

# 第44回 全国中学生人権作文コンテスト

## 長崎県大会作品集

### 人権週間

12月4日～10日 12月10日は人権デーです。

「誰か」のこと じゃない。



身近な人権問題を知るためのショートストーリーはこちら



法務局では、人権侵害を受けた方を救済するための活動を行っています。

みんなの人権110番

LINEじんけん相談

@linejinkensoudan



0570-003-110



0120-007-110

インターネット  
人権相談受付窓口

<https://www.jinken.go.jp/>

(パソコン・スマートフォン)  
携帯電話共通



人権擁護局HP

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/index.html>



法務省人権擁護局・全国人権擁護委員連合会



長崎地方法務局  
長崎県人権擁護委員連合会



「鳥」 「自由と解放」を表わしたもの

小 木 太 法 書  
オタビオ・ロス 画

## 世界人権宣言とは……

〔一九四八年十二月十日  
国際連合第三回総会において採択〕

第二次世界大戦は、五、六〇〇万人を超える犠牲者を出した悲惨な戦争でした。

この厳粛な経験から、二度と戦争を起こさないためには、全世界で基本的人権が確立されていなければならない、ということが理解されました。

そこで、世界各国の人々及び国が達成すべき基本的人権の基準を宣言したのが、「世界人権宣言」です。

世界人権宣言の基本にあるのは、全ての人間は生まれながらにして自由であり平等である、という信念です。

そして、基本的人権は、いかなる差別を受けることなく享有できなければならない、と宣言しています。



「第44回全国中学生人権作文コンテスト 長崎県大会表彰式」

令和7年12月6日 於 長崎県勤労福祉会館



## はしがき

法務省と全国人権擁護委員連合会は、人権尊重思想の普及高揚を図るための人権啓発活動の一環として、昭和五六年度から毎年全国の中学生を対象に、「全国中学生人権作文コンテスト」を実施しており、これを受けて、長崎地方法務局と長崎県人権擁護委員連合会では、同コンテストの長崎県大会を実施しています。

このコンテストは、次代を担っていく中学生の皆さんが、日常の家庭生活や学校生活等の中で起こった出来事など、自らの体験を踏まえて、人権について考え、作文を書くことによつて、人権尊重の重要性、必要性についての理解を深めるとともに、豊かな人権感覚を身に付けていただくことを目的として実施しており、今回で四四回目を迎えました。

本年度は、長崎県内の全中学校の七六・〇％に当たる一三六校から、一三、八四五編にも及ぶ多数の作文が寄せられました。これもひとえに、長崎県教育委員会を始め、御指導に当たられた先生方や保護者の皆様の人権問題に対する深い御理解と、生徒の皆さんの熱意の表れであり、深く感謝申し上げます。

応募作品には、「障がい」や「多様性」をテーマにしたものが多くありました。また、中学生にとつて身近であり、かつ重大な人権問題として意識される「いじめ」や「誹謗中傷」について書かれた作品もあり、いずれの作品についても、自身の体験や日常の生活の中から、あるいは、自分で調査したテーマから人権

問題について思ったことや感じたことを純粹な感性で表現するとともに、真剣に、かつ明るく前向きな考え方が示されており、感動を与えてくれるものばかりでした。

この作品集を一人でも多くの方々に読んでいただき、思いやりの輪が更に広がり、明るく住みよい社会づくりの一助となることを願っています。

終わりに、本コンテストの実施に当たり御後援を賜りました長崎県教育委員会、株式会社長崎新聞社、日本放送協会長崎放送局、長崎放送株式会社、株式会社テレビ長崎、長崎文化放送株式会社、株式会社長崎国際テレビ、株式会社エフエム長崎及び長崎県校長会並びに御協力を賜りました各市町教育委員会、中学校等各関係機関及び審査員の方々に対し、心から御礼申し上げます。

令和七年一二月

長崎 地 方 法 務 局 長 青 島 喜 夫

長崎県人権擁護委員連合会長 有 田 洋 史

# 目次

## 最優秀賞

### 長崎地方法務局長賞

◆ 発達障害だから気付くこと ……………長崎市立片淵中学校 二年 山田秀祐……………9

### 長崎県人権擁護委員連合会長賞

◆ 心に生きる命 ……………島原市立第一中学校 三年 金子瑠斗……………12

## 優秀賞

### 長崎県教育委員会教育長賞

◆ 奪われた正義、それでも僕は声をあげる

……………島原市立第一中学校 三年 白井琉翔……………16

### 長崎新聞社賞

◆ 「いじめ」について考える ……………長与町立長与中学校 二年……………20

NHK長崎放送局賞

- ◆ 性別にとられない生き方 …………… 諫早市立森山中学校 一年 宮崎 珂帆 …… 24

NBC長崎放送賞

- ◆ 自分自身 …………… 27

KTNテレビ長崎賞

- ◆ 色がちがうだけで間違いなのか 色をめぐる誤解と理解  
新上五島町立魚目中学校 二年 諸 國 ななみ …… 31

NCC長崎文化放送賞

- ◆ 不登校を乗り越えて見えた人権の意味  
大村市立西大村中学校 二年 原 龍ノ介 …… 34

NIB長崎国際テレビ賞

- ◆ 「偶然」が私たちを変えた …………… 佐世保市立中里中学校 三年 西 愛美 …… 38

エフエム長崎賞

◆ 私の宝物 …………… 南島原市立有家中学校 二年 田中 きいら …… 41

長崎県校長会賞

◆ 力になりたい …………… 平戸市立中部中学校 三年 吉田 光聖 …… 44

奨励賞

◆ 優しさを返す人になりたい …………… 対馬市立大船越中学校 三年 松島 美穂 …… 47

◆ 弟とともに生きていく …………… 吉崎市立芦辺中学校 二年 齋藤 玲奈 …… 50

入賞作品一覧

…………… 53

講評

…………… 54





「第四十四回全国中学生人権作文コンテスト」  
長崎県大会」作品集



最優秀賞

長崎地方法務局長賞（中央大会推薦）

## 発達障害だから気付くこと

長崎市立片淵中学校 二年 山田 秀祐

僕は、ASDとADHDを併せ持つ発達障害者です。自分の気持ちを伝えることや、衝動的な行動を抑えることが苦手で、今まで、周りと同染めるように自分や物事を客観的に見るための訓練をしてきました。そのような生活を送っていく中で気付いたことがあります。発達障害は、見た目で障害かどうか分からない「見えない障害」故に、「見えない無意識の差別」を受けてしまう事があるのです。

今年の春、一枚の家庭教師のチラシを目にしました。そのチラシには「発達障害でも大丈夫！」とあったのですが、「発達障害でも」という言葉が僕はどうしても気になりました。「発達障害だから勉強が出来る」と言われているように感じたのです。見る人が見れば気にもならないと思いますが、見る人によっては不快に感じる無意識の差別があることもまた事実です。

また、「仕事が『できる人』のモチベーションを下げる『困った人』の対処法」を紹介するビジネス啓発書が、炎上したことを知りました。その本には「ASDは異臭を放ってもお構い無し、ADHDは人の手

柄横取り」と書かれていたり、発達障害者をサルやナマケモノのイラストで描いてあったりなど、障害者差別を助長する内容でした。筆者は、「差別的意図は全く無かった。」と主張していましたが、だからこそ僕は、このことが発達障害への誤解や無意識な偏見で差別に繋がってしまうということを、多くの人に理解してほしいと思います。「ここ十年で発達障害の認知は広がったが、正しい理解が広がっているか」というとそうではない。」これは発達障害の方のブログの一文なのですが、全くその通りだと思えますし、言われてみればむしろ間違った情報が流れる事で、「無意識の差別」を加速させている気がします。「発達障害は治る」と思っている人もいますが、発達障害は治療や、環境を整えることによって改善できるものの、完全には治りません。これも「認知は広がっているが理解は広がっていない」事の証だと思えます。

僕が発達障害で「差別」を受けた事があるか母に聞いてみた所、「その事を思い出すだけで涙が出てくる。」と言って話をしてくれました。僕が幼い頃は、特性が今よりも強かったので、すぐ癇癢を起こしてしまったり手が出てしまったりして、周りとの馴染む事が難しく、母も辛い思いをすることが多かったそうです。その中でも、「どなたでも参加できます！」となっている教室に参加させてもらえなかった事が特に辛かったそうです。母は、自分が付き添うなどの提案をしたそうなのですが、「前例がない」との理由で受け入れてもらえず、悔しくて悲しかったと話していました。でも母は、実際に迷惑をかけている事に対して申し訳ないという気持ちもあつたので、仕方ないと思うしかなかったそうです。その話を聞いて、見えない差別によって辛い思いをするのは本人だけではないという事を知り、母の気持ちを想うと涙が出てき

ました。実際世の中には仕方なく受け入れられない事もあり、「受け入れられない」差別」となる訳ではありませんが、「前例がない」と言い続けていても何も進歩しませんし、そのような事を続けていたから、発達障害者は今こうして差別を受ける事があるのではないかと思つたのです。

