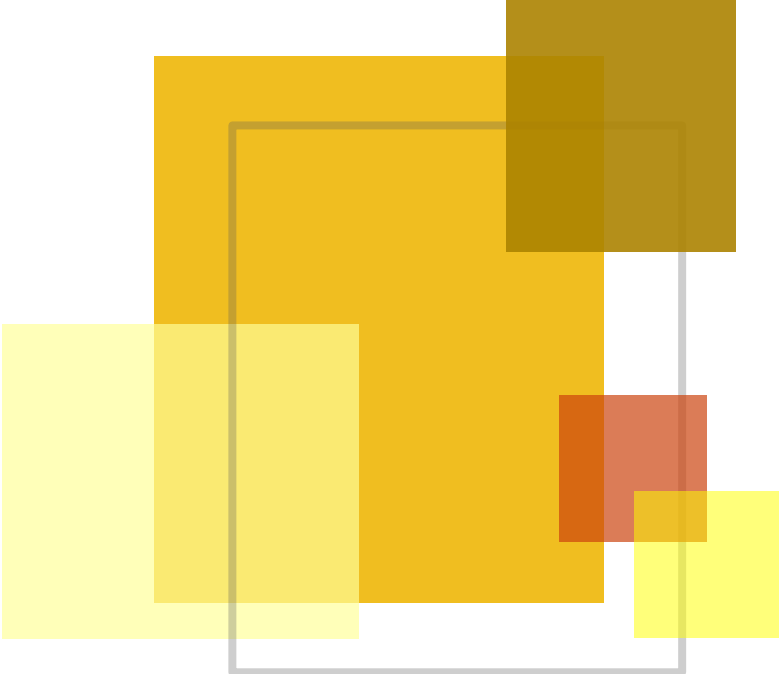


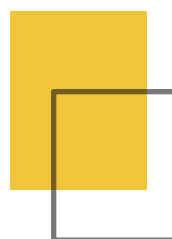
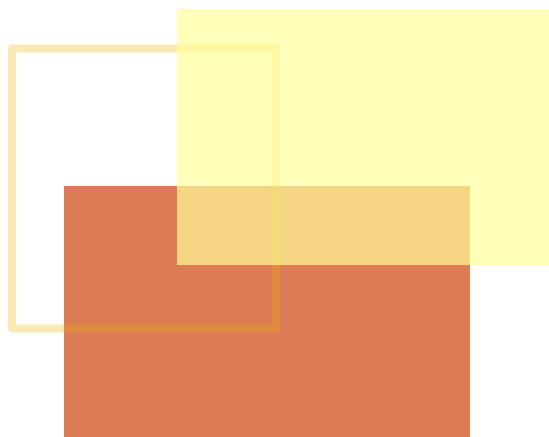


第37回

中学生からのメッセージ

令和6年度

日時 令和6年11月9日（土） 13時00分～15時40分
会場 とかちプラザ レインボーホール
主催 帯広市教育委員会 帯広市教育研究会
後援 帯広市中学校長会 帯広市小中学校文化連盟
帯広市青少年育成者連絡協議会 帯広市PTA連合会
北海道退職校長会帯広会



目 次

【巻頭言】

- 集録の発刊によせて
帯広市教育委員会 学校教育部長 服 部 哲 也 …… 1

【中学生からのメッセージ】

- 最優秀賞
東日本大震災を胸に刻んで …… 帯広第五中（1年） 松 本 美 海 …… 2
- 優秀賞
 本当の夢 …………… 帯広聾学校（3年） 松 井 琉生斗 …… 3
 当たり前ではない当たり前 …… 翔 陽 中（3年） 佐々木 菜 都 …… 4
 支え合う心 …………… 川 西 中（3年） 佐 藤 寧 音 …… 5
 目標があることで変わること … 大 空 学 園（8年） 加 藤 美 咲 …… 6
- 優良賞
 命の火が消えるまで …………… 帯広第二中（3年） 牛 島 彩 葉 …… 7
 共存 …………… 南 町 中（3年） 会 田 智 信 …… 8
 「普通」って？ …………… 帯広第七中（3年） 森 田 そ ら …… 9
 「コミュ力」って大事 …………… 西 陵 中（2年） 大 貫 詩 月 …… 10
 伝えることの大切さ …………… 帯広第八中（3年） 三 浦 も か …… 11
 正しい努力 …………… 帯広第一中（3年） 多治見 璃 瑠 …… 12
 乗り越える壁 …………… 八 千 代 中（3年） 荒 尾 流 星 …… 13
 BGMの効果 …………… 清 川 中（2年） 中 村 は な …… 14
 区別と差別と多様性 …………… 帯広第四中（3年） 上 迫 夕 姫 …… 15
 欠点は美しい …………… 緑 園 中（3年） 岩 崎 心 愛 …… 16

【講評】

- 審査員長講評
帯広市青少年育成者連絡協議会 会 長 細 岡 和 幸 …… 17
- 審査員名簿 …………… 18

集録の発刊によせて

帯広市教育委員会

学校教育部長 服部 哲也

「中学生からのメッセージ」は、昭和 63 年に第 1 回目を開催し今年度で第 37 回目を迎えました。

本大会は、中学生が日常での感動、体験、考えを自分の言葉でまとめ、広く発表することで、社会参加への意欲を高めることを目的に開催しており、これまで多くの発表者が自分の考えを生き生きと述べ、共感を呼んできました。

さて、今回も様々なテーマの発表があり、それぞれのメッセージに込められた思いや考えが心に深く響きました。

迷いや葛藤を乗り越えて夢に向かい挑戦する姿、後悔をきっかけに人生の目標を見つけ行動に移す姿、「普通」という枠に捉われずに多くの人と積極的に関わろうとする姿など、皆さん一人一人の成長を感じることができました。

今回の発表を通じて、本大会が生徒たちの自信を深め、挑戦する姿勢を養う貴重な機会であることを改めて感じています。

社会が大きく変化する中、子どもたちには広い視野と柔軟な発想をもとに、物事を論理的に考え、自らの主張を正しく伝える力を養っていただきたいと考えています。

この集録を一人でも多くの方にご覧いただき、中学生の瑞々しく澁刺とした主張に触れるとともに、より良い社会を創造していくヒントとなることを心から願っています。

本大会の開催にあたり、ご協力いただいたすべての皆様に感謝申し上げ、発刊のご挨拶といたします。



「美海が生まれたのは東日本大震災の年なんだよ」と母が言ったのは、私が小学6年生の時でした。2011年3月11日、私はまだ母のお腹の中にいました。母は地震直後すぐに宮城に住む祖母へ電話をかけましたが、1週間もの間連絡が取れなかったそうです。その間、祖母はどうしていたのでしょうか。昨年の夏休み、復興が進む石巻市を訪ね、当時石巻市立湊第二小学校の校長だった祖母に話を聞きました。

「家と家の間から大きな水の塊が押しよせ、校舎に津波が迫ってきている。児童名簿だけを握りしめて、校舎3階へ避難させた。全員が助かったわけではなかった。」と祖母は低い声で話しました。そして、「学校へ迎えに来た保護者と児童の後ろには、ものすごいスピードの津波が接近してきていて、「逃げて！もっと早く走って！」と声がかかるまで叫び続けたけれど、彼らは私の目の前であっという間に、黒い壁のような津波に飲み込まれてしまった。」

