


令和7年度

# 温かい手

●愛の輪ポスター ●障害者週間のポスター ●福祉体験作文 ●心の輪を広げる体験作文



 ふれあいのまち KOBÉ・愛の輪運動推進委員会

 神戸市

 社会福祉法人 神戸市社会福祉協議会

## 福祉の心を育む市民運動

# ふれあいのまち KOBE・愛の輪運動

### 愛の輪運動ってなに？

ソーシャル・インクルージョン（社会的包摂：だれもが潜在能力を発揮できる役割を持ってつながり合う地域社会づくり）の理念に基づき、人と人とのふれあいの中で「思いやり」「譲り合い」「助け合い」等の福祉の心を育み、身近なところから福祉の実践につなげ、「ともに生きる」地域社会づくりを目指した神戸の市民運動です。

### 愛の輪運動の取り組み

#### ●中・高生の福祉体験学習（ワークキャンプ）

市内の中・高生を対象に夏休み中の3日間、自ら進んで福祉施設での体験学習をすることにより、福祉の心を培う取り組みを行っています。



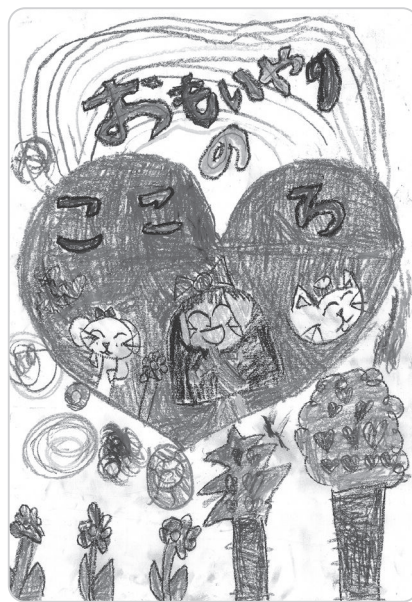
#### ●障がいサポーター養成講座

共に生きる社会を目指して、様々な障がいに関する正しい知識と学び、理解を広げる取り組みを行っています。



#### ●愛の輪ポスターの募集

市内の小・中・高校生を対象に、福祉にまつわる身近な出来事に関心を向けることを目的に「福祉の心」をテーマにした作品を募集しています。



#### ●ボランティア活動の推進

お住まいの区など身近な地域で、幅広いボランティア活動への参加を推進しています。



## 目 次



愛の輪ポスター・障害者週間のポスター.....	2
福祉体験学習（ワークキャンプ）活動の様子.....	9
福祉体験学習（ワークキャンプ）参加状況.....	11
福祉体験作文.....	12
心の輪を広げる体験作文.....	33





## 令和7年度 愛の輪ポスター入賞者

応募作品数		
	総数	障害者週間の ポスター
小学生	336	(201)
中学・高校	69	(19)
合計	405	(220)

### 最優秀賞

#### 【小学生の部】

神戸市立高津橋小学校 1年 乙 間 優衣香

#### 【中学生の部】

神戸市立広陵中学校 2年 逸 見 心 緑

### 優秀賞

#### 【小学生の部】

神戸市立竹の台小学校 2年 神 代 彩 月

神戸市立霞ヶ丘小学校 3年 加 藤 陽 太

#### 【中学生の部】

神戸市立広陵中学校 2年 碓 氷 佳 穂

神戸市立広陵中学校 2年 山 本 夢 叶

### 佳作

#### 【小学生の部】

神戸市立東須磨小学校 1年 橋 本 佳 子

神戸市立横尾小学校 3年 岩 谷 結 晶

神戸市立桂木小学校 3年 本 田 彩 月

神戸市立伊川谷小学校 5年 小 西 ひより

神戸市立高津橋小学校 6年 辻 本 かな

神戸市立糀台小学校 6年 竹 中 渚 紗

#### 【中学生・高校生部】

神戸市立長坂中学校 1年 長谷川 世瑠璃

神戸市立広陵中学校 2年 古 達 佳 穂

神戸市立広陵中学校 2年 長 久 梓 紗

神戸市立広陵中学校 2年 藤 井 逸



## 令和7年度 障害者週間のポスター入賞者

### 小学生の部

神戸市立糀台小学校 3年 谷 龍 樹

### 中学生の部

神戸市立長坂中学校 1年 熊 澤 心 陽



令和  
7年度

# 愛の輪ポスター 入賞作品

最優秀賞



神戸市立高津橋小学校 1年  
乙 間 優衣香



神戸市立広陵中学校 2年  
逸 見 心 緑



## 優秀賞



神戸市立竹の台小学校 2年  
神 代 彩 月



神戸市立霞ヶ丘小学校 3年  
加 藤 陽 太



神戸市立広陵中学校 2年  
碓 氷 佳 穂

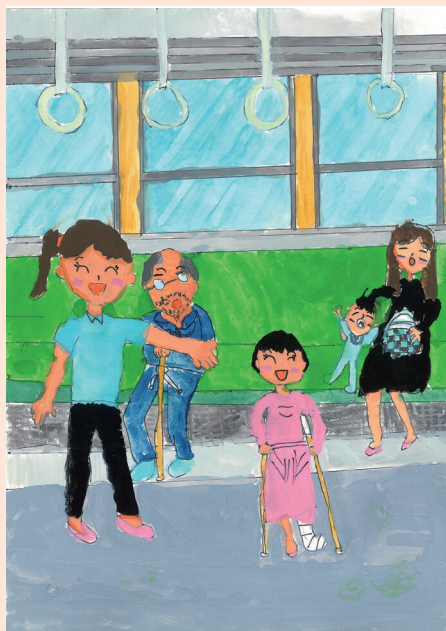


神戸市立広陵中学校 2年  
山 本 夢 叶

# 佳 作



神戸市立東須磨小学校 1年  
橋本佳子



神戸市立桂木小学校 3年  
本田彩月



神戸市立横尾小学校 3年  
岩谷結晶



# 佳 作



神戸市立伊川谷小学校 5年  
小 西 ひより



神戸市立高津橋小学校 6年  
辻 本 かな



神戸市立糺台小学校 6年  
竹 中 渚 紗



神戸市立長坂中学校 1年  
長谷川 世瑠璃

佳 作



神戸市立広陵中学校 2年  
古 達 佳 穂



神戸市立広陵中学校 2年  
藤 井 逸



神戸市立広陵中学校 2年  
長 久 梓 紗



**令和  
7年度**

# 障害者週間のポスター 入賞作品

## 小学生の部

中学生の部



神戸市立糺台小学校 3年  
谷 龍 樹



神戸市立長坂中学校 1年  
熊澤心陽



# 福祉体験学習(ワークキャンプ)活動の様子

## ワークキャンプとは…

市内在学の中・高校生が夏休み中に保育・児童・高齢・障害の福祉施設で福祉体験を行い、活動を通して、人とのつながりや社会生活の大切さを経験し、「共に生き」「共に学び」「共に育つ」ことへの理解と行動力を<sup>つちか</sup>培います。

## 高齢者施設



利用者さんたちと風船バレーをしました!とても楽しかったです。



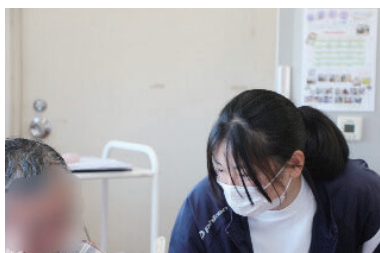
利用者さんと一緒に折り紙を折りました。



たくさんお話ができて楽しかったです。



たくさんの利用者さんとお話できてとても楽しかったです。



自分の知らなかったことがたくさん学べてとてもいい経験になりました。



介護士さんの仕事に真摯に向き合う姿勢に感銘を受け、勉強や部活よりも特別な体験が出来ました。

## 児童館・学童保育



普段できない貴重な体験をしたからこそ、挑戦する勇気が出た。



子供達と接する事で、たくさんの事が学べ、とても良い経験となりました。



みんなと遊べて楽しかった!新しいチャレンジになってよかったです。



勉強をがんばっている小学生に励ましの言葉をかけました。



貴重な体験ができてとても楽しかったです。



老若男女たくさんの方と関わることができ、視野が広がりました。笑いが絶えずとても楽しかったです。



私の夢に大きく近づきました。



## 障害者施設



とても貴重な体験をさせていただき、今後の人生に活かしていきたいと思います。



利用さんが好きなキャラクターをたくさん教えてくださいました！



利用さんといろんなことについてお話ししました。



とても素敵な時間でした。



## 保育園(所)・こども園



園児さん達が「先生」と呼んでくれるのが、とても嬉しかったです。



幸せな瞬間



一生懸命立とうとする姿が可愛かった。



毎日楽しんで活動することができました。



子どもと一緒にパズルをしているところ。一緒に楽しそうだった。



子供たちが可愛くて、終始笑顔になっていました。



子どもたちの無邪気さに自然と笑顔になれました。





# 令和7年度 福祉体験学習（ワークキャンプ）参加状況

## 1. 福祉体験学習参加人数（参加 118 校）

	1 期	2 期	3 期	合計
中学校	164	144	125	433
高等学校	194	223	109	526
			合計	959

## 2. 福祉体験学習参加人数と受け入れ社会福祉施設数の移り変わり

	中学生	高校生	合 計	受入施設数			中学生	高校生	合 計	受入施設数		
平成元年度	27	10	37	16	ワークキャンプが 始まる 1期制	↓	平成 20 年度	533	445	978	286	3期制   <

※令和2～4年度は新型コロナウイルス感染症の為に中止

## 3. 福祉体験学習の実施日程・受入施設数・参加人数

	日 程	施設数	参加人数
1 期	7月24、25、26日	235	358
2 期	7月29、30、31日	219	367
3 期	8月4、5、6日	172	234
合 計（延べ人数）			959

## 4. 受入施設数

施設種別	施設数	参加人数
1. 保育所（園）・認定こども園	180	644
2. 児童館・学童保育コーナー	82	174
3. 障がい者施設	27	39
4. 高齢者施設	60	102
合 計	349	959



## 福祉体験作文

## 応募作品数

中学生の部	69点
高校生の部	209点
合計	278点

## 最優秀賞

## 【中学生の部】

心を笑顔で繋いで 神戸市立垂水中学校 1年 真田 理穂………… 13

## 【高校生の部】

コミュニケーションとは 神戸市立神港橘高等学校 2年 西田 知愛………… 14

## 優秀賞

## 【中学生の部】

福祉体験で学んだ主体性 神戸市立飛松中学校 2年 松田 円………… 15  
私の夢に近づいた三日間 神戸市立西落合中学校 3年 野島 由多………… 16

## 【高校生の部】

介護者に必要な素質 神戸市立六甲アイランド高等学校 3年 寺田 鈴夏………… 17  
“やさしさ”の形を考える 甲南女子高等学校 3年 武 悠………… 18

## 優良賞

## 【中学生の部】

できることを大切にする支援 神戸市立渚中学校 3年 星川 千晶………… 19  
笑顔でつながるもの 神戸市立有馬中学校 3年 三島 千和………… 20

## 【高校生の部】

気づくことの大切さ 甲南女子高等学校 1年 柳澤 碧希………… 21  
笑顔がつなぐ、子どもとの心 兵庫県立東灘高等学校 2年 藤村 凜音………… 22  
寄り添うということ 神戸山手グローバル高等学校 2年 木村 紗菜………… 23

## 佳作

## 【中学生の部】

大切なこととは 神戸市立本山中学校 2年 新海 凜桜………… 24  
周りをよく見るということ 神戸市立西代中学校 2年 古瀬 咲紅………… 25  
壊すより大切なこと 神戸国際中学校 3年 中島 楓花………… 26

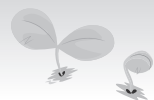
## 【高校生の部】

「学ぶ」の意味 甲南女子高等学校 1年 板本 彩花………… 27  
心の繋がりとこれからの社会の介護 甲南女子高等学校 1年 小原 翠水………… 28  
ありがとに込められた学び 兵庫県立須磨友が丘高等学校 2年 小村 優芽………… 29  
固 定 概 念 神戸市立六甲アイランド高等学校 3年 山本 愛梨………… 30

## 最優秀賞作品

## 中学生の部

## 心を笑顔で繋いで



神戸市立垂水中学校

1年 真田 理穂

生きていること。それはいつもは当たり前と感じているけれど、かけがえのないこと。そして、それは人の温かさを感じるということ。

私は今年の夏休みに小規模多機能型居宅介護施設の福祉体験に参加し、たくさんのことを学んだ。その中でも特に心に残った出来事が三つある。

一つ目はワークキャンプの一日目、朝のオリエンテーションの時のことだ。朝の準備を終えた後、スタッフさんが、今日は掛け算をがんばって解いてくださいと、利用者さんに声をかけた。そのとき私は、簡単なことなのに、なんでするんだろうと思った。でも利用者さんの用紙を見ていると簡単な問題もあるが、難しい問題もあるようだった。書きたくない、書けないという方もいた。すると、スタッフの方が、

「だめー。書けなくなっちゃうよ。」

と言って鉛筆を渡して一緒に書こうと優しく声をかけていた。その姿を見て、利用者の方の中には認知症で忘れっぽい方がいることに気づいた。スタッフの方は一人一人の利用者のことを考えていて、すごいなと思った。

二つ目はお昼からの午後レクチャーの時のことだ。午後レクチャーとは、利用されている方全員で同じことをして楽しく遊ぶことだ。一日目の午後レクチャーは風鈴作りだった。折り紙で作るのが少し難しいので、スタッフさんや私が手伝いながら一緒に作っていった。最後の仕上げで風鈴に書いた利用者さんの字がすごくきれいだったので、「字、きれいですね。」

と言うと利用者さんがうなずき、にこっと笑顔を返してくれた。気がつくと、周りにいる人が笑顔になっていた。みんなの笑顔がすごくかけがえの

ないものだった。あとでスタッフさんに聞いた話だが、季節に応じた制作は、利用者さんに季節感を感じていただいたり、思い出していただくのに良いからされているということだった。利用者さんのことを大切に考えて行動しているスタッフさんの思いに温かさを感じた。

三つ目は、午後レクチャーの後の自由時間に、シーツを交換し、新しいシーツを整える仕事を体験させてもらった時のことだ。尿漏れ防止や、体位交換のためにシーツや布団の調整の作業をしたのだが、一つのベッドに付き七枚も調整する必要があるとびっくりした。もう一人の参加者と体験してとても苦戦したのに、スタッフの方は、いつも一人でしていると聞いておどろいた。でも、スタッフさんは、

