

令和7（2025）年度

少年の主張中学校校内大会最優秀作品集

三好中学校3年

神本 彩音

私の温かさで包み込めたなら

北中学校2年

肌附 奈央

して良い無理としてはいけない無理

南中学校3年

山中 千宙

『私の生きた証』

三好丘中学校3年

林 希々羽

相手を知ることの大切さ

みよし市青少年健全育成推進協議会
みよし市

はじめに

みよし市青少年健全育成推進協議会

会 長 吉 田 増 美

日ごろは、みよし市青少年健全育成推進協議会の活動にご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

本協議会では、「青少年の被害・非行防止に取り組む運動」や「青少年によい本をすすめる運動」、「家庭の日」推進事業など、多様な取り組みを通じて、次代を担う青少年の健全育成に努めておりますが、そのひとつとして「少年の主張」事業を実施しております。

「少年の主張」事業は、青少年が日ごろの思いや実践していることを言葉にして表現することや、他者の思いに触れることで、自己や他者への理解と自主性、社会性、協調性などを養う貴重な機会となっております。今年度は市内の5つの小・中学校で約1,300人の児童生徒が自身の主張を作文にし、学級発表会や校内発表会が行われました。

この「令和7（2025）年度 少年の主張中学校校内大会最優秀作品集」に掲載された作品は、私たち大人にとっても学びや気づきを与えてくれるものばかりです。青少年の率直な声や夢、課題に対する思いが詰まったこれらの作品が、地域社会の未来を照らす灯となることを願ってやみません。また、長年、市内の教育現場で教員として子どもたちと向き合ってまいりましたが、作品集に掲載しきれないたくさんの青少年の主張があり、それを尊重していくことが家庭や学校・地域における青少年の健全育成の要になると信じております。

今後も青少年が安心して自分らしく成長できる環境づくりを進めてまいります。皆さまのご理解とご支援を心よりお願い申し上げます。

令和七年十月

私の温かさで包み込めたなら

三好中学校 三年

神 本 彩 音

私は身体的な介護の知識がなくても、精神的な介護で支えることができると考えている。こう考えるようになったきっかけは約二年前に遡る。

私の母方の祖父母は二人暮らしで、それぞれ足腰が弱く一人で歩けなかったり、認知症を患っていたりする。祖母は東海市に住んでいて、みよし市に住んでいる私たちでは、毎日行つてあげられない。最近になつてくると、病院に行く回数も多くなり、笑顔になることも少なくなつてしまった。私は困ってしまった。私が出来るとは精々、会話することや料理することぐらいで、何もしてあげることが出来ない、と頭を抱えた。気持ちが悪くわかつてあげられない、という無力感に胸が張り裂けそうだった。私は兎に角、知識をつけよう、役に立たなければ、という焦燥感に迫われ、体を支える時のコツや認知症との関わり方などを調べようになった。ある日、母から、祖父と通話した際に聞

いた祖母の様子を話された。内容はこんなものだった。

「典子ちゃん、いつ結婚したの。いつ子供が生まれたの。」

典子ちゃん、というのは母の名前だ。私は祖母がそう話していたということを母を通じて知った。私は怖くなった。いつか私は祖母に忘れられていくのかもしれない。祖父も歩けなくなってしまうのかもしれない。近い将来、一緒に居られなくなってしまうのかもしれない。そうやって、どんどん妄想が膨らんでいつて、どうすればいいのかわからなくなってしまった。そんなとある日、母に言われた。

「あやちゃんはまだ、そばにいてあげるだけでも十分役に立てているよ。」

きつと私の様子を見て、察して声をかけてくれたのだらう。私はその言葉を聞いて

ハッ、とした。そっか。身体的なサポートが出来なかったとしても、心のサポートをすることなら出来るんだ、私も役に立てるんだ、と気づかせてくれた。

今、世の中ではヤングケアラーと呼ばれる子供がいる。それは十八歳未満の子どもが本来、大人が担う家事・家族の介護などをしていることである。ある記事によると、十

八歳未満の約二万人中四・八%がヤングケアラーであるという。この結果から多くの子どもが介護に関わりを持っていることがわかる。

又、このことを周りに相談していない人は約八割だという結果も出ていて、この事実があまり表面化していないこともわかる。この記事を読んでみて、もしかしたら私のように関わり方に迷いがある人もいるのかもしれない、と感じた。だからこそ、私は強く主張したい。身体を支えられなくても、私たちは心を支えるという関わり方ができるということ。