この様な事を当事者が言うのと、迷惑をかけている事を正当化したいだけではないかと思われてしまうかもしれません。ただ、発達障害者も人間です。辛いことは辛いですし、不快な事は不快です。「発達障害だから」といつてまともじゃないと決めつけられる、「発達障害だから」といつて後ろ指を指される、相手にそのつもりがなくても知らず知らずのうちに差別されている、それらは、その人の心に深い傷をつけていくこととなります。そもそも「障害」普通ではない」訳ではありません。世界中の人口のほとんどが発達障害者だつたら、きつと今健常者と言われている人たちは「普通ではない人」という立場になります。そして僕は、周りに迷惑をかけた訳ではありません。発達障害だから勉強が出来ない訳でもありません。

「差別を無くそう」といつても、差別をしている認識がなければ難しいと思います。ただ言えることは、発達障害者は「困つた人」ではなく、「困っている人」です。発達障害だからこそ気付けることもあると思います。差別を無くすために正しい理解をもつと知つてもらいたいし、これから広めていきたいと思ひます。

最優秀賞

長崎県人権擁護委員連合会長賞（中央大会推薦）

## 心に生きる命

島原市立第一中学校 三年 金子 瑠斗

お腹の中で、死んでしまった……。

私にとって「命の大切さ」は、単なる教科書の言葉ではありません。それは、家族の記憶ともつながっている、重く深い言葉です。

私に双子の兄弟がいたと聞いたのは、小学三年生の時でした。母のお腹の中で一緒に育った兄弟。でも生まれたのは私一人で、もう一人は天へ旅立った。そんな存在がいたことを知り、私は涙が止まりませんでした。性別も顔も、もちろん性格も知らない。もし生きていたら、一緒に遊びたかった。一緒に部活動を頑張りたいかった。そう思うと、今でも胸が痛くなります。

私が生まれた翌年、東日本大震災が起きました。あの大きな地震と津波が襲った日。岩手県に住む祖父は、あの日のことを鮮明に覚えているそうです。

雪がちらつく午後、祖父は親戚の人達と一緒に高台へと避難しました。近所の人達も着の身着のまま、

続々と集まっています。見下ろすと、親子連れが手を繋いで歩いてくるのが目に入りました。すぐ背後に津波が来ていることに気づいていません。高台からみんなが口々に叫びました。「逃げろーっ!」「早く逃げて!」悲鳴のような叫びはその親子に届かず、みんなの目の前で、真っ黒な津波にのみ込まれてしまったそうです。あまりにも大きな、一瞬の出来事でした。

この話をしてくれた祖父は、目に涙をためて言いました。「家も畑も、思い出もみんな流されてしまったけれど、命があっただけで本当にありがたい。奇跡だと思うよ。」と。それを聞いた時、私は「命がある」ということが、当たり前ではないと気づかされました。

母は、私の誕生と同時にもう一人を失いました。命の誕生と別れに向き合わなければならなかった母の悲しみは、私には想像もつかないほど深く、計り知れないものだったでしょう。けれど、その子の存在があつたからこそ、母はかけがえのない命の尊さを知り、私にたくさんの愛情を注いでくれたのだと思います。だから私は、命が軽視されるような事件を見過ごすことはできません。

自宅に放置され、衰弱して亡くなった子ども。しつくと称して親から暴力をふるわれ、心と体に消えない傷を負った子ども。厚生労働省によると、子どもへの虐待件数はおととし二十二万五千件を超え、過去最多になったそうです。さらに、加害者の約八割が実の親だという事実は、私にとって衝撃でした。本来、家庭は安心して過ごせる場所のはずなのに、こんなにも多くの子どもが不安と恐怖の中で生きている。また、SNSでのいじめや誹謗中傷が原因で、自ら命を絶ってしまう若者も増えています。

これらの背景には、「命の重み」が社会の中で少しずつ薄れ、思いやりや寛容さが忘れられているという共通点があるのではないのでしょうか。虐待やいじめの加害者がした行為は許せません。でも、虐待をしてしまう大人や、SNSで感情を爆発させてしまう若者は、人とのつながりが希薄で社会から孤立しがちな、本来の意味で支援が必要な人達なのではないかとも思うのです。

命を守るということは、ただ病気や事故から身を守ることだけではありません。

「どうしたと。」

「話してくれてありがとうね。」

私は吹奏楽部の部長として日々、仲間達と活動しています。相手の立場に立つて考えることや、いつもと様子が違う人、孤立しがちな人に声をかけることを日頃から意識してきました。

「あなたは一人じゃない。」

「あなたを一人にしないよ。」

このように、心の声に耳を傾け、寄り添うことも、命を守ることにつながっていると思います。

天国へ行った私の兄弟も、津波にのまれてしまったあの親子も、確かにこの世界に生きていた存在でした。失われた命は、なかったことにはなりません。今も私達の心の中で生き続けています。だから私は、命を軽く扱うようなことは絶対にしたくない。誰かの心に寄り添うこと。悲しみに気づける自分でのこと。それが、命を守ることの第一歩だと私は信じています。

過去の悲しみから学んだことを、未来の命のために活かしていく。同じように、命の尊さを大切に  
する人が一人でも増えることを、私は願っています。

## 奪われた正義、それでも僕は声をあげる

島原市立第一中学校 三年 白井 琉翔

「お前が先生にチクったのか。本当にいらんことすんなよ。マジむかつく！」  
その言葉は、僕の心に深く突き刺さった。正しいことをしたはずの僕が、なぜこんな暴言を受けるのだろうか。

僕は昨年、島の小さな学校から今の中学校へと転校してきた。不安だったけれどすぐに友達ができ、毎日が楽しかった。曲がったことを見過ごせない性格で、「きみは正義感が強いね。」とよく言われていたし、それを誇りにも感じていた。あの出来事が起きるまでは。

ある日、休み時間にスマホを使っている生徒を見かけた。学校ではスマホの持ち込みは禁止されている。普段の様子から、僕が直接注意しても無視されると思い、先生に相談した。それがきっかけだった。

数日後からクラスの空気が一変した。目が合ってもそらされる。話しかけても返事がない。最初は気にも留めなかったが、僕への表情や口調が冷たく険しくなるのを肌で感じ、次第に追い詰められていった。

ざわつく心を抑えながら席に着くと、耳を疑うような言葉が教室に響いた。

「あいつがスマホのことチクったの。ほんとありえない。マジで死ぬ。」

その場にいた全員に聞こえる声。まるで公開処刑のようだった。その瞬間、自分がずっと陰で悪く言われていたことを悟り、全身から力が抜けた。

正しいことをしたのに、なぜこんなに苦しいのだろう。ルールを守ることは、空気を読めないことなのか。

これは僕個人だけの問題ではない。大人の社会でもあることだ。「内部告発」という言葉を聞いたことがあるだろうか。会社や団体などの中で、不正や法律違反、危険なことが行われているのを知った人が、外部に向かって知らせることだ。「これはいけないことだ」と声を上げる行為だ。

例えば、医科大学の不正入試問題。女子生徒の点数を不当に下げて男子生徒に有利にしていたことを、大学内部の関係者が告発した。当時、大きなニュースだったから、我が家でも話題になったことを覚えている。告発者がその後どうなったのかは知らないが、おそらく身元が知られないように隠していたのだと思う。もし明らかになれば、大学で働きにくくなる可能性が否定できないからだ。

正しいと思ったことを伝える権利。それが攻撃されるというのは、意見表明の自由が阻害され、人としての尊厳が脅かされることにつながるのではないかと思う。

実際、僕は、暴言を受けた日を境に人を注意するのが怖くなり、顔も上げられなくなった。あんなに大

事にして自分の正義感を心の奥にしまい込み、目立たぬように行動した。

だけど、もう一度立ち上がるきっかけがあった。生徒会役員選挙だ。僕は友達の応援演説でステージに立った。全校生徒を前に発表しながら、僕は、自分の意見を伝えることの大切さと喜びを思い出した。そして僕は、生徒会役員に任命された。

生徒会役員は、人の手本となる行動が求められる。時には、正しい道に導くための指示や注意をしなくてはならない。その立場に立った時、心の底に沈んでいた正義感が再び息を吹き返した。

今ならわかる。正義は一人では貫けない。それぞれが自分の信念を持っている。生徒会役員の間でもお互いの意見がぶつかり、簡単には解決しないことがあった。自分の価値観が他人の悪となることもある。一方、不適切と思える言動の背景に、その人なりの思いや理由が隠れている場合もあるのだ。

僕は改めて、あの日のことを振り返った。スマホを見ていたあの子。確かに学校の規則を破った行動は悪い。でもあの時、僕は相手に声をかけなかった。「どうせ無視されるだろう」と決めつけていたからだ。その決めつけや先入観が、相手を傷つけてはいなかったか。もしかしたらあの時のスマホは、何か大切な事情があつて、緊急連絡用だったのかもしれないのに。

正義感とは、一方的な思いではない。そして、伝え方・タイミング・相手の立場への想像力もまた、公平さには欠かせないものだ。

もし今、「正しいと思うこと」をすることで傷ついている人がいるなら、僕は言いたい。正しいと思うこ

とを実行するのは勇気がいるし、出る杭が打たれることもある。でも、あなたの正義は、きっと誰かの未来を守る力になる。だから、どうかその声をあげることをやめないでほしい、と。