「利用者さんの笑顔で元気をもらうねん。」

と話されていた。利用者さんと積極的に関わってお互いにうれしい気持ちになれるのはすごくすてきなことだなと思った。

歳を重ねていくごとに、思うように体が動かなくなったり、頭が働かなくなったりすることもあるけど、笑い合える場所があるって本当にすてきなことだなと思った。人生百年時代で色々な医療が発達してきている。体が健康なことも大事だけど、心の健康も欠かせない。相手のことを考えて接することで、心を笑顔で繋いで温かさを感じる。そんなお年寄りの方が安心できる場所がもっと増えていくと良いと思う。

この三日間の体験を通して学んだことが二つある。一つ目は、笑顔は人と人を繋ぐ架け橋であるということ。二つ目は笑顔を交わしお互いの温かさを感じることで、生きていることを実感できるということだ。福祉体験で学んだことをいかして、これからは身近なお年寄りや関わりがある全ての人に笑顔であいさつしたり、積極的に会話をしたりしたい。そして思いやりの心を自分だけがもつのでなく、みんながもてるようにこの体験で学んだことをみんなに伝えていきたい。

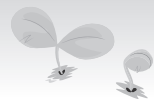
## 最優秀賞作品

## 高校生の部

## コミュニケーションとは

神戸市立神港橘高等学校

2年 西田 知愛



コミュニケーションと聞くと、言葉の会話というイメージになってしまいがちだ。でも、コミュニケーションの本当の意味はそうではないとワークキャンプを通して気が付いた。今回私は、一期から三期まで全て違う施設に行き、たくさんの学びを得た。

一期目は保育園で、三日間一歳児のクラスで子供たちのサポートをした。まだ一歳ということもあり、言葉は通じるが会話はできない。子供たちの思いをどう汲み取るのか、どのようなサポートをすれば子供たちの負担を軽減できるのか、色々なことを考えながら先生方の子供たちに向き合う姿を観察した。子供たち一人一人は当然考え方も感じ方も違う。一クラスにたくさんの子供が過す中で、一人一人に合ったサポートをしなければならない。それは誰にでもできることではないと思う。会話ができなくても、言葉で伝えることができるが、先生方は表情でも伝えていた。褒める時は笑顔で、怒らないといけない時は怒った顔で。その他にも、悲しい顔、驚いた顔など、たくさんの表情から人の気持ちが伝わるんだと改めて実感した。保育園は0歳児から五歳児のクラスまであり、年齢に応じてサポートの仕方も変わっていく。私は去年のワークキャンプで三期とも保育園だったので、サポートの仕方が違うのは分かっていた。でもいざ違う年齢の子と関わると、その違いに難しいなと感じてしまう。子供と関わるのは私たちと同じ年齢の人と関わるよりも難しく、責任が重い。先生方は程よい緊張感の中で子供たちのサポートをしているのだと伝わってきたし、仕事のやりがいは子供たちの笑顔なんだと思った。

二期目は障害者施設だった。今まで障害者の方と直接関わったことはなく、勝手に怖い印象を持っていた。一日目、緊張の中施設に訪れるとまずは施設の方々が明るく迎え入れてくれた。時間になり利用者の方が部屋に入ってくると、私も施設の方と同じように笑顔で挨拶をした。すると、利用者の方も笑顔で挨拶をしてくれて、すごく嬉しかった。その後も一人一人利用者の方が入ってくる度に笑顔で挨拶をした。挨拶をしてくれない方もいたが、全く悪い気がしなかった。早く自分を受け入れてもらいたい。その気持ちでいっぱいだった。一日利用者の方々と過ごす、いつの間にか自分の持っていた偏見が無くなっていた。自分が思っていたより自分が学ぼうと楽しんでいることに気が付いた。二日間、利用者の方がコーヒーの袋でカバンを作っていたり瓶のラベルを剥がしていたりと、一人一人ができること、したいことに応じて仕事をしていることを知った。私もその仕事のサポートをして、利用者の方とたくさん話をした。普段自分に入ってくる情報とは全く違う、新たな学びしかなかった。レクをした際、初めて会う方も話しかけてくださり、私も仲間に入れてくれたような気がしてとても嬉しかった。「この施設にいるのがすごく楽しくて毎日行くのが楽しみ。」と言っている利用者さんもいた。施設の方がどの方にも不自由ないように工夫をされているから利用者さんも安心して過ごせているのだと実感したし、目が見えなくても耳が聞こえなくても、体が動かせなくてもジェスチャーや声掛けといった工夫によって会話はできるのだと実際に経験できたからこそ学べた。

三期目は高齢者施設だった。施設を訪れてすぐ、笑顔でこっちを見てくれて挨拶をしてくれた方がいて、本当に嬉しかった。施設にはお孫さんになかなか会えない方もいらっしゃるそうで、見ず知らずの私をすごく可愛がってくれた。ぬりえや脳トレをして、一緒に考えることもあったが、ほと



んどは利用者の方が一人でクリアしていた。私に分からない問題もスラスラ解けていて驚いた。利用者さんで、私に人生のアドバイスをしてくれた方がいた。その方は私の夢をきいて応援してくれた。自分の夢を誰かに言ったのはそれが初めてで進路に悩んでいた私は、肯定してくれたことに今までにない嬉しさを感じた。

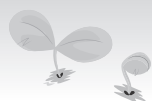
今回三期とも別の施設を訪れ、コミュニケーションという言葉の本当の意味を学ぶことができたと思う。人それぞれ違ったコミュニケーションの形があり、それをみんなで理解し合うことがこれから大事なことなんだと感じた。

今回のワークキャンプは私の中でかけがえのない貴重な経験になったし、自分の人生において大切なことを学ぶことができた。普段生きているだけでは経験できなかったこの九日間を忘れずに自分の強みとして持っておきたい。これから出会う人にも初めから怖いな苦手だなと決めつけ壁を作ってしまうのではなく、自分から積極的に関わっていったらいいなと思いました。

## 優秀賞作品

## 中学生の部

### 福祉体験で学んだ主体性



神戸市立飛松中学校

2年 松田 円

今回の福祉体験学習では、地域の保育園にお世話になり、三日間にわたり二歳児クラスで子どもたちと関わる経験をさせてもらった。小さい子どもと長い時間を一緒に過ごすのは初めてだったので、最初はうまくできるか不安もあったが、子どもたちや先生とふれ合う中で、多くのことを学ぶことができた。

体験の中で一番強く感じたのは、この保育園では「子どもの主体性」をととても大切にしているということだった。二歳児というと、まだまだ大人

が全部手助けしないとイケない年だと思っていた。けれども、実際には、自分でできることがたくさんあり、大人は少し見守るだけで子どもたちはきちんと自分の力でやりきっていた。

印象に残っているのは、ある子どもが先生に注意をされて泣いてしまったときのことだ。私はすぐになぐさめるべきだと思ったが、先生に言われ、少し離れたところからその子を見守った。最初は「なんでなぐさめないのだろう」と思ったが、しばらくするとその子は自分で泣きやみ、また元気に遊びだした。そのときに先生が「自分で泣きやめたね、えらいね」と声をかけていて、子どもの顔がぱっと明るくなった。私はその光景を見て、主体性を尊重するとはこういうことなのだと分かった。大人が先回りせず、子どもの力を信じ、待ち、認めてあげることが大切なのだ。

自由遊びの時間にも同じようなことがあった。積み木をしていた子が、うまく積めずに泣きそうになったとき、私は「手伝おうか」と言いかけた。でも先生は「どうしたらうまくいくと思う？」と声をかけ、その子に考える時間を与えていた。するとその子は何度も挑戦し、最後には自分で積み上げて笑顔になった。私や大人が先にやってしまったら、その達成感は得られなかったと思う。子どもが自分でやりきることを尊重する姿勢がとても印象に残っている。

昼食の時間では、子どもたちは自分でスプーンを持ち、お皿を片づけていた。もちろん時間はかかるし、食べものをこぼしてしまうこともある。しかし先生は「自分でできたね」と成功をほめ、失敗は次へつなげるように声をかけていた。子どもにとって「任されている」という感覚は大きな自信につながるのだと思った。

私はこの体験を通じて、福祉とは単に「助けてあげること」ではないのだと学ぶことができた。誰もが安心して、自分らしく過ごせるように環境を整え、支えることが福祉であり、それは幼い子どもにも当てはまる。大人がやってしまえば早くて

簡単だけれど、それでは子どもは自分で考えたり、失敗から学んだりする経験を得られない。主体性を育むために「待つ」「見守る」姿勢が必要であることを、保育園での経験が教えてくれた。

振り返ってみると、私は日常生活の中で友人に対して、つい先回りして何かをやってしまうことがある。けれども、相手が子どもでも大人でも、自分の力で考え、行動できるように尊重する姿勢が大切なのだと気づくことができた。これからは人の話をよく聞き、相手の気持ちを尊重できるよう努めたい。

三日間の福祉体験学習は、私の考え方を大きく変えてくれる貴重な時間だった。今回学んだ「待つこと」「認めること」を忘れず、これからの学校生活につなげていきたい。そしていつか社会に出たとき、周囲の人の主体性を大切にしながら支えあえる人になりたいと思う。

## 優秀賞作品

## 中学生の部

### 私の夢に近づいた三日間



神戸市立西落合中学校

3年 野島 由多

私は、ワークキャンプでこども園に行きました。初めてのこども園で少し緊張していましたが、子どもたちはとても元気ですぐに話しかけてくれました。「お姉ちゃん、これ見てー」と折り紙や自分で作ったブロックの家を見せてくれたり、「一緒に遊ぼう」と手を引っぱってくれたりして、とても楽しそうでした。

朝、クラスに入ると、先生が保護者の方に「いってらっしゃい。」と声を掛けておられる姿が目に入りました。家族に向けて言うような優しい言葉で、心があたたかくなりました。私もまねをして、保護者の方に笑顔で「いってらっしゃい。」と言ってみました。すると、「ありがとう。」と言っても

らえて、とても嬉しかったです。子どもを安心して預けてもらうために、先生方はあいさつ一つにも気持ちを込めておられるのだと気づきました。

先生方は、子どもたちの小さな変化にもすぐに気づいておられました。すり傷を見つけたら「どこでけがをしたの?」と声を掛けたり、新しいキーホルダーをつけている子には「かわいいね。」と話しかけたりされていました。そう言われた子どもたちはとても嬉しそうで、「ちゃんと見てもらえている」という安心感があるのだと感じました。

また、登園時には、「〇〇ちゃん、体調お変わりないですか?」と保護者の方に声を掛けたり、お迎えのときには「〇〇くん、変わりなく過ごしていましたよ。今日は給食を二回もおかわりしていましたよ。お当番も頑張ってくれました。」とその日の様子を細かく伝えておられました。その姿を見て、子どもだけでなく、保護者の方にも細やかに心を配ることが大切だと感じました。だからこそ、保護者の方も安心して子どもを預けられるのだと思いました。

こども園では、遊ぶだけでなく、お昼ご飯の準備やお昼寝のサポート、おもちゃの消毒など、先生方の仕事を手伝いました。私は、子どもたちに目線を合わせて話しかけたり、「すごいね。」とほめたり、笑顔でいろいろな子に自分から話しかけたりすることを心がけました。初めは戸惑いもありましたが、子どもたちはすぐに心を開いてくれて、一緒に楽しく過ごせました。

中でも印象に残ったのは、子どもたちがけんかをしたときのことです。先生はただ注意するのではなく、子どもたちの気持ちを丁寧に聞かれました。その姿を見て、保育士という仕事は、ただ遊んだり見守ったりするだけでなく、子どもの成長を助ける大切な仕事なのだと感じました。そして、私も将来、そんな風に子どもたちの気持ちに寄り添える保育士になりたいと思いました。

最初はただ「子どもと関わる」くらいの気持ちだったけれど、実際に子どもと関わってみて、そ

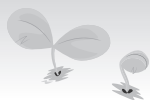
の成長を見守ることや、一緒に過ごす時間の大切さや重みを感じることができました。子どもたちはとても素直で、元気でした。でも、ときどきわがままだったり泣いたりします。そんな子どもたちと本気で向き合っておられる先生方を見て、感心するばかりでした。

ワークキャンプでの経験を通して、将来、保育士になりたいという気持ちがより一層強くなりました。子どもたちの笑顔を見て、少しでも成長の手助けができることは、とても素敵なことだと感じたからです。まだまだ知らないことも多いですが、これからさらに勉強をして、子どもたちの成長を見守れるような保育士になりたいです。

## 優秀賞作品

## 高校生の部

### 介護者に必要な素質



神戸市立六甲アイランド高等学校

3年 寺田 鈴夏

対人援助において介護者に求められる素質には様々なものがある。例えば知識、体力、患者さんへの理解、コミュニケーション能力などである。その認識にはおおむね間違いはなく、実際現場でもその能力なくして援助は成り立たないと教わった。しかし、それら介護者側の素質は対人援助において一番重要な要素ではないことを知った。私がこの福祉実習ワークキャンプで学んだ対人援助における最も重要なことは、利用者さんや患者さんのやる気、つまりモチベーションを保つことである。

ワークキャンプに参加した理由は自分の将来を具体的に見据えるためである。私は現在、理学療法士になることを目指している。理学療法士になるために必要な素質の多くは大学や専門学校で養うが、だからといって高校生のうちは何もしなくて良いというものでもない。心身に障がいを持つ

人と接するという経験を経て、今後私に関わることになる職業がどのようなものなのか学べることを期待し、ワークキャンプに参加した。

実習先は就労継続支援B型事業所のうちのひとつだ。ここでは心もしくは体に障がいのある方が軽作業やお弁当作りをしている。私は三日間、軽作業を見学・体験させてもらった。座って手を動かすだけでできる作業のため、利用者さんとの会話も弾んだ。

たった三日間しか行っていないにもかかわらず、私がなんとなく持っていた福祉やその利用者さんに対するイメージはいくつも打ち砕かれた。

まず、利用者さんは一方的にサービスを受けるだけの弱者ではない。利用者さんが熱心に作業する様子を目の当たりにして私はそう感じた。彼らは働くため施設に来ている。そのためそこに居る以上作業をするのは彼らにとって当然のことだ。しかし「福祉サービスは一方的に享受するもの」と認識していた私には意外な光景だった。いつの日でも皆生き活きと作業に取り組んでおり、ときに「休憩まで残り10分だよ」「はーい」と声を掛け合いながら、ときにアイスやアニメの話で笑い合いながら作業をした。これらのことから、たとえ心身になにかしら健常者と違う特徴があったとしてもそれは全てにおいて健常者に劣っているわけではなく、私達と同じように出来ることと出来ないことがあるだけだと分かった。

