令和５年度

岡山市心のふれあい事業「障害者週間」作品コンテスト入賞作品集

岡山市心のふれあい事業実行委員会
岡山市・岡山市社会福祉協議会
岡山市障害者団体連合会

は じ め に

12月３日から12月９日までの一週間は、国民の間に広く障害者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障害者が社会・経済・文化その他あらゆる分野の活動に参加することを促進するために設けられた「障害者週間」です。

岡山市では、この「障害者週間」をより広く市民の皆さんに知っていただき、障害者に対する理解と認識を更に深めていただくため、一般市民の皆様を対象として、障害者福祉をテーマとした標語、作文、ポスター及び写真を募集し、コンテストを実施しています。

今年度は、標語１８６点、作文１４６点、ポスター４０点、写真１点のご応募をいただきました。

入賞作品は、「障害者週間」を中心として、12月７日から12月８日まで市役所１階市民ホール、令和６年１月12日から１月21日まで岡山ふれあいセンター１階ガレリア、令和６年２月５日から２月９日まで南区役所１階待合エリア、令和６年３月４日から３月８日まで東区役所１階待合エリアにおいて展示いたします。

応募された皆様方、選考に携わってくださった皆様方に深く感謝申し上げます。

この作品集には、入賞作品を掲載していますので、ぜひご覧いただき、学校や地域などにおいて障害者に対する理解を深める一助としてご利用いただければ幸いです。

令和5年12月

岡山市心のふれあい事業実行委員会

目　次

【標語部門】

最優秀賞	岡山県立興陽高等学校	1年	原田	さくら	7
優 秀 賞	岡山市立鹿田小学校	6年	久住	悠翔	7
佳　　作	岡山市中区		時實	育代	7
佳　　作	岡山市北区		佐藤	丈晴	7
佳　　作	岡山市中区		難波	安津子	7
佳　　作	岡山県立興陽高等学校	1年	菊地	奈々葉	7

【作文部門】

◎小学生の部

最優秀賞	もしわたしが車いすの生活になったら 岡山市立芥子山小学校	2年	村上	杏	11
優 秀 賞	工夫がいっぱいな学校 岡山市立旭操小学校	4年	曽我部	有咲	12
優 秀 賞	あたりまえにくらせるやさしい社会 岡山市立旭操小学校	3年	瀬戸口	桜	13
佳　　作	耳が聞こえない人の生活 岡山市立芥子山小学校	4年	山本	羽純	14

◎中学生の部

最優秀賞	「認めて支える」メカニズム 岡山市立操南中学校	3年	妹尾	ハグ	15
優 秀 賞	笑いと多様化と私 岡山県立岡山聾学校中学部	3年	佐々田	希美	17
優 秀 賞	障害者の努力 岡山市立操南中学校	2年	金谷	絢子	18
佳　　作	思いやりの世界に 岡山市立操南中学校	2年	山田	凌大	20
佳　　作	発達障害 岡山市立操南中学校	3年	髙原	香絵	21

◎**高校生・一般の部**	最優秀賞	「希望」卒業から就労へ 岡山県立岡山操山高等学校	2年	神﨑　凜世矢	22
	優 秀 賞	見える障がい、見えない障がいに心のバリアフリーを 岡山県立岡山聾学校高等部	1年	大 山　永 望	24
	佳　　作	「ゆとりがあれば」 岡山市南区		松永　真由美	26
	佳　　作	私のライフワーク 岡山市北区		土 師　康 生	27

【ポスター部門】

◎**小学生の部**	最優秀賞	岡山市立七区小学校	5年	山 口　和 真	31
	優 秀 賞	岡山市立芥子山小学校	2年	寺 尾　優 希	32
	優 秀 賞	就実小学校	5年	橋 本　幸 樹	32
	佳　　作	岡山大学教育学部附属小学校	3年	羽 原　大 翔	33
	佳　　作	岡山大学教育学部附属小学校	1年	長谷川　暖乃	33
◎**中学生の部**	最優秀賞	岡山県立岡山大安寺中等教育学校	3年	板 野　茜 音	34
	優 秀 賞	岡山市立灘崎中学校	3年	岩 崎　光 佑	35
	優 秀 賞	岡山県立岡山大安寺中等教育学校	3年	伊藤　晴太郎	35
	佳　　作	岡山県立岡山大安寺中等教育学校	2年	佐 藤　元 就	36
	佳　　作	岡山県立岡山大安寺中等教育学校	2年	嶋 村　理 沙	36

【写真部門】

	優 秀 賞	岡山市北区		高 木　彩 乃	38

標語

Slogan

最優秀賞

寄り添えば　心はひとつ　思いやり

原　田　さくら

優 秀 賞

工夫から　生まれる笑顔　なくす壁

久　住　悠　翔

佳　　作

さりげなく　差し伸べる手で　みな笑顔

時　實　育　代

認め合い　共に生き生き　咲く未来

佐　藤　丈　晴

つなげよう　互いを認める　言葉の輪

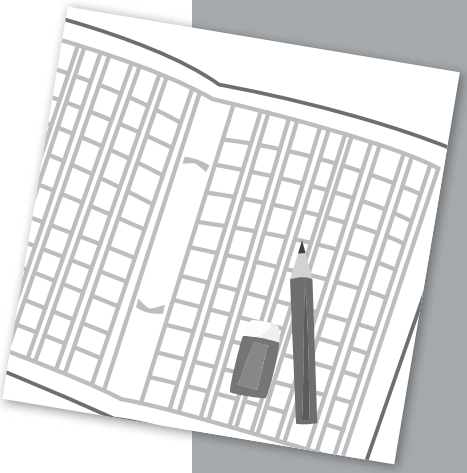
難　波　安津子

多様性　みんなの笑顔　守りたい

菊　地　奈々葉

作文

Composition



❖ 小学生の部 ❖

最優秀賞

もしわたしが車いすの生活になったら

岡山市立芥子山小学校　２年　村上　杏

わたしのお父さんは車いすで生活をしています。わたしは、お父さんがどうして車いすになったのかなとふしぎに思いました。だから、お父さんに、どうして車いすになったのかを聞いてみると、

「びょう気になったからだよ。」

と教えてくれました。それを聞いて、もしわたしが車いすになったら、どういう生活になるのかなと考えてみました。すると、かなしいことばかり思いつきました。

かなしくなることの一つ目は、ランドセルをせおえないから、お気に入りのランドセルがもてないことです。

二つ目は、休み時間におにごっこや、てつぼうや、うんていや、タイヤあそび、すべりだいなどのゆうぐあそびができなくなることです。

そして、一ばんかなしいことは、お友だちと同じことができなかったり、いっしょに行どうすることができなかったりすることです。

あとは、お父さんといっしょにお出かけをしても、かいだんしかないところには行けなくて、行くのをあきらめたりするのも、かなしい気もちになります。

もし、わたしが車いすになったら、こんなにかなしい気もちになることばかりなのに、お父さんはまい日たのしそうにしています。どうしてたのしそうにできているのかなと思って、お父さんに聞いてみました。すると、「まわりのみんなが、たすけてくれたり、ささえてくれたりしているからだよ。」