僕は何度でも声をあげる。僕はこれからも、自分の信じる正義を、自分の言葉で伝えていきたい。

## 「いじめ」について考える

長与町立長与中学校 二年

「なんで、僕だけがこんな目にあわなきゃいけないんだろう。」

そんな言葉を何度も心の中で繰り返していた時期がありました。

私は、中学一年生の頃にいじめを受けていた経験があります。最初はちよつとしたからかいでした。でも、だんだんエスカレートして、無視をされたり、悪口を言われたり、時には私の持ち物を隠されることもありました。教室に入るたびに感じる視線、笑い声、ひそひそ話。先生や家族にはなかなか言えず、毎日がとてもつらかったです。

ある日、SNSで私の名前をもじったあだ名が書かれているということを知りました。クラスの話ですが、私のことをバカにするような内容を投稿しており、その投稿が拡散されているかもしれないと考えると、手が震えとても怖くなりました。現実だけでなく、ネットの中でも笑われていると思うと、逃げ場がないように感じました。

いじめは、殴ったり蹴ったりといった「目に見える」ものだけではありません。言葉や、態度、無視、そしてSNSでの誹謗中傷など、いろいろな形があります。そして、それを受ける側にとっては、どんな形であっても心に深い傷を残します。私は、「なんでいじめなんて起きるのか」と考え続けました。

いじめる人たちが特別に悪い人だとは思いません。ただ、自分とは違うものを認めることができなかつたり、周りに合わせてしまつたり、自分の不安やストレスをぶつけてしまつたりとそういう気持ちが多くなつて、いじめという行動につながってしまうのだと思います。

特に、SNSは顔が見えない分、相手を傷つける言葉を簡単に書いてしまいます。ふだんは言えないようなことでも、スマホの画面の中では簡単に書きこめてしまう。そしてそれが誰かの心を深く傷つけていることに、気づかない人が多いのです。私自身、いじめられていた頃、なにげない一言がどれほど苦しいかを思い知らされました。

今、私は「個性」について強く思うことがあります。

いじめを受けていたとき、私は「自分が変だからいじめられるんだ」と思い込んでいました。でも、時間がたつて少しずつ気づいたのは、変わっていることが必ずしも悪いことではないということです。声が小さい、人見知り、運動が苦手、ゲームが好き、勉強が得意などそれぞれがその人らしさであり、個性です。人と違うことは、恥ずかしいことではなく、素晴らしいことだと、今なら言えます。みんなが同じである必要はありません。逆に、違うからこそ、いろんな考えや感じ方があつて、社会は豊かになるのだと

思います。

私がいじめを受けていたとき、一人でも声をかけてくれる人がいれば、きっと気持ちは少し楽になっていたと思います。だから、もし今、目の前で誰かが苦しんでいたら、私はその人のそばにいたいと思います。

自分にできることは小さなことかもしれないけれど、見て見ぬふりをしないことが何より大切だと感じています。

いじめはどこにでも起こりうる問題です。そして、誰もが加害者にも、被害者にも、傍観者にもなり得ます。だからこそ、私たち一人ひとりが「自分にできることは何か」を考える必要があります。

私はこれからも、自分や他人の「違い」を大切にし、誰かが傷つけられるような言葉や行動を見過ごさないようにしていきたいと思います。たとえそれが勇気のいることでも、ひとつの行動が誰かの未来を救うかもしれないと信じています。いじめを受けていたあの頃、助けを自分から求めることができなかつたことを今でも悔しく思っています。でも、今なら言葉にできると思います。

「苦しいときは声を出していい。」

「あなたは一人じゃない。」

と。

私のように、苦しみを抱えている人がいたら、私はそっと手を差し伸べられる人でありたいと思います。

かける言葉に迷ったときは、何もできなくてもそばにただで違うと信じて行動したいです。

また、学校や大人たちにも、もつと子どもたちの小さな変化に気づいてほしいと思います。表情や態度、目の動き。そこには、言葉にならない助けのサインがあるかもしれません。

私たち一人ひとりが、無関係な存在ではなく、「誰かの支えになれる存在」なのだという意識を持つことが、いじめをなくす第一歩だと思います。

## 性別にとられない生き方

諫早市立森山中学校 一年 宮崎珂帆

「性同一性障害」みんなは聞いたことはあるだろうか。

私には大切な推しがいる。歌い手グループの一員として活動していたその人は、自分が性同一性障害であることを公表した。最初にその事実を知ったときに私は驚いた。しかし同時に大きな勇気を感じた。人は誰しも弱さや恐れを抱えている。それを隠さずに語る姿はとても強く見えた。

性同一性障害とは、生まれたときに割り当てられた身体の性別と、自分が認識している性別が一致しない状態を指す。周囲からは「女の子」や「男の子」と見られても、自分の心がそう感じられず、強い違和感や苦しみを抱えてしまう。この苦しみは一時的なものではなく、日常の中で常に人を縛りつけ、時には自分の存在を否定したくなるほど深刻なものになるという。推しはまさにその状況にあった。公表したことで理解や共感を示す人は確かに増えた。しかし同時に心のない言葉を浴びせる人も現れた。インターネッ卜上で投げられるアンチの言葉は鋭い刃のように推しを傷つけ、何度も「死にたい」と思わせるほど追い

詰めていった。私はその事実にも胸を痛めた。どうして人は、自分と違う存在を受け入れることができないのだろう。どうして「違い」は尊重ではなく、攻撃の理由になってしまっただろう。考えれば考えるほど悔しさと悲しさでいっぱいになった。

さらに推しには深い葛藤があった。本当は性別適合手術を受けたいと望んでいたのに、それを選ぶことはできなかった。手術をすれば声が変わり、歌い手としての活動を続けることが難しくなるかもしれない。ファンから「裏切られた」と思われるかもしれない。そう恐れて、手術を諦めていた。歌うことも、自分らしく生きること、どちらも心から望んでいたのに、その両方を同時に叶えることができなかった。その苦しみを思うと胸が締め付けられるように痛んだ。

私は人権という言葉をおもひ、<sup>三</sup>「みんなが平等に生きる権利」として理解してきた。しかし推しの姿を通して気づいたことはそれ以上の意味だった。人権とは「ただ生きる」だけでなく、「その人らしく生きる」ことを守る権利だ。声が変わってもその人の歌の力や人柄が消えるわけではない。けれども社会はときに、それを「裏切り」と受け止めてしまう。つまり、まだ多様性を受け入れる力が足りていないのだと痛感した。

性同一性障害を抱える人は決して少なくない。だが彼らの存在はまだ十分に理解されていない。だからこそ周囲の私達が知ろうとする姿勢、受け止めようとする姿勢が必要だ。違いを否定するのではなく、認め合うことこそ人権を守ることに繋がる。

言葉には大きな力がある。応援の言葉は人を支えるが、心無い言葉は人を追い詰める。インターネットが普及した今、その力はますます強くなっている。推しはその両方受け止めながら生きてきた。だからこそ、私は誰かを傷つける言葉ではなく、誰かを救う言葉を選びたいと思う。

推しの生き方は、今も私の心の中で大きな力となっている。人はそれぞれ違って当たり前。その違いを認めあえる社会、だからこそ、人権が守られた社会なのだと思う。推しが言っていた「君の生き方は君だけが決められる」と。その言葉は今も心のなかに深く残っている。人権は遠い場所の特別なものではない。私達一人一人の隣にあり、日常の中で問われ続けているものだ。私はその言葉を胸に、小さな一歩を積み重ねながら、すべての人が自分らしく生きられる社会を作っていきたい。

## 自分自身

皆さんは、いじめを受けたことがありますか。または、いじめまがいのことを見たり、それで苦しんでる人があなたの周りにいたりしませんか。そして、そんな人にあなたは手を差し伸べることができますか。もし、この世界にいじめという本来、あつてはならないことがなかつたとしたらいじめに苦しむ人やそれを苦に自ら命をたつてしまう人はいないと思います。私は、そんな世界をいつか必ず実現させたいです。でも、現実は今の中はそんなに甘くありません。たとえば、「人とちよつと違う」、ただそれだけのところが、いじめや差別に繋がつてしまうことがあります。そしてそれは、時に、人の心や命を奪うものでもあるのです。

いじめは、法律でも禁じられています。いじめ防止対策推進法は、いじめの定義や防止・対策に関する基本的な理念が定められています。まず自分自身が「いじめや上下関係ができるような環境を作らない」ということが大切だと、私は考えます。

私は昔、男の子に間違われることがよくありました。初対面の人は、みんな「男の子？」と確認してきました。なんとなく嫌な気持ちはありましたが、男の子と思われることに対して、私は嫌ではなかったのです。実際、可愛い物が嫌いなわけではないですが、どちらかというとかっこいい物の方が好きでしたし、女の子らしい身なりは苦手で、自分には合わないと思っていました。でも、周りはおかしい、普通じゃないと言われました。そこから次第に、私は自分を出すのが怖くなりました。その頃、買い物をする際は、好きな黒を選ぶのではなく、女の子らしいピンクなどを選ぶようになりました。そうしてみんなに普通じゃない、と思われるのを避けてきました。その時の私は、自分の周りから人がいなくなるのが、自分の居場所がなくなるのがただ、怖かったです。