もしかしたら、「介護は身体的な面を優先するべきだ。」と考える人も居るかもしれない。確かにその意見も間違っているのではないだろう。だが、何も出来ないことに対して、マイナスに考えてしまうことも考えられる。その為、一概に「確実にそうである。」と言い切ることは出来ないだろう。又、子どもという立場では体力的な問題も出てきてしまう。そういった点から私たちができることとして精神的な介護が良いと考えた。

現在、私の祖父は体調を崩し、入院しており、祖母は妹と私のことを間違えるなど少しずつ症状も酷くなっている。これからこうしたことも多くなってくるだろう。私は

同じことで悩んでいる人へ伝えたい。身体的なサポートだけが介護ではなく、会話をすることや一緒に料理すること、心の介護につながる。絶対に手伝うことが条件ではなく、そばで見守ってあげるだけでも十分、気持ちのサポートができる。どうか一人で抱え込まないで周りの人に頼ったり、協力してほしい。そして周りの人はそれを受け入れ、手伝ってあげたり支えてあげてほしい。私は、今年受験生で思うように支えられないかもしれない。けれど、一見、日常的で普通なことでも安心できるように、気持ちに寄り添ってあげられるように。祖父母のこころを私の温かさで包み込めたなら。

して良い無理としてはいけない無理

北中学校 二年

肌 附 奈 央

「無理をしちゃだめだよ。」

何かの練習をしているときや、勉強をするときなど、先生や先輩によく言われる言葉です。でも、私は無理とはするべきものだと思います。

一年生の三月、登山家の野口健さんという方のトークショウを聴きました。話の中で、野口さんは

「していい無理と、してはいけない無理がある。」

とおっしゃいました。私も年に数回登山をしますが、登山では常に無理をしています。でも、ひとつ間違えて、してはいけない無理に手を出してしまうと、命を失うようなことになってしまうので、して良い無理を超えてはならないとおっしゃっていました。

その日、家に帰って母と話していたときに、野口さんの話が話題にあがりました。母は普段から、授業の内容や友人関係などの話でよく相談に乗ってくれます。その日も同じように話していました。その中で、私の心に深く残る一言がありました。

「無理をしてみないと、どこまでが自分のして良い無理で、どこからがしてはいけない無理なのかわからないよね。」

誰だって無理はしたくないと思いますが、自分がどこまでできるのかは、無理をしてみないとわかりません。

そして、無理をすることで自分自身を成長させることができるのです。私が通う剣道教室の先生がよくおっしゃる言葉があります。「自分を成長させるためには、やるべきことをやりなさい。やるべきことをやると、自然にきつくなる。稽古がきついということは、頑張っている証拠。」

稽古というのは、して良い無理。むしろ、するべき無理だと言えるでしょう。部活動でも習い事でも、与えられたことを行えば、大変になるものです。稽古や練習はきついものであり、やるべきことを全て行えば、もっときつくなります。だから大変なことを自分から選びたくはないと思いますが、無理をしなければ、上達しないこともみんなわかっていくでしょう。無理をすれば大変になり、上達します。無理をしなければ楽であり、上達しません。どちらを取るかと聞かれれば、私は間違いなく前者を選びます。それも、自分が上達したい、うまくなりたいと思っていることなら、きつとそうするはずです。学校の課題はやるかやらないかを選ばませんが、自分の行っている習い事などは、

習うことを続けるのか、やめるのかを選ぶ人も多いと思います。そういったとき、無理してでも上達したいのか、そうでないのかを考えて選択するのも、一つなのではないでしょうか。

して良い無理と、してはいけない無理。私たちが普段している「無理」というのは、野口さんたちのような命懸けのものではありません。だからこそ、私たちの「して良い無理」の範囲は広いと思います。無理をしてみても、自分がどこまでできるのかを知る。そうすれば、どこまでが「して良い無理」なのかがわかってきます。そのために、まずは無理をしてみてください。そして、自分の無理の範囲を知り、して良い無理をどんどんしていきましょう。無理をすることが、自分自身の成長につながるのではないかと私は考えます。