と、教えてくれました。

それを聞いて、わたしは、こまっている人がいたらたすけてあげたいなと思いました。たとえば、にもつをもってあげたり、車いすをおしてあげたり、ドアをもってとおりやすくしてあげたりすることは、二年生のわたしでもできます。しょうがいがあるからいっしょにはできないなぁ、とあきらめるのではなくて、みんなでいっしょにできることを考えて、みんなでたのしくあそびたいです。そうすれば、しょうがいがある人もない人もみんながうれしい気もちになっていいなと思いました。

❖ 小学生の部 ❖

優 秀 賞

工夫がいっぱいな学校

岡山市立旭操小学校　４年　曽我部　有咲

わたしは、お母さんのしょく場体験に行きました。さいしょは、めんどくさいなーやおもしろいのかなぁーと言う気持ちがありましたが、妹やお母さんにさそわれ行ってみることにしました。

しえん学校につくと、学校が大きくてビックリしました。こんなにしえん学校が大きいということを初めて知りました。しえん学校のたてものの中にはいるといろんな教室がありました。その１こ１この教室には６こぐらいのつくえがありました。なんで６こしかないのかなと思ったのでお母さんに聞いてみると、

「それは人がおおぜいいると集中できない子や大きな音がきらいな子がいたりするから、６人くらいで勉強をしている子がいるんだよ。」

と言ってくれました。そうなんだと思い、とてもおもしろくなってきました。

つぎに私の目に止まったのが、トランポリンがある部屋です。お母さんに聞いてみると「気持ちが不安ていになった時に、時間を決めて使用したり、休み時間にやったりじゅ業に使ったりするよ。」

と言ってくれました。

その次に、校長室に行ってしつ問をしました。

「ふつうの学校としえん学校のちがいは何ですか。」

と聞くと、

「１人１人に合わせたヒントを分かりやすく教えているんだよ。」

と言っていました。他にさんかしていた子は「やりがいを感じたことは何ですか。」

と聞いていました。校長先生は、

「子ども達ができなかった事が出来るようになった時だよ。」

と言っていました。それを聞いて、子ども達が出来るまで、時間がかかってもずっと教えてあげることが出来るのがしえん学校のいい所だなと思いました。お母さんのしょく場体験に行って、勉強のやり方や知らなかった学校生活を知ることが出来て、しょく場体験に行って良かったなーと思いました。しえん学校の先生がやっていることを知って子どもにかかわる仕事がしてみたいです。

❖ 小学生の部 ❖

優 秀 賞

あたりまえにくらせるやさしい社会

岡山市立旭操小学校　３年　瀬戸口　桜

わたしは、しょうがいという言葉を聞いて、自由がないとか、ふつうの人とちがうとか、気を使ってしまう、大へんそうなどマイナスなイメージが多くありました。

でも、お母さんの言葉で、あらためてしょうがいって何だろうと考えてみることにしました。たとえばパラリンピックや車いすテニスなどしょうがいの人しかできないことがあるし、しょうがいがあるからこそ、だれよりもど力してがんばれるんだと思いました。そのがんばっているすがたを見ると、きらきらしてかがやいていて、かわいそうというイメージとはぜんぜんちがうし、けっして不こうではないと思いました。それは、自分の生き方を見つけていて、自分でできることをさがしているんだと思います。しょうがいがある人もない人もそれぞれできることとできないことがあって、すべてできないことはないんだと気がつきました。

そして、大事なことはしょうがいがあることが問題じゃなくて、しょうがいをカバーできる物があればしょうがいじゃなくなるんだと思います。たとえば、うちのお母さんやお兄ちゃんはし力がわるくて、めがねやコンタクトレンズがないとまったく見えないと言っています。でも、その道具があるから問題なく生活できています。お母さんが「めがねがなかったらお母さんはまちがいなくしょうがいしゃだ。」と言っていました。これを聞いてわたしはびっくりしました。めがねと同じように、体が不自由な人が自由に体を動かせる道具が発明されたら、しょうがいじゃなくなるので、そんな道具がどんどん発明されたらいいなと思います。

それに、見た目だけでは分からない心のびょう気の人は困っていたり大へんだろうなと思います。心のびょう気の人も一つぶのんだらなおるくすりが作られたらいいけど、なかったら、まわりの人がきょう力してあげたりやさしい人がふえたらいいなと思います。

もしかしたら、わたしも事こやびょう気などでしょうがいをもってしまうかのうせいがあるかもしれません。だからこそ、けっしてかんけいないことではないし、さべつをなくして、いつ自分がしょうがいしゃになっても安心してくらせるような世界にしたいです。

❖ 小学生の部 ❖

佳　作

耳が聞こえない人の生活

岡山市立芥子山小学校　４年　山本　羽純

私は以前、耳の聞こえない人の生活について教えてもらう授業が、心にのこりました。理由は三つあります。

一つ目は、耳の聞こえない人が使うコミュニケーション方法のことです。耳の聞こえない人が使うコミュニケーション方法はいくつかあるそうです。どんな方法があるかというと手話、筆談、空書きや指文字、口話などです。その中で私は手話について教えてもらいました。おどろいたことは手話が八千語ほどあることです。手話が八千語ほどあることを知って、多そうだなぁと思ったけれど、日本語はその倍以上あるそうです。手話は日本語とくらべると少ないことがわかって、びっくりしました。

二つ目は手話の動きのことです。手話は何かをイメージして作られたものが多いそうです。おはようは起きる様子、こんにちははお昼の十二時の様子、という感じでイメージされています。なので手話をあまり知らなくても（○○の手話かなぁ。）と考えることができるのもありました。私はその後、本などで手話をたくさん知りました。しかし、一か月ほどやっていなかったのでわすれてしまいました。手話というのは、学校でやる九九やわり算の筆算などににてるかもしれません。一週間ごとにふく習するなど工夫をすると、急なときも対おうできると思います。

三つ目は大事な放送が聞こえないということです。例えば、図書館で本を読んでいるときに、「火事です。」と放送があっても聞こえません。周りの人が気づいて教えてくれれば助かるけれど、わからない場合、周りの人はにげれるけれど耳が聞こえない人は、のこってしまい、助かりにくいそうです。

このように、耳の聞こえない人はこまることや大変なこともあるけれど、工夫をして生活していました。もし、耳の聞こえない人と一緒にいる場面で大事な放送などがあった場合は私が教えてあげたいです。そして、たくさん手話について知ったことを使ってコミュニケーションをとりたいから、わすれないようにしたいです。

すべての人が使いやすいために作られたユニバーサルデザインというものが身近にあるそうなので、次はユニバーサルデザインについて調べてみたいです。

❖ 中学生の部 ❖

最優秀賞

「認めて支える」メカニズム

岡山市立操南中学校　３年　妹尾　ハグ

あなたには、得意なこと不得意なことはありますか。

私には年が二つ離れた弟がいます。弟との毎日は、どちらかが口を開けば言い合いになり、喧嘩へと発展する騒がしいものです。少し生意気でうるさいと感じますが、とても素直で心が優しい子です。そんな弟は知的障がいを持って生まれました。知的障がいとは知的能力七十未満、日常生活や社会生活への適応能力が低い、発達期に生じている。この三つの基準があることで、社会生活に困難を感じ支援を必要としている状態のことです。私は知的障がいという言葉の、文章化されている意味を見たとき「それくらい知ってる」と、さほど関心を示しませんでした。