そして、利用者さん一人一人には色濃い個性がある。普段は「障がい者」と一括りにして考えることが多く、具体的な個人に注目することは少ない。ましてや一人一人持つ障がいが違うことを意識する機会はめったにない。三日間通して利用者さんと接しそれぞれの個性や人となりを垣間見ることで、障がいを持つ方々を「障がい者」と画一化するのには難しいことに気づいた。その施設の利用者さんに限っても、それぞれの能力・持つ障がい・得手不得手・性格全て違う。それらに伴って、施設へのニーズも当然違う。したがって、施設に



は一人一人に合わせた福祉サービスを提供できる工夫や配慮が必要なのだと学んだ。

最後に、より良い福祉において一番重要なものは良い施設・良いスタッフではなく、利用者・患者の継続的なモチベーションだ。私がそう考えるようになったきっかけは、一人の利用者さんの体験談からである。

その方は脳の手術がきっかけで約一年間意識は保ったまま寝たきりになった。寝たきりになる前は至って健康的な体だったが、一年も動かしていない体はかなり衰弱した。血栓を溶かす溶剤を点滴で二か月かけて流し込んだ後、本格的に立ったり歩いたりするリハビリが始まった。ただ話を聞いているだけなのに私は心が折れそうになった。思わず当事者に「辛くて諦めたいと思わなかったのか」と質問した。曰く「そう思ったことはある。でもここ（事業所）の皆がお見舞いに来てくれて、ここでのことを思い出した。それでちゃんと治してここに戻りたい、戻らないと、と思って頑張ったんだよ」とのことだった。

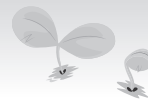
この体験談を聞いて、私に欠けていた視点が補完された。私にはサービスを提供する側の視点しかなかった。たとえ完全無欠な理学療法士や施設があったとしても、利用者側にそれらを受け入れる意思がないと何の意味もないのである。利用者さんにやる気があって初めて介護者の能力が発揮される。そういった意味で利用者さんのモチベーションは対人援助において一番重要なのである。

利用者さんはただの弱者ではなく、個性を持った“人”である。その個性や長所を発揮する気が本人になればちゃんとしたサービスを受けさせることはできない。特に理学療法士の仕事は患者さんの協力なくして成り立たない。ゆえにリハビリのお手伝いをするだけが業務内容ではなく、患者さんの「リハビリを頑張りたい!」とやる気を鼓舞することも大切な仕事であると言える。今後私が理学療法士になっても、今回の気づきを忘れず業務に生かしたい。

## 優秀賞作品

## 高校生の部

### “やさしさ”の形を考える



甲南女子高等学校

3年 武

悠

今回の福祉体験学習では、三日間にわたって保育園を訪れ、三歳児の子供たちと一緒に過ごすという貴重な経験をさせていただいた。具体的には、子供たちと一緒に遊んだり、着替えの手伝いをしたりしながら、保育園という現場の一端を体感することができた。

私がこの活動に参加した理由には、自分の家庭環境が大きく関係している。私は一人っ子であるため、自分よりも年下の子供と関わる機会がほとんどなかった。そのため、今回の体験を通じて、幼い子供たちと関わることで自分の視野を広げたいという思いがあった。また、自分とは異なる年齢層の相手を前にした時のコミュニケーション能力を高めたいと同時に相手の立場に立って考える力や共感力、協調性を養うことも、自分自身の成長に繋がりたいと目標にしていた。

実際に子供たちと触れ合ってみると、初めは戸惑いや緊張もあった。しかし、子供たちの無邪気な笑顔や好奇心いっぱいの姿に触れるうちに、自然と会話や遊びを楽しめるようになった。その中で特に感じたのは、子供たちと関わる上で、態度のメリハリが非常に重要だということだ。楽しい雰囲気大切にしつつも、注意すべき時にはしっかり伝える。また声のトーンや目線、口調を厳しくしたり工夫することで、相手に自分は真剣なんだということ伝える大切さも知った。そのバランスをしっかりと取ることが信頼関係を築く第一歩であると感じた。

また、保育士の先生方の姿を間近で見て、観察力や洞察力の重要性を学んだ。子供たちの小さな変化や気持ちの揺れ動きに素早く気づき、対応する姿にはとても感銘を受けた。子供が泣いたり

困ったりしている時、すぐに手を出してしまいそうになるが、保育士の先生方はあえて「どうしたの？」と声をかけたりして、子供自身に状況を説明させたり、考えさせることで、子供たちの自立心や考える力を育てていた。私はこの姿勢を見て、「なんでも手伝ってあげることが優しさではない」ということに気づかされた。自分でやってみようという気持ちを育てることこそが、本当の意味で子供のためになり、子供たちの心の成長につながるのだと実感した。

さらに、子供たちと接する中で、分かりやすく伝える力の大切さにも改めて気づいた。大人同士であれば普通に通じる言葉でも、小さな子供にとっては難しく感じることもある。そのため言葉を簡単にしたり、易しい言い回しに変えたりする工夫が必要だった。また、しっかり聞いてもらうためにも目を見て話すことを特に心がけた。これは、どんな相手と接する場合にも応用できる力だと感じた。相手に合わせて伝え方を考えることは、相手を思いやる気持ちの表れであると思う。

最後に、子供たちの姿からも私は、多くのことを学ばせてもらった。子供たちは、何気ない遊びや会話の中でも、自由で柔軟な発想を持っており、私が思いもよらなかった考え方や表現をしてくることが多々あった。そのたびに、「ああ、こういう見方もあるのか」と気づかされ、自分の考え方が固定的になっていたことにも反省させられた。また、子供たちと過ごす時間の中で、言葉に言い表せない純粋で天然な温かいエネルギーをたくさんもらい、心が満たされるような感覚を味わうこともできた。

三日間という短い時間ではあったが、実際に保育園という人と人とのチームプレーが欠かせない職場に入ったことで得られたものはとても大きかった。また、自分の中に少しずつ変化が生まれていることを実感している。以前よりも相手の立場に立って物事を考えたり、周囲を観察して察する力、洞察力を多いに育むことができたと同時に

自分の言動を今一度見直す習慣もできてきた。これらの気づきは、今後学校生活はもちろん、将来どんな場面でもきっと役立つと思う。人との関わりを大切にしながら、相手を思いやる気持ちを忘れずに、自分自身も柔軟に成長していけるよう、これからも積極的に様々な体験をして、そこで得た学びを大切に今後活かしていきたい。

## 優良賞作品

## 中学生の部

### できることを大切にする支援



神戸市立渚中学校

3年 星川 千晶

私がワークキャンプに参加したきっかけは、普段の生活では体験できないことを通して、自分を成長させたいと思ったからです。また、姉が福祉関係の仕事に就いていて、いつもどんなことをしているのだろうと気になったというのも理由の一つです。

活動の中で特に印象に残っているのは、高齢者の方の食事の様子です。咀嚼が難しい方や、片手が麻痺している方など、人によって症状が違いため、ご飯や器もそれぞれに合わせて工夫されていました。例えば、咀嚼や飲み込みが難しい方には、細かくしたご飯を職員の方が口元まで運んで介助していました。片手が麻痺している方には、すくしやすいように片側が傾いたお皿や、滑り止め付きのお皿が用意され、できるだけ自分で食べてもらえるように工夫されていました。また、食欲がない方には、「美味しそうですね。」と声をかけて、励ます職員さんの姿もあり、一人ひとりにあわせた支援の大切さを感じました。

さらに心に残ったのは、職員さんの声かけの仕方です。活動中、何度も立ち上がろうとする高齢者の方がいました。車いすから急に立ち上がると、転んでしまう危険があるため、止める必要があり

ます。そこで、職員さんから「あなたならどんなふうに声をかけますか。」と質問されました。私は戸惑いながら、「座ってくださいと言います。」と答えました。すると、「それはだめだよ。」と返され、理由を尋ねると、「その声かけでは、相手を束縛してしまうんだよ。まずは、その方が何をしたいのかを聞くことが大切。正解はないけれど、高齢者の方の思いを尊重した声かけを心がけないといけないんだよ。」と教えてくださいました。私は自分の思いを押し付けるのではなく、相手の行動を尊重し支えることが、本当の思いやりなのだと学びました。これは日常生活や友人関係にも生かせる学びだと思いました。

今回の体験は、私にとって忘れられない大きな学びとなりました。高齢者の方や職員の方との出会いを通して、相手への思いやりを持つことの大切さを改めて知ることができました。これからの生活でもこの経験を思い出しながら、自分の考えを押し付けるのではなく、相手の意見をしっかり聞ける人になりたいと思います。

## 優良賞作品

## 中学生の部

### 笑顔でつながるもの



神戸市立有馬中学校

3年 三島 千和

「子供たちとは、笑顔を忘れずに接してくださいね。」

ワークキャンプ一日目の朝に言われた、当たり前だと思っていたこの言葉の意味。私はそれをようやく理解できた気がした。

私は、もともと子供が好きで、小さい子のお世話や遊び相手をするのが大好きだった。私が通っていた幼稚園で園児と楽しそうに接している先生方、保育士にあこがれて、小学四年生の頃から保育士になりたいと思っている。少しでも保育士の

現場、仕事、雰囲気を知りたいという思いを持ち、毎年ワークキャンプに臨んでいる。

今年も、昨年には得られなかった、新たな発見があった。

一日目、私は二歳児のクラスを担当させていただいた。みんな最初はとても警戒していて、「おはよう」と明るく声を掛けても、遊んでくれた子は僅かだった。でも私は諦めずに「楽しい?」「それなあに?」と笑いかけていたら、いつの間にか周りに沢山の子供たちが集まっていた。五、六人の子供たちの前で絵本を読んだ時には、みんな楽しそうに聞いてくれていて、心を開いてくれたようでとても嬉しかった。

お昼ごはんやおやつの時間の時は、「美味しい?」「よく食べました。」と声を掛け、一人だけでなく、クラスの子全員に関わり続けることを意識した。また、話を伝えようと必死で、食事に集中できていない子がいた。どう声を掛けようか迷っていた時に、「あれ〜?手が進んでないですよ〜」と先生が優しく声を掛けていた。別の子を見ていたはずなのに先生の後ろにいた子の行動をしっかりと見れていたのが、素直に凄いと思った。

二日目、私は一日目の体験を生かし、いつでも笑顔でいることを心がけた。最初は、ただの作り笑いでしかなかった。ずっと本心で笑うことは難しいと思ったからだ。でも、私と遊ぶ子供たちの喜ぶ表情、行動がとてもかわいらしくて、いつの間にかずっと心から笑えていた。笑顔には、周囲を明るくするだけでなく、心も明るくしてくれるんだと実感した。

最終日、私は三歳児クラスを担当した。より気合を入れ、子どもたちと接した。

私はそこで、これまでに無かった、かけがえのない経験をした。

私は、諸事情により水遊びができず、別で遊ばないといけなかった子と二人で遊んでいた。つみきのタワーを建てては崩し、建てては崩すを繰り返して、私の反応が楽しかったのか、その子



が眩しいくらいのにこにこ笑顔で笑ってくれていた。その様子を見ていた先生方は、後にこう言って下さった。

「あの子があんなに楽しそうな眩しい笑顔で笑っていたのは初めてだった。」

私はそれを聞いた瞬間、何とも言えない嬉しさでいっぱいになり、思わず涙ぐんでしまった。先生方も見つけられなかった一面を、初めて私に見せてくれたのだ。「ああ、心を開いて許してくれて、信頼してくれることってこんなに嬉しいんだ」と心から感じた。

私は、笑顔がかけがえのないコミュニケーションだと思う。保育士だけではない、誰しもが使うコミュニケーション。心を開き、心を許し合えるのは、この笑顔があるからだ実感した。先生方がいつも笑顔で接しているのも、印象もあるだろうが、一番はお互いに心を許し合っていきたいからなのではないかと思う。それは保育に限定されない。社会全体において大切だと私は思う。

笑顔を作るのは簡単だが、本心で笑い合うのは簡単なようで実は難しい。けれど、お互いを思いやり、心を許し合えるようになったのなら、それは本当の笑顔だと思う。そんなコミュニケーションを社会に広めてゆきたい。

プに参加した。たくさんのことを学ぶことができた。さらに、前は保育園だったけれど、今回は認定子ども園だったこともあり二回目の参加でもっと深くまで色々なことを考え、学べたと思う。

やっぱり初日は緊張した。さらに私は二歳児担当で、何かやらかしてしまったらどうしようという不安もあった。けれども、教室に入って聞こえた一声でその気持ちは薄れていった。

「お姉ちゃん先生！！」と元気に、目をキラキラさせた笑顔で私を迎えてくれた。

初日、まずは子どもたちと一緒に遊ぶことから始まった。遊び始めて早々、おもちゃの取り合いをしそうになっていたので「順番だよ」と伝えた。するとニコッと笑って「うん！」と1人の子が言った。私は驚いた。一回ですんなり受け入れられると思っていたからだ。そこから少し経って先生が「時計が緑のところにったらお片付けしてね」と言った。時間になったので私が「緑の時間になったよー」と声をかけた途端、すぐにお片付けを大半の子がした。片付けを嫌がっている子にはその子が納得する方法を提案していた。私はこの日、先生方が子どもたち一人一人に寄り添ってとても考えて工夫していることに驚いた。さらに、お忙しい中先生方は私たちにも指導をとても優しく笑顔でしてくださったのだ。この時から先生方がどのように子どもたちと接しているかに着目して参加した。

例えば、まず、20人弱の二歳児に対し先生が4人いて、さらに遊ぶ時はお部屋を二つに分けて少人数で遊ぶことだ。当たり前のことだがとても大切なことだ。そして、時計の周りに数字ごとに色を変えた画用紙を貼って、子どもたちに分かりやすいようにしていたり、すぐに泣いてしまう子に対して「泣くんじゃなくて言葉で伝えてくれないと分からないよ」と教えてあげたりしていた。喧嘩になってしまった子たちのそれぞれの意見を聞いて、まずはそれに対して共感、肯定してから「どうしたらいいと思う？」と考えさせたり、解決案を