そんなある日、私は、性的少数者の人たちを示す「LGBT」という言葉に出会いました。この言葉は、レズビアン、ゲイ、バイセクシャル、トランスジェンダーの頭文字を取り、組み合わせたものです。同性を好きになる人、同性、異性関係なく好きになる人、心の性別、体の性別が一致しない人。興味を持って調べ、その苦しみや辛さを理解していくうちに、自分が何気なく発していた言葉がその人達を傷つけている事を知りました。そして、「LGBT」という言葉だけでは表すことのできない「LGBTQ」という言葉を知り、「Xジェンダー」という言葉にたどり着いたのです。「Xジェンダー」とは、男性、女性どちらにも当てはまらない人のことを言います。例えば、私は女の子でいたくないというわけではないですが、男の子になりたいというわけでもありません。どちらでもない真ん中、それが一番しっくり来るんです。

Xジェンダーの特徴に当てはまるものが、私にはいくつかあったことで、自分は一人じゃないんだ、別におかしくないと少し思えるようになりました。しかし、Xジェンダーの特徴に当てはまる部分がある私を、周りの人は受け入れてくれるのかなと不安に思うこともあります。自分とは異なるLGBTQの人たちに対して一〇〇パーセント共感することは簡単ではないかもしれません。しかし、「どれだけ頑張っても女だろ。」「普通にしたほうがいいよ。」その言葉のすべてが私達を傷つけ、個性を無くしていることを理解してほしいです。確かに、自分と価値観や考え方が違うことを素直に受け入れることができないのもわかります。ですが、自分達と同年代の中学生が毎日助けを求めることができず、最終的に、死を選択するしかないような状況に置かれていくかもしれないことを忘れないでください。あなたの周りにそういう状況に置かれてる人はいませんか。伝えることができないだけで、いるかもしれません。そんな人にぜひ手を差し伸べて、「大丈夫だよ、一人じゃないよ」と一言伝えてほしい。LGBTQの問題一つとっても、決して他人事に考えないでほしいのです。いつか、世界中の人が、男の子らしく、女の子らしくと強いられるのではなく、一人ひとりが自分らしく生きたいと思えるような環境を作っていきたいと思っています。

今回学んだこと、それは、どんなことに對しても、「自分の立場に置き換えて考える」ということです。いじめを世の中から完全になくすことは、大変で、簡単ではありません。ですが、私は、世界中の人々が、「差別を受けずみんなが平等で好きなものを好きと言えるような環境を実現し、世界中の人が自分らしく生きられるような世界を理想で終わらせるのではなく、いつか、かならず実現するために、そして、将来、

世界中の人達が、「みんなが笑顔で幸せな平和な世界」だと思えるような世界を、いつか、自分自身の手で実現できるようにさせたいです。

## 色がちがうだけで間違いなのか 色をめぐる誤解と理解

新上五島町立魚目中学校 二年 諸 國 ななみ

私には色覚異常の兄がいる。兄は、色覚異常の中でも先天性色覚異常だ。色覚異常というのは、生まれつき色の見え方に違いがある状態のことだ。兄の場合は、赤と緑の区別がつきにくい「赤緑色覚異常」である。そのほとんどが遺伝だ。昔から見つかっているが、未だに有効な治療方法はない。しかし、ほとんど日常に支障はないため、忘れがちだ。私も一緒に生活していて気にすることはなく、本人も日常生活で困ることはほとんどないそうだ。

兄が色覚異常だとわかったのは小学校低学年だ。図画工作でケーキの絵を描いたときに兄はチョコケーキだと言つて見せてくれたが実際は緑でぬられていた。私はその絵を見たときとても驚いた。色は誰にとつても同じように見えていると思つていたからだ。でも、兄は赤と緑が似て見えるため、信号の色や絵の具の色も私とは違つて見えているのだと知った。私は興味をもち、どんなことがあつたかこれまでのことの一部を聞いた。

例えば、学級目標が決まり、それに合わせて自分の似顔絵を描くことになった。そして色をぬるとき、自分は薄橙色だと思つてぬつた色が黄緑だった。自分は気付かずぬつてしていると近くにいた友達が教えてくれた。

私は兄のいるクラスの掃除担当になった。そこで話で聞いた似顔絵をみた。絵は兄の言つたとおり黄緑でぬられていた。兄のクラスは事情を知っており、関心をもつ人もいたが笑いものにするような人はいなかったそうだ。だけど、低学年のクラスの人、「なにこれ」「なんでこんな色でぬつてるの」などと言つて笑つていた。兄はそれを気にしていないように見えた。この反応からこれまで何回も同じようなことを言われてきたのだと思つた。私は何も事情を知らない人がその人の苦勞も知らずになんでこんなひどいことを言えるのだろうかそう思つた。また、このような話も聞いた。

ある授業で、この場合は緑色、この場合は橙色で書いてという指示がでた。そこで色が違い怒られたそうだ。学校では、色を使った授業がたくさんある。だけど、色覚異常を持つ人には、それが大きな困りごとになることがあるのだ。色覚異常は病気ではなく、ただ見え方がちがうだけだ。でも、それが理由で怒られたり、誤解されたりするのはとても悲しいことだ。

私は兄の話をきっかけに、色のバリアフリーについて考えるようになった。例えば、プリントで大事なところを赤だけでなく、形や線でも示すようにすれば、もっと多くの人に伝わると思う。

「社会を明るくする」ということは誰もが自分らしく生きられる社会にすることではないだろうか。実際

に兄をみてそう強く感じた。「障害」だから自分や「普通」の人と違うからと特別扱いするのは社会は明るくならない。一番大切なことは「障害」ではなく「一つの個性」として互いに自然に受け入れ合う姿勢だ。色の見え方は人それぞれが違うことを、もっとたくさんの人に知ってほしい。そして、兄のように悩む人が減っていき、やさしい社会になってほしいと、私は心から願っている。

## 不登校を乗り越えて見えた人権の意味

大村市立西大村中学校 二年 原

龍ノ介

私は小学生のころ、学校に行けなくなった時期がありました。

きっかけは、ある朝学校に行くのが「だるいな」「面倒くさいな」と思い、休んでしまったというささいなことでした。

ですが、前から休みがちだったということもあり、最初は「一日だけ休もう」と思っていたのが、一週間になり、一ヶ月になり、気づけば一年と時間が過ぎていきました。

学校に行かない間、私は常に心のどこかで不安を抱えていました。

それは、「このまま一生学校に行けないのではないか」「学校に行かなかつたら大人になったときどうなるのか」という将来への不安でした。

ですが、「学校に行かなければいけない」という思いとは逆に、「みんなにどう思われているんだろう」「学校に行けばもしかしたらいじめられるんじゃないか」という恐怖もあり、学校に行けないまま、時間

だけが過ぎていき、時間が経つにつれ不安や恐怖も大きくなっていきました。

でも、二年ほどぶりに学校へ行った日、私の心は大きく動きました。

先生や親、そして友達からの後押しもあり久しぶりに学校に行くことができました。

教室に入るのが怖く心臓がドキドキと高鳴り、足が震えるほど緊張していました。

そして、勇気を振りしぼって教室のドアを開けた瞬間、私の不安や恐怖は大きく変わりました。

みんなが普通に

「おはよう」

「久しぶり」

と声をかけてくれたのです。

特別なことはありませんでした。

でも、その「普通」がどれほど私を安心させたか、言葉では言い表せません。

みんなが変わらず接してくれたことで、「ここにいていいんだ」と思わせてくれました。

その時、私は大切なことに気づきました。

人は、周りから認められることで自分の居場所を感じることができるということ。

そして、それを守ることが「人権を大切にする」ということなのだ。

この経験から、私は大きく成長しました。

まず、自分が感じた不安や孤独を知ったことで、人の気持ちを想像できるようになりました。

例えば、誰かが教室で一人になっていたら、私は声をかけたいと思います。

「二人にさせないこと」や「普通に話しかけること」が、どれほど力になるのか知っているからです。

また、周りの人に対して、決めつけや偏見を持たず、学校に行っていない人や、集団に入っていない人を見たとき、マイナスイメージを持つのではなく、「その人にも理由がある」と考えたいと思っています。