弟が中学生になって、まだ日が浅い五月のことでした。小学校よりも時間が延びた授業。「初めまして」の同級生。慣れない環境に少しずつ蓄積されていく疲労。しかし、その疲労を回復させる間もなく、弟の苦手な勉強、宿題が迫ってきます。額から流れる汗を拭いながら、机に向かいノートを広げ宿題を始めますが、一問目で手が止まってしまいます。力いっぱい頭を掻きむしる弟を横目にノートを覗いてみると、簡単なお金の問題でした。以前、お金の価値を理解できていない中、弟は友達と出かけていきました。帰宅後、財布の中身を確認すると、渡したお金は空っぽになっていて、友達の分まで支払いをしてしまったことがありました。「お金は大切なものだから、むやみに奢ったり、使ったりするのは良くないんだよ」とそのとき教えていたので少しは理解できているだろうと思い「このお金は何円だと思う」と質問すると、弟は声をつまらせ、五十円を五百円と答えました。お金の種類を変えて何度も何度も質問してみましたが、一度も正解しませんでした。お金の区別すらつかない弟に、もう一度お金の種類や価値を教えました。一生懸命頷きながらノートを見ているものの、どこか上の空で一点を見つめていました。シャーペンの芯が折れた瞬間「そんなに勉強やりたくないなら、しなくていい」失望と怒りをかき混ぜたように声を荒らげ、私は弟の部屋から飛び出しました。どうしてきちんと話を聞いてくれなかったんだろう、何度も何度も説明したのに分かってくれないんだろう。私が知っていた、「障がい」って。理解していたつもりで、本当は弟のことを何も理解できていなかったのではと思い、もう一度知的障がいについて調べ、学び直しました。個人差があり学習に時間がかかったり、学習した内容を忘れたりしてしまうことがある。しかし意欲がなかったり反抗しているわけではありません、そう書かれていました。胸の中で何かが弾ける音がしました。気付いた瞬間、早く弟に謝りたいという気持ちでいっぱいになりました。階段を駆け上がり弟の部屋のドアを勢いよく開けました。弟は目に涙を溜めながら「もう怒ってない」そう私に尋ねました。感情的な態度をとってしまったことに激しく後悔しました。「怒ってないよ」と伝えると、安堵したのか右頬に一粒の涙がこぼれ、ニコッと私に微笑みかけてくれました。知的障がいについて調べた際、自信が持ちにくいとも書かれていたことを思い出して「ごめんね」と「毎日勉強大変だけど頑張っていてすごいね」とプラスの言葉を伝えました。キラキラした笑顔をこちらに向け「べんきょうがんばる」と伝えてくれました。私が発した怒りをのせたあの言葉には、焦りもあったのかもしれ

ません。生きていくために最低限必要なものだからこそ理解してほしいと思い弟を傷つける行動をとってしまいました。お金に限らず、苦手なことを少しでもできるようにするために、興味を持ちやすくなるよう、好きなものに関連付けて説明するなど、工夫し私なりのお手伝いができたらと思います。

十人十色な世界だからこそ、「認めて支える」を循環するメカニズムが必要だと思います。しかし、どんな場面にも困難はつきものです。全てを認めてしまったら、世界は大変なことになってしまいます。それゆえ、少しずつ輪を広げていくことが大切だと思います。私は弟が弟らしく過ごせる、皆が皆らしく過ごせる、そんな世界を夢見ています。

❖ 中学生の部 ❖

優 秀 賞

笑いと多様化と私

岡山県立岡山聾学校中学部　３年　佐々田　希美

最近、「多様化・多様性」という言葉をよく耳にするようになりました。ＷＢＣでは、日本チームにアメリカ出身のヌートバー選手が出場して日本でも多くのファンが誕生しました。またその他のスポーツでも、日本代表チームの中にカタカナの名前の選手がよく見られます。その他、ＬＧＢＴＱなど性の多様化というニュースも話題になっています。

そのような中、私が注目している多様化があります。それはお笑い分野における多様化です。Ｒ－１ぐらんぷり２０１８で優勝した濱田祐太郎さんは盲目の芸人です。また寝たきり芸人のあそどっぐさん、車いす芸人のホーキング青山さんなど、自分の障害を笑いにするという新しい芸人さんたちがテレビや動画の世界で活躍しています。芸人ではありませんが、「五体不満足」で有名な乙武洋匡さんが選挙で落選した感想を聞かれた時に「私には手も足もでなかった」と、答えたことがＳＮＳで話題になりました。乙武さんが「手も足も出ない」とは思わず「上手い事言うな」と、感心してしまいました。

「障害を笑いに変える」ことは、以前ならタブーとされていたことではないでしょうか。言われた方も、「ここで本当に笑っていいのか？」と感じていたと思います。しかし障害者のお笑い芸人が増えている中で、逆に「この笑いはつまらない」と、言いにくい雰囲気もあるという声があることを知りました。ネタがつまらないお笑い芸人は多いですが、それが障害者のお笑い芸人だったらどうでしょう？確かに「そのネタ、面白くない」とは、言いにくいかもしれません。

健常者の皆さんの、その微妙な気持ちは私もよくわかります。私が家で家族に呼ばれて気が付かなかったとき「耳が遠くなったんよ！」と笑顔で言うと、家族が神妙な顔になりました。私的には、場を和まそうと思って言ったのですが…。またこんなこともありました。「私が人工内耳を外している時、私の前ではコソコソ話しも大きな声でしゃべって大丈夫だよ。コソコソ話しも大きな声も聞こえないから。」と、明るく話すと、母は私の言葉を聞いて涙目になっていました。心霊番組を見ていた時はこんなことがありました。私が「こわーい。どこからか幽霊の声が聞こえる！」と言った時に、すかさず父が「希美は難聴だから聞こえんやろ！」と、突っ込みました。父の突っ込みは絶妙のタイミングだったのですが、母は「胸が痛くなる」と言いながらどこかにいってしまいました。私が聴覚障害で笑いを取ろうとしても、周りの家族はその反応に困るようです。

笑いは人を楽しくするものです。たくさん笑うことで健康になっていくということが医学でも証明されています。「障害者と笑い」で、すべての人たちを幸せにすることはできないかもしれませんが、当事者が面白く幸せであれば私はこういう笑いも「有り」だと思います。感じ方もいろいろあるかもしれませんが難しいことを言わずに、どんどん障害者の芸人さんが増えていってもらいたいと思っています。それが不愉快な人は見なければいいのです。

「無駄な１日とは、笑いのなかった日のことである。」とは、喜劇王チャップリンの言葉です。笑いは生活を豊かにするものです。豊かな生活のためにもお笑いの多様性が進んで欲しいと思います。

私には、生活の中で不便なこともあります。しかしもっともっと社会全体に様々な場面や事柄で多様化が進めばもっと生きやすくなるはずです。障害も障害ではなくなる日がくるかもしれません。誰もが生きやすい社会になっていくことを、私はお笑いを見ながら考えています。それが私の多様化なのかもしれません。

