心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター

2020

優秀作品集

小学生区分

香川県知事賞

内閣府 佳作

あなたの手助けが必要です

三木町立平井小学校 四年

粂井（くめい） 優志（ゆうし）

香川県

2020
優秀作品集

中学生区分
香川県知事賞

内閣府　優秀賞
（内閣府特命担当大臣賞）

美しく輝いて

綾川町立綾南中学校　三年
奥田（おくだ）　涼世（すずよ）

小学生区分

香川県健康福祉部長賞

手話で「ありがとう」

三木町立平井小学校　四年
高橋（たかはし）　かえ

2020
優秀作品集

小学生区分
香川県健康福祉部長賞

ゴールボール

三木町立氷上小学校　二年

清水（しみず）　瑠翔（りゅうと）

2020
優秀作品集

中学生区分

香川県健康福祉部長賞

みんなでいっしょに

高松市立下笠居中学校　二年

勢野（せの）　莉奈（りな）

2020
優秀作品集

中学生区分

香川県健康福祉部長賞

Lively Hearts

観音寺市立観音寺中学校　三年

山本（やまもと）　優哉（ゆうや）

小学生区分

審査員特別賞

指文字で自己紹介

三木町立平井小学校　一年

高橋（たかはし）　理矩（りく）

中学生区分
審査員特別賞

思いを込めてシュート!!

観音寺市立観音寺中学校　三年
齊藤（さいとう）　壮志（そうし）

中学生区分
香川県知事賞
内閣府　佳作

兄ちゃんへ

高松市立高松第一中学校　二年
川﨑（かわさき）　由衣（ゆい）

私は兄ちゃんが大好きです。私の衣服やエプロンにアイロンをかけてくれたり、洗濯もしてくれたりします。家事を手伝ってくれるおかげで家族のみんなが助かっており、感謝しています。家族だけではありません。誰に対しても優しく接する兄ちゃんは、私たち家族にとって自慢の兄です。兄ちゃんと過ごす時間はとても楽しく感じます。でも、私の兄ちゃんには、自閉症という障がいがあります。

「なんでみんなのお兄ちゃんと少しちがうんやろ？」私が小さい頃抱いていた小さな疑問です。一人でふらふら歩き回ったり、独り言が多かったり、当時の私にとって兄は少々厄介で迷惑な存在でもありました。しかし、私の家族は、兄を通して障がいがある方と接する機会が多く、様々な出会いの中で、その考えは徐々に変わってきました。

Aさんは、相手の意見を落ち着いて聴き、自分の意見ははきはきと言う、とても爽やかな方です。今、彼女は仕事に就いており、自立しています。彼女は普段から周囲に気を配り、私にも優しく接してくれます。母から、「あの子にはダウン症という障がいがあるんやで」という言葉を聞くまで、その事実を知りませんでした。

Bさんは、重度の自閉症と知的障がいがある女性です。彼女は一人で考えて行動することがほとんどできません。しかし、障がいのある人たちが参加するトランポリンの大会では、なんと賞を取ることができました。また、エレクトーン大会にも出場しています。Bさんのように、障がいがあっても、こんなに優れた技能をもつ人はたくさんいます。できることはいっぱいあるんです。

しかし、健常者の中には障がい者を見て「劣っている」とする、目には見えない風潮があるようです。AさんやBさんと接していると、それが不思議でなりません。健常者であっても走るのが苦手な人はいます。コミュニケーションを取るのが苦手な人だってたくさんいます。人には長所があって短所も存在します。人とは少し違う得手なことや不得手なこと、それらをひっくるめて個性と呼ぶならば、障がい者にとってのハンディーキャップもまた、個性に他ならないと思います。健常者の言う「劣っている」という目には見えない風潮は、「何もできない」という偏見を生み、例えば、就職時において採用されないといった差別をたくさんの人たちが受けています。私と兄ちゃんが歩む未来は、そうであってはならないんです。誰もが平等に、互いを尊敬しあい、明るく楽しく過ごせる、そんな社会を、兄ちゃんや私のなかまとともに創っていきたいと思います。