その時の祖母の顔は今でも忘れられません。一瞬で車や家、人までも飲み込み命を奪うなんて、現実にそんなことが起きるなんて……恐ろしすぎる、悲惨すぎる、と言葉には表せない感情でいっぱいになりました。

祖母の学校は物資の備蓄がなく、震災から3日目までは、1日1杯の水とかっぱえびせん2本、ポテトチップス3枚しか食べるものがありませんでした。雪が降る深夜の学校は相当冷え込んでいたので、暗幕やカーテンで身を包み、体を寄せ合って寒さを乗り切ったそうです。

私なら、家族と離れ離れになるだけでも心が折れそうなのに、わずかな量の食事しか取れないなんて信じられない。帯広の冬は暖房なしではしの

ぎきれないし、そのまま死んでしまうかもしれない。と、私はだんだん怖くなってきました。しかし、そんな私の顔を見て、「こうやって災害について話を聞いてもらえるのは、とても嬉しいことなんだよ。」と言う祖母は、いつもの優しい表情に戻っていました。

昨年秋、知床へ旅行に行った時のことです。緑色の津波避難マークが至る所にあり、気づくと目で追っていた自分がいました。釧路へ向かう車内、この海岸線から高台までは遠い……もし今津波がきたらどうしよう、と考えていました。祖母の話を聞いてから、目に映る景色が今までとは全く違って見えたのです。

「もしも」のことを考えておくことは、生きていく中で全ての基盤になると思います。災害を他人事のように捉えていた私に、祖母は、先を見据えて生きることの大切さを教えてくれました。

私の名前に「海」という文字が入っている理由の1つは、震災の年に生まれたからだそうです。どうしてわざわざその文字を名前に入れたのか今なら分かる気がします。震災があったことを決して忘れず、自分で生き抜く力を備えもってほしい。そんな意味が込められているのではないのでしょうか。

震災の記憶が風化し、被災者がいなくなったその先も、私はその恐ろしさや残酷さ、そして命の大切さやもしものことに備える重要性を語り継いでいこうと思います。きっと祖母はそれを伝えたかったのだと思います。

私は、友達や先生、家族……大切な人を誰一人失いたくない。だから、伝えていきます。

東日本大震災を胸に刻んで。



私はろう者です。耳で聞くこと、口で話すこともできません。しかし、私には夢があります。それは、バスの運転手になることです。毎日バスで下校し、人々の足となって生活を支えるバスに憧れがあります。バスの運転手は、私の目にとってもかっこよく映ります。

ここで、皆さんに質問です。ろう者がバスの運転手だったら、不安でしょうか？

そうですね、不安な気持ちはわかります。

不安な要素として、3つ考えました。例えば、1つ目に、クラクションや緊急車両の接近に気付くことはできるのか。2つ目、お客様とのコミュニケーションはどうするのか。最後に、万が一事故が起きたときの対応はどうするのかなど、たくさんの不安要素があげられると思います。

でも、ろう者なりの対応方法を考えています。例えば、ワイドミラーをつけることで、視野が広がり、後ろからの緊急車両の接近に気づくことができます。また、お客様とのコミュニケーションは、ICTを活用し、iPadで音声日本語を文字に変換することができます。将来的には、音声日本語を手話に変換し、手話を音声に変換することで、コミュニケーションをとることができると考えます。万が一事故がおきた時の対応方法ですが、福祉サービスである電話リレーサービスというものがあります。バス会社にメールやテレビ電話も可能です。このようにろう者だからできないではなく、ろう者でもできる方法があると思っています。

さて、私は、以前人との付き合いが苦手で、奥手な性格でした。しかし、そんな自分が自信をもてたのはどうしてでしょうか。それは、「手話」との出会いがあったからです。「手話」を学ぶことで、自

信をもつことができました。例えば、漢字で「手話」は、「手」で「話」すと書きますが、ただ手で話すだけではありません。手話というのは表情、例えば、質問をするときには、眉毛を上げます。これは、疑問詞を意味しています。遠近を表現する際に、目を大きくしたり、細めたりして表すことができます。そして、ものの太さについても口元や頬を膨らませたり、すぼめたりすることで、表現できます。敬語については、肩を狭めたり広げたりすることで表現をします。手話は、顔の部位や体の一部を使用して、表現する言語です。手話は日本語と同等の言語であると考えようになったのです。

私の夢は、バス運転手です。けれども、「自分は本当にできるのか、いやできないのではないか」という迷いがあったそんな折に、あるニュースを見かけました。北海道で初めてろう者のバス運転手に採用された方がいることを知りました。その方とぜひお会いしたいと、先生にお願いをし、実際に会ってお話する機会も得ることができました。そして、様々なお話をお聞きし、「大変なことたくさんあるけど、きみならできる大丈夫、頑張って」と言ってもらい、私は大きな勇気をもらいました。

私は、将来自分の夢に挑戦し続け、その挑戦する姿を、ろうの後輩たちに見せたい。先輩から受け継いだ夢のバトンを、後輩たちに受け継いでいってほしい。それこそが私の本当の夢です。ご清聴ありがとうございました。



みなさんにとって、「当たり前」とはどのようなことですか。私にとっての当たり前は、絵を描いて、音楽を聞いて、歌を歌うことです。私は、そんな日常にとっても感謝をしています。

皆さんにとっての当たり前、例えば「学校に行く」こと。いつもの日常にわざわざ「当たり前」という文字を浮かべることなどないでしょう。そんな当たり前の日常に、感謝していますか。身の回りの当たり前に対してどう考えていますか。今年の内閣府世論調査によると「現在に満足しているか」という質問に対して、「満足しているが49%、満足していないが50.7%」という回答結果でした。なんと2人に1人は、今という当たり前に満足していないのです。もう一度聞きます。みなさんは、今に満足していますか。今、ここに座っている当たり前な日常に感謝ができていますか。

令和4年時点で、日本の小・中学生の人数約1千万人に対して、90日以上欠席児童生徒数が約6万人。その割合0.6%。多いと思うか少ないと思うかは人それぞれでしょう。ただ、私もこの0.6%の中の1人でした。私は、不登校を彷徨っている中、今まで当たり前だと思っていたことが、当たり前ではないということに気付いたのです。苦しいし悔しいけれど、学校に行けない自分を受け入れるしかなく、私にとっての当たり前が始まりました。みんなにとっては、当たり前ではない当たり前が……。まったく余裕がなく、精神も不安定。おまけに承認欲求だけは強くなる。そんな私が、今、こうしてここに立てているのは、当たり前に感謝できるようになったのは、家で片時も私から離れず、ずっとそばで寄り添ってくれた母の存在があったからです。現実逃避のように時間を潰す

当たり前ではない当たり前

翔陽中 3年
佐々木 菜都 日直

ため、絵を描いていれば「上手な絵を描く力があるね」。学校に行けない自分が悔しくて、大声で歌っていれば「大きな声で歌う力があるんだね」と、ダメだと思っていた自分のことを褒め、私の良いところをたくさん教えてくださいました。それをきっかけに「この絵を描けるのも、この声で歌えるのも私だけだ。みんなには同じ絵は描けないし、同じ声で歌えない。」と思えたのです。そんな、私だけの些細な当たり前の中にある、絵を描くこと、音楽を聞くこと、歌を歌うこと、それらは特別なこと。そうして、自分に少し自信をもつことができ、一步を踏み出すことができました。

