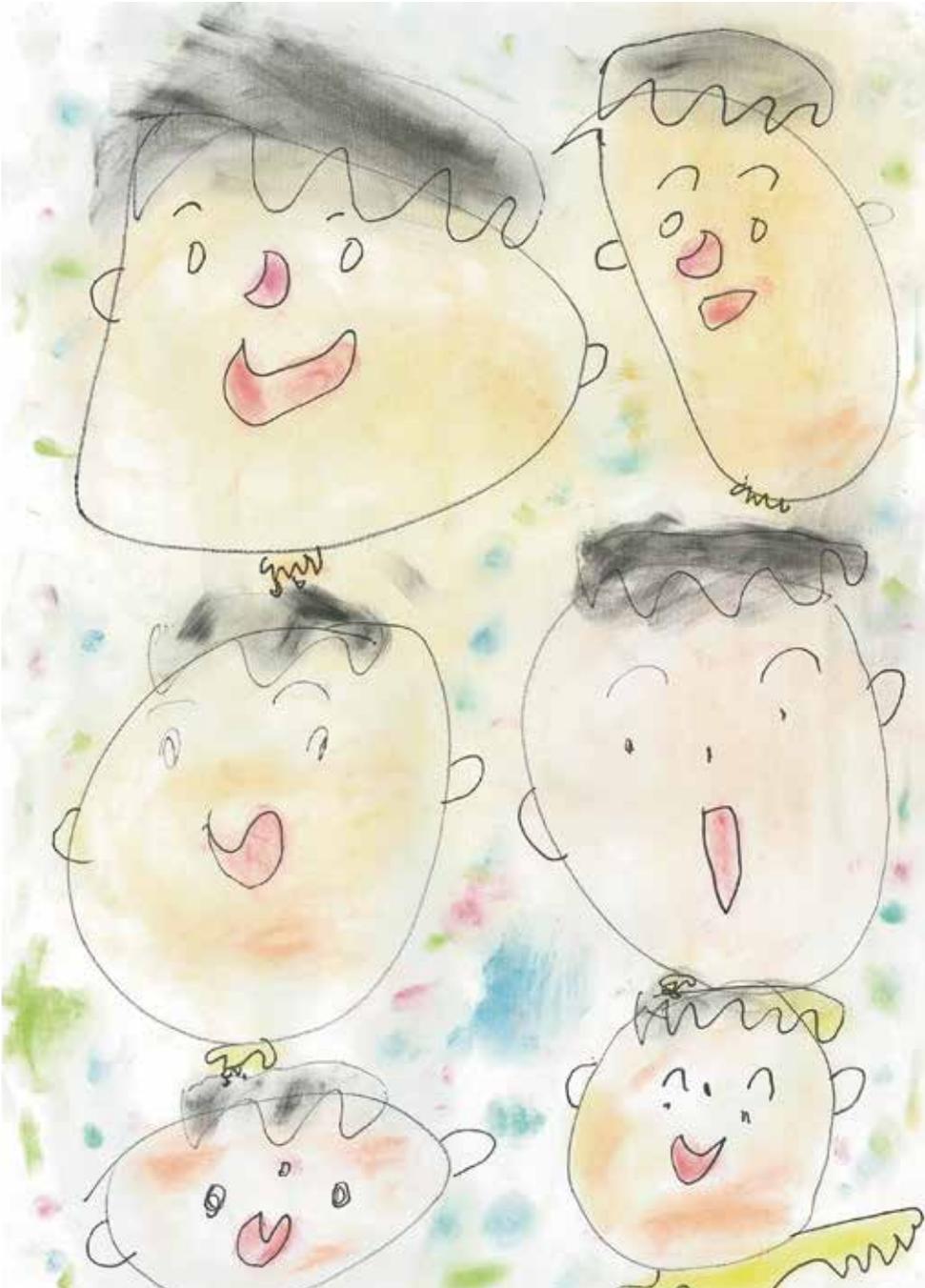
ひと ひと あいだ ゆた
「人と人との間をより豊かに！」

みなみしまばらしりつふかえちゅうがっこう
南島原市立深江中学校 2年

さかい ももこ
酒井百々子

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

障害がある人もない人も進んで助け合い、お互いに笑顔になる思いやりがある町の様子を表現しました。そのような町がたくさんふえてほしいと願いを込めて描きました。



「だいすき」

そうごうりょういく

たきのうがたじぎょうしよ

まつ もり み く

総合療育リハ・サービス多機能型事業所たちばな 3年 松森未来

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

家族や大好きな人とお話をして温かい気持ちになりました。



あら ゆめ
「新たな夢」

させぼりつふくいしちゅうがっこう
佐世保市立福石中学校 2年

なかの あやと
中野 絢斗

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
障害を持った人でも同じ人間という事を表現したかった。



じぶん こうどう えがお
「自分がやった行動で笑顔に」

させぼりつふくいしちゅうがっこう おおくぼみさき
佐世保市立福石中学校 2年 大久保美咲

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
エレベーターのドアをおさえてその車いすの人が笑顔になる。



