

# 第45回 少年の主張中部地区大会

## 発表文集



期 日 令和5年8月20日（日）  
会 場 玉村町文化センター 小ホール  
主 管 中部教育事務所

# 目次

## ◎ 発表作品《最優秀賞》（発表順）

肌の中にいる私を	前橋市立桂萱中学校	三年	佐藤 桃夏
あなたの笑顔の裏側は	玉村町立南中学校	三年	町田 優奈
吃音で良かった	前橋市立第七中学校	三年	福島 由萌
「共助」の力	吉岡町立吉岡中学校	二年	永田 優理和

## ◎ 発表作品《優秀賞》（発表順）

自分の好き、ありのままの自分を 完璧ではないからこそ 本当の「勝ち負け」 自分から	前橋市立みずき中学校	一年	黒川 愛結
しない善よりする偽善	伊勢崎市立第二中学校	三年	原 愛葵
命のカウントダウン	伊勢崎市立第四中学校	三年	山田 香里奈
ポジティブに変換する	渋川市立北橋中学校	三年	井上 惺太郎
伝える、受け入れる	前橋市立鎌倉中学校	三年	黒岩 駿
親の将来	群馬大学共同教育学部附属中学校	三年	林 優衣花
笑顔でつなぐ未来	伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校	二年	清水 夏葵
失敗に苦しむあなたへ	渋川市立渋川北中学校	二年	伊藤 芽唯
引き出しの増やし方	前橋市立荒砥中学校	三年	宇内 祐輔
お兄ちゃん	前橋市立粕川中学校	三年	藤井 維菜
後悔の記録	渋川市立渋川中学校	三年	中島 優月
	前橋市立大胡中学校	三年	金子 耀
	伊勢崎市立第三中学校	三年	岩川 新平
			須賀 琴美

## ◎ 参考

- ・ 第四十五回少年の主張中部地区大会開催要項
- ・ 少年の主張群馬県大会への推薦者一覧

## 肌の中にいる私を

前橋市立桂萱中学校 三年

佐藤 桃夏

皆さんは自分にコンプレックスを持っているだろうか。容姿、身長、病気、性格。皆それぞれ、何かしらコンプレックスを持っているだろう。私もコンプレックスを持っている。

私はアトピー性皮膚炎という持病を持っている。今は、人様に見せられる程度には回復したが、一時期は夏でも長袖の体育着を着込むほどだった。そんな私は成長していくうちに周りの目や評価を気にするようになっていった。なんで自分はこんなに肌が汚いのだろうか。みんなが私の肌を見て、何か言っているのではないだろうか。そう何度も自分に問い、そのような考えが頭をめぐるばかりだった。

「その手どうしたの。」私を見た人は、口を揃えてこう言う。「アトピー性皮膚炎なんです。」と苦笑いしながら答えるまでがいつもの流れ。みんな私の手を見て汚いと思っているに違いない。きつと私と手を繋ぎたい人なんていないだろう。いつもそう思って過ごした。そんな日々慣れてしまった。いや、慣れざるを得なかった。物心ついた時には自分の手はこうなっていた。それが普通だと思いついて私は、自分の手が周りとは違うことに気づき、ショックを受けた。そんな自分に少しでも価値を見出したくて、学級委員や委員長、実行委員などに立候補した。いつも通知表の児童会活動の欄は文字であふれかえっていた。人に頼られているということが自分に価値を見出したい私にとっては何ものにも代えられないほど嬉しかった。それでも、私の長袖の体育着が手放されることはなかった。

中学に入ってたくさんの新しい友達ができた。何人もの人が手のこと

を聞いてきた。ああ、またか。でも当たり前だ。こんな手の人がいれば普通気になってしまふ。しかし、私にはやはり自分の肌は変なのだという事実の裏付けになってしまった。中学一年生、立候補してみたものの学級委員にはなれなかった。憧れて入った吹奏楽部でも、楽器経験のないただの初心者。自分の手を見るたびに私の心には焦りと不安が積もっていった。

しかし、現実とは違った。話しかけてくれるクラスメイト。同じ目標に向かって頑張り、悩みを聞いてくれる部活の友達。周りを見れば、そのままの私を見て、支えてくれるたくさんの人がいた。思い返してみれば小学生の頃だってそうだ。特別な仕事をしていない私でも見てくれる人はたくさんいた。手について聞いてきた友達だって私をちゃんと見てくれた。特別な仕事をしていない私にも価値があるんだ。そのままの私にも価値があるんだ。そう実感した。周りが見えていなかったのは私の方だ。外見ばかりを気にしていたのは、私の方だ。そう気づくことができた。

世界には、容姿のせいで差別される人達がたくさんいる。一番私の心に残ったのは、ある一枚の風刺画だ。ホアン・カルネラの「撃ち殺したの私だ」という作品だ。ある人が白人女性を撃ってしまった、顔を黒く塗り替えて放置した。それを発見した警察官が誇らしげに女性の上に乗りに上げる。そんな風刺画だ。私はこれを見た瞬間、衝撃を受けた。肌の色が違うだけでこんなにも差別されてしまうことに。最近では、肌の色だけで差別することに反対する運動も盛んになってきている。大切なのは、肌の色ではない。外見ではない。その人の内面なのだ。

しかし、私はまだ長袖を脱ぎ捨て、肌を堂々と見せることができそうにない。いまだに長袖は必需品だ。でも、私を覆うこの肌だけが私ではない。肌の中側にある私をもっと磨くことで、暑い夏に半袖になれるかな…と思いは始めている。これから先も肌について聞かれることがあるだろう。私はこう言いたい。肌の中にある私こそが本当のわたしなのだ。

## あなたの笑顔の裏側は

玉村町立南中学校 三年

町田 優奈

「息ができない」「辛い」「目の前が真っ暗。」「苦しい」  
昔から明るい性格をしていた私が、まさかこんなことになるなんて思  
いもしなかった。想像も出来なかった。

私は責任感が強く、良くも悪くも真面目な性格で、悩みを一人で抱え  
てしまうことが多かった。小学校の頃はなんとかうまく学校生活を送れ  
ていたが、中学校に入学し、案の定私の不安が的中してしまった。一年  
生の夏頃、何気ない一日の授業中、体調に違和感を覚えた。最初はよく  
ある体調不良だろうと思っていたが、吐き気、頭痛、腹痛、日に日に悪化  
していく症状に、不安が大きくなっていった。これはただの体調不良で  
はない、そう思ってからあらゆる病気を調べ、自分が精神的なストレス  
を溜め込んでいたことに気がついた。そのとき、抱えていた悩みと細か  
い性格、様々な問題が重なってしまい、体の限界が来てしまったのだ。  
襲ってくる吐き気に震えが止まらない。まるで、一人だけ海の奥底  
にいるかのよう。徐々に暗くなっていく私に友達が離れていってしまう  
のではないかと不安。なかなか人に相談できないまま、嫌われたく  
ない一心で毎日笑顔を保ち続けた。

「smiling depression」これは正式な医療用語ではないが、近年多く  
の報告が挙がっている「笑顔うつ病」という事例だ。外見や社交性によ  
っては笑顔でいることができるが、内心では抗うつ症状を抱える状態の  
ことを言う。つまり、表面的には元氣そうに見えても、心理的な苦痛を  
持っているということだ。この二語からなる病、相反する言葉の組み合  
わせのように思えるが、うつ病と笑顔は共存し得る。どんなに心が辛く  
ても、体が動いてしまうからこそ、自分でも気づきにくい。もつと理解  
を深めていく必要があるにも関わらず、うつ病と聞くと、暗いイメージ  
をもってしまう人も少なくないだろう。私も実際に自分が経験するまで