## 優良賞作品

## 高校生の部

### 気づくことの大切さ

甲南女子高等学校

1年 柳澤 碧希

周りを見て気づくことがどれだけ大切なことなのかを、この三日間で改めて実感した。

私は子どもという存在がとても愛しくて大好きだ。そして、幼稚園の頃、幼稚園の先生が大好きで、その時から将来は幼稚園の先生になりたいと思っていた。だから中学二年生で初めてワークキャン

提案したりする。このようなことを毎日当たり前のことのようにしている先生方を素直にすごいと思った。大人、子どもに対してでも、一人一人に寄り添い、相手の特徴を理解して接することはとても難しいことなのに、それを簡単そうにしている保育士さん。これができるのはきっと日々の努力と工夫をされているからなのだろうと思った。

二日目はプールの時間があつた。子どもたちも先生方も楽しそうだった。「大人になってもこんな感じではしゃげるのはいいことやろ」とおっしゃっていて、その日の日誌に「子どもたちと一緒に遊んで楽しめることは保育士さんの仕事の良いところだなと思いました」と書いて出した。そして、先生がこう書いて返してくださった。「子どもたちが安全に楽しく怪我なく過ごせるようにすることを第一に考えながら、私たち保育教諭も子ども達と一緒に楽しめるようにしています」私は大切なことを忘れていないようで忘れていた。当たり前すぎることだが、子どもたちの安全が一番。だから今までよりももっと注意を払って気を引き締めた。また、絵の具を使った製作の時間で、先生が目を一瞬離している時にある子が絵の具をこぼしそうになったが、ギリギリで先生が気づいたのでよかった。しかし、私はその子たちを見ていたのにもかかわらず、すぐに気づくことができなかった。子どもは一瞬の間に何をするか分からないから、周りを見て小さなことにも気づかないといけな。それを日々ずっとしている保育士さん達をととても尊敬する。

三日目は、慣れてきて少しずつ色んなことに気づけるようになって、子どもたちと仲を深められた最終日だった。お別れの時、1人の子がギュッと手を握ってきた時は泣きそうになった。

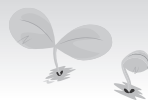
一日目から先生方がお仕事をくださった。子どもたちがお祭りで使うカバンの紐とうちわを作る仕事だ。作業としては簡単だが量が多くて楽ではなかった。けれどもこれを使う笑顔のみんなを想像したら頑張れた。

「子どもたちと過ごして関わっていく中で、子どもの思いに寄り添い、受け止め、個々に合わせた関わりを大切にしています」と最終日の日誌に書かれていた。先生方が大切にしていたことが、私にちゃんと伝わっていたのだ。改めて、保育教諭の方々は子どもの成長を見守り、共に成長できる素晴らしいお仕事だなと感じた。周りをよく見て気づくということは、どの場面でも大切なことだということがわかった。今回学んだことを自分の周りでも活かして、さらに成長できるように頑張っていきたい。

## 優良賞作品

## 高校生の部

### 笑顔がつなく、子どもとの心



兵庫県立東灘高等学校

2年 藤村 凜音

私はワークキャンプを通して保育士になろうと言う気持ちが強くなれた3日間でした。

担当の2、3歳児の教室に入るとすぐに子ども達が笑顔で話しかけてきてくれて一緒に遊び始めました。初対面にも関わらず人懐っこく声をかけてくれる姿に驚き、同時にとても嬉しい気持ちになりました。その瞬間「この子達のために頑張ろう」と自然に思えたのを覚えています。

実習中、特に印象に残っていることはおもちゃの取り合いに関する出来事です。2、3歳児はまだ自己中心的な思考が強く、同じおもちゃを使いたい気持ちがぶつかることがよくありました。私は最初、優しく「順番に使おうね」と伝えましたが、あまり効果がなくどう関われば良いのか悩んでしまいました。そんな時、そばにいた保育士さんが「どうしてそのおもちゃが使いたいのか」を一人一人に丁寧に尋ねていました。その様子を見て、ただ注意するのではなく子ども達の気持ちをしっかり聞くことの大切さを学びました。子ども



達にも理由があり、それを受け止める姿勢が信頼関係を育むのだと実感しました。

また、実習を通して最も大変だったことはイヤイヤ期にいる子ども達への対応です。特に、お片付けの時間になると「まだ遊びたい」と訴える子どもが何人もいて、どのように声をかけたら納得してもらえるのか悩む場面が多くありました。ただ、「片付けよう」と言うだけでは動いてくれず、子ども一人一人の気持ちを理解し、寄り添った言葉かけが必要であることを改めて学びました。子どもの「遊びたい気持ち」をしっかり受け止め、「じゃあ最後に一回やったら片付けよう」と声をかけてみると、子ども達は不思議と素直に応じてくれたのでとても安心しました。

保育士さんは、どんな場面でも笑顔を絶やさず子ども一人一人に温かく接していました。その姿は私にとってとても印象的で、だからこそ子ども達も安心し、信頼しているのだと実感しました。特にトラブルがあったときや子どもが泣いてしまったときでも先生方は決して慌てることもなく、落ち着いた口調と笑顔で対応していたのがとても印象的でした。「保育士にとっての笑顔」は単なる表情ではなく子ども達に安心感を与える“信頼の証”なのだと思います。私も今後、保育の場で子ども達と関わる時は、笑顔を忘れずに接していきたいと思います。

実習を通して気づいたことは、子ども達が大人の表情や雰囲気にとっても敏感だということです。少しでも私の気持ちが沈んでいたたり戸惑っていたりすると、それを察したように子ども達も不安そうな表情を見せることがありました。逆に、私が笑顔で「楽しいね」と声をかけると子ども達も一緒になって笑ってくれる瞬間がたくさんありました。この経験を通して「子ども達は大人の心を写す鏡のような存在」だと感じました。

三日間という短い期間ではありましたが、子ども達の成長に寄り添う喜びや時に思い通りにいかない難しさ、そして保育という仕事の奥深さを体

感することができました。最終日、子ども達から「また来てね」と言われたとき、本当に胸がいっぱいになりました。こんなにも素直でまっすぐな気持ちを向けてくれる存在がいるということに改めて感謝の気持ちでいっぱいになりました。

今回の実習を通して、私は「保育」という仕事に対してより強い憧れと使命感を持つようになりました。子ども達の心に寄り添い、成長をそばで支えていける存在になれるようこれからも学びを続け、自分自身も成長していきたいと思います。

## 優良賞作品

## 高校生の部

### 寄り添うということ



神戸山手グローバル高等学校

2年 木村 紗菜

「最初はこんなに動けなかったのに、ここまで出来るようになりました。いつも本当にありがとうございます。」

これは、ある利用者様がリハビリの先生にかけていた言葉です。その何気ない一言に、私は心を打たれました。この施設での体験は、私にとって、深い学びと感動がありました。そして、ここで出会った職員の方々や、利用者様との関わりの中で、沢山の温かさや気づきを得ることができました。

まず驚いたのは、利用者様も職員の方々も、誰一人として否定的な言葉を口にしないということです。常に前向きな言葉が飛び交い、どんな出来事も肯定的に捉える雰囲気が自然と広がっていました。その空気の中にいるだけで、自分自身も優しい気持ちになることができ、相手を思いやる心が育まれていくのを感じました。

この施設では、「どうすれば利用者様が飽きずに、楽しく過ごせるか」が常に考えられており、日々の生活の中に沢山の工夫が散りばめられていました。その中でも印象に残っているのが「庭園

療法」です。ベランダには沢山の野菜や果物が育てられていて、利用者様と一緒に水をあげたり、成長を共に喜び合ったりする時間がありました。植物に触れ合い、成長を見守ることで、利用者様の表情がどんどん柔らかくなっていくのを感じました。

ある利用者様が「これがあるだけで心が安心するのよ」と話して下さったのがとても印象的でした。植物の存在が、利用者様にとって心の拠りどころになっているのだと気づかされました。また、実際に育てた野菜を使った料理が提供されることで、「また頑張ろう」という気持ちが生まれるというお話も伺い、こうした小さな積み重ねが、大きな意欲へとつながっていくのだと実感しました。

植物の水やりや手入れも、ただの作業ではなく、自然なリハビリの一環として取り入れられているのだと実感しました。

実際にリハビリの現場を見学させていただく中で、私自身、「リハビリは必ずしも目に見える動作だけが全てではない」と感じました。目に見える動作のリハビリももちろん大切ですが、それだけでなく、利用者様の話に耳を傾けたり、その方の思いに寄り添った時間を過ごしたりすることも、大切なリハビリのひとつだと気づかされました。

また、同じ作業であっても、声のかけ方や関わり方は人それぞれ違っていて、職員の方々が一人ひとりに合った言葉や方法をととても丁寧に選んでいるのが印象的でした。リハビリに対して抵抗のある方には、遊びの要素を取り入れて、楽しく取り組めるような工夫もされていました。

リハビリには「正解」というものはなく、その人に合ったやり方を一緒に探していくことが何よりも大切なのだと学びました。

利用者様の目標を設定する際も、その人が本当に目指したい「最終目標」をしっかりと共有し、それを実現する為に必要な動作や手順を一つづ

つ、焦らず丁寧に進めていく姿勢がとても印象的でした。また、一步ずつ、段階を踏んでいくことの大切さを感じました。

認知症の方と関わる場面でも、印象的なことがありました。それは、ある職員の方が、「認知症の方に何かを覚えてもらうことよりも、その人を理解していくことが大事なんです」と話して下さったことです。私はその言葉に心を揺さぶられました。私達はつい「覚えてもらう」「できるようになってもらう」という方向に気持ちが向きがちですが、大切なのはその人の想いを受けとめ、心を通わせることなのだと気づきました。

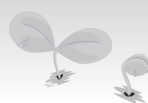
また、この施設の利用者様が大切にしている言葉を教えて頂きました。それは「ありがとう」「おはようございます」「ごめんなさい」というごく当たり前の、でもとても大切な言葉です。一言一言に思いやりが込められていて、聞いているこちらまでとても温かい気持ちになりました。日々の何気ないやりとりの中に、人と人との繋がりが、心の通い合いが感じられる場面がたくさんありました。

この施設での体験を通して、「リハビリとは、ただ体を動かすことではなく、その人らしい生活を取り戻すための支援」ということを、心から感じる事ができました。利用者様の心に寄り添い、心を通わせる、そんな温かい支援の形に触れ、これからの自分の関わり方を考える大きなきっかけになりました。

## 佳作作品

## 中学生の部

### 大切なこととは



神戸市立本山中学校

2年 新海 凜桜

普段の生活では体験できないワークキャンプの活動は、私の中でとても良い思い出です。私の体験先は児童館で、毎日色々な出来事がありました。

正直、小さい子と遊ぶのは大好きで楽しみでしたが、それと同じくらい、不安な事もありました。新しい環境で、初めて会う子ども達を楽しませることはできるのか、ということです。少し緊張しがちな性格もあってか、よりどきどきして初日を迎えました。そこから三日間、私は三つの大切な「力」を学びました。

一つ目は「臨機応変に対応する力」です。計画を立てていたとしても、急なトラブルによって、予定が変わることが多くありました。ですが、「どうしたらいいのだろう。」と先生の指示を待つのではなく、「今できることを考えて常に行動」すると、最終日には急なことに驚かずに行動できるようになりました。この力は、実際に体験しないと成長させられないため、とても貴重だと感じています。

二つ目は「周りを見る力」です。私は、特に「周りを見ること」を意識して活動してきました。例えば、何か困っている子がいたらできるだけ自分から話しかけて楽しませたり、先生の助けになる行動を考えたりなど、とにかく常に周囲を気にしていました。どうしても周りを見ず、自分のことばかりになってしまいがちです。そうすると、子ども達の感情を読み取れなかったり、すぐに動けなかったりしてしまうと思います。だから、子ども達一人一人が、どんなことに興味があって、得意不得意があるのかなども考えてみると、遊びにさそいやすくなりました。「周りを見る力」は、ただ見て終わりではなく、そこから分かったことを活かして、自分の行動に繋がったり、「私はこう思う」と私の気持ちを伝えたりすることが大切だと気付きました。そうすると、距離が近くなり、さらに会話が広がるのではないのでしょうか。

三つ目は、「聴く力」です。これは、「指示を聞きのがさないように」という意味でもあります。私の学んだ「力」とは少し違います。子ども達と話すときは、できるだけ自分語りではなく、彼らの話を「きく」ことを意識していました。なぜな

ら、自分の周りで起こった出来事やそのときの感情を楽しそうに伝えている子どもに対し、「そうなんだ。」と反応してしまうと、相手を不安にしまったり、もう話しかけてくれなかったりするかもしれません。私はそれを防ぐために、必ず共感したり、その内容から思ったことや、疑問を伝えるようにしました。「聴く力」の「聴く」という字は、心という字が入っています。心できいて、「話すことが楽しい。」と思ってもらえるように、もっと聴ける人になりたいと思います。

このように、私は三つの力を学んだのです。どれも大切なことで、大人になっても必要なのではないのでしょうか。

私は、実際にしてみないと分からない大変さや、やりがいを見つけました。しかし、大変だったとしても、嬉しそうに話していたり、子どもの笑顔を見たりしたとき、私はとても元気をもらいました。この経験を通して、自信ができました。だから、新しい挑戦を恐れずに、さらに誇れる自分になれるよう、これからも努力し続けたいと思います。

## 佳作作品

## 中学生の部

### 周りをよく見るということ



神戸市立西代中学校

2年 古瀬 咲紅

私は自分の好きなもの、したいことが分からなくなってきました。そんな自分を変えたい、新しい経験を通して何かを見つけたい。そう思い、ワークキャンプに参加することを決めました。

私が三日間担当したのは三歳児のクラスでした。部屋に入った瞬間、子供たちの視線は私のほうへ向きました。こちらのほうへ来るのかと思えばおもちゃ遊びに熱中。けれど、先生に紹介されてからは、

「一緒に遊ぼう」



と元気な声で話しかけてくれました。あっという間に心の距離が縮まっていた。このまま楽しく一日が終わっていくと思っていました。しかし、水遊びの時間でそれは一変しました。

自分で着替えをすること、洋服を畳むことが難しい子が多く、一人一人先生サポートが必要でした。私たちにとって当たり前のことも、小さい子供たちには難しいことだということを知りました。さらに、トイレやうがいをする時間が決まっていて、子供たちの当たり前は保育士さんたちの細かなサポートによって支えられているということを実感しました。