海の向こうや地球の裏側では、私たちが何気なく過ごす当たり前を当たり前で過ごせない人たちもいます。いいえ。私たちにとっては辛く思ってしまう日々を当たり前で過ごしているのかもしれませんが、だから、それぞれの当たり前を当たり前で過ごせる幸せを背負って、私たちは感謝しながら、そして楽しんで生きていくべきだと思います。

これからの私の姿を想像したときに思い浮かぶのは、好きなことに没頭している私です。好きなことに一生懸命になれることは、本当に幸せなこと。当たり前ではない。だから、私は感謝しながら絵を描いて、音楽を聴いて、歌を歌います。また、こんなに平和で自由に過ごせる、この時代を楽しみたいです。当たり前にあるように見えるこの世界を……。そしてその中で、好きなことや私にとっての当たり前な経験を活かし、周囲の人たちの当たり前の中で苦しむ人や、悩み苦しみ勇気を持ってない人たちに寄り添っていけたら良いなとも思っています。

ご清聴ありがとうございました。



私は、自分のことを優しい人間だなんて思っていません。自覚もしているし、時には気心の知れた友人に、優しくないとと言われることもあります。

でも、そんな私が、今年「メンタル心理カウンセラー」という資格を取りました。心理学やメンタルケアに関する勉強をして検定試験を受けたり、関係する本を読みあさったりして、今は、その分野の勉強を続けて、将来に生かすことができたらいと考えています。私がそう行動できたのは、何年経っても忘れられないいくつかの後悔がきっかけです。

小学生の頃、通っていた習い事教室には、目が見えにくかったり、耳が聞こえにくかったり、また、今思えば、発達障がいの子どもたちがいました。みんな、人を思いやることのできる、優しい子たちです。他の人より不便なことが多く、いつもと違う場所に置かれた物や段差にぶつかってしまったり、つまずいてしまったり。また、声が聞き取れなくて会話についていけないということもありました。私は、そんな姿を幾度となく目にしました。「きっと困っているに違いない。」そう思って、何度か手伝おうとしましたが「大丈夫だよ。」「気にしないで。」「私が悪いから。」と、断られることが多く、どうしてあげたらいいかわからず何だかもややした気持ちになりました。障がいをもつ人や、困り感をもつ側の人が遠慮がちにしていることに違和感を覚えずにはいられなかったのだと思います。障がいをもつことは決して悪いことではないのに。

以前、こんなこともありました。SNSを利用していると、聴覚障がいをもったYouTuberへのコメントを見つけました。そこに書かれた「耳が聞こえないなら動画なんてあげるな。」「喋り方が変。気持ち悪い。」などの暴言に、私は腹が立ちました。そして後日。なんと暴言を受けた側のYouTuberが謝罪動画を公開していたことを知ったのです。大きなショックを受けました。

聴覚に障がいを抱える私の友人も、聴覚障がいがあるというだけで悪口やいやがらせを受けていた時期がありました。それも、耳が聞こえにくい

で、悪口は本人がいるところで、聞こえない声量で言われていたようです。ある日、私は友達が隠れて泣いているのを見ました。あまり弱音を吐かない気遣いの人で、過剰に心配されるのを嫌う友達だったので、どうしたらいいのか私にはわかりませんでした。でも、「ありがとう。もう大丈夫だよ。ごめんね。」という姿に、怒りのようなものを感じました。「なぜ？謝らなくてもいいよ。謝らないで。」

悪くもないのに謝らなくてはならない人を生み出しているこの状況がおかしいと思いながら何もできない自分。その自分に腹が立ち、情けなくなりました。そしてせめて、目の前にいる友達だけは助けたいという思いを強くしたのです。そう思えたとき、私自身も友人関係で辛い経験をしました。ですが不思議とがんばれました。「守りたいものが多くなると強くなれる」というのはこのことかと実感できました。それに私自身もまた支えられていたことは間違いありません。

これらの経験から、思いやりのない言葉や行動がなくなることは難しいこの世の中で、どんなにあがいても決して1人で生きているのではないと実感し、頭でわかっていただけだったことが、少しずつ理解できるようになってきました。

自分自身が悔しくて、何もしてあげられなかったことが忘れられなくて、もう二度と同じ後悔をしないために夢を掲げた今。誰かの支えになりたいと気づいたことで、私自身も誰かに支えられてきたと気づき始めました。

私も支えられているのだという意識があれば対等な立場でものを考えることができそうです。世界を変えるなんて、大げさなことは言えないけれど、私の周りで悩む人や困っている人に寄り添い、一緒に考える。そんな心をもつ人間でありたいと思います。まだスタートラインに立ったばかりですが、まずは周囲の人々との関係において、支えてあげるという気持ちではなく、支え合える人を増やすために行動する。そう心に決めました。

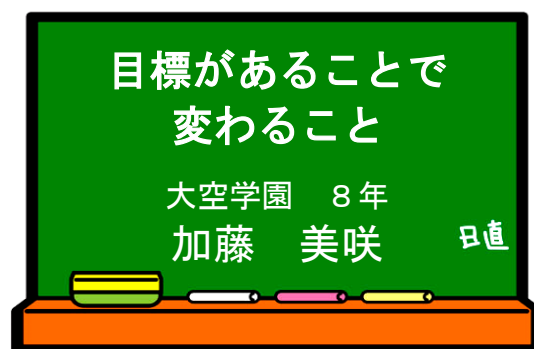


私がバドミントンを始めたきっかけは、ただ単純に、「楽しそう」そんな気持ちからでした。最初は何の目標もなく、ただ楽しいという気持ちで練習していました。ですが、徐々に「勝ちたい」という気持ちが強くなり、日々の練習に一生懸命取り組みました。その中でも私を成長させたのが「バドミントンノート」です。ノートには主に、その日の練習メニューや良かった所、改善すべき点を書いています。また、先生からのアドバイスも忘れずに書くようにしています。

私の学校は小中一貫の義務教育学校で、5年生から部活動に入ることができます。義務教育学校になったのは6年生のときで、私は迷わずバドミントンを選びました。バドミントンを始めて数ヶ月経った頃、先生の勧めがあり、私は本格的にバドミントンノートを書き始めました。毎日の小さな目標があることで強くなれる気がしてモチベーションにも繋がりました。私はこのモチベーションを大切にしながら日々の練習に取り組みました。練習ではノックや体力作りなど、肉体的にも精神的にもキツかったりする場面もありました。けれど、「この積み重ねが自分を強くするんだ」という気持ちでたくさんの苦しい練習を乗り越えてきました。

7年生になると、バドミントンノートに書いた文字数が増えたような気がしました。6年生の頃のノートと比べると、5行ほど書く量が増えていて自分でもびっくりしました。練習内容も以前より詳しく書けているし、毎日の目標も具体的にかけるようになっていました。そこで私は自分が成長できていることを実感し、「さらにもっと強くなりたい」と思うようになりました。

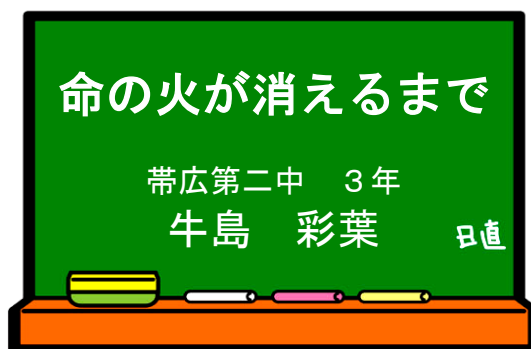
そんなとき、ある1人のバドミントン選手の動画が流れてきました。その選手は数々の実績を残