兄ちゃんは今日もまた、嫌な顔ひとつせずに、頼まれたことを「いいよ」とふたつ返事で引き受けて、せっせと家事をこなします。

兄ちゃんは褒め上手。知らない振りして、私のことをしっかり見ていてくれます。私が気付かない私の良さをしっかり指摘してくれます。いろいろなことも教えてくれます。私の知らない学校の事、私の知らないゲームの話。兄ちゃんは私の世界を広げてくれます。私とけんかをしても、私の方が悪いのに、兄ちゃんの方から「ごめん」と謝ってくれます。兄ちゃんは嘘がつけない人だから、私に「ここがダメ」って言うことがあって、時々私は「ムッ」とすることもあるけれど、その素直なところが兄ちゃんの一番の長所だと思っています。いつまでも変わらぬ優しい兄ちゃん。笑った顔が誰よりも素敵な兄ちゃん。心配性で、いつも私のことを気にかけてくれる優しい兄ちゃん。差別なんかに負けるなよ。私がついてるからね。

兄ちゃん、大好きだよ。

一般区分 香川県知事賞

内閣府 優秀賞（内閣府特命担当大臣賞）

笑顔で頑張る

高松市 上井（かみい） 梨瑚（りこ）

青空に照りつく太陽。連続猛暑日が続く危険な暑さだが自然と笑みがこぼれた。〝勝手にひとりぼっちにならない〟そう自分に言い聞かせながら私は再び前を向き、歩き始めた。

「何をしても何か絶対失敗するんだよね、ほら失敗した」心の中でそう呟き自分を否定しているのは小学4年生の頃の私だ。発達障害の診断を受けたのは16歳、高校生の時だったが私の中にある違和感だったその〝何か〟は随分前から感じていた。頑張っても周りとずれているような不器用さ、勉強も出来ない。その〝何か〟はどうやら自分だけでなく周りも感じていたのだろう。出来ない事を笑われたりいじめにも遭った。

私は今まで〝頑張る〟ということを大切にしてきた。結果に繋がらなかったとしても別に良かった。何よりも頑張ることが好きだったから。「頑張る」ということは今の自分より、もっと上を目指し真剣に取り組まないといけない時に使う言葉だと思っている。その思いはもちろん今も変わらない。それは当時と変わらず「頑張る」という言葉を使うのが多いからかも知れないが、やはり何よりも頑張ることが好きだという気持ちが変わらないというのが一番の理由かも知れない。人と比べて焦ったり自分を追い込んでしまう所は気をつけなければいけないと思いつつも、何かに夢中になれる。頑張りたいと強く思える日々を過ごせる事が本当に嬉しくてありがたいことだと気付けた今がある。当時、笑われるという事は私にとって、ただ本当に悲しかった。そして、悔しかった。上手くいっている人が頑張っている人で上手くいかない人は頑張っていない人という方程式は絶対に成り立たない。頑張ってもどうにもならない事や上手くいかない事はある。それは誰にでもあることだと思う。失敗をしない人なんているはずがない。だからこそ人を応援できる人が増えて欲しい、そして私自身も応援したり支える事ができる存在になりたいと思っている。

私は高校生の頃から福祉センターにお世話になり、中学校の部活で始めた卓球をきっかけに沢山の人と出会い、そこからボランティアなど活動の幅が広がっていった。そんな中、ある出会いをきっかけに知的障がいをお持ちの方の支援がしたいと強く思うようになった。私自身を助けて頂いたからだ。支援と格好良く言ってはいるが明るくて笑顔が溢れるその輪にもう一度加わりたかったから。

そして知的障がい者施設で生活支援員として働き始めた。夢が叶い充実した日々ではあったが、仕事の量や早さなど自分が頑張れる以上頑張ってしまったのか、周りと比べて焦ったり自分を追い込みすぎたのか体調を崩し辞めてしまった。

〝もう頑張れない〟退職から数ヶ月が経ち、頑張ることが好きだった私が本当にそう思った。

けれど、〝勝手にひとりぼっちにならないで〟と感じるほど温かく支えて下さる多くの方々が周りにいる事に気が付いた。そして再び立ち上がり新たな場所で知的障がいをお持ちの方の生活支援員として働き始めることができた事に本当に感謝をしている。今までと違い自分の障がいを伝えたことで「無理しないでね」「今日一日どうだった？困ったことなかった？」と声をかけて頂いたり相談しやすい環境や、しんどくなった時のための部屋を考えて頂けた。今まで自分の問題を一人で抱えながら働いていたが、今は負担が軽減されまっすぐ利用者さんをみることが出来ている。本当に温かい職場や、ここまで辿り着くことを支援して下さった方々のおかげで笑顔で頑張ることが出来ている。今は、笑顔が良いと言って頂ける事が本当に嬉しい。勝手にひとりぼっちになって無理をしていた過去の自分とは違う。

だから「笑顔で頑張る」この言葉を大切にしたいと思う。夢中になれる〝何か〟、頑張りたいと思える〝何か〟がある日々をまた過ごせるようになり嬉しさを噛みしめ生きている。この気持ちを忘れないでいたい。