そして、人にはそれぞれ事情があること、また、その気持ちを尊重することがどれだけ大切かを学びました。

以前の私は「みんなと同じでないきゃいけない」と思い込んでいた気がします。

でも今は「違っていい」と思えるようになりました。

さらに、自分自身についても、「無理しなくていい」と言えるようになりました。

以前は「休むことはあまり良くないこと」だと思っていました。今は「立ち止まることも大切」だと思えるようになりました。

この考えを持てたおかげで、私は以前よりも前向きに過ごせています。

困ったときには助けを求めているのだと気づき、心が軽くなったのです。

様々な経験を経て成長した今、私はこんな未来を作りたいと思います。

それは、誰もが安心して自分の居場所を感じられる世界です。

学校でも職場でも、違うことで「仲間じゃない」と思われたい、違いを責めるのではなく、認め合える社会。

困っている人に手を差し伸べることが当たり前で、誰もが「ここにいていい」と思える未来です。

私もその一員として、周りの人を大切にし、思いやりを持てる人になりたいと思います。

私は、「人権」とは一人ひとりが自分らしく生きるための権利だと思っています。

これからも、自分の経験を通して学んだ人権の大切さを多くの人に伝え、みんなで守っていける社会をつくっていききたいです。

## 「偶然」が私たちを変えた

佐世保市立中里中学校 三年 西 愛 美

中学三年生になって、楽しみにしていた修学旅行の班決めが始まった。行き先や活動も楽しみだったけど、どんなメンバーで過ごすかということも私にとっては大きな関心事だった。班は男女混合で作られることになり、まずは男女別で希望を出し、男子班と女子班をくじ引きで組み合わせるという方法だった。女子の希望はすんなりと決まった。しかし、男子の中に少し気になる三人組がいた。普段から目立つタイプではなく、いつも三人で静かに過ごしている男子たち。クラスの中でもあんまり話したことがなくて、どんな性格なのかもよくわからない。誰かが三人のことを「絶対なりたくない」「関わりにくそう」と言っていたのが心に引つかかっていた。そんな中、班希望の提出が終わったとき先生から「この男子は女子から希望が出なかつたのでくじ引きをします」と告げられた。なんともいえない空気が流れた。本人たちが何か悪いことをしたわけじゃない。でも、選ばれなかつたという事実にも少し申し訳ないような気持ちになった。

そして運命のくじ引き。私は箱の中から一枚のくじを引いた。番号は「6」全員が引き終わり黒板を見る

と、そこにはあの三人組の名前があった。一瞬、頭の中が真っ白になった。「えっ……まさか」心の中ではうつぶやいていた。けれど班活動が始まると、不安は少しずつ変化していった。話し合いの時、Mくんは地図やスケジュールを丁寧に調べてくれて、Yくんはしっかり者で役割分担を進んでまとめてくれた。Hくんはおとなしいけど、誰かが困っているとすぐに手伝ってくれる優しい人だった。最初は少しぎこちなかったけれど、一緒に計画を立てたり、冗談を言い合ったりする中で少しずつ空気がやわらかくなっていった。タクシー研修の際にはYくんがその場を盛り上げてくれたり、Mくんが次の予定を確認してくれたり、いつの間にか私は彼らに自然と話しかけるようになっていたし、話すたびに「この班でよかったな」と思えるようになっていた。写真を撮るときも、変に気を使うことなく、心から笑い合っていた。

この経験を通して、私は大切なことに気づくことができた。人を外見や印象だけで判断するのは、本当にもったいないことだということだ。誰かが言っていた「関わりにくそう」という言葉に引っぱられて、私も無意識にそのイメージを信じてしまっていた。でも、実際に関わってみたら彼らは、真面目で優しく、思いやりのある人たちだった。くじ引きという偶然がなければ、私はきっと彼らの良さに気づけなかったと思う。班活動を通して、少しずつお互いを知っていく中で、私の中の思い込みが一つずつ溶けていった。そしてそれと同時に「知らない」というだけで人を遠ざけていた自分に気づいて、少し恥ずかしくもなった。修学旅行の間、私たちは本当にたくさんさんの思い出を作った。事前に調べた名所を実際に見て「本物だ！」と感動したり、みんなで食べたご飯が美味しく笑い合ったり、そんな何気ないやりとりの一つ一つが、今では

かけがえのない思い出になっている。くじ引きで偶然一緒になった班だったけれど、私たちは本音で話し合い、助け合いながら過ごすうちに、いつの間にか自然と心を通わせていた。私は、相手に心を開くことの大切さを学んだ気がする。人とのつながりは最初からうまくいくとは限らない。でも、少しの勇気と関わりうとする気持ちがあれば、きつと心は通じ合えるのだと思う。修学旅行が終わったあとも、以前よりずっと自然に彼らと話せるようになった。それは、ただの「旅行」ではなく「人とのつながり」や「心の壁を越えること」の意味を学べた旅だったからだ。私にとって、この経験は人と人の関係を見つめ直すきっかけとなり、自分自身の心のあり方にも変化を与えてくれた。あの時、くじ引きで同じ班になったことは、偶然ではあるけれど、私にとってはとても意味のある「出会い」だった。私は「選ばなかった」のではなく、「知らなかった」これまでの私は、知らない人と関わることを少し避けていた。でも、修学旅行で話したことなかった人と同じ班になり、知らなかった相手の良さに気づいた。「知らない」というだけで人を遠ざけることは、自分の世界を狭くし、人を傷つけることにもなる。だからこそ、知ろうとする気持ちが大切だと実感した。人とのつながりは、たった一步の勇気から生まれる。その一步をふみ出すことで、相手のことを知り、思いがけない発見や、喜びに出会うことができる。修学旅行では、話したことなかった人と関わる中で、新しい友情や信頼が生まれ、自分自身も少し成長できた気がした。あの時間は最高の思い出となったと胸を張って言える。これからも先入観にとらわれず、一人一人と向き合っていきたい。

優秀賞

エフエム長崎賞

## 私の宝物

南島原市立有家中学校 二年 田中 きいら

私には宝物がある。机の中にある一羽の赤い折り鶴。これは私の友達ルナちゃんが私の為に一生懸命祈ってくれたもの。不安な時、悲しい時に私はこの折り鶴を胸に当てる。もう何十回当てただろう？しつぽもヨレヨレになっている。

ルナちゃんはダウン症だ。雲仙温泉で知り合い、仲良くなった。ルナちゃんは上手く言葉を発せない。しかし、ボディランゲージと表情が豊かで、とてもチャーミングな女の子。トランプ、折り紙だって上手に出来た。すっかり意気投合し、私はルナちゃんが大好きになった。帰り際、そっと渡してくれたのが、この鶴だ。それからずっとルナちゃんは私の心にいる。ルナちゃんは公立中学でイジメに遭い、支援学校に転校した。でも転校の日、イジメていた友達と「最後に握手して別れたい」と言ったそうだ。そんなルナちゃんがとても強く輝いて見えた。だから折り鶴を胸に当てる。ルナちゃんのパワーをもらえる気がするのだ。

実は私も「中足骨短縮症」という、先天性成長障害を持つている。両足の中指が極端に短い。小学生の時

に、右足首の怪我で病院に行つて初めて分かった。レントゲンで見ると一関節分短い中指のことで頭がいつぱいになり、ケガの説明なんて耳に入つてこなかった。それから、自分の裸足になるのが苦痛になった。これから先、新しい環境になつた時、新しく出来た友達にからかわれたり、エスカレーターしてイジメられたりしないかと、私の心は不安でいっぱいになった。これからどうやって中指を隠しているか・折り鶴を胸に当てても不安は消えなかつた。何度も母に相談しようと思つたが、女手ひとつで私を育ててくれている母に心配掛けたくない気持ちでブレーキをかけた。

ある休日、母から小浜の足湯に行こうと誘われた。「よりによつて足湯か・」テンションは急降下。でも断つたら母に悪い気がし、無理して誘いにのつた。母は山道に入つた所で、「温泉と言えば、ルナちゃんを思い出すね」と言つた。母はルナちゃんの話になるといつも笑顔になる。「きいらとルナちゃんが雲仙で友達になつた時とても嬉しかったな」と、話してくれた。母は三十六歳で私を産んだ。いわゆる「高齢出産」だ。私がお腹にいた妊娠七ヶ月位、お盆で親戚が集まつていた時に、「新型全出生検査」がアメリカで導入されることがニュースになつたそうだった。「あんたも受けてから産むか決めたが良いんじゃない？」と親戚達は、口々に言つてきたそうだった。「何故、産むのかどうかを検査して決めなくてはいけないのか。やつと私の所に来てくれた赤ちゃん。産むのを諦めたら、きいらという人間にはもう二度と会えなくなる。絶対に産むんだ！」とお腹で元気に動く私に母は誓つたそうだった。続けて、「ルナちゃんが自分らしく精一杯生きている姿を見て、今のきいらでなかつたとしても、産んで良かった」と言つてくれた。私は初めてその話を聞

いた。涙が止まらなかった。私にいつも厳しくするのに、ルナちゃんのことになると笑顔になる母に嫉妬したこともあった。ルナちゃんへの笑顔は、私への愛であつたのだ。子は親を選べないと言うが、きつと私は母を選んで生まれてきたに違いない。母の選択次第では私はここに存在しなかつたかもしれない。人間は生まれる前から生きる権利がある。私はそれを母に守ってもらつた。感謝の気持ちでいっぱいだ。

私は急に中指を隠そうとした自分がとても恥ずかしく思えた。足湯に入る時、靴下を脱ぎながら「この指、かわいかよね！」と思わず大声で言つた。帰りの山道は心地よく、人生は山道みたいに色々あるかもしれないが、人は磨かれていく。これからは堂々と自分を生きようと思つた。自分を隠すなんて、死んでみたいに生きるようなもの。強み、チャームポイントと自分が思えばそれで良いと決めた。

