

2025

# 優秀作品集

小学生  
区分

香川県知事賞



ニコニコ笑顔

三豊市立下高瀬小学校 四年

赤泊 あかどまり

快星 かいせい

## 2025 心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター入選作品

香川県知事賞

小学生区分 ポスター

三豊市立下高瀬小学校

四年

赤泊 快星……表紙

香川県知事賞

小学生区分 作文

三木町立氷上小学校

五年

吉鷹 向葵……4

香川県知事賞 内閣府佳作

中学生区分 作文

高松市立木太中学校

三年

足立 安優……5

香川県知事賞

高校生区分 作文

香川県立飯山高等学校

一年

中條 美優……6

香川県健康福祉部長賞

中学生区分 作文

坂出市立坂出中学校

一年

村上 颯汰……7

香川県健康福祉部長賞

中学生区分 作文

高松市立太田中学校

一年

江野 珠生……8

香川県健康福祉部長賞

高校生区分 作文

香川県立飯山高等学校

三年

吉永 ひなた……9

香川県健康福祉部長賞

高校生区分 作文

香川県立飯山高等学校

一年

松尾 綺奈……10

香川県知事賞	中学生区分	ポスター	三豊市立詫間中学校	三年	松田 歩実……	11
香川県健康福祉部長賞	小学生区分	ポスター	三木町立氷上小学校	六年	石川 菜夕子……	12
香川県健康福祉部長賞	小学生区分	ポスター	三豊市立下高瀬小学校	五年	吉本 穂香……	13
香川県健康福祉部長賞	中学生区分	ポスター	坂出市立坂出中学校	一年	三好 茉桜……	14
香川県健康福祉部長賞	中学生区分	ポスター	三豊市立詫間中学校	三年	三宅 希依……	15

## わたしにできること

わたしは五年生になって、福祉というべん強をしました。わたしは今まで、障害者について知ることがなかったので、その機会にしらべてみました。

「障害者」と一言で言うけれど、調べて仲間分けをしてみたときに、いろんなグループに分かれているんな種類の障害があることに気づきました。その後、いろいろな道具をつけて、実さいに障害者体験をしました。おもっていたよりも目が見えづらかったり、耳が聞こえなかったりして不安なことだらけでした。毎日これで生活をしていと思ったら、自分がもしその立場だったらとてもつらいなと思いました。体験をする前はかんたんそうに思ったけれどしたあとは、障害者の気持ちがとても分かりました。よくまちへ出かけたときも、点字ブロックがおいであったり、信号機の色が赤から青に変わったときに音が鳴る物があったりして自分の生活を見直してみたら、いろんな工夫がされていました。私がお母さんから聞いた話では私がお母さんのおなかの中にいるときに、マタニティーマークのバッジをつけていたと聞きました。その時にバスや電車の席をゆずってく

三木町立氷上小学校 五年

吉鷹 よし たか

向葵 ひ まり



れたりして、まわりの人が助けてくれたそうです。マタニティーマークを見たときにどんな役わりがあるのかが分からなかったけれど、調べたり、話を聞いてみると、マークについてくわしく知ることができました。他にもマークにはいろいろな種類があつてどのマークもふだんみんなの支えがあると思つたら、みんなが気持ちよくすごせるし安心だなと思いました。よく考えて見ると、わたしもお母さんのおなかの中にいたときにマタニティーマークをつけていたらまわりの人が助けてくれたのでわたしが元気に生まれてくることのできたのはまわりの人たちのおかげだなと思いました。マークがあることで世界中の人でつながることができていてすごいなと思いました。

わたしもみんなに支えてもらっているから元気にすごすことができているので、今回調べたことを生かして、障害者のマークを見かけたら、すこしでもその人の役に立てるように今自分ができることを考えて支えあいたいです。



中学生  
区分

香川県知事賞



内閣府 佳作

高松市立木太中学校 三年

足立

安優



## 「言葉ではなく心で」

私は、クラス替えて初めて身体障がいのある女の子と同じクラスになった。別のクラスだったときには、昼休みなどに友達と楽しそうに関わっている彼女を見かけることはあったが、彼女自身の苦労や周囲のサポートは何も見えていなかった。私は、ほんの一部の表面しか見ていなかったことに気づかされた。