❖ 中学生の部 ❖

優 秀 賞

障害者の努力

岡山市立操南中学校　２年　金谷　絢子

私は今年も眼科を受診し、コンタクトレンズの度数をあげました。視力が低下していて遠くのものがはっきりと見えません。ですが私にはコンタクトレンズや眼鏡があります。この２つは見えにくいという困難から私を助けてくれています。視力が良かったときは見えない人・見えにくい人の気持ちも、状況もよく分かりませんでした。

実際に自分が見えなくなったとき、はじめて見えにくい人の気持ちが分かりました。足を怪我して痛くて歩けないとき、はじめて普通に歩けることの有難さを感じました。

障害とは、身体的障害・知的障害または精神的障害があり、私たちが普段当たり前にできることが、その人たちにとっては困難となっていること。つまり、障害者は私たちと少し違うところがあり、それによって困難があるということです。私が見えにくくなって初めて見えないことの不便さを知ったように、障害者の方々の困難や苦難、生活について知らなければ何もできないし、知らなければ何も考えないのだと思いました。私たちはもっと障害について学び理解することが必要なのではないかと思います。

まずは、公共交通機関について考えてみると、使用しづらく外出が不便だということです。例えば足が不自由で車椅子なので移動するとき十分なスペースがなかったり、ちょっとした段差や障害物があったりして移動するのが難しいことがあります。道幅を大きくしたり、平坦な道路を整備したりなど、大きなことは私一人の力ではできません。しかし、自転車が止まっていたり、物が落ちていたりで通りにくいのなら、私の力で広げることができます。道の段差で困っていたら少し補助をしたり、段差のない道を案内したりもできます。

また、移動だけではなく日常生活での動作が難しいこともあります。どのようなことで困っているのかどのような助けがあったらいいのか、どんな障害があるのか、その方がどんなことを求めているのかにもよって変わってくると思いました。

私は視力が低下していても今までと変わらない生活が送れるようになったのはコンタクトレンズがあったからです。そしてそれを処方してくれた医師がいたからで、購入してくれた家族がいたからです。視力が悪いままでは黒板も見えないですし、毎日の通学も危険です。コンタクトレンズがなければ、私はいつも教室の１番前に座り、毎日送り迎えだったのかもしれません。私は道具を使うことにより、通常の生活が行えています。また、私はコンタクトレンズ以外に眼鏡を持っています。私には陸上部で毎日走るために、眼鏡よりコンタクトレンズが合っていました。

このようにどれが良いのか、本人に選ぶ権利、選択肢があることも困難をたすける上ではより良いのではないかと思います。

障害者の方たちも私たちと同じように生活をしています。障害者の方たちは私が考える以上に困難な状況に立っているのではないかと簡単に想像できます。その中で彼らは日々努力をしているのだと思います。私は目の悪いままの生活で、毎日頼るばかりの生活ではなく、コンタクトレンズに頼り今までのような生活を望んだように、障害者の方々も自分でできる生活を望んでいる

のではないでしょうか。

障害者に対して差別をしたり偏見を持ったりしてしまうこともあります。私たちは、障害者の方たちに対してより詳しく理解し、支援をするということが大切だということ。彼らに対して同じ人間として差別をしたりすることがないように、むしろ彼らが普通の生活を送れるように、むしろ彼らが普通の生活を送れるようにバリアフリーを整備することや配慮をすることが必要だということ。色々なことを思いました。

近くの土手を時々走ります。そこにはたくさんのランナーがいて、若い方、高齢の方、小さい子、一人の方、複数の方、杖をついて歩いている方、犬を連れている方など様々です。おそらく視力が弱いため、伴走者と走っている方もおられます。彼らの走る目的は人それぞれなので分かりませんが、みんなが安心して走れるような環境が大事なのではないかと思っています。

障害があってもなくても自由に走れる環境。障害者を特別扱いするのではなく、やりたいことが当たり前に出来る環境をつくることが大切なのだと思いました。

私は社会全体で協力をすれば、障害者の方たちがより豊かな生活が送れるのではないかと思います。それを思うばかりでは何も変わらないので、彼らの可能性を信じて支え合えるような社会をつくるために、私はもっと障害者の方々のことをよく知り、その人々のために貢けんできるように今できることを考えていきたいです。

❖ 中学生の部 ❖

佳　作

思いやりの世界に

岡山市立操南中学校　２年　山田　凌大

私の祖父は６年前ガンになり障がい者になった。直腸にガンができ、ストーマ（人工肛門）をつけることになったのだ。祖父は、それまで大好きだった温泉や旅行に行かなくなった。温泉で他の人に迷惑になる可能性があるし、旅行先でストーマを洗うトイレをみつけるのが困難だからだ。

今まで行けていた所に行けなくなった祖父は元気がなさそうにみえた。祖父は町の電気やさんをしていてしんどくてもいつもみんなのために走りまわっていた。祖父はとても優しい人で、自分より他人を優先させてきた。そんな祖父は障害をかかえてからはもっと自分に遠りょするようになった。大好きな旅行も「行こう!!」と言わなくなった。自分より大変な人がいるから…と、駐車場の優先エリアは絶対使わないし、障害者手帳も持ち歩かない。なのに、そんな父の優しさをふみにじるように、障がい者マークのない普通の車がどんどん優先エリアに止められている。そんな状況をみて私はとても、ふく雑な気持ちになる。どうやったら優しさが本当に困っている人に届くのだろうか。そして祖父のように、困っていても声をあげない障がいのある方がたくさんいるのではないかと思う。私の母は祖父を旅行に誘った。祖父、祖母、母、姉、私の五人で行く一泊二日鳥取・島根旅行だ。母が貸切温泉を予約して、父がストーマを気にすることなく温泉に入れるようにし、何があっても対応ができるように自家用車で移動し、オストメイト対応トイレをインターネットで事前にチェックし、こまめにきゅうけいする事にした。途中、ストーマの袋がはずれてしまったりするトラブルはあったものの大成功だった。祖父だけでなくみんなが笑っていた。すごく楽しかった。それから祖父は自信がついたのか、家族はもちろん、友達とも旅行に行けるようになった。もちろん、周りの理解やサポートは必須だ。

僕は相手の立場に立ち思いやりの気持ちを大切にする事、障がいのある・なしに関係なく困っている人に寄りそうという事、優しい人が嫌な思いをしないでいいような、そんな世の中にしていきたい。

❖ 中学生の部 ❖

佳　　作

発達障害

岡山市立操南中学校　３年　髙原　香絵

私は発達障害があります。

私がこのことを知ったのは中学一年生の冬頃に母から「話しがあるからドライブに行こう。」と言われドライブに行ったときでした。私は昔、ＡＤＨＤとＰＡＱという発達障害のミックスで、今は自閉症スペクトラムという発達障害です。ここからは私なりの視点で発達障害を持つ人にとって「普通」に「人と同じ様に」生きる難しさについての考えです。

まず私の持っているＡＤＨＤと自閉症スペクトラムについてです。ＡＤＨＤとは注意欠陥多動症の略であり特徴は忘れっぽい、集中力が無いなどといった注意力や行動、感情などのコントロールがしにくいというものです。自閉症スペクトラムは人との関わり方に問題があります。強いこだわりや、言葉やしぐさが上手に出来ないというものです。