私はピアノリストになりたい。私の足はペダルを踏むにはハンディがあるのかもしれない。でもこれが私の普通であり、私らしいピアノだと自負している。この中指、今の私で一生生きる。昨年聴覚障害になつた祖母が今年もピアノの発表会に来てくれた。祖母は周りに「聴こえんとに？」と言われたようだが、「弾いてるきいらを見ていたら、ピアノの音が身体中に響いてきた」と言つてくれた。発表会では、人差し指一本で、一生懸命弾く生徒もいた。会場のみんなが笑顔になり、拍手喝采が起こつた。一生懸命な姿が、みんなの心を動かしたのだ。私も職場体験で介護施設でピアノを弾かせてもらつたが、利用者の方が涙を流して聴いてくれる姿に私の方が感動した。私は周りから沢山の宝物をもらつて生きている。その宝物と一緒に「強く生きて」いく。私もこの宝物をいつか誰かに渡せるようになりたい。

## 力になりたい

平戸市立中部中学校 三年 吉田光聖

私は、父親が障害者福祉施設で仕事をしていることもあつて保育園児の時から障害のある人と沢山触れ合ってきました。また、私と同じ学年にも障害がある友達がいいます。私はこのように身近に障害のある人と関わってきた体験から、障害があるからと言って健全者に対する接し方とは全く違う、「自分たちとは違う人たち」、というような考え方の接し方はしてはいけないと強く思っています。

私は、小学生のころから障害のある友達がいやな思いをしたり、クラスから追い出されたかのように一人で泣いていたりする場面をよく見かけていました。そんな場面を見るのが本当に嫌でした。しかし、彼女の味方をしなかったけれど、もし彼女の味方をしたら他の人に「自分が、いじめられたり陰口を言われたりするかもしれない」という恐怖を感じ、いつも遠くから見守ったり話を聞いてあげたりすることしかできませんでした。

そして私は、中学校入学を機に、彼女が楽しく学校生活を送れるように力になろう、と心に決めました。

そこから私は彼女に対する接し方を考え直して欲しいとクラスの皆に訴え続けてきました。例えば、彼女に対して、同じ学年だからと言って「これぐらいできるだろう」と決めつけた見方ではなく、「これ出来るかな？」というゆとりのある見方で彼女に言葉をかけ、彼女がそれをできたら褒めるといような接し方をしてみよう、と提案しました。また同時に、彼女の言葉や行動の背景にある考え方や気持ちを、周りの友達にそれとなく伝えたりもしました。

そうしているうちに「人間は誰しも生まれながらに人権があり平等であるはずなのに、障害があるということでは差別を受けたり健常者と同じように生活するのが難しいのはなぜだろう」と考えることが多くなりました。そこで私は、もつと障害を持った多くの人に会い、色々な人を知りたいと思うようになり、父の職場である障害者施設に行き、色々な人と触れ合い、一人一人その人が生きてきた中の苦労などを聞きました。

そのなかで特に私が強く感じたのは、施設の方々一人一人の個性です。私が思っていた以上に積極的に自ら私に近寄って来る人もいれば、野球など、その人が興味を持っている事について私が話しかけると、心を聞いてくれる人もいました。そして、一緒に話したり、一緒に遊んだりしていると自然にその人以外の人たちとも話せるようになりました。そうして私は、普段一緒にいる友達と同じように、彼らと接している自分に気づきました。

このようにしているうちに学級にも変化がみられるようになり、彼女に対しての声かけや、接し方に優しさが感じられるようになってきました。

一方、彼女の方にも変化がありました。入学当時は、私たちの教室にいてもぎこちなく周りの様子をうかがっているような雰囲気がありました。それが徐々に笑顔が増え大きな声で笑ったり話したりするようになってきたのです。今でははしゃぎすぎて、周りから注意を受けることがあるほど伸び伸びと生活しています。

私は、この体験から、障害者だからと言って排除したり、無視したり、勝手に決めつけるような接し方をしないでほしいと強く思います。誰でもこれからの生活で障害のある方と関わる機会があると思います。その中でも「怖い」という思いを拭えない人もいるかもしれません。それは私たちの日常のなかで、障害のある方と触れ合うことが少なく、理解が深まっていないからだと思うのです。障害を持っているから「話せない」と考えるのではなく、障害を持っているからこそ話してみたい、接してみたいと強く思います。また、話してみると、発想や価値観の違いから普段の生活では気づかないことを気づかせてもらうこともあります。そして、なんといっても話してみると楽しいのです。私達一人一人に個性があるように、障害のある人達にも個性があります。それを知れば「怖い」という気持ちはなくなるのではないのでしょうか。そして、健常者だけの集団よりも障害のある方も共に生きる社会の方が、より個性が尊重され、多様で楽しい社会になると思います。

私はこれからも、障害のある人にも積極的に関わり、私の人生を彩り豊かなものにしていきたいと考えます。

## 優しさを返す人になりたい

対馬市立大船越中学校 三年 松島美穂

私は、ベトナムと日本のハーフです。日本に来て八年が経ちました。でも今までに、特別扱いされることも、「ベトナム人だから」などの差別を受けたことがありません。それはとてもありがたいことだと思います。

私が日本に来て今まで困ってないのは、周りの人のおかげだと思います。私は言語がほぼわからない状態で小学校に転入してきました。言語がわからない状態での転入で、授業についていけないと思ってくださった学校側が私に日本語を教える目的だけのために、定年退職された元教師の先生を補助の先生としてつけてくれました。丁寧に教えてくださり、四ヶ月後にはちよつとずつだけ他の子と一緒に授業を受けたり、休み時間におしゃべりできるくらいにまで日本語を習得することができました。でも時間がかかったのは言語の習得だけではなく給食もでした。日本の給食は栄養がしっかり管理されており、野菜がたくさんありました。ベトナムでは栄養管理がされてないわけではないですが、日本ほど野菜が入っている給

食のメニューはありませんでした。だから全部食べるのは苦戦しましたが先生方は無理やり食べさせることはせず、私が全部食べられるように、毎日少しずつ量を増やし、調節してくださいました。でも一番苦戦したのは牛乳でした。ベトナムの牛乳はだいたいのは加工されており、甘い物が多かったです。ですが、日本の牛乳は甘くなく甘い牛乳で育ってきた私は匂いも味も苦手で全く飲めませんでした。でも先生方は飲めるまで見守ってください、コップに出したり一日一口など工夫をしてくださいました。今ではなんの苦もなく飲めるようになりました。

これまで出した話を聞いて、「これが特別扱いなのでは？」となる人がいるかもしれませんが。でも私はこれを特別扱いだとは思いません。私はこれは先生方がしてくださいました配慮やサポートだと思います。最初には特別扱いされているかもと私も思いました。でも今、考えてみると私が困らないように日本語を教えてください先生をつけてくれたり、読み書きをサポートしてくださいました。周りの友達と同じように学べたり、生活したりできるようにしてくれた学校の配慮だと感じました。

別の国から来た私が最初困ったのは言葉と食文化だけでした。クラスの子たちは別の国から来た言葉が通じない私をどんな風に思っていたかはわかりませんが、みんな言葉が通じない代わりに行動で表してコミュニケーションをとってくれていました。上の学年の人達も、同級生の子も最初緊張していた私に笑顔で話しかけてくれたおかげで学校にすぐなじむことができました。

私が今、楽しく過ごしているのは言葉や文化の違いに戸惑う私に特別扱いではなく「私に合わせたサポー

ト」をしてくれたまわりの人のおかげだと思います。周りの人たちにたくさん助けもらった私はこれからは困っている人をそつと支えられるような人になりたいです。

## 弟とともに生きていく

老岐市立芦辺中学校 二年 齋藤玲奈

「障がい」という言葉に対して、かわいそうだとか、苦しみにつつと耐えなければならぬとか、マイナスのイメージをもつ人は多いかもしれません。あるときまで、私も同じように考えていました。私の考え方、捉え方を変えたのは、弟の存在です。

八年前の十一月、二人目の弟が誕生しました。待ちに待った弟との初対面。どきどきしながら待合室で待機をしていました。弟が誕生し、私は初めて顔を見ました。家族写真も撮りました。あと数日後には、私たちの家に迎え入れることができる……。新しい家族が増えたことに大きな喜びを感じていました。後から聞いたことですが、そのとき、弟は既に病院を出て、ドクターヘリで佐世保にある大きな病院に運ばれていたのです。

誕生したその日から、弟には障がいがあります。初めてその事実を知ったとき、私は弟のことを快く受け入れることができるのだろうか。そもそも、弟は私のことを姉として認識してくれるのだろうか、そし

て、障がいのある弟とうまく接することができるだろうか、不安な気持ちでいっぱいでした。

弟が退院し、帰ってきたのは、翌年の七月です。約八か月もの長い間入院生活を送った弟を、ようやく我が家で迎えることができるのは、とても嬉しいことでした。しかし同時に、障がいのある弟のことがかわいそうでならず、どのように接すればよいのか分からずにとまどったり、失敗したりすることがたくさんありました。その都度、両親から弟との接し方を教わり、一緒に時間を過ごしていくなかで、私たちは家族としての絆を深め、障がいを忘れ、笑い合える日々が日常になっていきました。そして、姉としての私を慕う弟は、「障がいのあるかわいそうな弟」から「愛おしくて、かけがえのない大好きな家族の一人」になっていました。