クラス替え初日。出席番号順の座席だったが、私の前に彼女がいた。驚きを隠せなかった。どう接したらいいのだろうと不安になった。担任の先生から、クラス全員に、彼女についてお話があった。「彼女は言葉を話せないから、タブレットを使って意思表示をするので知っておいてね。」と。その後、不安そうな顔の私は、別の先生から、「いろいろと戸惑うことがあると思うけど、よろしくね。」と声をかけられた。ますます不安が強くなり、プレッシャーを感じた。

そして、すぐに私は困ってしまった。彼女の思いをうまくみ取れない。どうしよう。正確に言えば、彼女は私の言葉をおおむね理解してくれているのに、私が彼女の伝えたいことを理解するのが難しいのだ。会話がなかなか成立せず、どう接したらよいか、全くわからなかった。

そのような中、彼女が意思表示に使っているタブレットを目にする事になり、とても工夫されているタブレット画面に目を見張った。先生方の顔写真、体調を表すイラスト、定型文。最初に担任の先生がおっしゃった「タブレットを使って意思表示をする」という意味がよくわかった。そして、このタブレットを見て、私の不安も少し解消された。また、移動は車椅子で、常に先生方が寄り添って

いる。給食は、外部スタッフの方のサポートにより、教室で一緒に食べる。衝撃的だった。これまで様々な工夫をして生活してきた彼女の気持ちを考えると、とても胸が締め付けられた。同時に、彼女の生きる力強さを感じた。

総合学習の班活動の際、彼女と一緒に修学旅行のホテルについて、パソコンで調べる機会があった。言葉を使つての会話はやはり難しかったが、タブレット以外にも、彼女は指を使ったり、うなずいたり、首を横に振ったりしながら意思表示をしてくれた。彼女と心と心で通じ合えたと実感できたことがうれしかった。

彼女はみんなと同じように行事にも参加している。沖縄への修学旅行では、二泊三日を共に過ごし、運動会やプールの授業にも参加した。サポートが大変なこともあるが、いつも前向きな彼女の姿を見て学ぶことも多い。彼女と一緒に沢山の思い出を作ることができてとても良かったと感じている。

中学生の私たちは、毎日が挑戦、そして成長の日々である。辛いことや嫌なこと、うまくいかないことは誰にでもある。彼女にだって沢山あるはずなのに、笑顔を絶やさず、苦を全く感じさせない彼女は、私と比較にならないほどの強い心をもっている、素敵な十五歳だ。私は彼女を尊敬する。彼女と出会って、私の心は本当に成長できたと思う。

あと半年余りで私たちは中学校を卒業するが、心が通じ合えば会話ができるということを教えてくれたかけがえのない友と、残り少ない中学校生活を楽しく過ごしたいと思う。

## バリアをなくすために

私は中学校の時に、車いすを使っている同級生と一緒に行動する機会がありました。最初はどう手伝えばいいのか分からず、声をかけるのもためらっていました。しかし、本人が「階段の前では声をかけてくれると助かる」と伝えてくれたことで、私は安心してサポートできるようになりました。その後、放課後に一緒に教室で過ごした時、彼女は誰よりも明るく、友達思いであることに気が付きました。私はそれまで、「障害がある人は助ける対象」という一方的な考えを持っていたことを恥ずかしく思いました。

その経験を通して分かったことは、障害の有無にかかわらず、互いに心開き合うことが大切だということです。サポートする側とサポートされる側という一方的な関係でなく、お互いの得意なことを生かし合えば、自然に支え合う関係が生まれるのだと感じました。例えば、運動が得意な人は力仕事で活躍できるし、絵や音楽が得意な人は場を和ませる力を持っています。障害がある人も同じようにその人ならではの力を持つているのです。

もし私たちが「違い」を理由に距離を置いてしまえば、心のふれ合いは広がりません。大切なのは「できないこと」よりも「できること」に目を向けることだと思います。そして、お互いを理解しようとする気持ちがあれば、思いやりの輪は広がっていくはずです。