自閉症とついているため大丈夫なのかと思う人はいると思います。自閉症スペクトラムは自閉症とついていますが自閉症の一つというわけではなく、むしろ逆なのです。自閉症というのは自閉症スペクトラム障害の一つで一番度合いが高いもののことを言います。

また、この二つの障害の中でも様々なタイプに分けられています。今、私の持っている自閉症スペクトラムは社会性の障害といっても三つのタイプに分けられます。一人でいるほうが好きな孤立群。相手から関わられない時以外は自分から人に関わらない受動群。最も多いタイプで自分から人に関わるけれどもやり方が変わっている積極奇異群です。人によって見た目や考え方などが違うように同じ障害と言えど人によって違います。

私が発達障害と知り、私はたくさん辛い思いをしました。「私が人と上手く関われないのはずっとなのか。」「私が障害と知って友達から嫌われないか。」そうえんえんと考えました。母は私がＮＨＫの障害者についてのものを見ているし気がついていると思ったそうです。私が一番辛く思ったのは私にはアトピーも食物アレルギーも、発達障害もある。「普通」に「人と同じ様に」生きていけない。人につたえるときの怖さ。人は自分や「普通」ではないものを、差別や偏見します。教科書にのっている「作られた「物語」を超えて」が良い例でしょう。

この辛さを感じるのは私だけではないでしょう。

私はこの現実が嫌いです。小さい頃に他の子より物覚えが良いから、この人はかしこい。このようなきめつけや期たいが、私にとってはくるしくて死にそうな程辛いです。あの子は出来るのにこの子は出来ない。勝手に期たいして勝手に落たんされることや、人と比べられることも心が削り取られるような気持ちでしんどいです。

長々と書きましたが私の発達障害を持つ人にとっての辛さや考えをまとめます。

私は人は人、自分は自分で良いと認めて欲しいと思います。例えばずっと真っ昼まに太陽を立って見ろと言われて見続けるのは辛いですよね？私にとって常に人と比べられ上の人を見ろと言われるのはそれと同じです。

私は逃げる場所が欲しいと思います。ずっと差別や偏見の目で見られるのはしんどいからです。

発達障害は目に見えません。身体的な障害とはまた違うかもしれませんがただ、その一言だけでも心を傷つけ、見方だけで人を簡単に殺してしまうこともあります。私はＳＮＳの発達したこの時代、沢さんの人にこのことを知ってもらい、理解してほしいです。

❖ 高校生・一般の部 ❖

最優秀賞

「希望」卒業から就労へ

岡山県立岡山操山高等学校　２年　神﨑　凜世矢

「お利口な人間で皆に笑顔になってほしいな」と姉は激しく嗚咽して帰宅した私に抱きつきました。私は瞬時に姉が大惨事を起こしていると察しました。トイレを詰まらせていました。三度目です。この夏十八歳の成人を迎えた一つ違いの姉は周りの高校生と違いオシャレに関心はなく、夢に向かって進学や就職の準備をすることもなく将来の夢を尋ねると「お花屋さんになりたい」とＤＶＤの台詞を言います。十八年前、姉は新生児仮死で足も骨の異常と多合趾で生まれました。保育園の支援学級→芥子山小・旭東中の支援学級を経て東支援学校高等部を来春卒業します。夏休みに東支援学校の夏祭りに参加した姉は先生方と撮った記念写真を宝物のように毎日眺めています。姉は学校の先生が大好きなのです。これまでの先生方の手探りのご指導と手厚い支援のおかげで今の姉が在ります。姉に興味をもたせる話し方や声の強弱で注意を引き、物事を教えることは本当に大変で私は小学校の頃、姉に計算を教える時、心が折れそうになった経験があります。保育園では絵を描いて伝えて下さり、人に興味がなく物に執着していた姉に人と関わる楽しさを教えて下さり、小学校低学年の先生方は文字を書くこと特に漢字を覚える力に長けていることを見抜き、できる学びを探しながら指導して下さったり、小学校３年生からは少し厳しく特別扱いをし過ぎないことが姉には合っていることを見出して下さり、先ず給食が食べられるようになり白地図もマスターしました。少々乱れても大丈夫です、任せて下さいと母無しでやれる力を養って下さったそうです。山の学校も海の学校も運動会の組体操も卒業式も信頼する先生と助けてくれる友達のお陰で皆と同じようにチャレンジさせてもらった立派な姿を私は見てきました。運動会の前日は学校に行き、組体操やリレーの練習をやりました。海の学校のカッターの乗り降りが怖くてどうしても一歩が出せず大泣きしている姉に何回も何回もお手本を見せました。この時お手本は絶対に笑顔でやるということを身につけました。近頃、私は母より先に姉の特徴に気付き、母に教えることがあります。「静かにして！危ない！」などのフレーズは姉を逆上させてしまいます。もう十六年の付き合いなので特徴を理解して接することで互いのストレスを軽減できるようになりました。

私達はこの夏、二年ぶりに従姉弟と再会しました。姉が５歳の夏、姉のことを「何で理由もなく叩くの？帰って来なきゃいいのに」と従姉弟達が嫌悪感をあらわにしたことがありました。従姉弟と姉が中一の時、大阪に行く道中姫路駅で乗り換えることがわからず姉は改札に行く人の流れに紛れていなくなりました。いないとわかった瞬間、従姉弟が一番に走って階段を降り、姉を見つけてくれました。姉を心配してくれた証に感じとても感激しました。姉と関わる経験があれば、強いこだわりや集中力の短さや癇癪を受け入れうまくつき合う秘訣がわかります。そして心が通い合った達成感は自信になるのです。

夏休み中、家族の役に立ちたい、家族を笑顔にしたいと思っている姉は毎日お皿を洗い、きれいにカゴに並べて私達にほめられるのを楽しみにしていました。この猛暑の中、歌って踊ってものまねして家族を笑顔にしようと頑張ってくれる姉。充電器を何個も壊したり悪行はエスカレー

トすることもあるけれど我が家の太陽なのです。私達が助け守るべき弱者ではあるけれど家族を労い和ませてくれる私の大切な姉です。大事にしている物を投げたり破ったりすることがあり怒りが抑えられない程の憤りを感じることもしてきますがそこも含めてたった一人のかけがえのない姉なのです。

姉と私達家族の苦悩と感動の軌跡は、今厳しい診断を受け、不安に押し潰されそうなご家族の道標に役立つといいなと思います。母は姉の診断を受けた時、将来への不安から三人で消えてなくなりたいとさえ感じたそうです。ＩＱなどの数字には表れない姉の能力がこれからの就労先で発揮され認められ、今現在就園就学に向かって苦しんでいる皆さんの希望となることを強く願って今まで以上に家族一丸となって応援していきます。