そのなかの一人だった。しかし、「笑顔うつ病」という病名はうつ病とい  
うネガティブなイメージを打ち消すような、親近感を感じられる用語が  
使われている。多くの人が抱いている間違った偏見を、解消できる可能  
性があるのだ。そして、若干曖昧であり、私たちにとって身近な表現を  
することによって、密かに悩んでいる人々が助けを求めやすくなるかも  
しれない。

けれど、間違った暗いイメージから生まれる差別はどうすればなくす  
ことができるのだろうか。そんな葛藤を抱えていたある日、あるテレビ  
番組に出会った。それは、うつ病や恐怖症を経験した芸能人の方々が、  
メンタルヘルスについて明るく語る内容だった。私は今までタブーとさ  
れていたうつ病が取り上げられていたことが、メディアを通して正しい  
知識が広まっていくことが何よりもうれしかったのを覚えている。そし  
て、この番組のように触れてはいけない話題ではなく、明るくオープン  
な雰囲気の話ができる、そんな社会になってほしいと思った。誤解や偏  
見の改善に向けての動きがもつと広まってほしい。

「うつ病は甘えでしょ。」

「心の不調が病気なの？」  
そんな心ない言葉で生きる自信を失ってしまう人がいる。どうか、温  
かい心を持って一歩歩み寄ってみてほしい。その行動で救われる人がた  
くさんいるはずだから。

私は、それからいくつかの病院を受診し、今も通院している病院の先  
生に出会うことができた。家族、友達、学校の先生方、たくさんの方々に  
支えてもらって、楽しい学校生活を送れている。私の夢は、自分と同じ  
ように苦しんでいる人を救えるような医師になることだ。私にとつて難  
しい夢かもしれないが、今まで支えてもらった分、今度は私が誰かを支  
えられる側になれるように精一杯努力したい。女性差別、貧困問題、性  
的マイノリティー。現代社会には、様々な問題があつて、多種多様な人  
々が同じ世界で生きている。当然誰もが悩みを抱えている。きっかけは  
突然だ。「自分は例外だ。」そう思っている人もいつか精神疾患に悩む日  
が訪れるかもしれない。誰にも相談できないかもしれない。貴方の笑顔  
の裏側に涙が隠されているかもしれない。そんなとき、手を差し伸べら  
れる医師に私はなりたい。

## 吃音で良かった

前橋市立第七中学校 二年  
福島 由萌

みなさんは、吃音を知っていますか。吃音とは、話を始めるときに最初の一言に詰まったり、言葉が滑らかに出てこなかったりする発話障害の一つです。「ここここ、こんにちは」と同じ言葉を繰り返す連発、「こんにちは」と音を伸ばす伸発、言葉が発せなくなる難発の症状があり、決まった治療法は見つかっていません。私は小学生のときに、吃音になりました。

吃音になって苦しかったことや辛かったことがいくつもあります。友達や家族と話しているとき、話したいことがあっても急に言えなくなってしまう。そんなときは笑ったりうつつむいたりしてごまかしていました。小学生の頃にやった詩の暗唱では、覚えていたのに言えなくなつて、不合格になったことがあります。あのとき、担当の人に「また次ね。」とカードを返された悔しさは今でも忘れられません。また、音読で自分の番が来たとき、言葉が出てこないこともありました。先生に自分の読む文を指でなぞられて焦ったことも忘れられません。

なかでも一番辛かったのは、中学一年生の一学期頃です。さすがに中学生になれば治ると思っていた吃音が、治らなかつたのです。吃音について知ったのもこの頃でした。言葉が発しづらい、と検索したら吃音のことが出てきたことから、深く知るようになりました。吃音について知ったことで、余計に気にしてしまいました。さらに、この頃から周り自分を比べてしまい、言いたいことが言いつらい苦しさ、みんなは普

通に言えているのという焦りが大きくなりました。今思えば、小学校のときよりこの頃の方が症状はよくなりました。でも、私がひどく気にしていたせいで、言えなくなつたときに出る「う」「さ」「す」という自分の耳に聞こえてくる詰まった音や空気漏れのような声が気持ち悪くてたまらなく感じました。周りの人に相談すると、みんなが「気にならないよ。」と言ってくれました。でもどうしても気になって、夜中に洗濯機の音で自分の声を隠して、家族に気づかれないように文を読み上げる練習をしました。何度やっても言えなくて、「もう嫌だ。」と声を殺して泣きました。自分よりもっと重い吃音の人もいる、自分の吃音は全然目立っていない。分かっているはずと苦しんでいました。私は、吃音を心から恨んでいました。

ある日、私を大きく変えてくれた出来事が起こりました。夜中に眠れなくて一人で吃音について調べていたとき、吃音のラップターを見つけたのです。その人は吃音を抱えながら苦しそうに話していました。しかし、歌うときには、自身の思いを力強くラップにのせて叫んでいました。「俺は普通に友達と話したいだけ 好きな食べ物普通に注文したいだけ」そんな歌詞の一つ一つから思いが伝わってきて、鼻の奥がツーンと痛みました。曲の後半、「吃音で良かったと言えますか 最後にそう思えるならば幸せです」そんな彼の問いかけを聞いた瞬間、私はそう言える日が来るのだろうか、と思い泣いてしまいました。吃音のせいで夢を諦めたくない、幸せになれるのは嫌だ、という色々な思いが溢れ、曲が終わるまで涙が止まりませんでした。彼に背中を押された気がしました。

涙を拭きながらいつか吃音で良かったと言おうと心に誓ったあの日から、私はだんだんと変わっていったと思います。自身の短所を強い武器にした吃音のラップターを知ってから、吃音のことをあまり気にしなくなり、今はあまり恨まず、うまく付き合えていると思います。「気にならな

いよ。」と言ってくれた家族や友達、先生、私を変えてくれた彼に心から感謝したいです。

でも、やっぱり私はみんなと何も気にしないで話したいし、相変わらず言えないと聞こえる自分の小さい音や声は嫌いだし、思い返すと吃音でいい思い出しは思い当たりません。だから、吃音がなければ、と思うことがよくあります。でも、吃音でなかったら大勢のみなさんの前で話すような経験はできなかったし、苦しんだけれど自分についてあんなに考えることもなかった、そう思うと、吃音が何か特別なもののように感じます。だからいつか「吃音で良かった」と言えると思います。人は自分の短所を見つげると、どうしても嫌ったり、恨んだりすると思います。でも、短所だって自分にしかないもので、自分次第で武器や個性にできません。すべての人が自分の短所を嫌わず、武器にしたり、個性にしたり、気にしないでいられるようになったら幸せです。



## 最優秀賞

### 「共助」の力

吉岡町立吉岡中学校 2年

永田 優理和

「共助」という言葉を聞いたことはないでしょうか。「共助」とは「共に助ける」と書き、生活上の困りごとが起きたときに、周囲の人々と助け合うこと指します。みなさんは生活していく上で自分や家族だけではどうにもならない問題が起きたとき、どうするでしょうか。