今の社会には、バリアフリーの施設や特別支援教育など、障害のある人を支える仕組みが整いつつあります。しかし、それ以上大切なのは、一人ひとりの心の中にある「バリア」を除くことです。「困っていそうだから声をかけてみよう」「一緒にやってみよう」という小さな行動が社会を温いものに変えていくと私は信じています。

香川県立飯山高等学校 一年

中條 美優  
ちゅうじょう みゆう



私はさらに地域のボランティア活動に参加した時、障害のある人が参加していて、話しかけようとしたけど、「相手を傷つけてしまったらどうしよう」と不安がありました。しかし、実際話しかけてみると、その不安はすぐ消えました。笑顔で「ありがとう」を言われたり、会話していく中で心が温くなる瞬間がたくさんありました。私自身も相手を助けているというよりも、一緒に楽しませてもらっているという気持ちが強くなりました。

その体験を通して、私は「特別」という言葉のとらえ方が変わりました。障害のある人は、決して「特別な存在」ではなく、同じ時間を共有する仲間の一人です。むしろ、考え方や感じ方が多様だからこそ、お互いに学び合えるのだと思います。障害の有無は関係なく、誰もが持っている個性こそがその人の魅力なのだと感じました。

また、心のふれ合いを広げるためには、学校や地域だけでなく、社会全体の理解も必要です。街中で困っている人を見かけた時に自然に声をかけられる人が増えれば、それだけでも暮らしやすい社会になると思います。そのためには子ども頃から「違いを受け入れる」教育が大切だと思います。授業や体験活動を通して、障害のある人と触れ合う機会を増やせば、互いを理解するきっかけが広がっていくはずです。

私はこれからも、小さな行動を大切にしたいと思います。「手伝いましょうか」と声をかける勇氣、相手の気持ちを聞こうとする姿勢などそうした積み重ねが、やがて大きな信頼と安心につながるはずです。障害のある人と無い人が分け隔てなく支え合い、笑顔でつながる社会をつくるのが大切だと感じました。

## 笑顔がっつなく心の輪

みなさんは「心の輪」はどう言うことだと思いますか？母は「心の輪とは、気持ちがつながること、相手を思いやる気持ち広がっていくこと。そして障がいのある人もない人も、おたがいのことを理解しようとするのが、その「輪」を広げる一步になると感じている」と話してくれました。

僕の母は、精神障害のある人たちを支援する施設で働いています。小さいころからその話をよく聞いていたので、障がいのある人に対して特別な怖さや不安はあまりありませんでした。そんな中で、僕も母の職場で開かれる夏祭りや冬祭りに何度か行き、実際に障がいのある人たちとふれあう体験をすることができました。

夏祭りでは、ヨーヨー釣りや輪投げなどのゲームがありました。僕はゲームのお手伝いをしながら、利用者の方と一緒に遊びました。ある男性の利用者さんは、なかなかヨーヨーが釣れずに悔しがっていましたが、僕が「もうちょっとでいけそう！」と声をかけると、「ほんと？やってみるね！」と笑顔でチャレンジしてくれました。釣れたときは、まるで自分のことのように喜んでくれて、僕もうれしくなりました。

冬祭りのときは、手作りのゲームや展示もあって、とてもぎやかでした。母の同僚の人に「颯太くん、また来てくれたんだね！」と声かけられてうれしかったです。利用者の方と一緒に雪だるまのあてゲームをして、当たったときに「やったね！」とハイタッチをしたのも、楽しい思い出です。

最初は「お手伝い」のつもりで行ったけれど、いつのまにか

僕自身が楽しんでいて、相手の方も笑ってくれていて、おたがいに自然な気持ちで接していたと思います。そのとき、「ああ、これが心のふれあいっていうのかな」と思いました。特別なことをしたわけではありません。ただ一緒に笑って、一緒に遊んだだけ。でも、それだけで「心の輪」はちゃんと広がっていると感じました。