昨年、弟は特別支援学校小学部に入学しました。秋、私たち家族は、近隣の小学校と合同で行われる運動会を見に行きました。運動会には、特別支援の子達だけの種目もあります。小学生になって初めての運動会を、弟は楽しみにしていました。しかし私は、弟が、本当に楽しめるのだろうか、何か失敗したりけがをしたりするのではないだろうか、と不安な気持ちを打ち消すことができないでいました。ですが、その場にいた先生方の姿を見て、私の不安は、一気に吹き飛びました。ある先生は、まだ自立が難しい弟の横に立ち、笑顔で誘導してくださっています。弟も満面の笑みを浮かべています。弟の障がいに配慮し、弟が不利にならない特別ルールも用意してくださったので、弟はやる気いっぱい頑張っていました。またある先生は、他の子のそばに立ち、

「お父さん、お母さんが応援しているよ。頑張ろう。」

「○○君なら、できるよ。」

と温かい声を掛けていらつしゃいます。弟たちは、こんなにすてきな先生方に支えられているのだ・・・と、胸が熱くなりました。それぞれの障がいを正しく理解し、温かく、明るく、適切に接する先生方の姿。それこそが、私たちが理想とする姿であると思えました。そして改めて、障がいの有無ではなく、一人の人間として、家族として、弟の存在の大切さを感じました。

障がいのある人も、そうでない人も、私たちは互いに理解しよう、大切にしようという思いがあれば、幸せに生きることができるようです。その思いを行動につなげ、すべての人が思いやりのあふれる優しい社会にしていきたいです。そして、私たち家族は、これからも大好きな弟とともに笑顔で生きていきます。

「第四十四回全国中学生人権作文コンテスト長崎県大会」入賞作品一覧

最優秀賞

◆長崎地方法務局長賞（中央大会推薦）

発達障害だから気付くこと

長崎市立片淵中学校 二年 山田秀祐

◆長崎県人権擁護委員連合会長賞（中央大会推薦）

心に生きる命

島原市立第一中学校 三年 金子瑠斗

優秀賞

◆長崎県教育委員会教育長賞 奪われた正義、それでも僕は声をあげる

◆長崎新聞社賞

「いじめ」について考える

島原市立第一中学校 三年 白井琉翔

◆NHK長崎放送局賞

性別にとらわれない生き方

長与町立長与中学校 二年 宮崎珂帆

◆NBC長崎放送賞

自分自身

諫早市立森山中学校 一年 宮崎珂帆

◆KTNテレビ長崎賞

色がちがうだけで間違いないのか

色をめぐる誤解と理解

新上五島町立魚目中学校 二年 諸國ななみ

◆NCC長崎文化放送賞

不登校を乗り越えて見えた人権の意味

大村市立西大村中学校 二年 原龍ノ介

◆NIB長崎国際テレビ賞

「偶然」が私たちを変えた

佐世保市立中里中学校 三年 而愛美

◆エフエム長崎賞

私の宝物

南島原市立有家中学校 二年 田中きいら

◆長崎県校長会賞

力になりたい

平戸市立中部中学校 三年 吉田光聖

奨励賞

優しさを返す人になりたい

対馬市立大船越中学校 三年 松島美穂

弟とともに生きていく

壱岐市立芦辺中学校 二年 齋藤玲奈

## 第四十四回全国中学生人権作文コンテスト長崎県大会

長崎県教育庁義務教育課 指導主事

小 崎 記 子

第四十四回全国中学生人権作文コンテスト長崎県大会において、一三、八四五編に及ぶ応募作品の中から、見事に入賞された皆さん、おめでとうございます。皆さんの言葉一つ一つに、人権への深い思いが込められており、心を強く動かされました。ここで、少しずつではありますが、皆さんの作品について感じたことをお話しします。

長崎県方法務局長賞を受賞された長崎市立片淵中学校の山田秀祐さんは、「発達障害だから気付くこと」と題して、何気ない言動の中にある「無意識の差別」に目を向け、相手のことを正しく理解することの大切さを綴っていました。

差別は差別される側の問題ではなく、差別する側の問題であることを力強く訴える秀祐さんの言葉には、

当事者だからこそ、差別の解消に向けてできることがある、そのことに精一杯取り組むという熱い思いが込められていました。秀祐さんが気付いたことは、差別に苦しむ人を救うために欠かせないものです。発達障害に対する正しい理解を、秀祐さんと一緒に広めていきたいという勇気をもらせる作品でした。

長崎県人権擁護委員長賞を受賞された島原市立第一中学校の金子瑠斗さんは、「心に生きる命」と題して、精一杯生きた双子の御兄弟や東日本大震災で津波の被害にあった親子の話から、命の尊さについて深く考えを巡らせながら綴っていました。命は一つとして同じものではありません。瑠斗さんの命も、御兄弟の命も、この世で唯一無二の大切な命です。家族の心の中で生き続ける御兄弟は、きつと「この家族に生まれてよかった」と幸せに思っていることでしょう。一方で、虐待やいじめなど命が大切にされない現実があります。その現実を変えていくには、「あなたは一人じゃない」と人と人との温かなつながりをつくること、心に耳を傾け寄り添うことが大切であるということに改めて気づかされる作品でした。

長崎県教育委員会教育長賞を受賞された島原市立第一中学校の白井琉翔さんは、「奪われた正義、それでも僕は声をあげる」と題して、本当の正義とは何かについて葛藤しながら見出した経験を力強く綴っていました。

正しいと思って伝えたことがきつかけで味わった辛い経験から、正義感をふさぎこんでしまったけれど、

生徒会役員選挙をきっかけに、正義は一人では貫けないことに気付いた琉翔さん。「あなたの正義は、きつと誰かの未来を守る力になる。だから、どうかその声をあげてことをやめないでほしい。」という言葉は、琉翔さんと同じように悩む人に大きな勇気を与えたいと思います。また、一方的な思いだけでなく、相手のことを考えながら、尊重し合える社会が実現することを願わずにはられない作品でした。

長崎新聞社賞を受賞された長与町立長与中学校の筆者は、『いじめ』について考える」と題して、いじめは様々な形で、誰にでも起こり得る問題であることを綴っていました。

自分の辛い経験を言葉にすることは、苦しくてとても勇気が必要だったと思います。しかし、筆者の言葉の一つ一つに、これから出会う人を大切にしよう、その人らしさを大切にしようとする決意と、誰もが「誰かの支えになれる存在」になれるというエールが込められていると感じました。見て見ぬふりをせず、いじめで苦しんでいる人、悩んでいる人の支えになろうという勇気をもらえる作品でした。

NHK長崎放送局賞を受賞された諫早市立森山中学校の宮崎 珂帆さんは、「性別にとらわれない生き方」と題して、大切な推しの人生を通じて考えた多様性について綴っていました。

生まれる体の性別は自分の意思では決められません。心の性別と体の性別の違いに、珂帆さんの推しも何度も悩み苦しんだと思います。その人にとって「あなたのままでいい。」という言葉は、その人の命を救

う命綱にもなり得るはずです。珂帆さんのように、違いを否定せず、「その人らしく生きる権利」を大切に  
する人が社会に増え、多様性を受け入れる社会の実現が必要であることを強く感じさせる作品でした。

NBC長崎放送賞を受賞された方は、「自分自身」と題して、自分の中で整理できずにいた性について、  
自分自身の経験や様々な表現と出会うことを通して見出したことを綴っていました。

「女だから…」 「男だから…」 という言葉は、ある人にとっては何も感じないものでも、ある人にとっては  
心に突き刺さる言葉です。自分にしつくりくる表現と出会い、ありのままの姿でよいと思えること、誰も  
がありのままの姿を受け入れられる社会をつくるのが課題であるということを書き手としての言葉一つ一つから  
感じました。みんなが笑顔で幸せな社会は、誰かがつくるものではなく、私たちがつくっていくものです。  
一人一人が思いを言動に移していかなければならないという気持ちが奮い立つ作品でした。

KTNテレビ長崎賞を受賞された新上五島町立魚目中学校の諸國ななみさんは、「色がちがうだけで間  
違いなのか色をめぐる誤解と理解」と題して、色の見え方から人権とは何かを考え、それぞれの見え方は  
個性であるということを綴っていました。

りんごの赤色、赤とんぼの赤色、同じ赤色を見ている人も、全く同じに見えている人はいないと思います。  
それぞれの見え方を大切にすることが、本当の意味での色のバリアフリーであり、心のバリアフリーなの

ではないかと感じました。お兄さんの学級が、お兄さんの色の見え方を大切にしている学級であったように、社会がそれぞれの見え方という個性を大切にできるようになってほしいと思う作品でした。

NC C長崎文化放送賞を受賞された大村市立西大村中学校の原龍ノ介さんは、「不登校を乗り越えて見えた人権の意味」と題して、勇気を出して学校に登校した際に感じた「普通」の尊さについて綴っていました。