し、プレーもフォームも私にとって全てが理想の選手です。私は新たな目標を見つけることができ、毎日の練習が更に楽しくなりました。そしてその選手が大事にしている物もバドミントンノートでした。その選手も、練習で気付いた点やコーチからのアドバイスを試合中に思い出せるように、必ずノートに書き留めているそうです。そのノートがあることで「自分もさらに成長できた」と言っていました。これを聞いて、自分もその選手に一步でも近づけるよう努力を続けていきたいと思いましたし、バドミントンノートをより一層活用していきたいと考えるようになりました。

練習で気付いた点やアドバイスを書き留めたりすることの有効性は、なにもバドミントンに限ったことではありません。自分のプレーを客観視し、良い点や改善点を見つけること、言語化することでプレーの意図や狙いをはっきりさせることなど、どの競技でも成長に繋がると思います。例えば、サッカーやバスケの個人スキルに関する内容だけではなく、チームの動きや戦術での改善点を書き留めておくことで、それらをより深く理解することへも繋がります。その意味では、バドミントンのような個人スポーツよりも、チームスポーツの方がよりノートを活用できる場面は多いかもしれません。

私はこれらの経験を元に、バドミントンノートの大切さを身に染みて感じています。ノートを毎日書き続けられているのはあこがれの選手や大きな目標があるからです。その目標があることで、私は変わることができました。これからもバドミントンノートとともに目標に向かっていきたいです。



「あ、命の火は突然消えるんだ」

それを私は今年の初めに経験し、心から実感しました。コロナ禍が始まる時、奇跡的なタイミングが重なり、1匹の黒パグが私の家族になりました。赤ちゃんから飼い始め、私が辛い時、楽しい時、常に一緒に過ごし、沢山の時間を共にしました。

写真や動画を見返しても、常に横に居て、私達家族にはとても大きな存在になりました。

今の時代は餌の質も良く、犬の寿命は10年以上の子がとて増えています。それに加えて私達家族は初めての犬との暮らしということで、パグという犬種の特性を調べながら育てていました。鼻先の短い短頭種は、呼吸器系と脳の炎症が心配な犬種で、一般的に脳炎の発症は3歳までのパピー期とされています。

私の愛犬は無事に3歳を迎え立派に成犬となり、躰も生活リズムもしっかり出来て、私達家族も愛犬との生活にすっかり慣れてきました。今年もまた沢山の思い出を作ろうねと話し、三が日には一緒に初詣へも行き、ホームセンターにも一緒に買い物へ行きました。早く暖かくなってドッグランへ行きたいね、今年はもっと沢山楽しもうね、そう話していた矢先でした。

忘れもしない、帯広市で成人を祝う会が行われた1月8日。一緒に遊んでいると愛犬の目に小さな濁りがある事に気が付きました。急いで受診し、その時の診断は白内障。進行がとても早く、あと数日で失明の可能性があると言われました。

私達家族は片道三時間半かけて更に専門医に受診、手術をし、無事に成功したと思ったその数日後には原因不明の呼吸困難になり、主治医も慌てふた

めく中、適切な処置もされず、しっかりした容態の説明もされないままに、私の大切な愛犬の命の火は突然消えました。

訳の分からぬまま、まさかまさかと思いながら過ごしたあつという間の2週間。

突然消えた命の火を前に、私達家族は毎日泣き暮れました。何故あの主治医に任せてしまったのか、手術の意味はあったのか、そのせいで苦しませてしまったのではないかと、何故、どうして、あの時もっと分かっていたのなら、亡くした悲しみと共に、後悔と無念さがより一層私達の心を苦しめました。

きっと、誰も皆が命には限りがあると知っていると思います。ですが、本当に分かっていますか、想像してください。いつもの当たり前の日常、横に居る家族、友人知人、その人がある日突然居なくなり、自分の世界から存在しなくなるのです。

コロナ禍が始まったのは、何年前か覚えていますが、4年前です。10年以上続くと思っていた私と愛犬の幸せな日常はその4年で幕を閉じました。それも突然に、何の心の準備も無いままに。

私は伝えたいです。

「命の火」は、私達の心の準備なんて待つてはくれないということを。

一度消えた「命の火」は、もう二度と同じ時を刻むことはありません。

隣に居る人との時間は、決して当たり前ではないのです。そして、どうか知って下さい。後悔が多い程、悔いが募る程に傷は深く、なかなか癒えることはありません。

だから、どうか今あなたの側に居る人との時間を大切に過ごして下さい。



「こんにちは、A君です。趣味は読書とサッカーで、特にミステリー小説が好きです。休日には友達とサッカーをしたり、新しい本を読んだりして過ごしています。最近は料理にも興味を持ち始めていて、簡単な料理を作るのが楽しいです。よろしくをお願いします！」

どこにでもあるような普通の文章ですね。ですが、この文章は、僕がA Iに「A君として自己紹介をして。」と伝えて作らせた文章です。僕は「自己紹介をして。」としてしか伝えておらず、「好きなものは〇〇で、趣味は〇〇で作って。」とは伝えていません。それなのに、趣味は読書で、さらにミステリー小説が好き！など、細かいところまでA Iは作ってしまうのです。これは単なる自己紹介文なのであまり影響はありませんが、もしこれが大学の卒業論文や、今、僕が話している意見発表文などであったらどうでしょうか。これは確実に問題になってしまいますね。

少し話が変わりますが、みなさんには将来なりたい職業はありますか。僕は放射線技師になりたいと思っています。ですが、専門家によって様々な見方、考え方があり、将来約49%の職業がA Iに代わるという予測があります。放射線技師もその1つです。本当に将来、この仕事が無くなるとは限りませんが、こういった医療関係の仕事をA Iに任せることには僕は反対です。もし、怪我や病気になったとき、A Iに診てもらおうということをみなさんはどう感じますか。あくまでも僕自身の意見ですが、処置方法などは正確かもしれませんが、本当にA I医師やA I看護師などは親身に寄り添ってくれるのでしょうか。手術の成功率は100%かもしれませんが、その後の心身のケアまでしっかりと行ってくれるのでしょうか。こう考えたのには理由があります。

僕は偏頭痛持ちなので、定期的に脳神経外科に通院していて、脳に異常がないか検査しています。その際、丁寧に検査方法を教えてくれたのは技師さんで、検査後にこれから偏頭痛とどう向き合っていくか一緒に考えてくれたのは病院の先生でした。その時に先生が僕の目を見てお話してくれて、



不安な気持ちがなくなったことは、今でも僕の心に残っています。その経験から、やはり、これは人間にしかできないことだと思いました。A Iには心がありません。心をもたないものに自分の命を預けたくありません。現時点での予測だと、医師と看護師はA Iにはできない仕事だと言われていますが、近い将来この予測が変わってしまう可能性もあります。

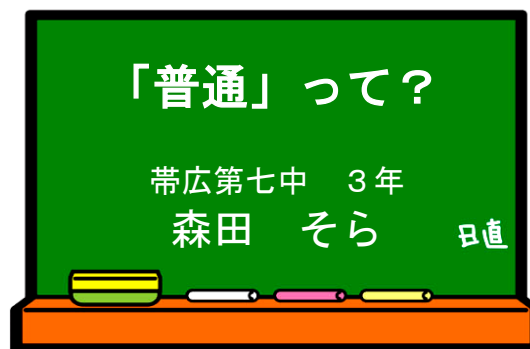
A Iはどんなことでも言われたことを忠実にこなしていくでしょう。しかし、心や感情をもった人間にしかできないこともあります。A Iは人間が創りだした素晴らしいものかもしれませんが、しかし、少しでも誤った使い方をしてしまうと、人間は、A Iによってたちまち悪い方向へ向かってしまうでしょう。