「パートナーとの幸せな時間」

しあ じかん
させぼりつふくいしちゅうがっこう 2年 お た ゆう き
佐世保市立福石中学校 2年 牟田 悠輝

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

障害者の方にとっての犬というのはパートナーとも言え、そのパートナーとの幸せな時間を過ごしていくという事。

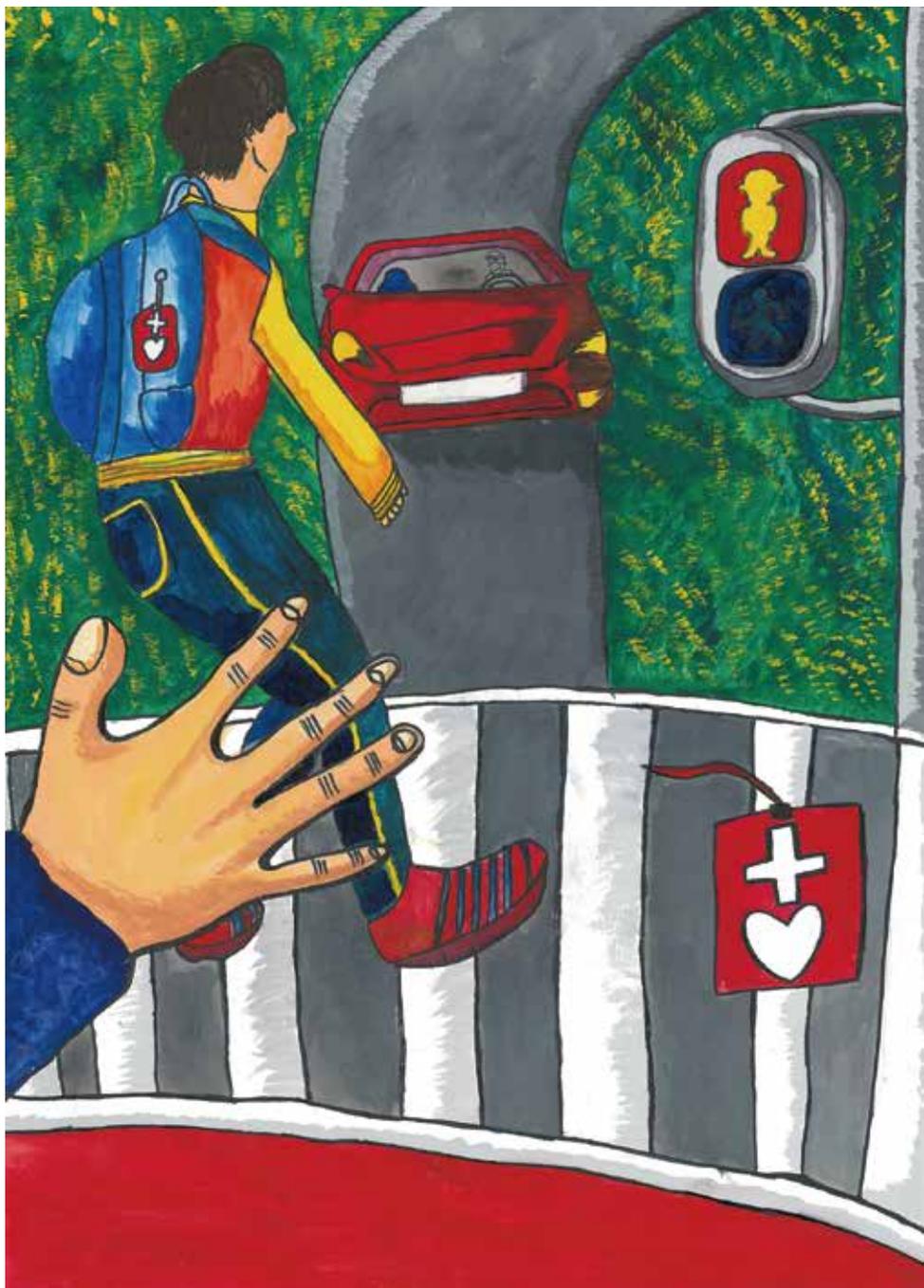


おと みちび
「音が導く」

させぼしりつふくいしちゅうがっこう
佐世保市立福石中学校 2年

うえの ゆうか
上野結布花

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
信号機のアラームでどこでも誰でも安心して歩ける。



しょうがいしゃしゅうかん
「障害者週間」

いきしりついしだちゅうがっこう
壱岐市立石田中学校 1年

たなかみなぎ
田中海凧

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

私の弟は障害を持っています。ヘルプカードのことをもっと気にしてほしいという思いから描きました。



しゅわ ひょうじょう せかい ひろ
「手話や表情で世界が広がる」

させぼりつふくいしちゅうがっこう 2年 なかお たいち
佐世保市立福石中学校 2年 中尾 太一

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）
手話や表情で言いたいことや思っていることを伝えることができる。



しょうがいしゃしゅうかん