私は以前、上手くいかなくて落ち込んでいた時やふとした瞬間、もしもの世界を空想することが多かった。頭の中で広がる〝もしもの世界〟

〝もしも、もっと早く発達障害だと分かっていたら…〟自分に適した環境で学ぶことが出来ていたのかな。そうしたら馬鹿にされて笑われたり、いじめられる事はなかったのかな。自分を責めたり、傷付ける事もなかったのかな。

〝もしも、障害がなく健常者だったら…〟普通に高校生活を楽しんで大学に進学していたのかな。沢山友達と遊んで社会人になってもメールやたまに会ったりして繋がっていたのかな。誰でも空想をする〝もしもの世界〟私はその世界に自分を受け止めてくれるそういった人の存在を無意識に求めていたのかも知れない。

人と違って出来ないことや上手くいかない事が私にはある。

けれど、人と違った物の見えかた、聞こえかた、感じかたで驚かれる事もある。凸凹で独特な私の世界。職場で小、中学校の同級生と再会し優しく教えてもらいながら一緒に働いている今がある。自分で周りとの間に壁を作っていたのではないかと思う程、勇気を出し一歩を踏み出してみたら、周りには優しさや温かさで溢れていた。だから私は頑張ることができるのだと、笑顔でいられるのだと伝えたい。大好きな仕事、大好きな職場。何一つ無駄な事なんてなかった。今日も明日も笑顔で皆と頑張りたい。

中学生区分
香川県健康福祉部長賞

会社見学でのふれあい

香川大学教育学部附属高松中学校　二年　三谷（みたに）　明聖（はるき）

父の会社では、障害者雇用に関する法定雇用率を達成するために、特例子会社という制度を活用し、障がいのある人たちを十名ほど採用しています。父は数年前その会社の立ち上げに携わったこともあり、採用されている障がい者の皆さんとも顔見知りです。特例子会社の事務所は会社から少し離れたところにありますが、父は時々、そこで頑張っている皆さんの様子を見に行くことがあるそうです。

ある日、父が僕を

「みんなが頑張っているのを応援にいかないか。」

と誘ってきました。僕は、皆さんとうまく話せるか、皆さんの仕事の邪魔をしないか、不安でしたが、頑張っている人を応援するのは大事なことだと思い、父についていきました。

皆さんの仕事は、父の会社の大きな研修センターの清掃と施設に付随する宿泊施設の清掃とベッドメイクでした。働く人は三十歳以上の人が多いと思っていたのですが、意外にも特別支援学校を卒業したばかりの十代の方が大半で、少し学校のような雰囲気の会社でした。

事務所の壁には手話の一覧表も掲示されており、耳の不自由な社員に、他の社員が手話で話しかけて、上手にコミュニケーションをとっていました。僕も手話一覧表を見ながら、「おはようございます」「初めまして」「頑張ってください」をその方へ手話で話しかけることができました。その方は、話すことができるので、

「初めまして。ありがとう。」

と返してくれました。何気ないあいさつでしたが一つやり遂げた感があり、僕はとてもうれしく感じました。

その日の午前中は、皆さんが仕事に取り組む様子を見学して、昼食も研修センターの社員食堂で皆さんと一緒にとりました。僕が一番仲良くなったのは、入社二年目の十九歳の知的障害のあるお兄さんでした。お兄さんの清掃やベッドメイクをたくさんの汗を流しながら取り組む姿や、後輩にテキパキと指示をする姿から、最初は怖い感じがしました。

休憩時間の時に話をすると、お兄さんはゲームが大好きで、僕が知っているゲームについても、とても強いプレイヤーでした。ゲームの話でひとしきり盛り上がって

「今度、通信プレーしよう。」

と言ってくれました。その後仕事中のお兄さんは、後輩へ正しく指導していただけだったのだと気づきました。

また、午後からは、特例子会社の専務さんのご厚意で、皆さんの仕事の邪魔にならない程度に、ベッドメイクの体験ができました。お兄さんたちがテキパキとシーツをパリッとセッティングしていたので、「健常者の僕はもっと頑張らないと」と気合いを入れてやってみましたが、全然上手くできませんでした。上手にできるコツをお兄さんに聞くと、

「このベッドを使うお客さんの気持ちを考えて、丁寧に清潔にセットすることだよ。」

と教えてくれました。気が付くと、僕もお兄さんに負けないくらいの大汗をかきながらベッドメイクをしていました。

父に誘われて、どうしようかなと迷いながら参加した特例子会社見学でしたが、皆さんを応援するどころか、皆さんから教えてもらうことの多い、充実した貴重な体験となりました。