障がいがあるとかないとか、最初はちょっと気になるかも知れませんが、でも、話してみたり、一緒に何かをしたりすれば、意外と共通点も多いし、なにより「人と人」としてのつながりを感じることが出来ます。僕が出会った人たちは、みんな優しく、一生けんめいで、楽しいことが好きな人ばかりでした。そういう人たちとふれあうことで、自分の中にある「知らない」という壁が少しずつなくなっていく気がしました。

これから僕は、もっといろいろな人とふれあい、「心の輪」を広げていきたいと思っています。障がいがある人もない人も、同じように楽しんだり、助け合ったりできる社会になつてほしいと心から思います。そのためには、まず相手のことを知ろうとする気持ちが大切です。そして、自分の言葉で話しかけたり、一緒に笑い合ったりすることで、自然と心がつながっていくと思います。ちょっとした会話やふれあいの中にも、相手を思いやる気持ちは表れます。僕自身も、これからたくさんの人と関わりながら、自分にできることを少しずつ行動にうつしていきたいです。人と人の間にある見えない壁を、やさしさや理解で取りのぞいていけたらと思います。

坂出市立坂出中学校 一年

村上 むらかみ颯汰 そうた



## 自分らしく生きること

私には生まれた時から聴覚障害を持った弟がいます。聴覚支援学校に通っていて同じような障害をもった友達と手話や指文字などを使って会話をしています。小さな子供たちの面倒をよく見て、クラスメイトが困っていると進んで助ける優しい弟です。

一方、聴覚支援学校以外の聞こえる友達とのコミュニケーションでは、話しかけられても気付かなかったり、聞き取りにくかったりすることがあります。聴覚障害者が補聴器をつけていると健聴者のように聞こえると思われがちですが、実際は周りの雑談や騒音がすべて入ってきており、さらにそれぞれの声がゆがんで聞こえて、聞き取ることが難しいのです。

しかし、聞こえない代わりに目をよく使います。聞こえる人よりも物覚えが早いこともあり、驚かされます。目の高さを合わせて小さな子供と話したり、いろいろなことに興味を持ち、全力でチャレンジする弟の姿を見ると、「自分も頑張らなければいけない」と思う時があります。

私たちは障害者を支えているだけではなく、互いに支え合っているのです。どんな人でも出来ることと、出来ないことがたくさんあります。障害によって一部出来ないことが決められているかもしれませんが、出来ることもたくさんあります。私たち一人ひとりが持っている「長所」「短所」は、お互いを補うためにあるものと考えられないでしょうか。社会は大きなジグソーパズルの様で、ピース一つ一つは違う形をしており、それぞれが合って初めて絵が完成するのだと私は思います。

高松市立太田中学校 一年

江野<sup>えの</sup>  
珠生<sup>たまき</sup>

夏休みに、聴覚障害者のオリンピックであるデフリンピックの日本代表バドミントン選手に会う機会がありました。「自分と同じような障害を持った子と関わりたい」という選手の手で開催された企画でした。選手はどんなときも胸を張り、堂々とした姿で、かつ優しく私たちに語りかけてくれました。それは長年の厳しい練習で育んできた技術だけでなく、自身個性を受け入れ、それを力に変えてきた揺るぎない自信の表れに見えました。その姿は私の中の「障害のある人は、弱弱しくかわいそうな存在だ」という勝手な思い込みが間違っていると気付きました。

人と人とのつながりは言葉や能力だけでなく、互いを尊重し、支え合う心から生まれているのです。誰もが胸を張り、自分らしく生きていくべきです。この経験は私自身の生き方を見つめ直すきっかけとなりました。

障害の有無に関係なく誰もが自信をもって活躍できるように素晴らしい世界を広げていけるように行動していきたいと思いました。

今年は四年に一度のデフリンピックが初めて東京で行われます。この記念すべき大会は多くの人にとって聴覚に障害のあるアスリートたちの存在と彼らがスポーツにかける情熱を知る大きなきっかけになると思います。そして彼らが活躍する姿は障害の有無に関係なく、誰にでも可能性があること、そして自分を信じて挑戦し続けることの大切さを教えてくれるでしょう。