「障害者週間」

いきしりついしだちゅうがっこう
壱岐市立石田中学校 3年

ながみ れ み
中上 怜美

作者コメント（作品で表現したかった内容、作品テーマ等）

自分の好きなように自分を表現したり、自分らしく過ごしたりするのは、一見できているようで上手くいかないこともあると感じます。自由にその人らしく生きられる世の中になってほしいと考えました。鳥のシルエットにはそんな願いを込めています。

編集後記

本県では、障害のある人に対しての理解を促進するための施策の一環として、毎年「心の輪を広げる体験作文」と「障害者週間のポスター」募集を行っておりますが、本年度は、作文に七十五編、ポスターに七十九点のご応募をいただき、厳正な審査の結果、応募作品の中から作文については小学生、中学生、高校生、一般、ポスターについては小学生、中学生の各部門において、それぞれ受賞作品を選定いたしました。この作文・ポスター集は、これらの入賞作品計四十九編・点を収録したものです。

作文の中における表現については、障害に関する用語に係る不適当な表現の有無について留意しておりますが、「心の輪を広げる体験作文」は、「出会い、ふれあい」の体験を前向きに捉えた作品であること等から、作者のご意向を損なわないようできる限り原文のとおり掲載させていただきました。

収録された作品は、いずれも、障害のある人の日々の思いや障害のある人に対する優しさ、思いやりが込められたものばかりで、この作文・ポスター集が、学校、職場、地域など様々な場において多くの方々にご覧いただき、障害や障害のある人に対する理解が深まり、相互理解が一層推進されることを期待しております。