今まで、障がいのある方々に対して、どう接すればよいのかわからず、見て見ぬふりをする自分がいました。この経験を通して、障がいのある方々の仕事に対する姿勢、そして熱意、お客さまへの気持ちを感じることができました。今後、障害のある方々のひたむきさを忘れずに、何事にも一生懸命取り組みたいと思います。

中学生区分
香川県健康福祉部長賞

心の壁

香川大学教育学部附属高松中学校　一年
増田（ますだ）　理帆（りほ）

世の中にはいろいろな人がいる。多様性というものだ。その中には、障害のある人もいる。

私が小学校六年生の時、「いろいろな人とふれあおう」という授業が行われ、クラスごとに幼稚園児やお年寄りなどとふれあったり話を聞いたり、いろいろな体験をすることになった。そして、私のクラスは「障害のある人」と関わり、障害について考えることとなった。私達の学習のために障害のある方々が何度か小学校へ来てくれることにもなった。その時、私は正直不安な気持ちがあった。その理由は私は今まで障害のある人と接したことがなく、どう接すれば良いのか分からなかったからだ。しかし、私はその後障害のある人とのふれあいを通して、この気持ちや、考えが大きく変わることとなった。

その経験というのは、障害のある人にボッチャという障害者スポーツを教わり、一緒にやってみたというものだ。障害のある人と初めて会ったとき、その人は足をひきずって歩いて来た。足が悪いのかなと思っていると、その人は自己紹介を始めた。でも話す言葉が聞き取りづらい。なんでだろうと思っているとその人が言った。

「私は体の半分がマヒしているんです。」

私はドキッとした。障害があるということの重さが、心に「ずしん」と重くのしかかってきたように感じた。私はその気持ちのまま、ボッチャの説明を受け、その後実際にやってみることになった。すると思った以上に楽しくて、さっきまでのどんよりした気持ちは、いつの間にかなくなっていた。まるでボッチャがポーンと投げ飛ばしてくれたようだった。また、審判をやってくれていた人も、障害のある人だったがとても楽しそうに笑顔で接してくれたので、私もつられて楽しい気持ちになっていった。一緒に楽しんでいると最初は気にしていた障害のことも、いつの間にか、気にならなくなった。一緒に楽しむことで、「心の壁」が取り除かれたように感じた。

私の心の壁を取り除いたのは一体、何だったのだろうか。ボッチャというスポーツを一緒にやったからなのだろうか。私の心の壁が取り除かれた理由は、障害がある、なしに関係なく、お互いに素直に感情を出し合い、お互いを良く知ることができたからだと思う。私は中学生になってほぼクラスの人が知らない人ばかりで不安だった。でも、一緒に授業を受けたり、話したりしているうちに仲良くなれた。今思えば、障害のある人とのふれあいもこれと同じだったんじゃないだろうか。クラスに、様々な個性の人がいるように、障害もまた一つの個性だ。障害がある、ないには関係なく、お互いをよく知り、素直に感情を出し合えば、心の壁は取り除かれるのではないだろうか。

一般区分

香川県健康福祉部長賞

「パラリンアート」を通して感じたこと、学んだこと

丸亀市
谷口（たにぐち） 豊己（とよき）

私は、三年前から施設でパソコン入力の仕事をしながら、「一般社団法人障がい者自立推進機構パラリンアート」という団体にアーティストとして属し、絵やイラストを描く活動を行っています。この「一般社団法人　障がい者自立推進機構パラリンアート」という団体は、世界中の障がい者の方々が属し、絵やイラストを描いています。その描いた作品をウェブ上に公開しています。そして、その公開した作品を見ていただいた企業の方々が気に入った作品を購入し、作品を描いているアーティストには収入が入ります。同時に企業側に展示していただけるというアート活動です。

その活動を通じて、私が一番嬉しかったことは、「パラリンアート」のサイトから、私自身の作品をたくさんの人々が見ていただけることです。そのことにより、この作品が社会の中で人々と繋がり、少しだけでも社会に貢献出来たことです。見た人に元気が出たり、楽しそうな笑顔になったりしながら、作品を見ていただけることが私の喜びです。