来春三月で高校を卒業し社会に出なくてはならない姉。家族で何度も何度も相談しＡ型作業所に実習先を希望しました。これまで姉はいつもチャレンジをすることで私達家族や先生方の想像を遥かに越えた成長を成し遂げてきました。希望を失わずチャレンジをするという姉を受け入れて下さった実習先で今回も先生方や私達が驚く姉の頑張りを知ることができました。実習最終日の休憩時間には実習先のお一人お一人にお礼の手紙と得意の絵を添えてお渡ししたそうです。相手を想い文章で表現できるようになったことは姉の大きな武器だと思います。

大好きな先生達とお別れをし、温かく守られた学校から今後は厳しい社会で闘わなければなりません。心配と不安で潰れそうな時、弟としてできることは笑顔で応援し頑張ったことをほめてあげる、時間を見つけて大好きなテニスをしよう。美味しい物を食べに行こう。これまでもこうやって乗り越えてきたね。仮死で生まれた時も症例のない右足首の手術を受けた時も姉は助けていただきました。きっと大丈夫。皆さんに助けていただきながら家族皆で乗り越えていこう。姉の進む道に姉らしい笑顔と歌声が輝きますように。

最後に、私個人や家族でできる応援には限界があります。姉のチャレンジを後押ししてくれるような福祉制度の充実が必要だと痛感します。親が高齢化する遠くない将来に私達姉弟が声を上げられる準備をしておかなければならないという使命感をもって自分の進路を考えていきたいです。

❖ 高校生・一般の部 ❖

優 秀 賞

見える障がい、見えない障がいに心のバリアフリーを

岡山県立岡山聾学校高等部　１年　大山　永望

障害者と聞くと、どの障がいを想像するのでしょうか。一般的には車椅子を使ってる方や白杖を持っている方かもしれません。でも障害者といっても、目に見える障がいもあれば逆に見ただけでは分かりにくい、理解してもらえにくい障がいもあります。

私には聴覚障がいがあります。生まれてすぐにわかったわけではなく成長していく中で少しずつ分かった障がいです。そして、私の障がいは見た目では分かりにくい障がいです。補聴器や人工内耳などの手助けをしてくれる機械が見えたら、障がいがあると分かるかもしれません。ですが、髪の毛で隠れていたり、補聴器などを外していたりしたら、健常者と間違われます。このように見えない障がい、理解されにくい障がいもあります。

他にも見えない障がいは多数あります。精神の障がい、内部障がい、知的障がい、自分の生まれ持った性に苦しむ障がいの方もいて、見た目で分かりやすい障がいの方と比べると理解されにくかったり、誤解を招いたりもしています。

私自身の聴覚障がいは、三歳すぎてから分かりました。片耳は補聴器なしで聞こえていたため特に困ることもなく過ごしていました。ですが、小学六年生の時に聞こえのいい方の耳が突発性難聴になりました。すぐに病院に行き治療を開始し、苦いステロイドを沢山飲み続けましたが、三ヶ月経つ時には、改善の見込みがない。と病院の先生に言われました。今の私の両耳は人工内耳が適用する聴力レベルだそうで、病院に行くたびに今も人工内耳を勧められています。

そんな私のように、後から障がいが重くなる人もいます。健康だった人がある日いきなり障がいを背負って生きていかなければならなくなることがあります。障がいは生まれつきの人ばかりではありません。ですが、私達の住む日本は障がいに対してのケアが不十分であり、不便さを感じることもあります。障がいがある人のための心のバリアフリーといったものがありますが、やはり見て分かる障がいに対してのことが多いのが今の日本だと思います。

バリアフリーと聞くとすぐに思いつくのは、点字ブロック、車椅子のためのスロープなどの設備ではないでしょうか。しかし、それだけではさまざまな障害者に対応できるわけではありません。

普段健常者の方が何気なく渡る信号も階段も障害者には使いにくいものばかりです。健常者は、困らないから気づかない。それは仕方がない事です。ですが、いつか自分が、自分の大切な人が障がいを負う日が来るかもしれません。その時に少しでも困っている障がいの方を手伝ってくれたら嬉しいです。そのためにも心のバリアフリーというものが必要になると思います。心のバリアというものは、四つの種類に分けられていると思います。

一つ目は「物理的バリア」です。「物理的バリア」とは外出などで移動する時に不便だと感じることです。例えば、車椅子を利用する人がエレベーターに乗る時行き先ボタンが高くて押せないことなどです。もしエレベーターに乗る際、そういう方がいたらボタンを押してあげてほしいと思います。

二つ目は「制度的なバリア」です。「制度的なバリア」とはお店などの決まりで障がいを持ってる人が利用を制限させられてしまう事です。車椅子は入れないと断られてしまう事や、障がいを理由に拒否されてしまう事もあるのが現実です。障がいがあっても就職、進学の選択肢が狭くならない未来を期待したいと思っています。

三つ目は「情報バリア」です。「情報バリア」とは情報の伝え方が不十分なために状況把握などができず困ってしまうことです。例えば、電車が急停止した時にアナウンスだけだと耳の不自由な人たちには伝わらないため、ただ不安でしかない時間になります。多様な人が利用する駅ではアナウンスの他に電光掲示板を使用して情報を出したり、すぐに今どうなっているかを配信してもらえたら不安は減ります。少しでも改善して欲しいと願っています。

四つ目は「意識上のバリア」です。「意識上のバリア」とは障がいの理解不足や偏見から生まれる辛い問題です。例えば点字ブロックは目の不自由な人にとって目の代わりになるものの一つです。点字ブロックの上に荷物を置くことで案内の邪魔をしてしまう例があります。自分には関係ないブロックでも誰か別の人が必要なものであり大切なものです。

公共の中でも、会社の中でも、学校の中でもふと気づいた便利さや大切な事を皆さんが少しでも発信、行動してくれるだけで助かる方がいます。心のバリアフリーを実現するために私達ができることはとても簡単なことだと思います。それは、困っている人を見て見ぬふりをするのではなく少しの勇気を出して声を掛けてみることです。ベビーカーを押してる方や物を落とし拾うのに時間がかかる年配の方。ちょっとした心遣いが大きな助けになると思います。私も成長し、大人になるまでに何度も辛い思い、悔しい思いをして涙を流すことがあるかもしれません。しかし、障がいがあるからこそ分かるものも沢山得られたのも事実です。障がいがある人も、健常者も皆、心にバリアフリーを持つことを意識し、少しの勇気とちょっとの行動が今より住みやすい、暮らしやすいバリアフリー社会になることを私は願っています。

❖ 高校生・一般の部 ❖

佳　　作

「ゆとりがあれば」

岡山市南区　松永　真由美

私は、障害のある方に関わる仕事をしています。また私自身も、ぱっと見は健常者で障害者手帳も持っていませんが、自分では障害があると思っており、生きづらさを抱えています。そのため障害に関することや、生きづらさをテーマにしたものには関心が高く、本を読んだり講演会等に参加したりすることもあります。

障害の有無に関係なく、あらゆる人が社会の中で生活していくのに、どうすれば気持ちよく生活できるのだろうと考える時、一つの要素として、「みんな『ゆとりがあれば』違うのかな」と思うことがあります。私も「他人には優しく親切に」等、理論としては分かっていても、周囲に気持ちが向かず、自分のことしか考えられないことがあります。原因の一つとして、お金や時間、気持ち等にゆとりがないからだと思います。