私は夏休みに、子どもの居場所作りのボランティア活動に参加しました。参加する前は「小学生の勉強をみたり、一緒に遊んだりする」という依頼内容にばかり目がいき、これだったら私にもできそうだなとしか考えていませんでしたが、実際に関わってみることににより「居場所作り」の意味を考えるようになりました。学童保育は公的な施設ですが、この居場所作りの活動をしているのはボランティア団体であり、地域の自治会が中心となって活動しています。子どもを預けたい保護者自身がボランティアとなり、日替わりで見守ることで仕事などの負担を軽減しています。また、子ども食堂も経営しているため、地域の子どもや保護者の居場所になっていることが分かりました。

「子ども食堂」は、子どもの食事支援だけでなく、最近では高齢者や学生などの幅広い世代の交流の場として利用されています。高齢者の世帯と一緒に食事をする人がいない「孤食」を解消することもその目的の中に入っています。子ども食堂や無料学習塾などの施設は、群馬県内でも百力所以上あり、地域の人々が子どもたちの成長を見守り、支える場所としてとても大切なものになっています。つまり、「共助」としての取り組みが地域から生まれ、根付き、育っているということなのです。

今まで私はボランティアについて、自分がどんな活動をするのかだけを考えていました。しかし、今回の活動をきっかけに、ボランティア団体の目的や使命、対象となる人たちが置かれた状況や背景を理解した上で活動することの大切さに気づくことができました。今、私たちは様々なボランティアに参加することができますが、活動するだけで満足してしまい、自分たちの活動にどのような意味があったのか、活動を通して地域とどのような繋がりができたのかということ振り返る作業をしていなかったように感じます。ボランティアは活動したら終わりではなく、活動した後に、その地域の一員としてそのボランティアでの経験などのように生かしていけるのかを考え、実践に繋げていくところが重要なのではないのでしょうか。それぞれの活動での気づきを共有し、地域の課題は何かを考え、自分たちに何ができるのかを検討し、行動に移していく必要があります。

住民一人ひとりが主体的に行動することによって、地域の「共助」の仕組みは根付き、発展していきます。いずれ私たちも成人となり、地域活動の中心的存在となっていきます。その日のために、まずは自分の生活する地域について知り、そして地域の課題について他人事ではなく自分事として受け止めることから始めて見ませんか。そこから地域の力に支えられてきた自分に気づくことができると思います。地域住民の一人人として、私たちにできることは小さなものかもしれませんが、仲間と力を合わせることによって、地域に貢献できる力にすることができそうです。「共助」を合い言葉に地域と繋がりが、地域から学んでいきたいと思います。未来の私たちの生活は、今の私たちの行動の積み重ねの先にあるのですから。

## 自分の好き、ありのままの自分を

前橋市立みずき中学校 一年

黒川 愛結

皆さんは、店や学校などで色々な性の区別がされていることに気付いていましたか。例えば、トイレの男女を表すマークの色。男は黒や青、女は赤やピンクで表すことが多いですが、なぜこのような色で分けられているのでしょうか。「当たり前」と思う人もいるかもしれませんが、その「当たり前」は、もう違うかもしれません。

小学校入学前、私は期待と楽しみを胸に、父や母とランドセルを買いに行きました。以前から紫色のランドセルが欲しかったので、

「この紫色のランドセルが欲しい。」

と、指を差し伝えましたが、

「女の子なんだから、赤色にしなよ。六年間も使うんだよ。」

と、自分の好きを性別で否定され、赤色のランドセルを使うことになりました。その時、性別で自分の好きを壊され、女という大きな壁が目の前に立ち上がりました。

私自身が、女という性に違和感があるわけではありません。ただ、自分の性に違和感を持つ人にとって、そのような言い方をされるのは不快なのではないか。本当に当たり前なのか。そう思うのです。

そんなことを考えていた六年生のある日。休み時間に友人がこんな質問をしてきました。

「ねえねえ。もし、同性の友人から告白されたらどうする？」

私は急な質問に戸惑いながらも、

「うーん、性別とか関係なくちゃんと受けとめるかな。」

と答えました。可笑しいと思われるのではないかと不安でしたが、意外

なことに友人は、「だよね！私もそう思うと思う。やっぱり、一人の人間としてみるのが大切だよね！」

と、私が今まで考えたこともないことを言いました。

「一人の人間として。」

その時、生きる上で性なんて関係なく、一人の人間として、ありのままの自分を、自分の好きを互いに伝えて受け入れることが大切なのだ、発見できたのです。

また、世の中には、LGBTQ+という総称や、SDGsの目標五番には「ジェンダー平等を実現しよう」というものもあります。性別問題は今や世界中でうったえかけられていることなのです。しかし、先進国G7の中で、同性婚を認める法律がないのは日本だけです。さらに、海外では八十か国以上がLGBTQ+の人に対する差別やいじめを法律で禁止している一方、日本にそのような法律はありません。これは人権問題ともなっています。

一人一人の人生だというのに、このような問題に従うままで良いのでしょうか。もっと個人が自由に楽しむことができる、輝く、明るい未来があるはずです。きっとその未来を創り、伝えるのは私達一人一人、自分だと思えます。現に、世界から遅れをとっている日本でもその声に応え、性別関係なく利用できる多目的トイレの増設や、制服の自由化、同性婚の法制化などが、少しずつ、少しずつ進んでいます。私達の声で、世の中を変えていくことができるのです。

いつか、性別で悩む人がいなくなるように、あの日、好きを否定された少女がもういなくなるように、そして、本当の自分を受け入れてくれる人が増えるように。そんな社会を私は望みます。

「自分の好き、ありのままの自分を。」

互いに認め合える未来に向けて、共に伝え、受け入れてみませんか。



## 完璧ではないからこそ

伊勢崎市立第二中学校 三年

原 愛葵

かつての私は自分を「完璧」だと思っていました。何事においても「完璧でないといけない」と思っていましたし、完璧にできない人に対して「なぜできないのだろう」「なぜしないのだろう」と疑問に思うことすらありました。しかし、あるときを境に、「完璧な人など誰一人としていない」、そして「だからこそ努力する姿は美しい」ということに気づくことができました。

小学校の頃から要領の良かった私は、中学校に入学してからも順調に過ごしていました。学校はほぼ休まず、授業にも真面目に参加する。明るく元気に生活し、誰にでも分け隔てなく接する。その全てが「私の普通の、当たり前前」であり。それは「誰にとっても当たり前前」とすら思っていました。

しかし中学二年生に進級した頃、そんな私に異変が起きました。ある朝、突然体が思うように動かさなくなってしまったのです。やっとの思いで立ち上がったかと思えば、脚がふらつき、壁を伝わなければ歩くこともままならない状態でした。「大丈夫？ 顔色、真っ青だよ」今でも母の心配そうな表情を思い出します。すぐに病院へ向かい、検査をしてもらったところ、「自律神経の異常」と診断されました。原因は「過度のストレス」。思い返せば、新しくなったクラス、後輩ができた部活、周囲の期待に応えようと無理して笑顔を浮かべる日々、そんな環境の変化に対して、押し殺していた心がSOSを送っていたのだと思います。症状はなかなか回復しませんでした。学校は休みがちになり、授業にもついて行けなくなり、持ち前の元氣も失われていきました。そんな自分のことを受け入れられず虚しさと恥ずかしさに蝕まれる日々。こうして当たり前前に思っていた「完璧な私」はいともたやすく崩れ去りました。