結びに、この作文・ポスター集の編集にあたり多大のご協力をいただきました関係者の皆様方に対し、厚くお礼申し上げます。

令和五年十二月

長崎県福祉保健部障害福祉課

令和5年長崎県障害者週間作文・ポスター集

出会い、ふれあい、心の輪

令和5年12月発行

編集・発行 長崎県福祉保健部障害福祉課

〒850-8570 長崎市尾上町3番1号

(電話) 095 (895) 2451

(FAX) 095 (823) 5082

この作品集は、長崎県愛の福祉基金を活用して作成しています。

【愛の福祉基金とは】

愛の福祉基金は、障害のある方々のため基金箱を設置いただき、愛の心と寄付金を集める運動として昭和47年11月2日から始まりました。

基金箱は、各学校、企業、その他各種団体に設置していただいています。

寄付金は、長崎県愛の福祉基金として積み立てられ、障害者の芸術活動やスポーツの振興等、県内の様々な障害者の福祉の推進に活用しています。

愛の基金は、障害をもつ人や家族、又、サポートするボランティアの方々にとって多くの希望や勇気、可能性へとつながっています。

また、愛の福祉基金では、基金箱の寄付以外にも、一般寄付を受付けています。

あなたの善意を愛の基金箱に！



<基金箱製作協力>

長崎慈光園

陶器デザイナー 森正洋氏

長崎県窯業技術センター

あなたのお店に、あなたの職場に備えてください。

障害者に関するマークについて

街で見かける障害者に関するマークには、主に次のようなものがあります。
皆さまのご理解とご協力をお願いします。

障害者のための国際シンボルマーク



障害者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。マークの使用については国際リハビリテーション協会の「使用指針」により定められています。※このマークは「すべての障害者を対象としたものです。特に車椅子を利用する障害者を限定し、使用されるものではありません。

ヘルプマーク



外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくするよう作成されたマークです。(JIS規格)
ヘルプマークを身につけた方を見かけた場合は、電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

視覚障害者のためのシンボルマーク



世界盲人連合で1984年に制定された視覚障害のある人のための世界共通のマークです。視覚障害のある人の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器などに付けられています。信号機や国際点字郵便物・書籍などで身近に見かけるマークです。

耳マーク



聞こえが不自由なことを表す、国内で使用されているマークです。聴覚障害のある方は見た目には分からないために、誤解されたり、不利益をこうむったり、社会生活上で不安が少なくありません。このマークを掲示された場合は、相手が「聞こえない・聞こえにくい」ことを理解し、コミュニケーションの方法に配慮をする必要があります。

ほじょ犬マーク



身体障害者補助犬法の啓発のためのマークです。身体障害者補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことを言います。「身体障害者補助犬法」により、公共の施設や交通機関はもちろん、デパートやスーパー、ホテル、レストランなどの民間施設では、身体障害のある人が身体障害者補助犬を同伴するのを受け入れる義務があります。

オストメイトマーク



人工肛門・人工膀胱を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表しています。オストメイト対応のトイレの入ロ・案内誘導プレートに表示されています。このマークを見かけた場合には、そのトイレがオストメイトに配慮されたトイレであることについて、ご理解、ご協力をお願いします。

ハート・プラスマーク



「身体内部に障害がある人」を表しています。身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、免疫機能）に障害がある方は外見からは分かりにくいので、様々な誤解を受けることがあります。このマークを着用している方を見かけた場合には、内部障害への配慮についてご理解、ご協力をお願いします。

「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク



白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障害のある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル運動」の普及啓発シンボルマークです。白杖によるSOSのシグナルを見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをしてください。

手話マーク



手話を必要としている人を対象としています。5本指で「手話」を表す形を採用し、輪っかけて手の動きを表現しています。ろう者等からの提示は「手話で対応をお願いします」の意味です。窓口等での提示は「手話で対応します」、「手話でコミュニケーションできる人がいます」等の意味です。

筆談マーク



筆談を必要としている人を対象としています。相互に紙に書くことによるコミュニケーションを表現しています。当事者等からの提示は「筆談で対応をお願いします」の意味です。窓口等での提示は「筆談で対応します」の意味です。