では、どうすればよいのでしょうか。僕はこう考えます。危険な作業や正確性が問われる作業は、A Iに行ってもらい、もしくは助けてもらい、それ以外の人間関係が重要視されるものや人の気持ちに寄り添うもの、そして、全ての物事の最終チェックや判断は必ず人間が行うなどといった、人間にはできないものと、人間にしかできないものをよく考えてA Iを利用していくことが、僕たちがより良い暮らしをしていくための第一歩だと思います。

僕がこれから大人になっていくにつれて、A Iを使う機会が増えてくると思います。そういったときに、先ほど述べたような、A Iが行うことや、僕たち人間が行うことを分け、そして、A Iが行った結果が正しいか判断できるようにしたいです。それこそが、人間とA Iが共存していくための方法だと僕は思います。

さて、ここまで僕の意見文を発表させていただきました。ですが、この原稿用紙4枚分の文章、これは本当に僕が書いた文章だと思いますか。それとも心がないA Iに、まるで人の感情が入っているかのように書かせた文章だと思いますか。

真相は僕しか知りません。



「普通ってなんだろう。」私はふと、このようなことを考えました。みなさんはどう考えますか。「普通に考えて。」とか、「普通にやってみて。」とか、これらは日常の中で割と耳にする言葉たちですが、この様子だと、「普通」という言葉を「常識」と意味づけて使っているように伺えます。

まず、「普通」という言葉の意味を調べてみました。「普通」とは、「他と比べて特に変わっていないこと」、「同類の多くがそうであるのと同じ程度」などの意味を指すそうです。模範的で社会の理想となり、多くの人が正しいと判断するもの。それをいつしか「普通」として使っていたのでしょうかし、私もなんとなくそのように理解していました。

沢山の人が同意している中で自分が違う意見を出すのには恐怖や緊張を感じますし、場合によっては、周りの意見に賛同するほうが安心する場面もありますよね。しかし、私は、犯罪を犯すなどは例外として、「普通」という枠に苦しめられたり、他の人と比べたりして悩んでいる人も少なからずいるのではないかと考えます。このように考えを巡らすと、「普通」という言葉の重みは、私がもともと考えているよりも遥かに重いものでした。

これらの事象を身近なもので例えると、外出し、帰ってきて靴下をすぐ脱ぐ人と脱がない人の両方の立場の人が私の周りにはいます。どちらもその人たちからすればそれは日常でありルーティンですが、これは「常識」ではないですよね。「常識」とは育ってきた環境や価値観によって人それぞれ違いが出る部分もあると思います。つまり、「普通」を「常識」として定義してしまうと、人によって「普通」に違いが生まれ、すれちがいが

起こってしまうのです。こういった日常生活や文化の些細な違い。これらは互いに認め合い、尊重すべきなのではないでしょうか。また、これは私の実体験なのですが、私は母との違いに対して劣等感を抱くことが多々あります。「母は簡単にこなせていても私にとっては難しい」ということがときどきあり、要領の良さに差を感じて悔しくなったり、悲しくなったりすることもあります。しかし、ネガティブな思考をやめ、考え方を改めると大切なことに気づくことができました。それは、「人によって違いが生じる普通を理解し合うことが重要であること」、「わからないことに対して指導を求めるなど周りの人を頼ることが自分を成長させるために必要であること」です。人によって作業に対する難易度には違いが出るのだから、得意な人にそれを教えてもらい、自分も習得できるようにする。そんな姿勢が重要になってくるのではないかと考えました。そうすると、ただただ劣等感を感じていた以前とは違い、私は母に家庭内の作業だったり、社会を生きるうえで必要なことだったり、さまざまなことを教わりたいと感じるようになりました。

私達に大切なのは普通でいることに賛同するのではなく、個々の違いを個性として認め合い、受け止め合うこと、共同し、人材を育てていくことなのではないのでしょうか。価値観の違う人とわかり合うことは確かに難しい部分があるのかもしれませんが、私は、これからもいろいろな人と関わり、人生を豊かにしていきたいです。もちろん自分の行動を客観視することは大事ですが、周りの目にとらわれず、失敗を恐れない。そんな人間になっていきたいと思います。



今、社会で求められている能力は何でしょうか？特別な知識や何かに特化している技術でしょうか？私はそれらより大切だと思っているのは、コミュニケーション能力だと思います。なぜなら、どんなに特別な知識や何かに特化している技術があっても、会話が成立しないと意味がないと思うからです。これはあくまで私の考えです。では、実際に社会では、何を求めているのでしょうか。

帝国データバンクが9月13日に調査結果を発表した「企業が求める人材像」の1位には「コミュニケーション能力が高い」で、42.3%でランクインしていました。自分の強みになりそうな「専門的な知識」は、意外にも6位で18.3%と思っていた以上に低いことがわかりました。このアンケートは小規模企業、中小企業、大企業を対象にインターネット上で行われたものでした。先ほどの結果から、専門知識があっても、相手に伝える力、つまり、コミュニケーション能力がないと、せっかく持っている知識や強みを十分に生かせない、ということがわかります。

仕事だけでなく、コミュニケーション能力は、人間関係を築く上でもその力を大いに発揮します。色々な人とたくさんコミュニケーションを重ねることで、お互いの考えや気持ちを把握できます。私の経験でも、初対面の人と会話を重ねるごとに、第一印象とは全く違う面が見えてきて、その人の色々な面を知り理解が深まるということが何度もあります。

これらのことからコミュニケーション能力の必要性が十分に伝わったのではないのでしょうか。しかし、使い方を誤ると、上手くコミュニケーション能力の高さが生かせず、良くない状況になることもあります。

例えば、色々な人とコミュニケーションを取っている時に、軽い人と見られ信用がなくなり、変な噂を流されてしまったということがあります。私は、多くの人と関わる機会が増えると、色々な考え方があつたため、このようになってしまうことがあつても仕方ないと思います。でも、こういう場合こそコミュニケーションをやめないでほしいです。そんなときこそ、色々な人と積極的に話して、誤解を解き、間違いを正していくべきです。

また、コミュニケーションが一方的になつてし



まって相手に不快な印象を与えてしまい、失敗することがあります。私の経験ですが、私としては相手を楽しませたいという思いで、自分の面白いエピソードを話していました。そのときの相手の心の状態で、受け止められない場合があることを忘れていたので、多少微妙な空気になってしまいました。相手の気持ちに寄り添えていなかったからです。ですから、人と話すときは、「相手のことをもっと知りたい」という気持ちで話すことが大切だと反省しました。でも、コミュニケーションを取ったからこそ気がつき、学べました。このようにコミュニケーションを取ることで失敗することもあります。そこから学べることもたくさんあるのです。

これらのことから、コミュニケーション能力は高めておくべきだと考えます。高め方のポイントは3つあります。

1つ目は、相手の話をよく聞くことです。自分の話したいことを伝えられた時、人は満足感を得るからです。話を聞くことに徹することも大切です。

2つ目は、相手にあわせて話すことです。「相性がよさそう」「なんとなく気が合いそう」と思う人に対して、安心感を抱き信頼できるので、言動を相手のリズムに合わせることで良い印象を与え、コミュニケーションが上手くいきます。