「パラリンアート」の活動はとても楽しいですが、時にしんどくなってしまう時もあります。描こうと思った時に画用紙に向かうけれど描けなかったり、自分の不注意で作品を描く自分のペースを間違えてしまい、疲れていたりして腕や手が思うように動かなくなってしまいます。そういう時は、自分の体を休ませながら「じゃあ、ここは失敗した。いま気がついた時に何が出来るかを考えよう」と心で思うようにしています。それでもどうしていいのか分からない時は、この活動を応援し、支援していただいてる施設の職員に相談しています。本当に心強いです。時には一緒に考えていただいたり、一緒に悩んでいただいたり、思いもよらないアドバイスをいただいたりする職員にいつも感謝しています。

物事を進めたり、何かに挑戦していくのに大切なことは「困ったときにどのようにすればいいか、恥ずかしがらずに頼れるか、いま何からすべきか、大切にするべきものは何か」を考えることだとこの活動を通じて学びました。このことはこのアーティスト活動に限ったことではなく、どのような場面においても大切なことだと思っています。

以前の私は、何をするにしても「考えること」が後回しになってしまい、周りを見ずにひとりで物事を考え、決めて、行動に移してしまい、周りの人々を困らせたり、ときには傷つけてしまうことがありました。そのたびに後悔したり、自分を責めたりしていました。そんな私を立ち直らせてくれたのが、「パラリンアート」の活動でした。この活動を通じてもしも私が、周りの人々を困らせたり、傷つけたりした時に「じゃあ今から私は何をするべきなのか。どのようにしたらいいのか。大切にするべきことは何か。」を相手の立場になって考えることが大事なんだと気付きました。それからは、このことを頭に入れて、この活動を支援していただいてる職員に対して、どんな時でも感謝を忘れずに取り組んでいこうと決めました。そして現在は、この活動の中で自分が出来ることを一つでも増やせるように考えながら活動しています。また、企業側が募集している作品の締め切りと、自分が作品を描けるペースも意識しながら、無理しないで楽しく描くように心掛けています。

これからも、この「パラリンアート」という活動を通じて、私自身が描きたいと思った作品を自分らしく描こうと思っています。そして、私の作品を見ていただける方々に、想いが伝わり、楽しく笑顔になっていただける作品を作っていきます。自分自身においてもこの活動を通して、体が不自由だから「これは出来ない」と決めつけるのではなく、体が不自由であっても「どのようにすれば出来るようになるのか。何を大切にするべきか」を少しずつでも考えながら行動出来るようになっていきたいです。そしてこのパラリンアートでのアーティスト活動で感じたこと、学んだことを、これからの自分の人生の自信として活かしていこうと思っています。

中学生区分 審査員特別賞

祖母の声が届きますように

綾川町立綾上中学校　一年　鴨部（かべ）　悠里菜（ゆりな）

「なんでそこに車を停めるんや？」

地元のスーパーの障がい者専用駐車スペースに、どう見ても障がい者ではない人が車を停め、スーパーにスタスタと入っていくのを見て、私は嫌な気持ちになったことがある。

私の大好きな祖母は、小さい時に交通事故に遭い、足の指が無くなってしまって、それから足が不自由になってしまった障がい者だ。

私は、小さい時から祖母とよく買い物に出かけたが、よっぽどの重い荷物がない限り、祖母は障がい者専用スペースに車を停めない。杖をついて、不自由な足で、時々私の肩を借りながらスーパーに入る。

なぜ、祖母は障がい者なのに専用スペースに車を停めないのか、私は不思議に思って、祖母に聞いたことがある。

祖母は、「本当は近くに車を停めたいけれど、車いすではないし、自分より歩くことが難しい人が車を停められなくなるからね。」と言っていた。そして、「本当に障がい者なのか？と思われるのも嫌で、杖を忘れてしまった時も停められないのよ。」と話してくれた。

それを聞いて、障がいを持っている人は、自分より重い障がいを持つ人を気遣い、そして、障がいを持っていない人の目を気にしているんだな、そんなのおかしいな、と思った。

身近に障がいを持った人がいなかったり、接することがなかったりしたら、考えることなどないのかもしれない。また、私が常識だと思うことを常識だと思わない人もいるのかもしれない。それでは、どうすればいいのか。それは障がいを持った人の意見をいっぱい聞くこと、そして、それを障がいを持っていない人へ広めることだ。

私の祖母も、障がいを持った人も、生活が少しでも楽になるように、気を遣わなくてすむように、そんな世の中にするために、私は自分にできることを見つけた気がした。

心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター

2020

優秀作品集

香川県 健康福祉部 障害福祉課

〒760-8570 香川県高松市番町四丁目1番10号

令和2年度人権啓発活動地方委託事業（法務省）

令和２年11 月発行