久しぶりに登校することに不安と恐怖を感じていた龍ノ介さんにとって、これまでと変わらずに自分を受け入れてくれた仲間への存在は、心から安心できる大切な宝物になったのではないのでしょうか。自分の経験と友達の言動から、人の気持ちを想像できるようになった龍ノ介さん。「無理しなくていいよ」という温かな言葉は、相手の気持ちに寄り添う素敵な言葉です。ありのままの自分でいられる大切さや、受け入れてもらえる幸せを温かく伝えてくれる作品でした。

NI B長崎国際テレビ賞を受賞された佐世保市立中里中学校の面愛美さんは、『偶然』が私たちを変えた」と題して、修学旅行の班決めをきっかけに広がった自分の世界について綴っていました。

先入観は誰の心にもあるものです。偶然のくじ引きが愛美さんにとって最高の仲間との出会いだったように、友達にとっても愛美さんとの出会いは最高の出会いになったことでしょう。「人とのつながりはたっ

た一步の勇氣から生まれる」。先入観で判断するのはもったいないというメッセージで、人間関係に飛び込めずにいる人の背中をそっと押ししてくれる作品でした。

エフエム長崎賞を受賞された南島原市立有家中学校の田中きいらさんは、「私の宝物」と題して、きいらさんを支える大切な友達存在や家族の愛情について綴られていました。

ハンディキャップという言葉は、不利な状況を表すものですが、不利かどうかは本人が決めるものかもしれません。きいらさんも友人のルナさんも、ありのままの自分で強く生きていて、家族の大きな愛がその強さを支えてくれていることがとても伝わってきました。「人間は生まれる前から生きる権利がある」というきいらさんの言葉は、家族からもらった命という宝物を大切に生きることの強さ、温かさを感じさせてくれる作品でした。

長崎県校長会賞を受賞された平戸市立中部中学校の吉田光聖さんは、「力になりたい」と題して、障害のある友人や障害者福祉施設の方との出会いから、誰もが楽しいと思える社会の必要性について綴っていました。

偏見にとらわれず、相手を知るということを大切に行動してきた光聖さん。光聖さんが学級に訴え続けたことによって、仲間が変わり、障害のある友達も、笑顔でのびのびと生活することができるようになり

ました。多様な人がいるから楽しい、多様な人との出会いが人生を豊かなものにしていくということを、たくさんの人に味わってほしいと思える作品でした。

**奨励賞を受賞された 対馬市立大船越中学校の 松島 美穂さん**は、「優しさを返す人になりたい」と題して、自分が受けた優しさを広げていきたいという思いを綴っていました。

言葉と食文化の違いに苦労する中で、その違いを受け入れられるようにサポートしてくれた先生や言葉が通じなくとも笑顔で接してくれた友達、美穂さんの心の大きな支えとなったことでしょう。生まれた国が違って、私たちは同じ人間です。美穂さんが経験したような優しさや相手に寄り添うサポートが世界中に広がり、温もりのある社会になってほしいと感じた作品でした。

**奨励賞を受賞された 杵岐市立芦辺中学校の 齋藤 玲奈さん**は、「弟とともに生きていく」と題して、障害のある弟と共に過ごす中で見出した、障害の有無に関わらずその人を大切にすることの尊さを綴っていました。

大切な弟との関わり方を模索し続けた日々によって、家族の絆を深めることができた玲奈さん。玲奈さんが弟のことを愛おしく思っていることは、きっと弟さんにも伝わっているはずです。その人に合った方法で、その人を大切にすることとは、人権を守るために欠かせないものではないでしょうか。障害に

ついで正しく理解し、思いやりのあふれた社会にしていきたいという玲奈さんの温かな思いが伝わる作品でした。

最後になりましたが、皆さんが自分の経験から、人権に対して深く考え、行動している姿に深い感銘を受けました。

人権は、一人一人がもつ大切な権利です。皆さんが力強く綴られたメッセージは、きつと作文を読んでくださった方々の心に届き、人権への理解を広げる力になります。これからの皆さんの取組が、よりよい社会を築く大きな一歩となり、多くの人々が笑顔で幸せな毎日をご過ごせることを心から願っています。



# 人権の花運動



法務省では、昭和57年度から学校に配布した花の種子、球根などを、子どもたちが協力し育てることによって生命の尊さを実感し、その中で豊かな心を育み、優しさと思いやりの心を体得することを目的として、人権の花運動を行っています。



人権イメージキャラクター  
人KENあゆみちゃん



人権イメージキャラクター  
人KENまもる君



また、活動を通じて感じた感想等をまとめた成果物について、公共施設やデパートで展示を行っています。



## 令和7年度実施校（長崎県内）

～ご協力ありがとうございました～



### ○長崎協議会

長崎市立（日吉小学校、茂木小学校、蚊焼小学校、晴海台小学校、野母崎小学校、坂本小学校、銭座小学校、鳴見台小学校、畝刈小学校、横尾小学校）

長崎大学教育学部附属特別支援学校小学部、長与町立高田小学校、時津町立時津北小学校

○諫早協議会

大村市立（福重小学校、松原小学校、放虎原小学校、旭が丘小学校、富の原小学校）

諫早市立（みはる台小学校、御館山小学校、上山小学校、西諫早小学校、真城小学校、大草小学校、飯盛西小学校、小長井小学校）

雲仙市立（八斗木小学校、神代小学校、西郷小学校、大正小学校）

○島原協議会

島原市立（三会小学校、湯江小学校）

南島原市立（加津佐小学校、野田小学校、口之津小学校）

○佐世保協議会

佐世保市立（宮小学校、三川内小学校、早岐小学校、江上小学校、黒髪小学校、日宇小学校、木風小学校、白南風小学校、春日小学校、世知原小学校、吉井南小学校、小佐々小学校、猪調小学校、鹿町小学校）

西海市立（西彼北小学校、西海東小学校、大崎小学校）

東彼杵町立彼杵小学校、川棚町立川棚小学校、波佐見町立中央小学校

小値賀町立小値賀小学校大島分校、佐々町立佐々小学校

新上五島町立（奈良尾小学校、上郷小学校、北魚目小学校、有川小学校）

○平戸協議会

平戸市立（中野小学校、志々伎小学校、田平東小学校）

松浦市立（御厨小学校、上志佐小学校）

○吉岐協議会

吉岐市立（志原小学校、石田小学校、箱崎小学校）

○五島協議会

五島市立（緑丘小学校、三井楽小学校）

○対馬協議会

対馬市立（久田小学校、今里小学校、佐須奈小学校、西小学校）

## 「第44回全国中学生人権作文コンテスト長崎県大会」応募数

応募学校数 136校 (76.0%)

応募者数 13,845人 (40.0%)

### ■審査員（敬称略）

長崎県方法務局次長

佐藤 博文

長崎県人権擁護委員連合会長

有田 洋史

長崎県人権擁護委員連合会  
こども人権委員長

加藤 正美

株式会社長崎新聞社  
論説委員長

田淵 徹郎

株式会社テレビ長崎  
総務人事部部長職

荒木 陽子

長崎文化放送株式会社  
代表取締役社長

大西 弘美

長崎市立大浦中学校校長

和泉 栄二

# ひとりで悩まないで

こどもの人権  
SOS-eメール



[https://www.jinken.go.jp/soudan/pc\\_CH/0101.html](https://www.jinken.go.jp/soudan/pc_CH/0101.html)

こどもの  
人権110番



0120-007-110

こどもの人権  
SOSチャット



[https://kodomochat.jinken.go.jp/browser\\_chat/jinken/users/sign\\_in](https://kodomochat.jinken.go.jp/browser_chat/jinken/users/sign_in)

LINE  
じんけん相談



検索ID  
@linejinkensoudan

全国共通人権相談ダイヤル 全国共通 ナビダイヤル  0570-003-110 ゼロゼロみんなのひやくとおぼん  
(みんなの人権110番)

常設相談所	長崎地方法務局人権擁護課	TEL	095(820)5982
	同 諫早支局	TEL	0957(22)0475
	同 島原支局	TEL	0957(62)2513
	同 佐世保支局	TEL	0956(24)4850
	同 平戸支局	TEL	0950(22)2263
	同 壱岐支局	TEL	0920(47)0164
	同 五島支局	TEL	0959(72)2261
	同 対馬支局	TEL	0920(52)6463
月曜日～金曜日（休日を除く）		午前8時30分～午後5時15分	

第44回全国中学生人権作文コンテスト

## 長崎県大会作品集

令和8年1月発行

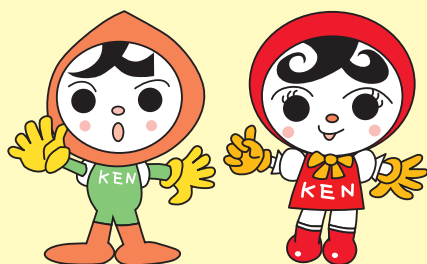
長崎地方法務局・長崎県人権擁護委員連合会

### 禁無断転載

※本作品集の作品を教材等に使用したい場合は、下記にご連絡下さい。

長崎地方法務局人権擁護課

電話(095)820-5982



人権イメージキャラクター  
「人KENまもる君」  
「人KENあゆみちゃん」