そんな絶望しかけていた私を救ってくれたのは、悩みを相談したときに友人が言ってくれた、ある言葉でした。

「全部が完璧にできなくても愛葵は愛葵だよ？ それに愛葵の頑張る姿を見て、私も頑張つてこれたんだよ。」

心のモヤモヤが晴れ、目の前がキラキラと輝いた気がしました。今まで私は「完璧な結果」ばかりを自分の価値だと思いついていました。ましてや自分の努力する姿が他者に影響を与えるなんて、考えたこともありませんでした。しかし、例え上手くいかなくても、思うような結果が出なくても、目標に向かって努力する。その姿こそが人の心を動かすことができるのだとその時気づきました。そしてようやく「完璧ではない私」を受け入れることができました。

それから私は、少しずつ、一歩ずつ自分を信じて努力を重ねました。前のように完璧にはできなくても、自分を受け入れて努力すれば何かできると変わるはず。今でもその気持ちを大切にしています。

私はこの経験から、誰一人として完璧な人間はいない、と思うようになりまし。誰しもきつと欠点はあるし、上手くいかないこともあるでしょう。しかしそれで良いのです。完璧ではないからこそ、人はより良い自分を求めて努力することができるのではないのでしょうか。完璧ではないからこそ、他者を受け入れ、支え合つて生きていこうと思えるのではないのでしょうか。

皆さんはどうでしょう。完璧な自分を求めすぎではないませんか。できないことに落ち込んではいませんか。確かに現代は結果が重視される社会です。努力なんて綺麗事だと思ふ人もいます。しかし「努力する姿には人を動かすエネルギーがある」私はそう信じています。たとえ結果として実らなくても、あなたの努力する姿に心動かされる人が必ずいるはず。些細なことでもかまいません、身近なことからは少しずつ始めてみませんか。そして努力を通して誰かの心を動かすことができましたとき、きつと自分のことをもっと愛せるようになると思います。

私も、あなたも、誰一人として完璧ではない。だからこそ、人間は美しいのです。

## 本当の「勝ち負け」

伊勢崎市立第四中学校 三年

山田 香里奈

みなさんの中に、大会や練習試合などで一度も負けたことがないという人はいますか。オリンピックの選手でも、NBAやメジャーの選手でも、人生で一度も負けたことがないという人はおそらく一人もいないでしょう。

私が所属する吹奏楽部の大会でも、演奏に順位、つまり勝ち負けが付きません。しかしその勝ち負けはスポーツのように、明確なルールや得点の基準がありません。自分たちが納得のいく演奏ができたとしてもそれが結果につながらず、不満を感じる事があります。結果でみれば「負け」ですが、それは本当に「負け」なのか。このことに疑問を覚え、「敗北」とは何か、「勝利」とは何かについて考えるようになりました。

「敗北」とは何でしょう。東日本大会に出場した翌年、新三年生はわずか五名。「今年も東日本大会に出場する」とは言ってもどこか心の中に「今年は無理だろう」「三年生が少なからずしょうがない」という気持ちがありました。

結果は西関東大会銅賞。東日本大会出場は叶いませんでした。私は最初、「なんで負けたのだろう」「努力が報われなかった」などと思っていました。ですがその「努力」は、本当に「努力」と呼べるものだったのでしょうか。思い返せば、その努力の中には、数々の言い訳が、逃げが、諦めがありました。それがこの結果を生んだと私は思います。

言い訳が、私達を弱くしました、逃げて、諦めて、「勝ち」から遠ざかりました。この西関東大会銅賞という結果に至るまでの道のりは、決して納得のいくものとはいえません。一つ一つの楽や逃げが「敗北」な

です。私が不満を感じた「負け」は本当の意味でも「敗北」していました。

では「勝利」とはなにか。二年生の時のアンサンブルコンテスト、初め私は編成などを言い訳に諦めてしまっていました。練習をしていても心のどこかで「どうせ無理なのだろう」という弱い気持ちがありました。ですがあるとき、このままでは夏の「負け」を繰り返してしまうということに気づきました。そして弱い気持ちで自分に「敗北」をしたことを思いだしました。それはいけないと思い、弱い心を打ち払い、必死に努力を積み重ねました。その結果、自分たちが思っていた目標よりも上の結果に結びつけることができました。このとき、私は諦めなくて良かった、弱い気持ちに負けなくて良かったと思いました。自分が満足できたこと、次への自信につながったこと、これこそが本当の意味での「勝利」なのではないかと思うようになりました。

満足のいく勝利から結果に至るまでの道のりの大切さを知り、悔いの残る「負け」から本当の「敗北」を知りました。そして私なりの、本当の勝敗とは何か、答えをだすことができました。

本当の勝利とは、やってきた結果に満足でき、次への活力にできるということです。積み重ねてきた努力が報われ、また頑張ろう、もっと頑張ろうと思える。負けてしまってもどこがいけなかったのだろう、新しい練習法を試してみよう、とその負けすらも次のバネにしてしまう。そのバネが現れた時、自分の弱さを力に変えられたとき、報われるまで努力を諦めなかったとき。その「負け」は「敗北」ではありません。

本当の敗北とは、言い訳です。逃げて、諦めることです。そして負けの時、その負けを無駄にしてしまうことです。

みなさんは勝利から逃げていませんか。楽な、中途半端な気持ちで活動していませんか。それでいい、という人もいます。ですがそれでは勝利は見えてきません。努力を地道に積み重ねた時に見える、あなただけの「本当の勝利」を見つけてみませんか。

## 自分から

渋川市立北橋中学校 三年  
井上 惺太郎

私には人生の中で克服しなければならぬ一年間がある。正直、思い返しただけでも辛い。だが、これは、私が乗り越えなければならぬ壁だ。

私はかつて不登校だった。小学三年生で初めて「行きたくない」という理由で休んだ。年々その日数は増えていき、中学一年生では、一年間不登校となった。不登校なんて一部の人がなるものだと思っていた。遠くにあるものだと思っていた。でも、それは僕だった。

当時、私は不登校に加え、インターネット中毒にもなっていた。昼夜逆転も当たり前前の生活。その頃の私は腐っていた。救いの手を差し伸べてくれた大人の手を払いのけ、悪態をついた。そうする内に、私は自分に自信を失い、外出さえも拒むほど心を閉ざしてしまった。

そんな私に、転機が訪れた。中学一年生の一月のことだった。

「じいじ、ばあばのいる群馬で環境を変えてやり直してみない。」

母の提案だった。実はこの提案はその日が初めてではなかった。でも、今までは相手にもせずはねのけていた。けれども、その日はその言葉が妙に引っかかった。理由は何だったのだろう。その時の私には、分からなかった。けれども、とにかく私は電話した。震える手と激しい心臓の鼓動と共に。祖父がでた。私は言葉が出なかった。それでも勇気を振り絞った。

「今の自分を変えたい。助けて欲しい。」

と。返事はイエスだった。

そうして、群馬へ行く日が来た。そこからは大変な二ヶ月間だった。もちろん、私は一年生の勉強などしてはいなかった。分かつてはいたが、現実にあらわれると逃げ出したくなかった。だが私は戦った。祖父とぶつ

かったこともあった。涙を流すこともあった。それでも突き進んだ。そうやって、私のがむしやらな二ヶ月が終わった。

四月七日、初めて新しい中学校に登校した。前日の緊張とは裏腹に、意外にも苦勞しなかった。しかし、私にはもう一つ大きな試練があった。

一年生の範囲の総合テストがあったのだ。私は緊張に緊張を重ねたまま、そのテストに臨んだ。テストが始まる。ページを開いた。一問目。書けた。二問目。書けた。できる。できるのだ。私の二ヶ月間がそこで報われた。そしてこの時、私がしばらく失っていた感情がふつと沸いてきた。自信だ。