二日目、津波警報が出て、安全確保のため、二階でお昼寝をすることになりました。寝るスペースを確保して、マットとバスタオルを運ぶ力仕事がありました。しかしその間に子供たちの着替えを済まさなければなりません。限られた時間で二つの作業を同時にこなすことの大変さを実感しました。

三日目は、ご飯の時間に子供たちが楽しそうに話しているのを見ていました。友達と笑いながら自分の気持ちを一生懸命に伝えている姿が印象的でした。その様子を見て、自分の思いを伝えることも大切だけれど、相手の話を聞くことも同じくらい大切なことだと学びました。

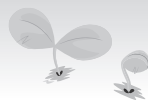
私は今回のワークキャンプを通して、「周りを見る」とは単に目を向けることではないと分かりました。相手の気持ちやその小さな変化に気づき、その思いを受け止めることが、本当の「周りをよく見る」ということなのだ学びました。そして、その気づきから行動することで、人とのつながりは強くなるのだと感じました。

また、私の知らない世界はまだあります。これからは、相手の気持ちを考え、一人一人を大切にしながら人と関わっていきたいと思います。

## 佳作作品

## 中学生の部

### 壊すより大切なこと



神戸国際中学校

3年 中島 楓花

人と人にある大きな壁は、どう向き合えば良いのだろう。今回のワークキャンプを通して、私はその問いに何度も考えさせられた。

活動の中で、私は言葉がうまく伝わらないもどかしさを感じた。去年もそのもどかしさを感じ、やっとの思いでコミュニケーションがとれて嬉しかったのを覚えている。去年できたから大丈夫と思っていたが、結局言葉が届かず、沈黙が流れ、聞き流してしまうときもあった。自分がコミュニケーションをとれていないことが悔しくて、利用者さんと話すことに少し抵抗ができてしまった。でも、ふとした瞬間に笑顔が返ってきたり、私のしぐさを真似してくれたりしてふと胸が温かい気持ちでいっぱいになり、コミュニケーションがとれる嬉しさを改めて感じた。言葉ではなくても、表情や動きで確かに気持ちは伝わる。その嬉しさは、去年参加したときよりもさらに強くなった。

去年参加したときは、この「通じた喜び」が一番の思い出だった。けれど二回目の今回は、その通じる前にある「大きな壁」に目を向けた。私たちの間には、理解の速さやできることの数といった違いがあり、その差は簡単には埋まらないように見えた。

私は最初、利用者さんとの間の「大きな壁」を壊すことばかり考えていた。完全に同じになれば理解できると思っていたのだ。けれど話している上で気づいた。その「大きな壁」を無理に壊す必要はないということだ。壁を壊さなくても、壁越しに声を届けられたらいいし、壁を貫通するほどに気持ちを伝えられたらいい。壁ができてしまうのは障がい者の方だけでなく、誰だって人と人の間に壁ができてしまう。大切なのは壁を壊すこ

とではなく、壁の存在に気づき、どんな壁なのかを理解し、壁に背を向けないということだ。支える側、支えられる側なんて言葉の線も作らず、お互いに向き合い支え合うことが人と接する上で、福祉活動をする上で最も大切なことだと思った。

今回の活動を通して、私は「壁」を感じてもそのものを否定する必要はないと思った。違いがあるからこそ理解しようと努力できる。「大きな壁」があるからこそ、その人と向き合う意味がある。そして、その向き合う過程にこそ、福祉の本当の価値があるのではないだろうか。

人と人との違いは消せない。けれど、その違いを受け入れ、つながり合うことはできる。わけられない距離の中で、私たちは共に学び合い、支え合いながら生きている。ワークキャンプはそんな当たり前のことを改めて考えさせてくれる時間だった。でもいつか、人との大きな壁がなくなっ

佳作作品

高校生の部



### 「学ぶ」の意味

甲南女子高等学校  
1年 板本 彩花

「学ぶ」という言葉の語源は「真似ぶ」だと知ったのはワークキャンプに参加する前のことだ。これは学習の根底には、真似ることがあるという意味だが、今回の体験を通してこの真髄を見ることができたと思う。

「一歳児のクラスを担当してもらいます」そう告げられた時、嬉しかった反面、どう接したらいいのだろうかという不安に襲われた。なぜなら、私が去年授業の一環として保育実習に行き保育士を体験した中で一歳児のクラスを担当している時が一番思ったように行動できなくて悔いが残っていたからだ。しかし、不安に思いながら扉を開け

ると不思議そうにこちらを見つめながらも寄ってきてくれる一人の女の子がいた。その子はおしゃべりが好きなのかよく話しかけてくれたので、それにつられて他の子も徐々に近くに来てくれるようになっていき、三日間を充実して過ごすことができた。

私が今回の体験を通して学びを得たと感じた瞬間は初日のことだった。その日は午前中に水遊びをした。足だけが浸かるプールの中で遊ぶ子もいれば、庭で走り回っている子がいたり、離れて見ている子がいたりして、一瞬も目を離せないことがすぐに理解できる。それを裏付けるかのように他のクラスの先生方が来られ、私を含め六人で子供達が遊ぶのを見守っていた。すると、プールの中で一人の子が転倒してしまった。ちょうど私の目の前で起こった。その子に一番近かったのも私だったのではないだろうか。しかし、気づいたら後ろにいた先生が助けてあやしていた。自分も助けられないといけないと思い立ち上がってはいたが遅かったのだ。これが命を預かっているということで、自分には責任感が圧倒的に足りなかったのだと痛感した。そして助けた先生はというと笑顔で「びっくりしたねー、大丈夫よー。」と声をかけており、転倒してしまった子もすぐに泣き止んでいた。先生方の周りに目を配りながら冷静に判断し土壇場でも子供達を落ち着けるために笑顔でいられる姿を尊敬すると同時に、私もできることをやろうと見よう見まねで実践した。例えば、危険な行動をしている子には他のことに興味を持てるように誘導したり、危ないということを伝えたりし、さらに、挑戦している時は影で支えてあげることが意識した。その結果、子供達が最後まで水遊びを楽しむ姿を見ることができ達成感があった。私は無意識のうちに先生方の姿を真似ており、そうすることでどのように行動したら良いのかということ学ぶことができていたのである。また、私と同じように一歳の子もオウムのように言葉や行動を真似することによっていろんなことを学んでいる。

だから私自身が見本となれるように言動に注意するきっかけにもなった。そして学ぶことの積み重ねで成長しているのだと実感した。さらに、一歳の子は話す言葉や表現の仕方がまだ拙いことが多い。それにも個人差があり、しっかりと喋る子もいれば喋らない子もいた。ところが、共通していたのは、しっかりと反応したり話しかけたりしてあげると、とても嬉しそうにニコニコ笑っていたことだ。まだ伝えたいことがあっても上手に表現できないだけでよく見てみると表情などに表れており、コミュニケーションを取ることはできるのだと改めて気付かされた。

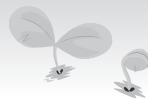
二日目、三日目は保育園全体で夏祭りをしたのでいろんなクラスの子供達とも関わることもできた。特に来年小学生になる子供達は説明を聞き何時まで遊べるのか判断しており、一歳児を担当していた分、成長がよくわかり驚かされた。「みて！たくさんとれた」という喜びの声や「おいしい」とジュースを飲む声、お化け屋敷からの泣き声などいろんなところから活気の溢れた声が聞こえてきて、空いてる時に準備を手伝ったりしていたので嬉しい気持ちでいっぱいだった。しかし、夏祭りが始まってしまえば準備してきたものは一瞬で終わってしまう。その一瞬を保育士さんたちは守り続けているのだと思うと、途方もないと感じた。

このように三日間で学んだことや知り得たことは計り知れない。また、「真似ぶ」ことが成長の第一歩になっており、そうしてたくさんのがことが受け継がれているのだと考えることができた。これからも「学ぶ」ことがたくさんあると思うが、周りに目を向けて一つひとつの成長を大切にしていきたい。最後に、かつて自分にも与えられたように親と離れている時間も充実して楽しませてくれるそんな場所を、そこに必要な保育士を守っていくべきなのではないだろうか、と私は思う。

## 佳作作品

## 高校生の部

### 心の繋がりとこれからの社会の介護



甲南女子高等学校

1年 小原 翠水

私は夏休みの三日間を通して、介護老人施設でのワークキャンプに参加しました。今回の経験を通じて、介護の現場の実情や高齢者の方の心に寄り添う仕事の大切さや難しさを深く感じました。

三日間の活動の中で、初日は私にとって特に衝撃的な経験になりました。高齢者の方々の中には認知症や身体的な制限を抱えている方が多く、私が事前に持っていた穏やかで優しい高齢者のイメージとは大きく異なりました。多くの方が孤独や不安を抱えていることや、思うように動けないもどかしさ、そして自分の感情をコントロール出来ずに混乱している姿を目の当たりにし、心が痛みました。最初は正直、接し方が分からず戸惑いがありましたが、交流を通して次第に彼らの気持ちに寄り添うことの重要さを学び、介護という仕事の難しさを感じました。

二日目は、身体的な障がいを持つ高齢者の方々の生活の介助を見学しました。例えば、ベッドから車椅子に移動する為の離床介助や、体が動かせない方への食事介助、排泄介助などです。また、その介助をしながら認知を持つ方の行動の制御を並行して行っていました。とても大変な作業を、沢山の業務と並行しながら短時間で素早く終わらせるその姿に尊敬と畏怖の念を抱きました。

二日目の活動から、私の心に強く残った言葉があります。それは「100人いれば100通りの介護がある」というものです。この言葉は、一人一人の高齢者の方の心情や体の状態に応じて、必要なケアや接し方は様々であることを表しています。例えば、認知症の方にはその方との会話に合わせた言葉遣いで接し、身体的な障がいを持つ方には食事の仕方を変えるなどです。この言葉から、



「介護には一つの正解がなく、とても奥が深い仕事」だと感じました。また、柔軟に対応する力が求められる「個別の介護」の重要性を学びました。三日目は、高齢者の方々のレクリエーションと環境整備の見学、リハビリの見学をしました。レクリエーションでは、少し体に負荷をかける程度の運動である「風船バレーボール」や「輪投げ」をしました。高齢者の方々の生き生きとした元気な姿を見て、一緒に笑い合える瞬間に感動しました。環境整備では、高齢者の方々が清潔に生活できるように拭き掃除や換気、ベッドメイキングをしました。介護士約3人で膨大な量の部屋の環境整備をする大変さを改めて感じました。リハビリでは、幼児の知育玩具で遊んだり、車椅子から立ち上がって歩行する練習を見学しました。出来た時にはたくさん褒めるという接し方や、重度の認知症を持つ方や身体障害を持つ方でも、認知機能や身体機能をこれ以上衰えさせないようにリハビリをするという意義を知り、リハビリの重要性を感じました。

これから更に進む少子高齢化社会において、高齢者の比率はますます増加し、多くの高齢者が介護や支援を必要とする時代が訪れることが予想されます。一方で、若い世代は少なくなり、介護を担う人手不足も深刻な問題となってきています。実際に活動を通して感じたことは、介護の仕事がいかに大切で、社会にとって必要不可欠であることです。高齢者の方々が安心して暮らせる社会を築く為には、介護を担う人々の存在が欠かせません。彼らの献身的なケアや温かさが利用者の方々の心の支えになっていると感じました。若い世代の人手不足によって介護の負担が重くなることは避けられません。だからこそ、少子高齢化の社会の中で私たち一人一人が支え合う社会の一員として介護の意義や重要性を認識することが求められると思います。

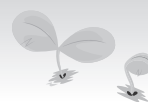
ワークキャンプを経験して、高齢者の方々と触れ合いの中での心の繋がりの大切さや介護の奥深

さを実感しました。最初は戸惑うことも多かったのですが、参加しなければ知らなかったことだけで、介護の仕事がいかに大切でこれからの社会に重要かを感じました。

## 佳作作品

## 高校生の部

### ありがとうございますに込められた学び



兵庫県立須磨友が丘高等学校  
2年 小村 優芽

あっという間の三日間だった。その中で、私は普段の生活では得られないたくさんの経験と発見を得た。

ワークキャンプ初日、私は恐る恐るバスに乗った。これから行く施設のシャトルバスだ。バスに乗った瞬間、運転手さん、乗っていた施設の方々が大きな声で挨拶してくれた。気持ちの良い挨拶というのは、まさにこれのことだと思った。私がお世話になった施設は三つのデイサービスがあり、私はリハビリ特化型のデイサービスで活動させていただいた。そこはもっと元気になりたいという利用者の方のためのデイサービスで、私の仕事は利用者の方が使う八つのトレーニング機器の操作やタイマーでの時間管理、全ての機器をクリアするためのアシスタントをすることだった。不安でいっぱいだった私を、デイサービスの皆さんは温かく迎え入れてくださった。そのおかげで、少しずつ安心して活動に取り組むことができたと思う。機器の使い方を教わり、実際に利用者の方のサポートをした。初めて高齢者施設に行ったということもあり、どう接すればいいのか分からずとても緊張していたけど、一人のおじいさんが「こんにちわ。」と挨拶してくださった。私も挨拶すると「初めての子かな。」と会話が広がった。小学生の頃から「挨拶は人とつながる第一歩」だと教わってきたが、それを改めて実感できた。緊張

で初めは声も出なかったけど、何人もと挨拶をして、会話をするうちに、声が出るようになった。日を重ねると、使えるようになる機器が増え、フロアでの移動範囲も広がり、利用者の方に頼ってもらえることも段々と増えて、施設のスタッフとして認められている気がしてとても嬉しかった。

機器の使い方を覚え、ある程度業務の流れがわかってくると、利用者一人ひとりへの配慮の大切さを実感した。あるおばあさんが使っていた機器のタイマーが鳴り、私は次に何の運動をするか尋ねた。おばあさんは「次は自転車の機械にしようかな」とおっしゃったので、「わかりました。やりましょうか。」と言って、準備のために先に自転車の機械の方に歩いて行った。すると施設の方が「利用者さんが機械から降りられるところまでちゃんと見といてあげたほうがいいね。」と教えてくださった。振り返って見てみると、そのおばあさんは杖を使っていて、足が不自由だった。私は機器の準備に気を取られ、おばあさんへの気遣いができていなかった。施設の方が、利用者一人ひとりに丁寧に声をかけながら作業をしている姿を見て、関わりそのものが仕事の大事な一部なのだと気づいた。それからは私も「今日は体調どうですか」「負荷はこのくらいで大丈夫ですか」といった声かけや、利用者の方と歩くときは、スピードを合わせたりするのを意識するようになった。