『私の生きた証』

南中学校 三年

山 中 千 宙

「どうせ死ぬのに。」最近、何かを頑張ろうとするたびに、この考えが頭をよぎる。例えば、勉強をするとき。なりた
い自分を思い描いて、辛い勉強を乗り越えて、憧れの大人
に一步近づく。それでも、最後に待ち受けるのは死だ。死
んだらそれで終わりで、何も残るものはない。それなのに、
なぜ頑張っているんだろう、なぜ生きているんだろうとい
う考えが、私の頭の片隅にいつもあった。

「あなたの生きる理由はなんですか。」そう問われたと
き、皆さんはどう答えるだろうか。叶えたい夢があるから、
大好きな人がいるから、毎日が楽しいから。答え方はいく
つもあるし、正解はどこにもない。しかし、私は、この問
いにはまっすぐに答えることはできなかった。なぜなら、
人はいつか死ぬと分かっているからだ。どれだけ充実した
人生を送っても、夢の実現のために努力を重ねても、最後
は死ぬし、死んだら何も残らない。どうせ死ぬのなら、世
の中に溢れる辛いことや悲しいことをわざわざ乗り越え
てまで生きる必要もないし、何かを頑張る理由もない。ず

っと、そう思っていた。けれども、生まれたからには、命
が燃え尽きるそのときまで生きていかなければならない。
私の生きている理由は何なのか、人が死んだら残るものは
あるのかということをずっと考え続けていた。

そんなとき、家族で祖父と祖母の思い出話をした。私の
祖父母は、私が小さい頃に亡くなってしまった。しかし、
今でも祖父母と遊び、笑い合った日々が鮮明に思い出され、
もう少し一緒にいたかったなと寂しくなる。私の記憶の中
の祖父母は、いつも笑顔で、優しくかった。そんな祖父母の
そばにいと胸の中が暖かくなり、安心できた。だからこ
そ、私も周りの人に対して優しく接することができる人間
でありたいと思えたし、祖父母のようにできる限り笑顔で
いようと心がけている。たとえ今はこの世にいないとも、
私の心のどこかには祖父母の姿があって、知らず知らずの
うちに祖父母に近づきたいと思っている。そんな自分に気
付き、驚きを感じた。同時に、今まで考え続けていた問い
の答えが見えてきた気がした。

死んだら何も残らなくて、全部終わり。そんな私の考え
は、間違っていたと気付いた。人生が終わっても残るもの。
それは、自分が周りの人に与えた影響だと思う。何気ない
毎日の中の、何気ない言動や行動が、周りの人の胸に残り、

私もこうありたいと思わせる。大きく言えば、人の人生を変えるスイッチのような役割をする。私にも、祖父母に限らず、多くの人から受けた影響がある。家族や先生から言われた言葉、友達のさりげない行動、好きな音楽の歌詞、物語の登場人物の台詞。その一つ一つが、私の心にしっかりと刻まれ、今の私を形作っている。皆さんの心の奥底にも、誰かの姿が刻まれているのではないだろうか。だから、人と関わる中で自分の姿がそのまま誰かの心に刻まれ、それが自分自身の生きた証となり、自分が死んでも残り続けていくと気付かされた。

私はその時から、「どうせ死ぬのに」と考えることをやめた。「どうせ死ぬなら」と考えることにした。どうせ死ぬなら、私が私を格好いいと思える姿で、誰かの胸に刻まれたい。どうせ死ぬなら、たくさんの人の心のどこかに「私」という人間が生きられるようにしたい。それが、私の生きた証になるから。そのためには、人と関わることや、自分を表現することが必要だ。私は周りの人とコミュニケーションを取ったり、自分から意見を言うことがそれほど得意ではない。けれど、もし私の行動や言動で人生を変えるきっかけができる人がいるのなら、自分からアクションを起こして、たくさんの人と関わり合っていきたい。これから

先、辛いことや悲しいことがたくさんあって、生きるのが嫌になることもあるかもしれない。それでも、それを持ち越えて生きて、自分らしく色々な人との関わりを大切にしたい、今後の人生を歩んでいく。