こうして、私はその後も学校に行き続けられるようになった。友だちもできた。制服でテストを受けた。先生に怒られもした。そんな当たり前の学校生活を送っていく内に、自信も大きくなっていった。今こうして、皆さんの前で話ができるほどに。

私が経験したから伝えられること、それは、「覚悟」についてだ。何にでも「覚悟」がいるのだ。助けてもらうことでさえ「覚悟」がいる。不登校の頃の私にはそれが欠けていた。転機が訪れた一月の私を突き動かした感情の正体。それが「助けられる覚悟」だった。覚悟が決まったからこそ、私は人からの支えを受け入れ、バネに変えることができた。逆に言えば、自分から何もせずに、助けてもらおう、という姿勢では、人が支えようとしてくれても、自分自身に覚悟がないので、それを大きなバネにすることはできない。

人は皆、悩みを抱えている。きつとあなたも。自分で解決できるものもあるだろうが、できないものもあるだろう。そんなときこそ覚悟をもつて一歩、いや半歩でも踏みだし、歩き出してみたい。動き出すことができれば、あなたを支えてくれる人があらわれる。そうすれば共に歩める。どうしても、どう動いていいかわからないときもあるだろう。そんなときはその場で助けを求めてみるだけでいい。それだって覚悟を決め、自分から動いているのだ。何も問題ではない。だから困ったら叫ぼう。

「助けて！」と。

## しない善よりする偽善

前橋市立鎌倉中学校 三年  
黒岩 駿

皆さんは「しない善よりする偽善」という言葉を聞いたことがあったり、知っていたりはしますか。

最近クラスであった出来事です。人前でしゃべるのが苦手な人が一人で日直をやることになりました。僕はその人に「僕が号令をかけようか。」と声をかけました。その時です。「この偽善者が。」そう友達に言われたのです。友達はずけて言ったのかもしれないませんが、生まれて初めて偽善者と言われ、その言葉が心に刺さりました。そして少し考えてみました。

僕は「一日一善」を生活の目標にしています。廊下のごみを拾ったり、困っている友達に声をかけたりと、人のためや学校のためになるようなことを心掛けています。しかし、「偽善者」と言われたことで、これも周りの人から優しいと思われたいから、していることなのかな、とネガティブに考えるようになりました。

そんな時、ある言葉を知りました。「しない善よりする偽善」という言葉です。しない善とはそのままの意味で、「良いことをしない」という意味です。「する偽善」とは「良い人ぶる」という意味です。つまり「しない善よりする偽善」とは、「何も良いことをしないよりも、自分のためや人のために良いことをすれば、周りの人は助かり、自分のためにもなる。」という一石二鳥の意味を示しているのではないかと思いました。だから、僕は偽善者と言われてもいいと考えました。周りの人達と協力して、お互いに助け合う関係を築き上げていくことが大切だ、と思ったからです。

他にも「情けは人の為ならず」ということわざがあります。「親切は人のためになるだけではない、巡り巡って自分に恩恵が返ってくる。だから誰にでも親切にした方がいい。」という意味です。

しかし、誰が相手でも必ず親切にするというのは、なかなか難しいことです。たとえば皆さんは、バスや電車の中でお年寄りに席を譲ることができますか。ショッピングモールや遊園地で子供が泣いたら声をかけることができますか。僕は両方とも難しいと思います。「他の人がしてくれるから大丈夫だよ。」と心の中で言い訳をしまい、自分から声をかけるのをためらってしまうでしょう。勇気が出せずに、一歩踏み出せずに、困っている人を助けられない。そんな人のほうが多いのではないのでしょうか。そこで大切になるのが、「助けたい」という気持ち、ちゃんとそこにあるのかということです。「困っている人がそこにいる。助けてあげたいけど、勇気が出ない。」そんな時にどうしたら勇気が出るか考えてみました。

僕はこう考えてみました。少し先の未来をネガティブな方向で想像してみるのです。バスや電車の中で立っているお年寄りがいたら「この人がずっと立っていて体調が悪くなり倒れてしまったらどうしよう。」と考えます。そうすれば、「助けなければ」という気持ちが湧いてくるはずで、そして、その勢いで声をかけてみたらどうでしょうか。その人を何とかして助けたいという気持ちの人が動かすのです。

そして、人のために助ければ人も自分のために動いてくれます。大切なのは、「困っている人を助けたい」という、人にとって自然な気持ちです。

「情けは人のためならず。」

「しない善よりする偽善。」  
助けられたり助けたり。みんなが当たり前に助け合えれば、この世界は良くなるに決まっています。僕は、自分から行動しようと思いません。誰かのために。自分のために。偽善者と言われた方がいいじゃないか。

## 命のカウントダウン

群馬大学共同教育学部附属中学校 三年

林 優衣花

皆さん、突然ですが自分が一番好きな人を思い浮かべてください。家族でも推しても気になるあの子でも構いません。私だったら母を思い浮かべます。思い浮かべましたか？それでは質問です。その人の寿命はあとどれくらいだと思えますか？私の母は四十代なので後四十年程でしょう。きっと皆さんもこの質問を受けてその人がお年寄りになるまでと考えたでしょう。本当にそうでしょうか？皆さんはその人との時間を大切にできていますか？三年前の春、「お母さんが手術をすることになった。しばらく入院することになる。帰ってきてからも前みたいなお母さんじゃないよ。」父はゆっくり辛そうに話しました。それを聞いた瞬間、私は頭の中が真っ白になり、恐怖と不安に襲われ涙がポロポロ出てきました。母はとても優しい人で、私が辛い時は紅茶を淹れて「何かあった？」といつも話を聞いてくれました。とても明るい人だったので、病気だと気づけなかったのです。（あんなに元気だったのに）と思うとますます涙が止まりませんでした。コロナの影響でお見舞いには行けず、学校が一斉休業だったので祖父母と毎日を過ごしました。その後母は退院しました。しかし容態は良くなっていませんでした。母は薬の副作用で手足が痺れ、その影響で家事がうまく出来ず、髪も抜けてしまいました。食器を洗いながら皿を落としてしまったり、表情や感情のコントロールが苦手になったり、自分の見た目が嫌になって外に出られなくなったりしてしまいました。母の病は体だけでなく、心にも影響を及ぼしたのです。私は母を助けようと必死に家事をしましたが、元々家事は苦手で習い事や課題

と両立できず、時間が経つにつれ「どうせ病気治ってるんでしょ？みんなは今ごろテスト対策して準備万端でテストに臨むのに、なんで私がこんなことしなくちゃいけないの？」と思うようになり、家事が嫌になってしまいました。その後、私は衝撃的な事実を母の口から知ることになるのです。ある日の夜、夕飯を作り終えた母は「後は自分で準備して勝手に食べて片付けしてね。」と言い、布団に入りました。弟達は元気よく飛び出して行きましたが、私は（もう洗い物疲れたな。面倒臭いからいいや。）「夕飯いらない。」と呟きました。「そんな。せっかく一生懸命作ったのに。」母が悲しそうに言うのを横目に、「それ洗うのどうせ私だよ？洗い物増やしたくないよ。他の家事だってもうやりたくない。」と私は吐き捨てました。「ママさ、手術したのになぜと薬飲んで治療に行ってるでしょ。それはね、『もし手術後五年間の中でまた容態が悪化したら、死ぬかもしれない。』ってお医者さんに言われたからなんだよ。だからパパは必死に治療費を出してくれてるの。ママは元気にならなくちゃいけないの。だから優衣花ちゃんも協力してほしいな。」母は苦しみを押し殺したような笑顔で言いました。母はいつ死んでもおかしくなかったのです。（お母さんがそんな大変な状況にいたなんて。私は何てひどいことを言ったのだらう）「ごめんさい。」弟達が不思議そうに見守る中、私は謝りながら泣き出してしまいました。お母さんとのかけがえのない時間を大切に過ごそうと思えば、家事なんて苦に感じなくなりました。家事だけでなく、大切なお母さんの笑顔が見たくて、あらゆる事が頑張れるようになりました。