特に二日目の午後のことが印象に残っている。その時間帯は利用者の人数も多く、私も施設の方々も機器の設定や利用者の方の進捗状況の管理に追われていた。そんな中、一人のおばあさんが足の運動の機器の前に立ち、迷うような表情をしていた。近づいて「次はこの運動されますか」と尋ねると、小さく頷きながら「これが一番苦手ですね」と不安そうな声で答えられた。私はすぐに負荷やシートの位置を確認し「やりやすいように調整しますので、安心してくださいね。」と伝えた。その瞬間、おばあさんの表情は僅かに柔らかくなり「じゃあ今日も頑張ろうかな」と言ってくれた。

利用者の方に呼ばれたり、他の機器の設定をしたりと、運動中ずっとそばにいることはできなかったが、時々おばあさんの所に戻って「あと少し頑張ってください。」などと声をかけた。運動が終わると、おばあさんは「本当にありがとう。おかげで安心して運動できたよ。」と言ってくださった。私はその一言で胸が熱くなった。同時に、自分が行ったのはほんの小さなサポートかもしれないが、それでも誰かの安心や前向きな気持ちにつながることもあるんだと気づいた。

ワークキャンプの活動を通して、人と関わることは単なる会話や接触ではなく「相手を理解しようとする姿勢」だということを学んだ。声をかける、表情を読みとる、少しの変化に気づく。それが安心感を生み、信頼を築く。そしてその信頼があつてこそ、安全で効果的な支援が成り立つのだと思う。また、施設の方々が日々の業務をこなしながら、常に利用者に寄り添い、いつも笑顔で接している姿に感動した。その自然なやりとり、そして笑顔が相手を安心させ、場の雰囲気や和らげているんだと感じた。短い期間だったけど、人と関わることの奥深さと、支える役割のやりがいや強く感じる事ができた。今後も、相手の立場に立ち、関わりを通じて互いに良い影響を与えられる人間でありたい。

## 佳作作品

## 高校生の部

### 固定概念



神戸市立六甲アイランド高等学校

3年 山本 愛梨

「高齢者は老いて何もできなくなった人ではない」

これは授業で高齢者について学んだときに教わったことだ。私はこの言葉に疑問を抱き、今回のワークキャンプへの参加を決めた。今まで高齢

者と聞くと無気力で自分のことができなくなるなどといったマイナスなイメージを強く持っていた。イメージだけでなく、年齢を重ねるごとに神経の衰えなどで心身の機能にも影響を及ぼすことも学んでいた。そのなかでこの言葉を聞いて何となく納得ができなかった。口ではそう言うけれど、身体の機能が低下しているにも関わらず元気に前向きに生きられるのかと不思議に思った。そこでワークキャンプに参加して実際に高齢者の方と関われば考えが変わるかもしれないと思い参加した。

ワークキャンプを通して、固定概念は自分の考えや行動の範囲を狭めることに気がついた。

一日目、施設に続々と利用者の方が入ってくる。お茶を飲んだり静かにテレビを見たりして、それぞれの時間を過ごしていた。慣れない環境で緊張しながら私は利用者の方のそばに行きお話をした。丁寧な口調でゆっくり滑舌よくはっきりと、視線を合わせて笑顔で。授業で学んだコミュニケーションの方法を意識し実践した。そして、時々職員の方の動きも見ながら過ごした。介護士は送迎や入浴食事の介助など、多くの利用者さんを相手に時間内に終わらせなければならず、常に忙しい印象があった。しかし、忙しい中でも時間を見つけて利用者の方と会話をして少しでも楽しんでもらえるようにしていた。

二日目は、一日目よりも自分から行動することを目標にした。お茶出しを進んでしたり、テーブルを拭いたりした。すると利用者の方に何度も「ありがとう」と言われた。お茶出しは熱中症対策、テーブルを拭くのは感染症対策、介護施設では毎日行われている。そんな当たり前のことを感謝されることに少しの恥ずかしさと同時に喜びを感じた。普段の学校生活では強制されない限り委員や係には入らなかった。それは、自分がやらなくても誰かがやってくれる、わざわざ自分の時間を削ってまでやるようなことではないと思っていたからだ。確かに自分の時間を削って誰かに尽く

すという、自分には何の利益もないように聞こえる。しかし、今回利用者の方に感謝されたことで人のために時間を使うことはどちらに利益があるとかではなく互いが気持ちよく過ごすために必要なことだと思った。

三日目は利用者の方に沢山の質問をした。答えづらい質問は避けつつ、家で過ごしているときと施設にいるときの違いや高校生の時の話などを聞いた。話を聞いているうちに年齢を重ねても楽しみを見つけて毎日を充実させようとしているように感じた。目や耳が悪くなったり、記憶力が低下したりと不自由な部分はある。しかし、できないことはサポートしてもらいながらできる範囲でそれぞれが自分の意思をもって生活していた。ここで、ワークキャンプに参加するきっかけとなった疑問が解決した。最初は口では何とでも言える、そんなのは綺麗ごとだと思っていたが個人差はあるものの残された人生を少しでも充実させるために毎日を精一杯生きていた。

三日間を振り返って、自分は多くの固定概念を持っていることが分かった。そしてその固定概念を持ちすぎると挑戦することさえも諦めたり、対人関係が狭まったりすることに繋がると気づいた。少しでもその決めつけや固定概念を減らすために行動すれば考え方が変わり、広い視野を持って物事を捉えられるようになるだろう。





# 令和7年度「心の輪を広げる体験作文」入賞作品

## 応募作品数

小学生の部	6点
中学生の部	25点
高校生・一般の部	32点
合計	63点

33

## 最優秀賞

### 【小学生の部】

「ダンスは、なかよしのもと」 神戸市立松尾小学校 2年 谷本 明里…………… 34

### 【中学生の部】

違いに触れて、私が気づいたこと 神戸市立西代中学校 2年 富田 亜純…………… 34

### 【高校生・一般の部】

勇 気 を 持 っ て 谷吉 ゆかり…………… 35

## 優秀賞

### 【小学生の部】

おもいやりのこころをたいせつにしよう 神戸市立こうべ小学校 1年 原 陽菜里…………… 36

### 【中学生の部】

心の友よ、ありがとう 神戸大学附属中等教育学校 1年 清野 景甫…………… 37

### 【高校生・一般の部】

しあわせの輪をつなげて 神戸国際高等学校 1年 黒岩 さらさ…………… 38

## 佳作

### 【小学生の部】

きょうかしあって 神戸市立六甲山小学校 2年 中井 鈴子…………… 39

### 【中学生の部】

難聴でも吹奏楽部？姉の謎 神戸市立高取台中学校 2年 岡野 光希…………… 40

ば く の 姉 神戸市立本多聞中学校 1年 河崎 優太…………… 41

### 【高校生・一般の部】

笑 顔 関西創価高等学校 3年 見須 希美…………… 42

な ん と か な る さ ら ん…………… 43

## 最優秀賞作品

## 小学生の部

## 「ダンスは、なかよしのもと」



神戸市立松尾小学校

2年 谷本 明里

わたしは、ようち園のころから、ともだちのおかあさんが、教えているダンスをなっています。こうべまつりや、ダンスのイベントでおどったりします。そのときに、しょうがいしゃのダンスのチームがいっしょにでていました。じょうずな人もへたな人もたのしくおどっていました。ばしょをいどうするときに、とまっている人に教えてあげる人がいて、やさしいなと思いました。また、車イスでおどっている人を見てこんなダンスがあるんだと思いました。

わたしたちのチームも、しょうがいしゃのチームといっしょにおどりました。おにいちゃんおねえちゃんたちは、みんながあいさつをしてくれて、れいぎたしいなと思いました。

しょうがいしゃのおにいちゃんおねえちゃんのダンスは、リズムもいろいろでうごきもばらばらで、うまかったりへただったりするけど、ダンスをたのしんでいるのがすごくいいなと思いました。わたしも、ダンスをたのしんでおどりたいと思いました。

わたしは、学校のともだちとなかよしです。ダンスのともだちともなかよしですが、ちがうなかよしだとも思います。学校のともだちは、お話をしたり、なやみをそうだんしたりするとともだちです。ダンスのともだちは、しんどいれんしゅうをして、おたがいに、教えあったり、ほめたりして、なかよしのともだちだけど、ライバルでもあるからです。

わたしは、しょうがいしゃの人のことをしりませんでした。しょうがいしゃの人のことについて、ダンスの先生におしえてもらいました。しょうがいしゃは、うまく話せなかったり、人とおな

じことをするのがにがてな人のことだとならいました。ダンスをいっしょにして、うまかったりへただったりしても、ダンスをいっしょにたのしめば、しょうがいしゃも、しょうがいしゃじゃない人もかんけいなく、なかよしになれるとおもいます。わたしは、これからもダンスをつづけて、みんながなかよしになれるといいなと思います。

## 最優秀賞作品

## 中学生の部

## 違いに触れて、私が気づいたこと



神戸市立西代中学校

2年 富田 亜純

「障がい者」と聞いて、みなさんはどんなことを思い浮かべるでしょうか。正直に言うと、私はこれまであまり良いイメージを持っていませんでした。例えば、健常者とは違った体をしていて、見た目で分かる障害がある人を見たとき。「大変そうだな」や「かわいそう」と頭の中で考えてしまいます。また、公共の場で突然大きな声を出したり、会話がかみ合わなかったりする様子を見ると、なんとなく「怖い」や「かわかり方がわからない」などと感じてしまうこともありました。そんな私の考えを大きく変える出来事がありました。

ある日、友人が用事で急に行けなくなってしまったということでダンス公演のチケットをもらいました。その公演は障がいのある人によるダンス公演でした。最初は正直、楽しみという気持ちになれませんでした。せっかくもらったチケットだからという軽い気持ちで会場に向かいました。客席にはヘルプマークを付けている人や白杖を持っている人、手話で会話している人など障害を持った人がたくさんいました。そのような人たちを私はやっぱり意識してしまっていて、いつもと同じようにいることができませんでした。また、同じように障害を持っていて体が自由に動かせない



のに「本当に踊れるのかな」と半信半疑な気持ちでした。

しかし、公演が始まってからの数分間で、私の心は大きく動かされました。照明に照らされた舞台上で音楽に合わせて踊っていたのは、体に障害がある人、言葉でのコミュニケーションが難しい人など様々な障害を持っている人たちでしたが、一つ一つの動きが力強く、生き生きとした表情で、とてもきれいでした。車いすに乗っている人や、手足の動きが制限される中でも、一生懸命に全身を使って表現している姿を見て、それぞれの感情が伝わってきて、心を打たれました。見終わったとき、私は感動で涙が出そうになっていました。それと同時にこれまで障がい者に対してマイナスなイメージを持っていた自分が、とても恥ずかしくなりました。なぜ、できないと勝手に思ってしまったのだろう。ただ少し体のつくりや、できることが違うだけなのに。今回のダンス公演を通して、外見やできる・できないだけで人を判断していたかに気づき、知らない間に人を傷つけていたと深く反省しました。また、自分の特性を受け入れ、努力して前に進んでいる彼らの姿勢を見習うべきだと心から思いました。

今の社会には、前の私と同じように障がい者に対してマイナスなイメージを持っている人がまだ多いと思います。実際にニュースやSNSでも、障がい者に関する心が痛むような出来事や、誰かが傷つくようなコメントを目にします。これからは、障害のある人とない人関係なく、助け合いながら生きていける社会になっていくべきだと私は思います。そのためには、ユニバーサルデザインなどの、誰もが使いやすいように考えられたデザインやサービスを増やし、全員が不自由なく生活できる環境を実現していくこと。また、障がい者と触れ合う機会や知る機会を増やすことが、偏見や思い込みをなくす近道だと私は思います。だからこそ、もっと多くの人に今回私が見たような公演にもぜひ足を運んでほしいと感じました。

人権はすべての人に平等に与えられ、どんな人であっても、自分らしく生きていく権利があります。これからも未来を作っていく私たちが人権についてもっと考えるべきだと思います。違いを認め合い支えあいながら暮らせる平等な社会を目指して、今自分にできることを考えながら少しずつ行動に移していきたいです。

## 最優秀賞作品

高校・一般の部

### 勇気を持って



谷吉 ゆかり

先日、ポートライナーに乗って三宮へ出掛けた時のことです。三宮に着いた時に、白杖を持った方お二人に出会いました。昔、企業研修で盲目の方への接し方を習ったことがあったので、いつか何かお手伝いできることがあればよいな…と思っていました。ですが、実際、たまに出会っても声をかける勇気が持てず、何もできず過ぎてしまうことばかりでした。が、この時は「改札行くの右かな？左かな？皆の流れは左っぽいよね」という会話が聞こえてきたので、「よければ何かお手伝いできることはありますか？」と声を掛けることができました。すると「改札まで行きたいのですが」とおっしゃったので、一緒に改札まで行きました。その時に「エスカレーター使えます」と言われ、驚きました。腕を組んで歩いたら大丈夫とのことだったので、腕を組みました。声しか情報を届けられないので、「あと3歩でエスカレーターに乗ります。」降りる時も「あと5段で降りることになります。」と事前に説明しました。慣れた様子で、伝えただけで問題なく乗り降りできました。改札まで行くと「もうここで大丈夫です。」とおっしゃったので、失礼しました。ですが、今度は阪神の方へ行くエレベーターを待っている

と、またお二人が来られて「あれ？この辺にエレベーターあったよね？ないよね？どこだろう？」と困っている会話が聞こえました。なので、もう一度声を掛けました。するとエレベーターに乗りたかったものの、点字が繋がっていなかったようで、困っていたとのことでした。「点字はどうなっていますか？」と聞かれたので「ダイエーに向かっています」と伝えると「それでエレベーターがわからなかったのね」とおっしゃっていました。知識では点字が全てと知っていましたが、実際お会いして、ほんの少しでも点字が途切れたりするとわからなくなってしまうのだなと改めて思いました。なので、たまに点字の所に自転車が止めてあったりするのを見かけます。これは怪我する可能性も出てくるし、私たち健常者にとっては何気ないことでも、とても困らせることになるのだなと思いました。