数年前、車椅子が必要な方と一緒に、数人でバスに乗ることがありました。平日の朝９時台。乗客は我々位で、一番後ろの座席に座り、車椅子は折り畳んで、両側座席間の通路に置いて後ろから車椅子を手で支えて持つ形にしました。徐々に乗客が増え、我々が座っている後部座席の方にも乗客が流れてきました。我々の近くに空いた座席を見つけた男性が、車椅子をよけながら「じゃまじゃのう」と発して座られました。車椅子が必要な同行者、一緒に乗っている介助者の我々、みんな申し訳ないような悪いような気まずいような気持ち、また車椅子が必要な同行者に対しても、嫌な場面に遭わせてしまったという申し訳ない気持ちになりました。

乗車した際に、少し面倒で時間はかかっても、バスの運転手さんにお願いして、車椅子を迷惑にならない所に置かせてもらえばよかったのだと思います。車椅子をよけて座る方の心のゆとり、我々の考えと時間のゆとりがあれば、お互いみんな嫌な気持ちにはならなかったと思いました。

自分に話を戻すと、私ももっと「ゆとりがあれば」、みんなとは違う、個性の強い自分を受け入れることができるようになって、生きていくのがもっと楽になるのにな、と思います。

なかなか生まれ持った性質や考え方のくせは変えられませんが、自分も含めたみんなが気持ちよく生活するために、少しずつ自分の考え方のくせを変えて、まずは気持ちの面で「ゆとり」がもてるようになればいいなと思っています。

❖ 高校生・一般の部 ❖

佳　作

私のライフワーク

岡山市北区　土師　康生

「それでは、午後の部『短歌教室』を始めます。今日は、歌人・ノンフィクション作家の辺見じゅんの歌から勉強していきます。」

偶数月の第一水曜日、午後一時から「短歌教室」は岡山県視覚障害者センターで開かれます。講座生は、全盲の方が十名、弱視の方が二名。その日の会に取りあげる歌人の略歴と、私が選んだ八首の短歌を点字にしたものが配られており、私が解説を行います。約三十分の勉強のあと、皆さんが提出した一人二首ずつの短歌を鑑賞しつつ、最後に私が添削してゆきます。教室を始めてから、約二年が経ち、皆さん上達され、それぞれに個性豊かな短歌を創作されています。

私と岡山県視覚障害者協会（以下、協会とします）との縁は、十五年前に遡ります。「協会で、短歌・俳句・川柳のコンクールを行いたい。その審査をお願いしたいが、だれか適任の方はいないだろうか」という話が持ちあがりました。協会の事務局のＴさん、Ｏさん、そして私の父が、毎月定例のお茶会をしていた席です。

Ｔさん、Ｏさんは視覚障害があり、県立盲学校で、理療科の先生をされていました。父は晴眼者で、普通中学校の教師でしたが、盲学校に転勤し、そこでお二人と親しくなりました。やがて三人とも退職を迎えますが、三人の頭文字をとった「ＨＯＴの会」というコーヒーを飲みながら、よもやま話をする会を毎月一度ホテルのラウンジで開いていました。「協会にはそう予算がないから、謝礼は気持ちだけになるけどなあ」とＴさん。

「それなら、うちの息子がいい。まあ国語の教員だから、そう間違えないじゃろう。謝礼は気持ちだけで十分じゃ」とわが父。

そのような会話があったようです。私が審査員を仰せつかることになりました。

よい作もありましたし、初心者が字数を合わせただけの作もありました。指定された通り短歌・俳句・川柳ごとに「天・地・人」と三つ選び、全体の講評をつけました。

私は、三十歳のころから短歌をはじめ、当時で十五年ほどの歌歴がありました。また勤務していた高校で文芸部の顧問をしており、松山で毎年開かれる「俳句甲子園」に参加するべく、生徒とともに俳句を勉強していました。川柳だけは、まったくの我流ですが、本を読んで勉強していました。国語教師であることを加味して、一応、三種類の短詩形文学を「わかる」という体でした。

私自身、自分の作品が賞をいただくことは、コンクールの大小に関わらず、嬉しいことです。そのとき、私が選んだ歌や句の作者の方は、大いに喜んでくれたそうです。また講評をつけたことも好評でした。そういったことが毎年繰り返されるうちに、Ｔさんから、「今年の協会の総会で、短歌や俳句の話をしてもらいたい」というお話をいただきました。

私はちょうどその年に、初めての歌集を上梓したところでした。私自身のやる気も高まっており、依頼をお受けして、総会で九十分話しました。「視覚に障害はあっても、短歌や俳句、川柳は作れます。また、何歳から始めても遅いことはありません。正岡子規のように体が弱っても、

続けられる趣味です。皆さん、挑戦してみませんか」と言って、締めくくりました。

その後、Tさんから「いい話を聞かせてもらって、ありがとうございました。わかりやすい話で、やる気になった人が何人もでてきましたよ」とお礼の言葉をいただき、大役を果たせて、安堵したものです。

そのうち、協会の中で、まず川柳教室が始まりました。川柳の希望者が一番多かったそうです。ちょうど私が退職した時期と重なり、私も川柳教室講座生に、特別に加えていただくことになりました。

やがて、「短歌教室も」という話になりました。川柳教室は、偶数月の第一水曜日の午前中に行われていたので、私は漠然と「短歌は奇数月にするのかな」と考えました。しかし実施は、川柳を午前に二時間、短歌を午後に二時間行うというものでした。視覚障害のある方にとって、自宅からセンターまで来るのは、健常者が考えるような楽な作業でないことを初めて実感しました。タクシーで行き帰りする方もあり、そういった負担を軽減する意味でも同日に開催することがよかったのです。

私は、短歌教室講師という役目の大切さを思いました。そうした大変さを持ちながら、勉強に来る方々に、満足していただける教室にしなければ、と強く思いました。

初めての教室のときには、「こんなに教えることに緊張するのは、教育実習で初めて教壇に立った時以来だ」と思うほどでした。耳から入った言葉で、理解しやすいように、わかりやすい言葉を使うことを心がけました。初めての教室が終わったとき、参加していただいた皆さんが概ね満足されている様子にほっとしました。教室は順調に進んでいます。皆さん思ったことをはっきり言われます。

「先生、話の語尾が聞き取りにくいから、最後まではっきり言ってください」との指摘を受けたりもします。また、私がうまく短歌を添削したときは、「ほおう、やっぱりうまいもんじゃ」との声も上がります。

確かに、事柄を視覚的にとらえて表現できないことは、短歌を作る上でのハンディキャップではあります。しかし、香りを生かした表現、肌に触れる感覚、耳にした音楽などを巧みに歌に取り入れて、短歌を作る腕前はどんどん上達しています。

そして、教えることは学ぶことであり、多くの講座生の方が、私にとっては人生の先輩でもあります。私自身の気づきもたくさんあります。視覚障害者の方への短歌教室は私のライフワークとなっていくでしょう。