皆さんにもう一度質問します。あなたが一番好きな人の寿命はどれくらいでしょうか？答えは0秒だと私は思います。昨日まで元気だった人も、明日には死んでしまうかもしれません。明日その人が生きていますという保証はどこにもないのです。だから寿命はずっと0秒です。皆さんが私の話を聞いて、人との関わり方を見直して一分一秒を大切にしようと思えるようになります。

## ポジティブに変換する

伊勢崎市立殖蓮中学校 三年

清水 夏葵

「ああ、今日も始まった…。」

「今日のメイン練習は、千メートル三本。」先生のこの言葉を聞いた瞬間、私の気持ちはどん底へと落ちていきました。

みなさんも嫌なことや心配なことがあると、ネガティブになってしまいますよね。しかし、そんなとき、「ネガティブをポジティブに変換する」と、人生がよい方向へと変わることを私は知っています。

「めんどくさい。」「もう無理だよ。」これが私の昔の口癖でした。私は根っからのネガティブ人間で、嫌なことがあると、文句や不安を口に出すことで心を落ち着かせていました。それが正解だと思っていたのです。しかし、ある言葉をきっかけに、私のネガティブ思考はどんどんなくなっていきました。

陸上部の練習はともきついです。暑くても、風が強くても、どんなときでも目標のために走り続けなければなりません。そんな状況に私は家でも部活中でも弱音を吐き続けていました。

「めんどくさい。」「もう無理だよ。」と私がいつも言っている言葉で。

七月後半、陸上部で駅伝練習が始まりました。私は今まで短距離の練習しか行ってこなかったもので、暑い中長い距離を走るという慣れない練習に、当たり前のように文句を吐き続けていました。ですが、先輩たちは違いました。きつい練習の中でも「もう少しでゴールだよ。」と互いを励まし合いながら走っていたのです。なぜそのようにできるのか不思議で仕方ありませんでした。

あるミーティングのとき、顧問の先生からある言葉を聞きました。

「まだ三周ではなくもう三周。まだ千メートルではなく、もう千メートル、のようにネガティブな考えをポジティブに変換することで自分にも周りにもいい影響を与えることができるよ。」

この言葉を聞いて、なぜ先輩たちがあのようにできていたのかが分かりました。本気だからこそ仲間のため、自分のために発言・行動ができるのだと思いました。そこから私の意識は少しずつ変化していきました。

ある日、千メートルのタイム測定をすることになりました。顧問の先生に「調子はどうですか。」と聞かれました。調子がいいわけでもありませんでしたが悪くもなかったので、「良いです。」と答えました。いつもの私なら「あまりよくないです。」と答えていたと思います。そしてその千メートルでは今までで一番のタイムを出すことができました。ポジティブな発言が招いてくれた結果だと感じました。

「ネガティブをポジティブに変換する」ということを意識し始めてから私の人生は良い方向に変わっていると思います。部活動だけでなく、学校生活でもポジティブな思考を意識することで、物事が順調に進むことが増えました。部活動が引退に近づき、思うようなタイムが出ず、くじけそうになることがあります。受験勉強でも、小さなミスが重なり、落ち込むことがあります。そんなとき、ポジティブに考えることで乗り越えられると信じ、諦めそうなとき、「まだやれる。」と思い、取り組んでいます。

今、悩んでいますか。くじけそうですか。もしそんな状態になったら、ネガティブをポジティブに変換してみてください。きつとその悩みも、自分の成長の糧と感じることができると思います。そしてそのポジティブな思考があなたの人生も良い方向へと導いてくれます。個人的な問題や世界中が抱える諸問題もポジティブに変換することで今よりも良い状況になるはずです。

世界中の人々の口癖が「頑張ろう。」「まだやれる。」になることを願っています。

## 伝える、受け入れる

伊勢崎市立四ツ葉学園中等教育学校 二年

伊藤 芽唯

みなさんは自分の母親に対してどのような感情を抱いていますか。大好きと答える人もいれば、あまり好きではないと答える人もいます。私は自分の母親に対してプラスの感情もマイナスの感情も抱いたことがあります。なぜなら私は母に関することを少しも覚えていないからです。

私の母は十数年前に亡くなりました。原因は病気だそうです。当時、私はまだ物心がつく前だったので母の声も覚えていません。それから祖父や祖母、そして父がたくさんの愛情を注いでくれました。このことに対する感謝は一生忘れません。幼いころ、父に尋ねたことがあります。「私のお母さんはどこにいるの」と。父は少し困ったような顔をして、「分からない。でもずっとずっと遠いところにいるよ」と答えてくれました。父の困った顔、今でも鮮明に覚えています。本当のことを伝えて、私がパニックになったり、泣きじゃくったりしないように考えてくれていたのだと思います。

そして月日は流れ小学校三年生の頃。私は女子の友人にこのようなことを言われました。「芽唯ってさ、なんか男の子みたい」と。当時の私は女子というよりも男子と過ごしている方がなぜか心地良かったのです。あとから知ったことなのですが、父子家庭で生活をしている女子は性格

や考え方、言動が男子に寄りやすい傾向にあるそうです。しかし、その時の私はそんなことも知らなかった。「そうかもね。」と笑いながら返しました。友人に悪意はないことはわかっていました。でも自分のことを否定されたような気がして、私は不安でいっぱいでした。それでも気づかないふりをしてごまかしていました。

先日、私の友人に自分には母親がいないことを打ち明けました。無二の親友と呼べる彼女に隠し事をするに嫌悪感があつたからです。それと自分一人で溜め込み続けることがどうしても苦しくて。それでも何か否定的なことを言われるかもしれないという恐怖感がありました。しかし、その友人は私の告白を黙って受け止め、その後も何も気にしていない様子で今までと同じように接してくれました。それが本当に嬉しくて…。私は、私のありのままを受け入れてくれた友人のおかげで自分のことを認めることができました。自分はありのままできて良いのだと確信することができました。

この体験を通して私は自分のことを受け入れてくれる人がいることと、ありがたさを学ぶことができました。私という存在はこの世界に一人しかない。だから、周囲から自分に対する不当な批評を浴びても気にしない。最も大切にすべきは自分自身のアイデンティティ。つまり自分らしさを大切にすること。このことを常に心に留めて生活しています。

現在、世界には様々な差別や偏見があります。それらの問題は人が自分以外の人のその人らしさを受け入れられないことが原因で起こっています。なぜ私達は他の人のありのままを受け入れることができないのでしょうか。私のことをかつて受け入れてくれた友人のように、皆が皆を受け入れることができれば、この世界はきっと今より素晴らしいものになるはずです。