そして、一緒にエレベーターに乗り、お二人は夕食を食べに行くところだったようで、お店まで行ってお別れしました。別れ際には十分過ぎるほどのお礼を言っていただき、私も勇気を出して声をかけてみてよかったと思えました。

私には小学6年生の娘がいます。帰宅してその話をしました。もし困っている方がいたら声をかけるのは勇気があるし、お母さんもなかなか声をかけることができなかったけど、今日は勇気を出して声をかけれたよ。そして、とても喜んでもらえて私の方こそすごくほっこりする気持ちももらったよと伝えました。そこから娘もなかよし学級のお友達との話を聞かせてくれました。毎年、6年生になると1年生とペアを組むのですが、娘のペアの子はなかよし学級の子となったらしく「接し方がわからない。だから、どうしたら良いのか悩む」という話でした。そして、数日後にペア遠足で王子動物園へ行くことになっているのも不安と心配で気が重いということでした。「そうだよね、今まで仲良くしているお友達とちょっと違うタイプだとどう接したら良いか考えちゃうよ

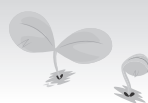
ね。考えることは大事だけど、あまり深く考えすぎない方がよい時もあるよ。とにかく楽しむことを一番に考えてみたら？」と話をしました。遠足の日がやってきて、浮かない表情だったので心配しましたが、帰宅すると、心配は必要なかったように「とっても楽しかった」と明るい表情での帰宅でした。先生から「フラミンゴとぞうの前では急に走り出したりするから、手を離さないでね」など注意してほしいことを聞いたそうですが、一緒に手をつないでいる時はそんなこともなく、楽しく動物を見て回れたそうです。「どうしたらよいのかな？と思うことがあっても一緒に時間を過ごしているだけで何とかなるし、仲良くなれるね」と言っていました。そしてその後も学校で活動外で会うと、にこっと笑ってくれるそうで、今ではどう接したらよいかな？と悩んでいたのも吹き飛んでいます。この一年間はその子とペアなので、お互いに気分よく仲良く過ごせたら良いなと思っています。

そして娘と神戸市はもちろん、兵庫県、日本全体がほっこりするようなことで溢れかえると良いよねとなりました。今の時代、忙しく、せかせかしていて、他人のことに無関心にならざるえない環境だったりしますが、少しは関心を持てて、優しい住みやすい神戸市、兵庫県、そして日本になると良いなと思います。まずは自分のできることを勇気を持って実践していきます。

## 優秀賞作品

## 小学生の部

### おもいやりのころをたいせつにしよう



神戸市立こうべ小学校

1年 原 陽菜里

わたしはめがみえます。おかあさんにてつだってもらってめがみえなくなるたいけんをしました。ほうほうは、あいますくをつけてめをとじま

した。まずさいしょにおへやのなかをあるいてみました。くらくてどこにいるのかわからなくてこわかったです。かべをもたないとあるけません。おもちゃをふんでけがしてしまいそうでした。ひとりではとてもしょうがつこうまでいけないとおもいました。

つぎにといれにしてみました。でんきをつけてもくらいまです。といれってペーパーのばしょもわからないし、おみずをながすのもとてもむずかしかったです。てをあらおうとするとほとんどそーぷのいれものがころがるし、みずがどこにながれているのかわからなくてじかんがかかりました。

めがみえないと、ばんぱくやディズニールンドにいくとひとがおおくてひとにぶつかってしまうのがこわいとおもいました。

めがみえないひとがどうやってあるいたりしんごうをわたるのか、おかあさんにきいていっしょにしらべました。めがみえないひとははくじょうというぼうをもってあるきます。はくじょうのさがあかいろなのは、めだたせることによってめがみえるひとにちゅういしてもらうためです。てんじぶろっくは2しゅるいあります。ほそながいぼうでつくられているてんじぶろっくはまっすぐすすめます。たくさんのでんてんでつくられたてんじぶろっくはとまらないといけません。

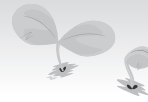
めがみえないひとにとって、てんじぶろっくがどれだけたいせつなものかはじめてしることができました。これからてんじぶろっくのうえにとまったり、じてんしゃをおいたりしないようにきをつけます。

めがみえないたいけんをしてみてとてもたいへんなことがわかりました。はくじょうをもっているひとをみたら、おもいやりのこころをたいせつにしたいです。

## 優秀賞作品

## 中学生の部

### 心の友よ、ありがとう



神戸大学附属中等教育学校

1年 清野 景甫

三年前、僕はみっちゃんとお会った。彼女は僕の最高の友達で、彼女の存在は僕に多大な影響を与えた。

まずは少しみっちゃんについて知ってもらいたい。みっちゃんは筋ジストロフィーという病気と向き合いながら生きていた。自分の力だけでは歩けないから、毎朝お家の人が車で送ってきていた。校内では、補助の先生が身体を支えながらアイルームやトイレに一緒に行っていた。給食を食べることも文字を書くことも誰かの力が必要だ。僕はただただ「大変だなあ。」と思っていた。

一方僕はというと、必要以上によく話しよく動き先生に叱られることが多かった。ふてくされた僕が教室を見回すと、何故だかいつもみっちゃんと目が合っているような気がした。僕を見て笑っているような、わらいかけているような不思議な感覚になった。

そんな時、僕はみっちゃんのお世話係になった。不安とよくわからない期待感を胸に先生からのアドバイスを基に頑張って取り組むことにした。しかし、筋肉が言うことを聞かず首をまっすぐに保てないので僕はみっちゃんの頭を持って立て直したり、授業中大きな声を出した時に優しい声で少し厳しめに注意をした。しっかり身体を支えながら転ばないように一步一步足並みをそろえアイルームへ連れて行くのは最も大変なことだった。思ったようにいかないことのほうが多くて、みっちゃんにぶつぶつと文句を言うことが増えた。僕の心の中の思いとは裏腹に、みっちゃんのわがまは加速していった。スプーンを手で払いのけておかずは飛び散るし、大きな声を注意すると更に大きな声を出すので僕のいら立ちはどんどん強く



なった。それなのにみっちゃんはどんな時も笑っていた。

お世話がうまくいかなくなって投げ出しそうになった時、運動会の練習が始まった。走るのが大好きな僕は徒競走の練習が毎回楽しみだった。僕が走り終えて列に並んで一息つくともみっちゃんの番がくる。いつもながら補助の先生に支えられているけれどいつもと違うみっちゃんを見た。ゆっくりだけど先生より身体が前に出て歩こうとするみっちゃん、しっかり前を見据えているみっちゃんの姿があった。いつものように笑っているようだけど、やはりどこか違っていた。

「頑張れ!!」「頑張れみっちゃん!!」

みんなの声援を背に、僕は気が付けば静かにみっちゃんを見つめていた。力強く一步一步前に進むみっちゃんを見ていると、自分なりの力で動こうとしている気持ちや、応援してもらって嬉しい気持ちを笑顔で表現しているのではないかと感じた。みっちゃんの笑顔は彼女の意思表示であったかもしれない。僕が思っていたみっちゃんのわがままは、わがままではなく僕に何か伝えたかったのかもしれない。

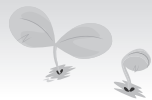
この日から僕はみっちゃんとの付き合い方を変えた。お世話係でなく、僕の友達としてみっちゃんと関わりながら、みっちゃんは何をしたいと願いどんな助けを求めているのか考えることにした。そうするとみっちゃんと僕の距離が近付いた気がした。僕はみっちゃん自身から可哀想そうな子ではなく、少し人の手助けがあれば僕たちと何も変わらないのだと教えてもらった。

みっちゃん、この先辛いこともたくさんあるけれどもお互い頑張っていこうよ。僕がみっちゃんと過ごした三年間は本当に楽しかった。みっちゃんの笑顔があったから僕も安心して楽しく学校に通えたんだよ。ありがとう。

## 優秀賞作品

高校・一般の部

### しあわせの輪をつなげて



神戸国際高等学校

1年 黒岩 さらさ

私は、幼い頃から歌うことが大好きで、小学2年生の時から、祖母の影響で、演歌や昭和歌謡に興味を持ち、高齢者や障害者の方が利用する施設や病院などで、歌のボランティアをして、その慰問活動は、今年で8年目となった。

そのきっかけは、小学校に入学し、学校や周りの友達になかなか馴染めず、学校に行きづらい時期が長く、当時、楽しみに通っていたピアノ教室の先生が、いつもレッスンに行くと、明るい笑顔で迎え、優しくそっと私の気持ちに寄り添い、元気づけて下さった。

そして、私の歌を褒めてくれ、人前で歌う機会を与えて下さり、より歌うことが好きになり、歌のボランティアをはじめることになった。

施設では、利用者の方々が、私の歌を聞き、笑顔で、手拍子や拍手をして下さったり、時には、涙を流し、喜んでおられるのを見ると、私もとても嬉しく、幸せな気持ちになります。歌うことで、逆に皆さんから沢山のパワーを頂き、それが、私の心の支えとなった。

中学校に入学してからは、「福祉体験学習」があることを知り、今年も昨年同様、障害者施設を希望し、訪問した。

私が、この夏に訪問した施設は、「就労継続支援B型事業所」といって、一般就労が難しい障害や難病のある方に対して、働く機会と就労に必要な知識やスキルの習得支援を行う所で、障害者の方が、作業を行っていた。

訪問時には、9月に地域の方との交流目的に行われるお祭りの準備をされていて、私は、左手が動かない方と一緒に折り紙を切り、短冊を作ることになった。

その方に対して、スムーズに作業ができるよううまく声かけやサポートが出来ずに戸惑っていると、職員さんが、それを見て、「自分が、左手が動かないと思ってやってみたらどうかな」と声をかけて下さった。

職員さんは、常に利用者さんひとりひとりに気を配り、丁寧に向き合っておられると思った。

私は、これまで生きてきて、手や足が動かないという経験をしたことがないので、体が不自由な方の苦労や大変さを100パーセント理解することは、出来ないけれど、相手を思う気持ちと自分の想像力をしっかり働かせることで何らかの手助けは、出来るのではないかと、その時思った。

そして、皆さんと色々な会話をした中で、演歌が好きな方が、私に「一緒に歌って下さい」と、声をかけて下さり、私の大好きな石川さゆりさんの「津軽海峡・冬景色」を朝礼で歌うと、それを聞いていた他の方も「私も歌いたい。」と言われ、カラオケ大会のようになって、盛り上がり、最後は、皆で合唱した。

私はその時、「歌の力は、すごいなあ」と改めて思った。

たとえ、言語で心を通わせることができなくても、言語は、人と人が、意思の疎通をするための一つの手段であるだけで、言葉が話せなくても、歌や顔の表情、身振り手振りなどでも、心を通わせることができるのではないか。と思った。

歌を通して、皆さんと通じあえた気がして嬉しかった。

この学習は、3日間という短い期間でしたが、今年も多くの学びが得られ、本当に良かった。この貴重な経験を、これからの日々の生活に役立てたいと思う。

そして、私はこの春から、新たにチャレンジしていることがある。

歌のボランティアをして、耳の不自由な方にも、私の歌や思いを届けたい。という気持ちが芽生え、手話を習いはじめた。

まだまだ初心者ですが、いつかどなたかのお役に立つ時が来たら、嬉しいと思う。

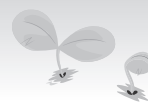
この作文を書くにあたり、「福祉」という漢字を調べてみると、「福」と「祉」には、どちらも「しあわせ」という意味があるそう。

障害があろうとなかろうと、お互いの個性や特性を理解し、受け入れ、相手を思う気持ちがあれば、誰もが、暮らしやすくなると思う。一人でも多くの方がよりしあわせを感じられる世の中になるように、私はその時々で、自分が出来る事を、精一杯やって、周りの人たちと一緒に、しあわせの輪をひろげ、笑顔の数を増していけたらいいなと思う。

## 佳作作品

## 小学生の部

### きょう力しあって



神戸市立六甲山小学校

2年 中井 鈴子

わたしのおとうさんは、ヘルプマークをつけています。

なぜかと言うと、一かい、たおれたから、手じゅつをして、きかいを体に入れました。

おとうさんは、人が多いと、しんどそうに見えます。おとうさんが、しんどそうなときは、すきなばしょとか、すきなものを見せてあげたりして、気ぶんをかえてあげます。

だから、しんどそうな人がいたら、バスでせきをゆずったり、あるくのを手つだってあげたりしたいと思っています。

みんながせいかつしやすいように、まちでもおいドアをあけることがしんどそうな、つえをついている人を見かけたら、おおいドアをあけてあげています。車いすの人が、でん車やバスにのっていたら、先におりたり、のるのを、ゆずってあげたりしたいです。

みんなが、きょう力して、やさしく、たのしく、くらせるまちにしたいです。

わたしのすんでいる近くのえきのポスターに、エレベーターがないばしょで、車いすの人がいたら、はこんであげてくださいと、書いていたのを見て、わたしが大きくなったらしてみたいなあと思いました。

## 佳作作品

## 中学生の部

### 難聴でも吹奏楽部？姉の謎



神戸市立高取台中学校

2年 岡野 光希

私の姉は難聴の障害があります。この難聴は、先天性の障害ではなく、病気による後天性の障害です。タイマーや体温計の音などの高音域の音は聴こえなく、女の人声などの比較的高音域は聴きづらい。男の人の比較的低音域は聴こえやすい。と本人から聴きます。このため我が家では様々な工夫をして生活しています。タイマーは電子音が鳴るものではなく、ベル式のものを使っています。体温計は電子音以外で測定完了を知らせてくれるものがないものの、メーカーによって電子音の高さが異なるので、出来るだけ低い音の商品を選んで使用しています。それでも実際に使ったときには周囲の状況によって聴こえづらい様子なので、音になったことを周りの人が伝えてあげるようにしています。

そんな難聴のある姉とない私は、ともに吹奏楽部に所属しています。姉は補聴器を着けた状態で低音域のチューバやユーフォニアムを演奏しています。私は高音域のフルートを演奏していますが、姉が補聴器なしでどこまで聴こえるのか、補聴器を通してどのように聴こえるのかと疑問に思いました。どの音まで聴こえるのかを確かめたいと姉に相談したところ、こころよく引き受けて

くれました。実際に私のフルートの音を姉に聴いてもらった結果、意外にも補聴器なしでも一番高い音まで聴こえることがわかりました。電子ピアノでさらに高い音を確認していくと中央から四オクターブ高い「ミ♭」以上は聴こえないことがわかりました。補聴器ありでは五オクターブ高い「ファ」まで聴こえるようになることがわかりました。

