

## 声をかけて

高浜町立高浜中学校 三年 村宮 穂乃果

皆さんは街を歩いている時、人からの視線を感じたり、周りの声が気になったりしたことはありませんか。街を歩いていたら人がいることは当たり前なので、ほとんどの人はそんなことは気にならないと思います。でも、私は違います。中学生になった頃から、私は、街を歩いているといろんな人からの視線を感じて何かを言われているような気がするようになりました。また、周囲の音などが聞こえすぎてうるさく感じることもありました。初めは、視線を感じるのは私の勝手な思い込みだろうと思っていました。でも、音についてはものすごくうるさく感じる時もあったので、耳栓をして街を歩くようになりました。それを見た人の中には、「かわいそうに」「病気なのかな」などと、こっちを見て話しているように感じる人もいました。また、声をかけられた時、耳栓をしていて聞こえなかったただけなのに、「話を聞けよ」「だから中学生は」などと言われたこともありました。私はそういう声が聞こえた時、胸が痛くなりました。耳栓をした

くてしているわけではないのに、なぜそんな扱いをされるのがよく分かりませんでした。私がどう思っているかを考えずに、ひどいことを言われることがとても悲しかったです。

私は生まれつき周りの音が大きく聞こえたわけではありません。しかし、中学生になってから周りの音が大きく聞こえるようになって、自分でも何が起きているのかよくわかりませんでした。そんな時、国語の授業で俳句を書く時間がありました。私は音が他の人より大きく聞こえるという現状を俳句に書こうと思いました。インターネットで調べてみると「聴覚過敏」という言葉に出合いました。聴覚過敏とは「感覚過敏のひとつで、周囲の音が激しい苦痛や不快感を伴って聞こえる状態」を指すそうです。病気や不安・抑うつ、疲労などの心理的な要因などで年齢を経て現れることがあるということでした。最初はそんな病気があることが信じられませんでした。詳しく調べてみると、世の中には私と同じような症状の人が他にもたくさんいてびっくりしたし、私だけじゃないんだと少し安心しました。

母親に話すと、家の近所に同じ症状の人がいることを知りました。その人も私と同じで、雨の音や車の通った音などがとても大きく聞こえるそうです。その人は私と

同じように耳栓をして過ごしていました。友達に聴覚過敏のことを言っても信じてもらえなかったそうです。耳栓をしていると、友達から「変なものつけるなよ」など、ひどいことを言われたそうです。私も同じような体験をしたので、その苦しさがすごくわかりました。

私は聴覚過敏のことをみんなに話そうか迷っていました。修学旅行の時もそのせいで苦しくなり、体調不良を起こしてクラスの仲間に迷惑をかけてしまいました。そこで、先生と相談して、私の感じている状況をクラスの人みんなに伝えることにしました。人よりも周りの音が大きく聞こえるということ、耳栓をすることがあるということについて、クラスの人たちに伝えました。そうするとみんなすごく心配してくれて、一部の人は、音が大きい所に行くときやクラスがうるさくなると、「大丈夫。」と声をかけてくれるようになりました。クラスの人には誰も私のことを悪く言わず、他のクラスの人にも私の状況を伝えてくれました。私はそのおかげで少しずつ毎日が楽しく感じられ、音もあまり気にならないようになりました。クラスが騒がしい時は、クラスの友達が注意してくれるようになって、普通の生活が本当に楽になりました。私は、人よりも周りの音が大きく聞こえているということをクラスの人に言って良かったと感じて

います。話したことによって、生活が楽になっただけでなく、三年生の最初よりもいろんな人と関わりやすくなりました。

この経験を通じて、私は他の人たちにも、何かが気になっていく様子があったり、耳栓をしたりしている人が周りにいたら、声をかけてほしいと思いました。声をかけたり少しでも気にしてもらえたりするだけで、その人はすごく楽になるはずです。しかし、「聴覚過敏」について多くの人には知らないと思うし、音に苦しんでいる人には気づきにくいと思います。毎日一緒に過ごしている人の中にそういう人がいるかもしれません。でも、そう思っている間も私たちは毎日のように苦しんでいます。だから、例えば耳栓などを見ていきなり悪口を言うのではなく、「どうしたの。」と聞いてほしいと思います。知ることが何より大切だと思います。それが私たちにとっての安心につながります。まずは私から、自分の学校の人達に、少しずつこんなこともあるんだということを知ってもらい、みんなで呼びかけたいと思いました。もし、この作文を読んだ人が少しでも「聴覚過敏」に対して関心を持ってくれると嬉しいです。