## 親の将来

渋川市立渋川北中学校 二年

宇内 祐輔

「将来の夢は何ですか。」

「十年後の自分を考えてみましょう。」

私たち中学生は、これまで様々な場面で自分の将来について考えてきました。そして、たくさん選択肢があることを知り、自分の可能性を広げてきました。

消防士、医者、料理人……。様々な職業から私を選び、自分の将来を決められるのも支えてくれる親の力があってこそです。

そして、そんな親にも「将来」がありません。将来といっても私たちと同じように働く将来のことではありません。

親は私たちを養うために働いています。そして私たちが自立した後も生活のために働くのが一般的です。しかし、年をとれば、働くのが困難になります。

こうして仕事から離れた親は、貯金や年金を使い、老後は家族と過ごすのが一般的です。中には老人ホームで過ごす人もいます。

老人ホームとは、お金を払い、生活に必要な介護を受ける施設です。日本では、共働きの家庭が多く、親の介護も難しい現状があります。入所することで、家族の負担を軽減でき、入所した本人も健康に過ごせます。老人ホームは年々増加し、渋川市にも大小様々な施設が新設があります。

私の母は、老人ホームで働いています。フィリピンで育った母は、「フィリピンでは親の面倒を子どもがみるのは当たり前のこと。日本は家族が離れて暮らして寂しくないのかな。」とよく言っていました。

老人ホームに入所すれば、家族と過ごす時間は格段に減ります。家族の顔を見られるのは面会の時だけです。スマホを使ったビデオチャットも誰もが出来るとは限りません。そして、外出も自由に出来ません。家族との外食や旅行といった機会も減ります。

母は介護をしながら、寂しさを感じるそうです。お年寄り一人一人にはそれぞれ家族がいます。そして、それぞれの家庭の事情もあります。共通するのは「寂しいね」というお年寄りのつぶやきだそうです。そして、一般的に退所するタイミングは、入所した本人が亡くなった時だけです。

一方で在宅介護は、介護する家族に大きな負担がかかりますが、毎日家族と一緒に過ごせます。たくさん話して心を通わせて生活できます。しかし、日本の老人福祉の現状では在宅介護はとても大変です。介護疲れからの悲しいニュースも耳にします。在宅介護には限界があるようです。

親は私たちよりも先に必ず老います。一生懸命育ててくれた親に恩返しをしたい。最近、私は親との未来を考えるようになりました。

恩返しの方法に正解はないので、簡単に答えは出ません。しかし、仮に自分が年を取り介護が必要になったら、どんな時間を過ごしたいですか。

私は親と過ごす時間を大事にしたいです。しかし、介護に限界を感じたら、施設に預けるのは自分のためにも親のためにもなりません。ですが、「面倒くさい」「疲れる」などの理由で親を入所させたことはありません。

私たちより先に老いる親。その親の将来は、私たち息子、娘が決めるのです。今の私たちには、まだ先のことで現実的なことではないかもしれませんが、その時になってからでは遅いこともあるのです。親の将来がどうなるのか、そして、自分はどうしたいのか。親が私たちを育ててくれた愛情を、親が私たちの助けが必要となったとき自分はどうやって返すのか。親との未来を、中学生の私たちも、一度深く考えるべきだと私は思うのです。それは、心暖かい日本への第一歩になるはずです。家族を大切に出来る国は、みんなが幸せに過ごせる国だと思います。



## 笑顔でつなぐ未来

前橋市立荒砥中学校 三年

藤井 維菜

みなさんは「笑顔」についてどのような考えをもっていますか。大切だと思う人、必要ではないと思う人、様々な人がいると思います。私は、笑顔はとても大切なことだと思います。なぜなら、辛い時や苦しい時でも、「笑顔」を心がけることで、乗り越えられた経験がたくさんあるからです。その中でも、私が笑顔の大切さを特に実感したことを二つ、紹介します。

一つ目は、三年前にオーストラリアでホームステイをした時の経験です。当時小学生だった私は、英語もろくに話せませんでした。興味と好奇心で十日間のホームステイプログラムに参加しました。人生初の海外、もちろん楽しみな気持ちも大きかったですが、それ以上に不安がありました。現地の人と仲良くなれるか、会話ができるかなど、心配なことが多くありました。そんな中私は、いつも笑顔でいることを心がけて生活しました。すると、不思議と自分の不安な気持ちが薄れていくように感じました。日本に帰る日、ホストファミリーとの最後の会話で、ホストマザーが「Nice Smile!」と言って抱きしめてくれました。この時のホストマザーの最高の笑顔を、今でもはつきりと覚えています。このことから、笑顔は不安を取り除き、周囲も笑顔にできる、魔法のようなものだと思います。

二つ目は、昨年から続くロシアとウクライナの戦争に関することです。私がこのことに興味をもったきっかけは、祖父のポーランド人の友人が、ウクライナからの難民を支援する仕事をしていると聞いたことでした。

祖父からこの話を聞き、避難している子どもたちの写真を見せてもらいました。私と同じくらいの子や、それよりも小さい子がとても多く写っていました。自分が経験したことのない、想像もできないくらい現状を思うと、とても胸が苦しかったです。そしてその時、私が今できることは、日本の友達にウクライナの現状を知ってもらうこと、ウクライナの子どもたちが笑顔になれる支援をすることだと思いました。そこで、学校の先生方に協力してもらい、このことを広める機会を作ってもらいました。そして、学年のみんな、ウクライナの子どもたちへ応援の手紙を書きました。その後、祖父の友人の協力で、私たちが描いた手紙を、ウクライナの子どもたちに渡すセレモニーがポーランドで開かれました。そのセレモニーにはたくさんの子どもたちが参加してくれたそうです。現地から送られてきた動画には、嬉しそうに手紙を読んでいる子、私たちへのお返しの子羽鶴を楽しそうに折っている子など、笑顔あふれる子どもたちの姿が映っていました。それだけではありません。なんと、祖父の友人が来日し、ウクライナの子どもたちが作った子羽鶴を持ってきてくれたのです。そして、学年のみんなにセレモニーの様子を詳しく話してくれました。画面に映る子ども達を見た時、そこにいた私以外のみんなも自然と笑顔になりました。どんなに小さな活動でも、実際に行動することで多くの子どもたちを笑顔にすることができる。そして笑顔は、たくさんの人を幸せにする力があると気づきました。

私は、これらの経験を通して、笑顔が周りに与える影響はとても大きいものだと思えました。笑顔が広がれば、今よりもっともっと明るく楽しく、たくさんの方が自分に自信をもち、自分のことを好きになれる世界が実現できると思います。私はこれからも、笑顔が心げ、生きていきます。全ての人が笑顔で暮らせる、あたたかい世界の実現のために。

## 失敗に苦しむあなたへ

前橋市立粕川中学校 三年

中島 優月

失敗。失敗をしたとき、あなたは落ち込むだろうか。落ち込む人、あまり落ち込まない人、それぞれいるだろうか。どちらにせよ、失敗と聞いて、良い印象を抱くという人は、少ないと感じる。

あなたは失敗をしたとき、負の思考に陥ったことはないだろうか。「どうしてあんなことを。あんなことしなければ。ああもう嫌だ。こんな自分なんて」と。自分自身を否定したことは、ないだろうか。失敗とは、周りに迷惑のかかることも多い。そのため、自分を責めやすいものだ。否定とまではいかなくとも、自分を責めたことは、誰にでもあるのではないか。私自身、失敗したと感じるたび、自分を否定し、苦しくなっていたから。落ち込んで、辛かったから。きっと、私と同じような人もいるのではないと思う。