## 変わっても変わらないもの

最近、ひいおばあちゃんが私のことを思い出せないらしい。私にとってひいおばあちゃんは小さい頃からずっと優しく可愛いがってくれた、大好きな存在だった。一緒に散歩をしたり、ご飯を作ったり、折り紙を折って遊んだりしてくれた。あれから十年経った今はもう、「誰かな？」と返される現実。胸がぎゅつと締めつけられる。「私のことを忘れてしまったのか。」と心の中が寂しさでいっぱいになる。人は誰でも年を取るし、体も心も少しずつ変わっていく。けれど、記憶というのは、いつまでも消えないものだ、共に過ごした証だと思っていた。だからこそ、記憶が薄れていく現実を受け入れるのは、とても辛い。ひいおばあちゃんだけではない。最近はおじいちゃんも少しずつボケてきているような気がする。私の名前を間違えたり、ご飯を食べたばかりでも、もう一度食べようとしていたりしている。このような物忘れや混乱が増えた。「ボケてなんかないわ。」とおじいちゃんは言うけれど、私の心の中では、「大事な人がどんどん私のことを忘れていく。」と、不安な気持ちでいっぱいになる。忘れられていく悲しさは、言葉で表せられないほど深い。まるで、自分の存在がこの世から少しずつ消えていくような、そんな気持ちになる。私は最近、ひとつのことに気が付いた。それは、たとえ名前を忘れられても、過ごした時間や気持ちは、心のどこかに残っているのではないかと、ということだ。ひいおばあちゃんは、私のことを思い出せなくても、私がほほ笑めば、ひいおばあちゃんも優しくほほ笑んでくれる。記憶は薄れていても、心はまだそこにあって、ふれあう心は今も続いていると感じられる。ふれあいとは、態度や言葉だけではなく、手のぬくもり、表情、声色、そして何より一緒にいるという時間の中にある。人と人が心でつながるということだと思う。私はこれから、ひいおばあちゃんやおじいちゃん、もつとふれあっていきたい。名前を呼ばれなくても、昔のように会話が出来なくても、目を見て、一緒に過ごす時間を大切にしたい。たとえ、

完全に忘れられたとしても、私は決して忘れない。ひいおばあちゃんがくれたぬくもり、おじいちゃんが教えてくれた優しさ、全てが私の心の中に生き続けている。そんなことを言っても、やはり、人に忘れられるということが、こんなにも苦しいものとは思っていなかった。特にそれが大事な人であれば、なおさらだ。私は、ひいおばあちゃんに対しても、おじいちゃんに対しても、思う気持ちは変わらない。私が彼らに話しかけたり、笑い合ったりしたことは、たとえ彼らが覚えていなくても、その時の心に届いていると信じている。ひいおばあちゃんの手を握ったとき、少しだけほほ笑んでくれたことがあった。私のことを思い出したのかは分からないが、その一瞬の笑顔で、心は繋がっている、と感じることができたのだ。記憶がなくなつたとしても、気持ちや愛情は、ちゃんと届くのだと、信じられるようになった。そして今、私は限られた時間を大切にしようと思っている。人は誰でも、いつかは必ずいなくなる。ひいおばあちゃんも、おじいちゃんも、私よりずっと長い時間を生きてきた人だ。だからこそ、これから先の残された時間は、心を込めて過ごしていきたい。会話が成り立たなくなつても、話しかけること、手を握ること、そばにすることは出来る。そんな小さな「ふれあい」の積み重ねこそが、「心の輪」と考える。認知症の人と向き合うのは、正直、簡単なことではない。大切な人の記憶から自分がいなくなるのだから。時には、虚しさや戸惑いを感じることもある。私は大好きな人が変わってしまった、そこには「変わらない気持ち」があると信じている。彼らに忘れられてしまつても、私は彼らのことは忘れない。その思いが言葉で伝えられなくても、いつか彼らの心に届くと信じている。そして、私はそういった気持ちの積み重ねが優しさの連鎖になつて、心の輪がもっと広がっていくことを心から願っている。