私の好きな曲の歌詞に、こんなものがある。「生き汚く生きて、何かを創ったら、あなたの気持ちが千年生きられるかもしれないから。」

私が創っていくものは、私の生きた証だ。たとえ本に載っている偉人のように大きなことはできなくても、私は私らしく生きていく。

人はいつか死ぬけれど、私の姿が、気持ちが、誰かの心の中で千年生きられるかもしれないから。

相手を知ることの大切さ

三好丘中学校 三年

林 希 々 羽

皆さんは人との違いを感じて、嫌な気持ちになったり、生きづらいと思ったことはありませんか。

私には手掌多汗症という持病があります。手掌多汗症とは、暑さとは関係なく日常生活に支障をきたすほど手のひらに発汗する症状のことです。皆さんはこの病名を聞いたことがありますか。私は友達にこのことを打ち明けたとき、その友達は、コマーシャルで見たことはあるが身近にいるとは思わなかったと言っていました。ですが、二〇〇九年に行われた日本の調査では、原発性手掌多汗症を発症している人は、十九人に一人いると言われています。多くの場合、発症の原因はわかっていません。厚生労働省の指定難病には該当しませんが、障がい者総合支援法では「難病等」に当てはまり、障がい福祉サービスを受ける対象となっています。

この病気により私は日々様々なことに悩まされています。まず、勉強面では手の汗によりテスト用紙が濡れてしまい回答が書けないことや勉強用タブレットが反応しな

いことがあります。体育の授業や行事などでも握手や肩を組む行為などは意図的にさけて過ごすことが多いです。それは、ひどい手汗をかけた状態で手を触れることにより、相手に不快な思いをさせないようにするためです。また、季節に関係なく汗によって指先や足先の体温が低下してしまうこともあります。さらに、外出時は手汗を拭くためにハンカチを複数枚持ち歩くようにしています。次は、趣味の面についてです。私は、年間数十冊読むほど本が大好きなのですが、手汗のせいで図書館の本を借りることを躊躇していました。そのため、気にせず何度でも読めるように父がたくさん買ってくれました。しかし、大切な本ほど何度も繰り返し読むため、だんだんと汗で黄ばんできたり、波打ったりしてしまい、悲しい気持ちになっていました。このように他の人とは違う行動を取らざるを得ないことがあるため、このことが原因で悪口を言われてきたことも多々ありました。その度になぜ私はこんなにも他の人と違うのか答えの出ない疑問にずっと頭を悩ませてきました。そんな私の様子を見た母は、テレビで手掌多汗症についてのコマーシャルを見たことをきっかけにかりつけの皮膚科に連れて行ってくれました。これにより、私の症状には手掌多汗症という診断がつけられました。今までずっ

と体質だと諦めていましたが、こうして手掌多汗症だと診断がつき、病院から処方された薬を使用することで症状が抑えられ、大幅に生活が改善されるだけでなく、精神的な負担も和らぎました。

このような経験から、私の他にも様々な障がいがあり、困っている人がいるのではないかと思い、街で意識しながら歩いていると、思っていたよりも多くヘルプマークを見かけました。同時に、見た目ではどんなハンディキャップがあるかわからない方も多いことに気がきました。そのため、実は気づいていないだけで何か困り事があるのかもしれないとも感じました。

近年、多様性という考え方が重要視されてきています。詩人として有名な金子みすずさんは、「みんなちがってみんないい」という言葉を残しています。この言葉は、一人一人に違った良さがあり、同じ人など一人もいない、という人間にとっては当たり前であるべきことを表しているように感じました。私はこの言葉に救われました。さらに、ありのままの自分を認めることができ、他の人のことも認めることができるようになっていきました。しかし、自分の悪口を言った相手の全てを認めることはとても困難なことだと思えます。ですが、憎しみは憎しみしか生み出し

ません。そんなときはまず最初に、相手のことを知り、それから相手の良いところを一つでも良いので見つけてみてください。相手の全てを認めることはできなくても、自らの気持ちを軽くすることはきっとできるはずです。お互いをよく知り、認め合い、居場所となっていくことができれば、きっと世界はすべての人にとって過ごしやすいものになっていくでしょう。私のこの病気は知らない人も多いので、知らないということを人と違うと感じられ、そのことが悪口につながっていたこともあるかもしれないと思います。みなさんもまずは周りの人のことを知り、寄りそうことから始めてみませんか。

令和7（2025）年度少年の主張中学校校内大会最優秀作品集

令和七年十月

みよし市青少年健全育成推進協議会

みよし市