3つ目は、相手の言うことをまず受け入れることです。会話をしていると意見が合わないこともあります。けれど、すぐ否定するのではなく、相手の考えを受け入れ、賛成できる部分を見つけて「そういう考え方もあるね」と受け止め「でも、自分はこういう考えなんだよね」と、ワンクッション置いて伝えてみましょう。

これらのことを考えながら、あなたもコミュニケーションをしてみましょう。失敗を恐れず人と関わることで、あなたの世界が広がります。

最初に話した通り、コミュニケーションは社会で求められている重要な能力です。自分の強みを生かすためにも必要な能力です。そこに学びもたくさんあり、自分の世界を広げられます。

皆さん、日頃から、色々な人と積極的に会話をしてみてもどうでしょうか。



伝えることの大切さ

帯広第八中 3年

三浦 もか

日直

みなさんは、普段どのくらい思ったことや感じたことを言葉にしていますか？私は、ほとんど言葉にせず生きています。ですが、言葉にすることはすごく大事なことだと思います。私が今回伝えたいことは、伝えることの大切さについてです。私がどうしてこの話題を書こうと思ったのかと言うと、先日、私の母の知人が突然亡くなってしまったからです。

母とその知人は、小さい頃から家族ぐるみで仲良くしていて、母にとって優しいお兄さんのような存在だったそうです。

お兄さんは、今年の6月にがんが発覚しました。治療法がないと言われ、自宅療養をしながら生きるために治療してくれる病院を探しました。

7月17日、やっと手術してくれる病院が見つかりました。手術日までまだ半月ほどあり、全身の痛みと戦いながらその日を待ち続けました。ベッドから動けず、食べることもできない状態でした。

7月25日、手術のために入院。手術をすると2、3ヶ月命を伸ばすことができると主治医に言われました。家族はもちろん一日でも長く生きてほしいので、彼に手術を受けてほしいと願いました。本人は相当悩んだそうです。そして悩んだ末、彼は、家族のために手術することを選択しました。

しかし、翌日の早朝、お兄さんの様態が急変しました。高熱が出て意識が朦朧とし、本人の意識が戻らないため、彼の家族はある決断を迫られました。家族総意で彼の手術をしないことを決断したのです。お兄さんの苦しむ姿を見るのが耐えられなくなり、もう十分頑張ってくれた、これ以上辛い思いをしてほしくないという思いで手術をしない決断をしたのです。

その日の12時21分、彼は41歳という若さで永眠しました。その訃報を聞いたとき、私の母は泣き崩れました。私は母を抱きしめてあげました。私は、母が泣き崩れるという場面を見るという経験をしたことがなかったので、母に掛ける言葉も

見つからず、ただ黙っていることしかできませんでした。母は8月にお兄さんに会いに行く予定でした。そのとき、いろいろな話をするつもりだったのでしょうか。

さて、皆さん。ここで、この意見文のタイトルを思い出してみたいです。私が皆さんに伝えたいことというのは、誰かに伝えたいことがあれば、すぐに伝えるべきだということです。「伝えたいことがあったな、でも明日でいいか。」とか「今度会うからそのときでいいか。」ではダメなんです。

現に、私の母は伝えたいことを伝えられずに大切なお兄さんを亡くしてしまいました。すぐ後悔していると思います。いつ伝えたいことが伝えられなくなるのかなんて誰にもわかりません。いつ大切な人がいなくなるのかなんてわかる人はいないのです。1時間後、1週間後、はたまた1ヶ月後、そんなことは誰にもわかりません。

私は今回の出来事を通して、伝えたいことをすぐに伝えるべきだということを学びました。つい反抗的な態度を取ってしまう両親、つい言い過ぎてしまう友達、全員があなたにとっては大切な人だと思います。

照れくさいかもしれませんが、たまには日頃の感謝を伝えてみるのも大切だと思います。それが、小さなこと、当たり前なことだとしても、「ありがとう」「ごめんなさい」。このことを伝えることが完璧にできている人はなかなかいないのではないのでしょうか。

私はこれから伝えたいことを完璧に伝えられるようになれるように努力しようと思います。努力しなくてもそれが当たり前にできる人間になろうと思います。この出来事があってから私の母は、毎日私に「大好き」と伝えてきます。鬱陶しいなと思うこともあります。私は悪い気はしていません。この話を聞いて、皆さんがなにか少しでも感じるものがあつたなら私は嬉しいです。



私は、マイナスの感情とうまく付き合っていくことで、正しい努力ができるようになるのだと思います。マイナスの感情とうまく付き合うというのは、マイナスの感情を消すということではなく、マイナスの感情をプラスの感情に変えるということです。私がこの正しい努力の仕方について考えたきっかけは、ピアノの発表会でのことです。

私が昔通っていたピアノ教室では、1年に2回ピアノ発表会があり、その時期になると通っている生徒たちはその発表会で弾く曲を毎日練習します。私はこの発表会が大嫌いでした。なぜなら私自身がとても緊張しやすい性格だからです。自分の発表する順番がきそうになると、だんだん緊張してドキドキしてきます。そうになってしまうと、歩き方ひとつをとっても変じゃないかなと不安になってしまい、考えない考えないと思っていても、一度考え出すときりが無くなってしまうんです。結局たくさん練習を重ねてきたのに、本番ではミスをしてしまうことがたくさんありました。自分の発表が終わって、その後に弾いている人たちを見ると、自分より演奏がとても上手だったり、私よりも年下なのに堂々としている子たちがたくさんいて、なんで自分はあんなれないんだろうと羨ましく思い、悲しい気持ちになってしまっていました。それまでの私はきっと心の底では、これは個人の性質の問題だから仕方ないことだと考えていたのだと思います。演奏が上手なもの、堂々としていられるのもその人の才能なのだと思っていました。

ですが、そんな私の考えを変える出来事がありました。ある年の発表会で私は、姉と一緒に連弾をすることになりました。私は発表会がとても不安で嫌だったので、いつも姉に「やりたくない」とぐちをこぼしていました。すると、私と同じく緊張しやすい性格の姉は、「ぐちぐち言ってもどうにもならない。結局は努力をしないと変えられないし、成長するチャンスがきたと思えばいいじゃん。不安になるところは、本番でもできないところだよ。」と言いました。その言葉は、当時の私にとっては大きな衝撃でした。自分の良くない

部分を変えるためには努力をすることが必要。普通のことにように思えますが、本当の意味で自分事として捉えられている人は少ないのではないのでしょうか。その日から、私は本番で緊張をしないため、また、不安に感じるところをなくすため、たくさん練習を重ねて発表会当日を迎えました。その年の発表会では、全く緊張せずに演奏することができました。いつもは発表する前からずっとドキドキして不安でいっぱいでしたが、その年は落ち着いて連弾を成功させることができました。演奏中にも自分が緊張していないことに驚いていた記憶があります。その時私は、マイナスの感情なんて簡単に変えられるということに気づきました。自分のもともとの性格や才能はもちろんあると思いますが、私の緊張や不安というマイナスの感情も、たくさん練習を重ね、自信がついたことで変化しました。

それ以降の年では、緊張するのは仕方ないという意識を変え、緊張を努力でカバーできるよう、たくさん練習をしました。さらに、不安に感じるということは自分のできないところがわかっているということだと考え、不安に感じるところを重点的に練習することで、効率的に努力ができるようにしました。自分に自信がつくまで練習を重ねることで、本番でも緊張せずに弾くことができました。