ポスター

Poster

小学生の部

最優秀賞

岡山市立七区小学校　5年
山　口　和　真

優秀賞

岡山市立芥子山小学校　2年
寺　尾　優　希

優秀賞

就実小学校　5年
橋　本　幸　樹

佳　作

岡山大学教育学部附属小学校　３年
羽　原　大　翔

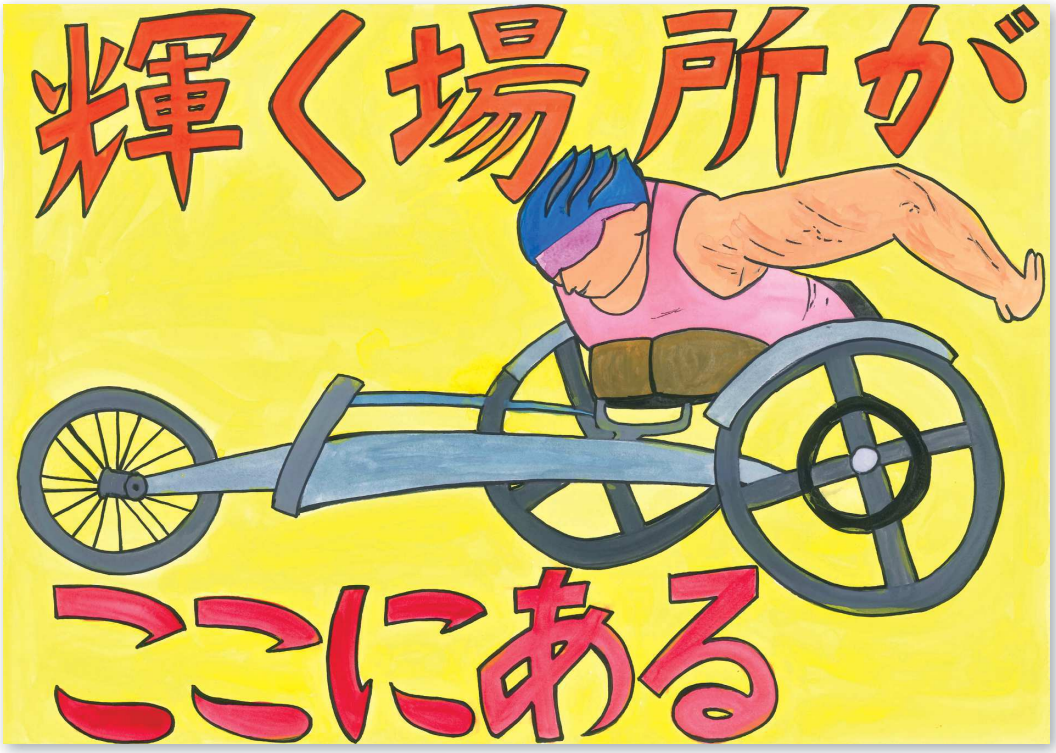
佳　作

岡山大学教育学部附属小学校　１年
長谷川　暖　乃

最優秀賞

岡山県立岡山大安寺中等教育学校　3年
板　野　茜　音

優秀賞



岡山市立灘崎中学校　３年
岩　崎　光　佑

優秀賞

岡山県立岡山大安寺中等教育学校　３年
伊　藤　晴太郎

佳　作

岡山県立岡山大安寺中等教育学校　２年
佐　藤　元　就

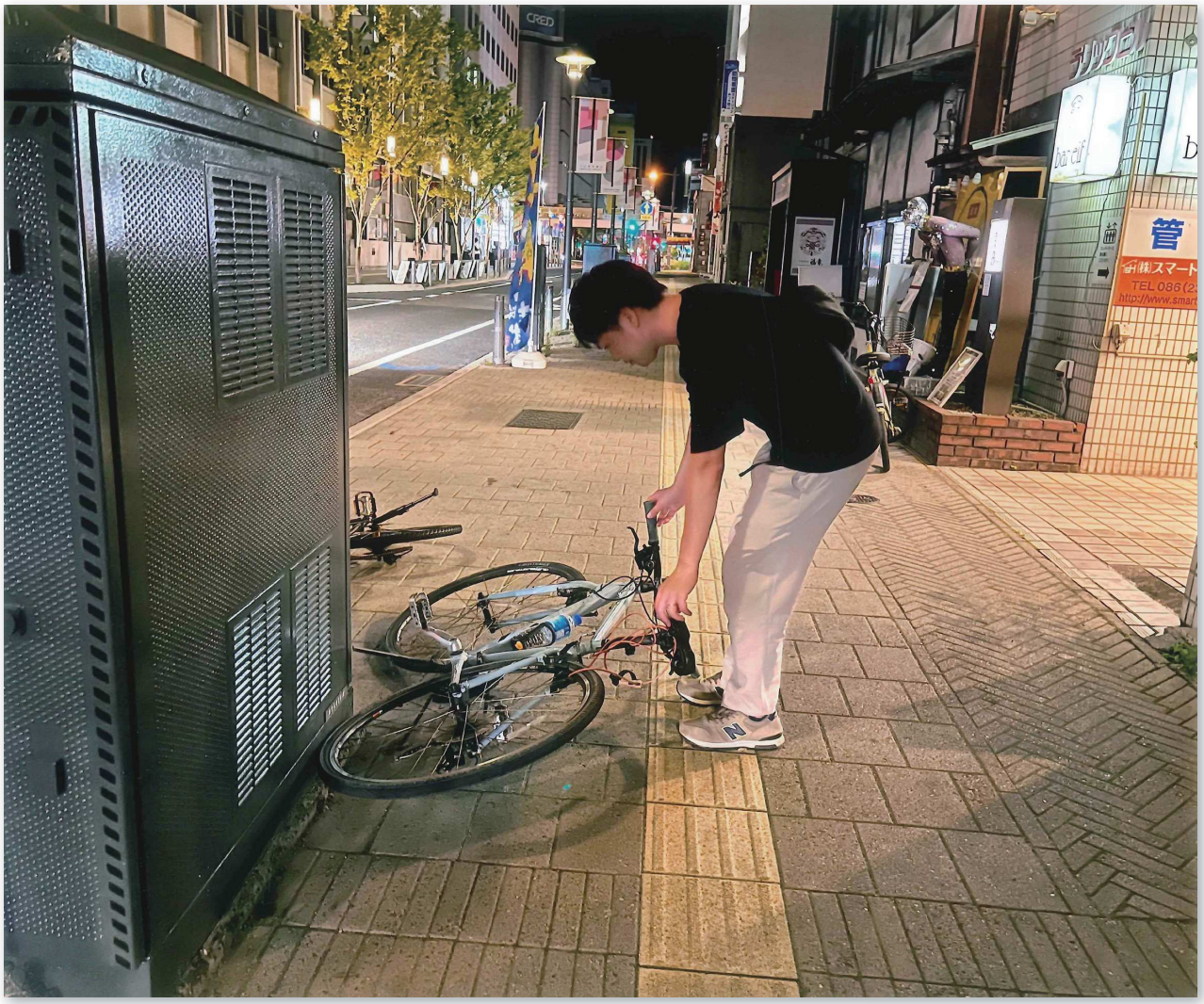
佳　作

岡山県立岡山大安寺中等教育学校　２年
嶋　村　理　沙

写真

Photo

優秀賞



飲み会の帰路、ふとした配慮

岡山市北区　高　木　彩　乃