難聴は外から見てもわかりません。人によって程度も様々です。このため相手のことに興味を持って確認する姿勢が大事だと感じました。しかし興味を持つ第一歩である相手が難聴を患っていることを知ることは容易ではないと感じます。難聴を示すマークとして、一般社団法人 全日本難聴者・中途失聴者団体連合会の「耳マーク」と警察庁が出してる「聴覚障害者標識」がありますが、個人的には外であまり見たことはありません。またどの程度の聴覚障害があるのかマークだけではわからないものとなっています。障害の程度によって必要になるサポートは変わるため、蝶々をモチーフにした警察庁のマークに統一したうえで障害の程度を色などで見分けられるようにするのが良いと思いました。例えば両耳が聴こえない全ろうの場合は蝶々の両羽とも黄色、右耳だけ聴こえない場合は右羽だけ黄色、高音域だけ聴こえない場合は羽の上側だけ黄色にするといった工夫で障害の程度を示すことが出来るのではないのでしょうか。

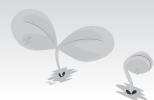
相手の障害を知る第一歩の工夫が、より障害への関心や理解を深める切っ掛けとして大切だと思います。



## 佳作作品

## 中学生の部

## ぼくの姉



神戸市立本多聞中学校

1年 河崎 優太

ぼくの姉は、「自閉スペクトラム症」という障害をもっています。そのためこだわりが強いという特性があり、物事をこなすのに人一倍時間がかかり気が散りやすいので、長い時間集中できません。しかし、自分の得意なことはものすごく集中できます。学校や社会では周りの人と合わせることができず、迷惑をかけることがあります。見た目で見える障害ではないので、周りに理解されることが困難な障害です。そんな姉がすごく重いハンデを背負っているように感じます。

ぼくの姉はいつも決まった時間にピアノを弾き始めます。時間に余裕があり、早く始めることができる時間でも決まった時間になるまではやりません。宿題をしようとしても、他のことに気が散って宿題が進みません。ぼくはこの行動に対して、「どんくさいな」と感じてしまいます。またこの行動を学校や職場の障害のことを知らない人が見たら、姉は「空気の読めない人」だと思われてしまうかもしれません。

でも、姉にも良いところがたくさんあります。例えば、好きなことに集中したら最後まで集中できます。一つ一つの言葉遣いや行動が、すごくていねいです。これらのことは、学校や社会など、支え合って暮らす中では、すごく大切に、生きていく上でも大切だと思います。ぼくは姉に少しでも個性を生かしてより活躍して欲しい、自立して欲しいです。そのために、できることをしたいです。

この文章を書いていると、誰もが地域や職場、学校など社会生活の中で共に支え合って暮らす「共生社会」の実現について、改めて考えました。そこで考えた実現に向けて大切なことは、「周り

が理解して、知識を得ること」です。障害についてみんなが理解することは難しいかもしれませんが、しかし、周りの人が聞いていやだと感じるようなイメージを広めることやそれを本人に対して言うことは絶対にあってはなりません。障害の有る無いは、関係なく、同じ人間なのです。障害の有無により得意なことや苦手なことに違いはあっても差別をする必要なんてありません。しかし、障害を理由に差別をする問題が消えないのは理解が広がっておらず、分からないからこそ不満や不安が出てしまい、心ない発言などをする人がいるからではないでしょうか。ぼくはこの問題を減らしていきたいです。そのために、周囲の理解を深める活動をしていきたいです。そのために今この文章を書いています。

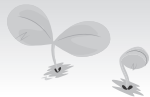
では、どんなことを理解してもらうことが大切なのでしょうか。それは、障害は特別なことでなく、みんなと同じ得意なこと、苦手なことなどの個性があるだけということです。そして、その個性をぼく達は受け入れる姿勢が大事だということです。母はよく、こう言います。「目に見えない障害が一番つらい」と。社会に出たら目印がないと一般人にしか見えません。それがつらいんです。周りに分かってもらえないという苦しみを背負わないといけないんです。だから、周りに分かってもらえるような取り組みが大事です。

周りに理解してもらうことは今すぐにはできません。しかし、違いを恐れずに障害のある人とふれあってみることで差別をなくす一番の近道なのかもしれません。そして障害のイメージを少しでも変えることができたなら……。この文章を読んで障害へのイメージが変わってくれたらうれしいです。このように思う人が一人、また一人と増え続ければ、「共生社会」への道が進みます。世界の人々が「心の輪を広げる」ということをぼくは心の底から思い続けます。

## 佳作作品

高校・一般の部

## 笑 顔



関西創価高等学校

3年 見須 希美

好きなことを仕事にできる。現代では自分の得意なこと、好きなことを仕事にできます。例えば、YouTuber になりたいと思ったらスマホ一つで撮影・編集もでき、「投稿する」というボタン一つ押すだけで簡単に投稿できます。自分の好きなことを発信して、みんなに「いいね」を押してもらえる。またそれがきっかけで夢にも思ったことが叶えられるかもしれない。努力を重ねてきた人ならば、なんだってなれる。でもみんなそうでしょうか。「障がい者が目指すとしたら」という趣旨の質問ならば、あなたはどうか答えますか？

「障がいがある」と聞くと「どうやってコミュニケーションをとればいいのか分からない」「仕事に支障が出るかもしれない」というイメージがある人は多いと思います。そのイメージが定着してしまっているせいで、障がい者が働きたい場所があっても断られてしまうということがあることも事実です。ニュースでもよく取り上げられる「障がいがある人も働きやすい社会に」という目標は本当に達成できているのでしょうか。

近年では社会全体で「多様性」や「インクルージョン」が重視されるようになり、障がい者雇用を推進する制度や法律も整えられてきています。しかし現実には焦点を当てると、まだ「形式だけ」にとどまってしまっているケースが多いと感じます。決められた枠の中で単純作業ばかりを任せられ、本来の能力や個性を発揮できないまま働いている人もいます。それは「仕事をしている」というより、「仕事を与えられている」に近い状況であり、「好きなことを仕事にする」という理想からは遠いのではないのでしょうか。

私は以前、テレビで「虹色のチョーク」とい

うドラマを見たことがあります。このお話は知的障がいのある人たちが町工場で一生懸命働き、チョークを作っている姿を描いた実話です。舞台となった工場は日本理化工業といって、学校などで使うダストレスチョークを長年作り続けてきた会社です。ドラマの中では、最初「障がいがあるから仕事は難しいのではないかと」と周囲に思われていた人たちが、工場で少しずつできることを増やし、自分の居場所を見つけていく姿に感動しました。またその姿は、私が当時思っていた「障がいがあると働くことは難しい」という先入観を大きく変えてくれました。特に印象に残っているのは、失敗してもあきらめずに挑戦し続けることや、「できるようになった！」と笑顔を見せ、従業員同士の団結力も上がっていく場面です。「働く」という意味は、お金を得ることだけではありません。「誰かの役に立っている」「社会の一員として必要とされている」と感じるからこそ、働く喜びなのだと思います。障がいのある人たちがチョークを作っている姿は、その大切さを教えてくれました。そして、そのことは障がいのあるなしに関わらず、私自身にも通じることだと感じました。現代では、YouTuber やクリエイターのように、自分の好きなことを直接仕事にできる可能性が広がっています。しかし同時に、誰もが同じスタートラインに立てるわけではありません。障がいのある人たちが夢を叶えるためには、社会全体の理解や環境づくりが欠かせません。「できない」と線を引くのではなく、「どうすればできるか」を一緒に考えること。それこそが、真の意味で「心の輪を広げる」ということなのだと思います。また、それが障がいのあるなしに関係なく「好きなこと」ができるのだと考えました。

私はこれから社会に出て働く立場になります。好きなことを仕事にするチャンスがある一方で、夢を諦めざるを得ない人もいます。その現実を忘れてはいけないと思います。だからこそ、自分が社会の一員になったときには、障がいのある人もな

い人も、それぞれの得意を活かして協力し合える環境をつくりたい。その第一歩として、私自身が日常生活の中で相手と分け隔てなく接し、「どうすれば一緒にできるか」を考え続けたいです。また、「好きなことを仕事にする」ことが当たり前のように語られる今だからこそ、「誰もが好きなことを仕事にできる社会」を実現する努力を続けていきたい。私は「虹色のチョーク」で見た笑顔を忘れずに、心の輪を広げられる人間になりたいです。

## 佳作作品

高校・一般の部

### なんとかなるさ



ら ん

令和七年二月九日、忘れもしない一日となった。私は夢を諦めたのだ。高校生の頃に誓った夢を留年を経験しながらでも、「必ず叶えてみせる」と強い意志を持ってこれまで頑張ってきた。だが、この日弱かった私は、負け犬になってしまった。自分で下した決断だったが、この日を境に、毎日泣き崩れるばかりの日が訪れるようになってしまった。

私の夢は心理師になることだった。「私自身に傷ついた過去があるからこそ、自分も同じように心に傷を負った人の痛みに寄り添いたい。」この強い想いは自分で掲げた夢と目標であり、9年もの間私自身を支えてくれ、どんな時も前を向かせてくれた。

だが、今年の二月を境に私は全てを失った。自分の事を責め始めるようになった頃、私は生きる意味やこの先頑張る意味が分からなくなった。自ら命を絶つような危険な行為をすることまで追い詰められた。何が苦しいのか、何が辛いのか言葉で説明しようとしても言語化できない。悔しい

けれど、私の苦しみは他の人には分からない。私にしか分からないのだ。

9歳の頃、私は性被害に遭った。被害を受けた後の後遺症はまるで悪魔に毎日虐められているかのような症状ばかりである。毎日、恐怖と隣り合わせにいるのだ。私は後に心的外傷後ストレス障害(PTSD)と診断が下りた。診断は下りたものの、私が苦しんでいるのはいわゆる辞典に載っているような症状だけではない。感情のコントロールができないことや、人を信じるのが怖いこと、敵対心を抱いてしまうことなどである。こうして私はPTSDと診断されて以降、障がいを抱え障がい者として生きていくことになった。

障がい者として生きることになり、私はこのような疑問を持ちはじめた。障がい者の「がい」を表現する漢字として従来から最も使用されているのは「害する」という字である。だが、障がいを抱える者は皆、生活が害され差し障りばかりが出してしまう生活を送り続けていることが全てであるのだろうか。

私はこれには2つの反対意見を持つ。

第一に私自身が実際に感じる人との強い結びつきや繋がりを通して感じさせられることがある。第二に「障がい」に対する否定的なイメージをなくすという社会全体の取り組みとして「害」という漢字の使用を無くすといった動きが始まっている。

人と人との見えない結びつき、それは5年間会うことができていなかった、当時お世話になった心理師さんとの再会であった。9年前高校生だった私は、必ずこの方の後を追いかけると決め、PTSDの後遺症と闘いながら必死に頑張ってきた。その強い想いが「障がい」の山を越え、症状の苦しみや痛み、辛さを越えて届いたのだ。人と人との言葉では表すことのできない関係性は人への想いを通じて築かれることを改めて感じさせられた。

もう1人私には強い繋がりを感じている方がい



る。それは主治医だ。主治医のことを裏切るようなことを何度もしてきた。通院に行くことが困難になり、症状が悪化してしまい精神障がいへの恐ろしさを目の当たりにした。自分の手ではコントロールできない悪魔の病気だと実感した。だが、どんな私でも主治医は私のことを受け入れてくれる。そして私にこう伝えてくれた。

「なんとかなるさ。」

と。今は真っ暗な雲の中、先の見えない不安の中にいるかもしれない。だけど、いつかこんな日もあったんだな、と受け入れられる日が来るよ、と涙する私に優しく言葉をかけてくれた。たった7文字の言葉ではあったが、私にとっては魔法がかけられたかのように、立ち止まっていた私には響いたメッセージであった。

こうして私が心理師さんに出会い夢を目指すことができたのも、主治医に大切な言葉を教えてもらうことができたのも、「障がい」と縁がなければ出逢いはなかったこと。全ての事にご縁があったのだと私は感じている。

第二に、障がいを社会全体で受け入れていこうという動きになっている。そのため一つの例として、漢字の使用に変化が起きている。従来、「障がい」を表す漢字として「障害」つまり「害する」という漢字が含まれた表記が最も使用されていた。だが、近年は、平仮名表記で「がい」と表しているところが増えている。

私はたとえ診断が下りていなくても、障がいは本人が物事を遂行する際にそれに支障が出ている場合は、一つの「障がい」が生じていると捉えてよいのではないかと考える。そしてそれが原因で生きていくのが困難になった際、「障がい者」と定義づけられるのではないかと考える。一見当たり前で単純な定義のように聞こえるが、実に意味は深いのではないだろうか。

「もしあなたの隣にいる人がペットボトルの蓋を開けるのに苦労していたらどのように考えるか。」私たちは、いろんな要因が考えられること

を想定しなければならない。要因として、単なる握力不足とも考えられるが、一方でラベルの文字や絵に何らかのトラウマ反応を示したかもしれない。

つまり、ペットボトルの蓋を開けることができなかったのは一つの要因だけでなく、根底には他の要因があったとも考えられる。

このように、物事の要因を決めるのは一つの視点だけでは不可能であり、あってはならない。同様に、「障がい」の定義も一人の判断や基準では定まらないことの方が多い。私たち一人一人の温かい目、あるいは時には敵対心を抱いてしまうような冷たい目の基準で定められてしまう。誰しもが住みやすく、また生き生きとした社会になるよう、私たち一人一人の心掛けを大切にしたい。

「大丈夫。なんとかなるさ。」



「思いやり」「譲り合い」「助け合い」  
福祉の心を育む神戸の市民運動

ふれあいのまちKOBÉ・愛の輪運動



令和7年度

温かい手

編集・発行 社会福祉法人 神戸市社会福祉協議会 地域支援部  
ふれあいのまち KOBÉ・愛の輪運動推進委員会  
神戸市中央区磯上通3丁目1-32

こうべ市民福祉交流センター4F

TEL (078) 271-5317

FAX (078) 271-5366

神戸市 福祉局 障害福祉課

神戸市中央区加納町6丁目5-1

リサイクル適性<sup>®</sup>

この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

この冊子は、神戸市社会福祉協議会が設置する社会福祉推進基金に寄せられた寄付金を一部使用し作成しています。