## 障がいはい関係ない

これは私が中学二年生頃の事です。ある日、私は家に帰って動画を観ていました。するとオスメの動画として手話に関する動画を見つけてました。難聴の女性の方が日常生活で使える手話や名前などを伝える時に使う指文字などを解説している動画でした。私はそれまで手話は知っていましたがどういったものかは知りませんでした。この動画を観て手話に興味を持ち勉強を始めました。あいさつから「昨日」をしました。」などの文章を表現できるようになりました。しかし、私は私がやっている手話は耳が聴こえない方にきちんと伝わるのかという不安がよぎるようになりました。そこで母に相談してみると、地域に耳が聴こえない方が手話を教えているサークルがあることを教えてもらい通うことにしました。通っていく中で動画やネットで調べてでてる手話は全国で使われているもので地方などに行くと地方独特の手話があり伝わらないものもあることを知りました。私が住んでいる地域ではどのように表現しているのだろうと思い、より一層勉強をしました。同時に今住んでいる地域から離れた時は一般的なものが必要となるのでそちらの勉強もしました。覚えられるか不安でしたが私がする手話が耳の聴こえない方に伝わる度に嬉しかったので覚えることができました。

サークルでは手話だけでなく耳が聴こえない方がどのように暮らしているのか、耳が聴こえて手話ができない方とどのように接しているのかなどのお話を聞くことができました。耳が聴こえない方でも聴こえる人と変わらずに暮らしていて特に困ることはないそうです。しかし、散歩をしていて自転車や自動車のクラクションが聞こえず怖い思いを何度もしたとおっしゃっていました。耳が聴こえない方は見た目では分からないので気づいた近くの人が肩などを叩いて気づかせてあげるなどの配慮が必要なのかなと思いました。耳が聴こえて手話ができない方とは主に筆談で会話をしているそうです。しかし、筆談は書く手間があるので口の形を見せてくれば

大体は分かるのでできればそうしてほしいとおっしゃっていました。私はこれを聞いて口の形を見せる事に抵抗がある方もいますし、伝わっているのか分からないので筆談のほうが良いのかなと思いました。このようにサークルでは耳が聴こえない方の生活を知ることができるので実際に街中で会った時にどうすれば分かりやすいのかを考えて行動しようと思いました。

サークルに通い始めて半年くらい経ったある日、大型ショッピングセンターに行った時にサービスカウンターで話している人を見かけました。どうやら訪ねている人は耳が聴こえないようでスタッフの方が筆談で対応していました。ですが、聞きたいことが伝わらないのか訪ねている人は困ったような表情をしていました。そこで、私は勇気を出して二人に話しかけることにしました。スタッフの方には言葉で訪ねている方には手話で通訳をしました。無事に解決した後、「一人から「ありがとう」と言われたのでとても嬉しかったです。筆談で何とか対応しようとしたスタッフさんもすばらしいと思いました。

動画を観て手話を勉強し、サークルに通い始め耳が聴こえない方の生活を知りどうしてほしいのかを意識していると勇気を出して声をかけようと思いました。これからは私はサークルに通い手話を勉強し続けようと思いました。将来、手話に関する資格をとって私が手話を教えられる側に回りたいと思いました。

日常生活の中で障がいがあってもみんな変わらず暮らせるようにお互いに気を配って困っている人がいれば勇気を出して声をかけていくことが大切だと思いました。まだどんな障がいがあるのか調らべてまず知ることからやっていこうと思いました。誰もが快適にくらせるようになればいいと思いました。友達や家族にも話して親切の輪が広がれば良いなと思います。









心の仲間

小学生  
区分

香川県健康福祉部長賞

三木町立氷上小学校 六年

石川<sup>いしかわ</sup>

菜々子<sup>ななこ</sup>





小学生  
区分

香川県健康福祉部長賞

みんながやさしくつながる世界



三豊市立下高瀬小学校 五年

吉本<sup>よしもと</sup>

穂香<sup>ほのか</sup>







夢を諦めないで

中学生  
区分

香川県健康福祉部長賞

坂出市立坂出中学校 一年

三好<sup>みよし</sup>

茉桜<sup>まお</sup>





中学生  
区分

香川県健康福祉部長賞

知ることから始まる



三豊市立詫間中学校 三年

三宅

希依



心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター

2 0 2 5

# 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