いったい正しい努力とは何なのでしょう。努力をするとき、努力の方法、努力の終わりはいつか。私はそれらを、マイナスの感情をプラスに変えるという観点から見ていくと良いのだと思います。不安や緊張などのマイナスを感じたときに努力をして、不安に感じる部分を重点的に努力し、自分の中のマイナスの感情がプラスになるまで努力を続ける。私は、マイナスの感情は自分の努力すべきところを教えてくれるものなのだと思います。不安や緊張を感じる場面は誰にでもあると思いますが、自分を成長させるチャンスがやってきたんだと考え、自分の中のマイナスの感情をうまく利用し付き合っていくことで、正しい努力ができるようになるのではないのでしょうか。



僕は中学生になり、生まれて初めて打ち込めるものに出会った。それは「ソフトテニス」だ。誰から見ても負けず嫌いの僕はレギュラーを取りたい一心で日々努力をしていた。だがその情熱に水を差す出来事が起きたのは、中学1年の冬、全道大会が間近に迫った時のことだった。僕と一緒に風呂に入っていた祖父が背中に大きめのコブを見つけ、病院に行くことになったのだ。

診察の日、医師から告げられた言葉は想像以上に衝撃的だった。「手術をすることになると中学生でテニスをするのは難しい」。その時、やっと見つけた打ち込めるものが一瞬で消えたように感じた。手術までの間、2年分ぐらいの涙を流しただろう。流した涙の分だけ、僕は「本当にテニスが好きなんだ」と自分の心と向き合うことができた。

その後、僕は1ヶ月ほど大きな病院に入院した。この14年間の中でとても成長できたと思えるほどの1ヶ月だった。入院した当初は自分のことしか考えられなくて、「自分が一番辛い」と思い込み、人のことなんて大して目に入らなかった。だが少しして周りが見えてくると、また別の角度で考えることができた。

きっかけは、病院内で色々な人を見てきたこと。その中でも特に、自分の心に刺さったのは本人以外の家族が泣いている光景だ。もしかしたら、僕の家族も心配し、同じように心を痛めてくれていたのかもしれない。その時、自分が1人ではなく、家

族をはじめ多くの人に支えられていることに気づいたのだ。

入院生活での出会いもまた、僕の支えになってくれた。病院では看護師さんや同じ病室の人もすごく優しく、主治医の先生は、僕の今後のことを考えてくれて、一緒に頑張るぞと言ってくれた。この沢山の関わってくれた人達の温かい言葉に勇気や希望が持てた。

手術はうまくいき、手術後の回復も早く、思ったより早くテニスに復帰できるかもしれないという希望が出てきた。それでもあばら骨を2本切除した関係で最低3ヶ月は運動制限があり、希望は出てきたけど、焦りと悔しさは消えなかった。

中学2年の夏、全道大会をかけた大会には間に合わず、表彰式に立つ仲間たちを見て涙が溢れた。このあと完全復帰するまで半年間、辛くてもできることは何でも頑張った。練習には行けなくても、チームメイトの大会は必ず応援に行き、運動制限がある中でも小さな努力を重ね続けた。

手術や入院生活を体験したことで、当たり前前の生活が当たり前ではないと痛感した。だからこそ僕には、沢山の人の支えがあるということにも気付いた。そして、今の自分ができる精一杯のことを頑張りと、目の前の壁を1つずつ乗り越えていく大切さを学んだ。



みなさんは映像作品を見ている時にBGMを気にしたことはあるでしょうか？もちろんBGMを聴いたことはありますよね。では逆にBGMがついていない映像をみたことはありますか？BGMがついているのといないとでは迫力や映像の感じが違いますよね。そこで私はBGMについて詳しく調べてみました。

そもそもBGMとは何の略かご存知でしょうか？「BackGroundMusic」の頭文字を取ったもので日本語で言うと背景の音楽というそうです。つまり何かの後ろで流れている音楽の事をBGMというのですね。ですからどの様な曲でも歌でもBGMになるそうです。

次にBGMの持つ4つの効果について説明します。

まずは1つ目は感情誘導効果についてです。

簡単に言うとBGMが人の意識や感情に与える影響のことです。こちらは良く商業施設で使用されており、例えば病院では落ち着いたテンポのBGMを流すことで患者さんの不安を和らげているそうです。またBGMを聴くことで脳から快樂ホルモンが分泌され、痛みを和らげることもできるそうです。さらにBGMには食事や睡眠から得られる快の感情と同じものを得られることも分かっているそうです。

2つ目はイメージ誘導効果についてです。これはその物のイメージを決定する効果です。

例えば高級そうなホテルでロックが流れていたらせっかくの装飾なども台無しになってしまいます。逆にクラシックの様な曲が流れているとより一層高級感が増すのではないのでしょうか。この様に視覚要素のイメージを決めるのは実は聴覚から受ける刺激が多い様で、その場では聞いていない

つもりでもBGMの違いでイメージがガラッと変わってしまうそうです。

3つめは行動誘導効果です。これはBGMによって人の行動に与える影響のことです。テンポの早いBGMを流すと作業スピードが早くなるといったものが行動誘導効果の例にあたります。実際にアメリカのロヨラ大学の教授が行った実験で、人の行動スピードは聴いている音楽のテンポに影響を受けるということが立証されています。

4つ目はマスキング効果についてです。これはある一定の周波数で音を発生させることで同じ周波数の音がかき消される現象のことを言います。例えば大きな音が鳴っているところでは、話し声が聞こえなくなると言った現象のことです。商業施設で多く使用されており、食器を片付ける音や車の走行音など不快感のある音を遮断し居心地をよくしているそうです。

そこで私は、このような効果のあるBGMを学校でも活用できるのではないかと考えました。例えば学校に行く時、感情誘導効果を使い明るい曲を流して気分を明るくすることで憂鬱な気持ちを和らげたり、気持ちを切り替えたりできるのではないのでしょうか。また体育の時にも行動誘導効果を使いテンポの早いBGMを流すことで普段より良い結果がでるかもしれません。なので私は学校でBGMを活用することは、より良い学校生活につながるのではないかと考えます。

この様にBGMは私たちの生活に大きく影響を与えています。そして私たち自身もBGMを上手く活用することで効果を得られるかもしれません。みなさんも日常生活の中でBGMを気にしてみると面白い発見があるかもしれませんよ。



区別と差別と多様性

帯広第四中 3年

上迫 夕姫

日直

私にはずっと願っていることがある。それは、多様性で溢れた社会が実現することだ。

今、多くのメディアに取り上げられている「多様性」。しかしその言葉が広まりすぎたことによって、今までそう簡単に許されてこなかった事柄でも、「多様性だから」の一言で片付いてしまうようになった。

私が考える「多様性」はそうではない。「すべて国民は、個人として尊重される。」日本国憲法第13条にもあるこの内容を実現することこそが、本当の多様性ではないだろうか。

だが実際にはその願いとは程遠い現実がある。すべての日本国民が、個人として尊重されているとは思えない。

「ジェンダー平等」を例として挙げてみよう。「ジェンダー平等」とは性別に関係なく、1人1人の人間があらゆることにおいて平等な権利を持つことをいう。

では次のような面ではどうだろう。「男に二言はない」「女の子なんだからもっとおしとやかにしなさい」などと周りの大人から言われたことはないだろうか。

しかしこれらはジェンダー平等に反する言葉で、ジェンダーハラスメントと呼ばれるハラスメントの一種にもなりうるのだ。「男子なら簡単に泣いてはいけない」というような、性別を理由として行動を強要したり、「女子なら愛想良くしなさい」などという性別による固定概念を押し付けて、本人の意思を否定したりすることだ。

このご時世、ハラスメントの種類が増え続けすぎて困惑している人もいるだろう。それでもこのような訴えが出てくるのは、そのハラスメントに苦しんでいる人が何人もいるからなのだ。

私たちは、無意識に「男子だから」「女子だから」と決めつけてしまう。本当の多様性というものを生むためには、その固定概念を少しでも取り除く必要があるのではないだろうか。

正直これらは理想論だ。だから与えられた性別にふさわしい言動を心掛けないと駄目だと言う人はやはり一定数いる。きっとそういう人たちは、特に保護者や先生は、「普通にしていけないと駄目」、

「常識を守らないと周りから嫌われてしまう」と思っているのだろう。現に、私は親や先生方から、「普通はこうなんだから」「そんなの常識でしょ」という言葉をよく聞く。

そうすると、もう1つ疑問が浮かんできた。「普通」って何だろう。いくら考えても、自分の中で答えは出せなかった。

「常識」は多少なりとも存在し、従わなければならない規則だということはある程度わかっているつもりだ。しかし「普通」とは何だろう。人によって定義が違うのではないだろうか。

試しに、友人の何人かに聞いてみた。そのうちの一人の返答を聞いて、はっとした。

「自分は全員が『普通』だと思う。みんな何かしらずば抜けて得意なことや好きなことがあって、逆に苦手なこともある。それは頭の良さや運動神経だけでなく、コミュニケーション能力も含まれる。全員が得意なことで不得意なことを両方持っている。なのでそれが『普通』だといえる。」

目から鱗が落ちる、とはこういうことだ。これをきっかけに私の価値観は180度変わった。これまでの私は、いわゆる「標準の枠」からはみ出たら「普通ではない」と思っていた。しかし、はみ出たところがあるのが当たり前なら、この世のすべての人間が普通と言えるし、「普通」という言葉は意味を持たなくなるのだと思った。

自分は周りとはあまりにも違いすぎる。自分に得意なことは何もない。もし皆さんにこのようなコンプレックスがあったとしても、「でこぼこがあるのが普通」と思うことで、ありのままの自分を受け入れられるようになるのではないかな。

人間は十人十色。「普通」の基準も人それぞれで曖昧だ。自分だけが正しいと思わず、人の数だけ意見や正義があると思って過ごしてほしい。

性別による「区別」はあっても「差別」をなくす。私を含む全員がそのような考え方を大切にすることによって、これからの社会全体が多様性で満ちていくようになるのではないかな。少数派の意見も含めたそれぞれの考え方を尊重することで、もっと豊かな国になっていくのではないかな。

私はそうなることを願っている。



みなさんが、欠点だと思っていることはどんなことですか。学力ですか。性格ですか。容姿ですか。私は、欠点は「あってはならないもの」という認識がありました。けれども、実はその欠点を別の視点から捉え直してみると、意外にも強みに変わるかもしれません。

私は、人の言葉や行動を深読みしてしまい、自分に自信がないところが欠点です。自分の意見を持っているつもりなのですが、「これを言ったら生意気だと思われるのではないか」「自分のせいで雰囲気が悪くなったり、迷惑をかけたりするのではないか」などとあれこれ考えてしまい、いつも自分の思いを伝えることができませんでした。しかし、相手の立場を想像することや、どう思っているのか気持ちを推し量ることは、人間関係で役立つ場面もあります。

私は、中学生になってから授業でグループワークを行った時に、みんなの思いや立場を考えずに思ったままのことを言って、全体の空気を悪くするトラブルを起こしてしまいました。最初は意地になっていたのですが、家に帰ってから母親に話したところ、「自分の意見を言う前に、まず人の話を聞こう」「自分が逆の立場だった時、どう感じるか考えてみよう」と言われました。このことがきっかけで、私は人の言葉や行動を深読みするようになりました。次のグループワークでは、みんなの話を聞くことを心がけ、気持ちに寄り添うことにしました。すると、結果としてグループ全体の話し合いが楽しくなり、より良い答えを出せました。



私は、このことでそれぞれの個性や欠点を尊重し合うことが、より良い人間関係を築く第一歩になると考えています。人は誰も、完璧ではありません。それが、人間らしさや個性をつくっており、私たちをより魅力的な存在にしてくれるのだと思います。

しかし、中には欠点を「悪いこと」と捉える人もいるでしょう。欠点は、「不十分なところ」「足りないところ」という意味から、悪い印象を持ちます。けれども、見方を変えると、上達、成長のための伸びしろがあるということにもなります。考えが変わったことで気持ちが楽になり、自分を受け入れやすくなりました。私はそれ以来、周りの人たちとの関係も変わりました。「この人」という決まった人というのではなく、多くの人と関わりを持つことで、今は笑顔で楽しい学校生活を送れています。

欠点を持つことは悪いことではなく、私たちは完璧である必要もありません。欠点も強みに変えることができれば、人間関係を深めるきっかけになり、人としての魅力が生まれ、それは自分自身の大きな武器にもなります。

私は、欠点を弱みと思わず個性を誇り、これからも強みとして自分自身と向き合っていきたい。これこそが、本当の「美しさ」なのです。みんなちがって、みんないい。だからこそ、欠点は美しいと。

審査員長講評

帯広市青少年育成者連絡協議会

会長 細岡 和幸

今回の発表は、自分の身の回りや生活の中から見つけ出したことを深く掘り下げており、心に刻まれる素晴らしい内容でした。

その中でも、最優秀賞を取られた松本さんは、おばあちゃんとの話の中から震災に対する心構えなどを、わかりやすくはっきりと伝えられたのがよかったと思います。来年の十勝大会に向けて、自分の頭や心の中にさらに内容を刻み込んで発表してください。

他の皆さんの発表の中にも、私自身の小・中学校時代と重なるところがたくさんありました。

私はどちらかというと、一歩引いて周りを見ながら行動するのですが、至らない点の多い人間であったと思います。しかし、そのような至らなさがあったからこそ、周りの人に支えられながら、今ここに立っています。

自分の中で欠点や短所だと思い込んでいることがあっても、それらを長所として生かせるよう、何事にも恐れず挑戦し続けてほしいです。

1・2年生の皆さんは、来年も「中学生からのメッセージ」があります。また、3年生の皆さんは中学校を卒業しても、色々なところで意見を出す機会があります。その際には十分に自分の力を発揮していただきたいと思います。

審査員名簿

所 属	役 職	氏 名
帯広市青少年育成者連絡協議会	会 長	細 岡 和 幸
帯広大谷短期大学	教 授	佐 藤 英 晶
帯広市P T A連合会	副 会 長	三 浦 真 希 子
十勝毎日新聞社編集局報道センター	記 者	大 谷 健 人
北海道退職校長会帯広会	会 長	九 嶋 哲 雄
帯広市教育研究会国語部会	部 長	高 橋 宏 幸
帯広市教育委員会学校教育指導室 学校教育指導課	指 導 主 事	河 江 邦 教

(敬称略)

第37回 中学生からのメッセージ集録

発行日：令和7年1月16日

発行：帯広市教育委員会 学校教育部 教育総務室 学校地域連携課

帯広市西5条南7丁目1 市役所庁舎8階