そのような私が変わるきっかけとなった、とあるインドの寓話を、あなたにも伝えたい。ある王様と家臣の話。「起こりうることは全て最高の出来事でございます」が口癖の家臣だ。ある日、王が怪我をした。家臣はここでも「起こりうることは全て最高の出来事でございます」と言う。自分の怪我を最高の出来事と言われた王は怒り、家臣を牢屋に入れた。しかしその後、王は、とある部族に捕まってしまい、生贄として、火あぶりになることになった。ところが、王は怪我をしていた。怪我をしている者は生贄に相応しくない。王は、解放されたのだった。王は、怪我をしていたから助かったのだった。そのとき初めて家臣の言っていたこと

は正しかったのだと悟る。王は謝罪をしに行くが、家臣はここでも「最高の出来事」と言う。「私が牢に入れられていなかったら、私は王様と共に行動していて、その部族に捕まっていた。怪我をしていない私は、そのまま火あぶりにされていたら」と。

私には、この話が強く届いた。起こりうることは全て最高の出来事。自分にとっては「失敗」と感じることも、最高の出来事なのだ。あるとき、こんなことがあった。私は友人から相談をされたとき、どう答えていいのかわからず、相槌しかうてなかった。その時は、失敗した。友人からの相談に上手くのれなかった。もっと何か言えただろう。と、かなり落ち込んだ。しかし後日、友人からは感謝の言葉を述べられた。「私は話を聞いて欲しかっただけだから、意見はいらなかった。相槌だけで助かった。」と。何も言えなくて良かったのだ。私は何か助言することが相談にのることだと思っていた。しかし、相槌しかうてなくて逆によかったのだ。またこのことから、相談に意見がいらぬという人もいるのだと知った。結果的に、友人を支えることができたり、新しいことに気がついたり、振り返ってみれば失敗ではなかった。全てが、最高の出来事だったのではないか。

失敗をしたときに起こりうる、負の思考。私は、「最高」を合言葉に、断ち切ってしまう良いのだと思った。「失敗をした。どうしてあんなことを。あんなことしなければ、…ああこれも最高の出来事なのか。どのような最高の出来事なのだろう。」と。負の思考を、最高だと変えてしまえばよい、最高だと断ち切ってしまうばよいのだ。負の思考に飲み込まれそうなき、一度これを思い出してみて欲しい。

しかし、どうしても自分を責めてしまう人もいるだろう。私はそれもまた良いのだと思う。私は、明るくなるのが全てとは思わない。苦しいときは、その苦しさに浸ってもいい。苦しいからこそ、気がつくも

のだってあるのだから。真つ暗闇に居るからこそ、微かな光にも気がつけるのだろう。自分に悲観的だからこそ、周りの良さにも気がつけるだろう。ポジティブ・ネガティブという表現があるが、私はどちらも良いと思う。失敗をし、ポジティブなりに立ち直るのも、ネガティブなりに新たなことに気がつくのも、どちらも最高の出来事ではないか。私は、どちらも最高の選択だと思う。

起こりうることは全て最高の出来事。この言葉が、失敗に落ち込む人、今ままであまり落ち込むことがなかった人、それぞれに残ってくればと思う。今ままであまり落ち込むことがなかった人も、人生、いつかは大きな壁にぶつかる瞬間があるだろうから。落ち込む人は、これまでたくさん苦しんできただろうから。失敗に苦しむあなたへ。いつかのあなた、今のあなた、全てのあなたへ。私は届けたい。失敗をしたとき、苦しいとき、どうか、最高だと思いついてほしい。そこからどう解釈するかは、あなたの自由だから。あなたがどのような選択をしようと、それは絶対に最高の選択だから。あなたはあなたなりに生きていい。あなたは最高だから。



## 引き出しの増やし方

浜川市立浜川中学校 三年

金子 耀

みなさんは、雑学について、どんなイメージがありますか。雑学は、役に立たない知識というイメージがあると思います。雑学には元々、「多面に渡るまとまりのない知識や学問」という意味があります。これまで、私にとっても、雑学とは、ただの多様な知識のことでした。ですが、私は最近、雑学とは、人生をより豊かにするものだと考えるようになりました。

そのきっかけは、三月二十八日、生徒会本部役員として、浜中を代表して浜川みどりロータリークラブ主催の、群馬県知事との意見交換会というイベントに出席したときのことです。知事との意見交換の中で、山本知事はこう話していました。「人生に無駄なことはないので、あらゆる経験をしてください。また、勉強とは自由になるためのもので、勉強で得た知識の引き出しを増やしていくことが人生の選択肢を広げます。」私は自分の日常生活を振り返ってみて、テレビを見るのが好きで、テレビで得た情報、雑学を会話のネタとしてよく友達と話していたことに気づきました。これは、雑学がコミュニケーションツールとして、中学校生活をよりよいものに行っていると云えます。また、自分が知っている雑学と授業で得た知識が結びつき、理解がさらに深まった経験もありました。これは、自分がそれまで持っていた知識と、新たな知識がリンクすることによって、日常生活での新たな気づきや発見が生まれていると言えます。そして、色々なことに興味をもつことで知識が広がり、得た知識からさらに興味が広がります。例えば、私は小学校六年生のときに占いに興味をもち、三千年以上前に古代中国で生まれた「四柱推命」という占いを独学で始めました。本を買い、「四柱推命」について調べ、知識を増やしていくうちに、そこからさらに、ヨーロッパで生まれた占い、

「西洋占星術」にも興味をもち、「手相占い」といった別のジャンルの占いにも興味を持ちました。知れば知るほど、多方面に興味広がります。これは、勉強にも言えることです。かの、アルベルト・アインシュタインの名言で、「I learn, The more I realize I don't know, The more I want to learn.」という言葉があります。「学べば学ぶほど、自分がどれだけ無知であるかを感じ知らされる。自分の無知に気づけば気づくほど、よりいっそう学びたくなる。」という意味の言葉です。知識から興味を、興味から新たな知識を得ることで、知識の引き出しの数が増え、自分の人生の選択肢が広がっていくのではないのでしょうか。そして、それを続けることで、自分が将来やりたいことも、きつと見えてきます。これは、今の私にも言えることです。私は小学校四年生のときに、プログラミングを始めました。プログラミング教室で、初めは小学生からでもできる簡単なプログラミング言語を習い、ゲームが作れるようになると、プログラミングが楽しくなってきました。そこから、Python、JavaScriptといった本格的なプログラミング言語にも興味をもつようになりました。気づけば今年で六年目です。今では、私の将来の夢はプログラマーになることです。自分の好きなものを続けること。それは自然と、知識から興味を、興味から新たな知識を得ることになっていて、自分の将来が見えてくることに繋がります。

私にとって雑学とは、単なる多様な知識のことでしたが、その知識が多くのことに興味をもつきっかけとなり、占いやプログラミングといった、自分の可能性を広げてくれる知識の引き出しを増やしてくれるものとなりました。そして、知識の引き出しの数に限界はありません。興味から知識を増やすだけでなく、興味から挑戦につなげることにより、成功しても失敗しても、多くの知識を得ることができるようです。

山本知事が言っていたように、私は自分の人生の選択肢を広げるために、たくさんの方に興味を持ち、勉強に励み、挑戦し、知識の引き出しを豊富にしていきたいです。そして、広がった多くの選択肢を自由に選び、自分の人生を実りある楽しいものにしていきたいです。

お兄ちゃん

前橋市立大胡中学校 三年

岩川 新平

深夜、床や壁を通じ、大きく鈍い音が僕の部屋に響き渡る、兄である。早朝、電車が見たいと騒ぎ立てる、兄である。この世界でたった一人の、大嫌いな、僕の兄である。時には物を無闇に傷つけ、時には自らを傷つける。そして、そんな兄を両親のように理解してあげることで、きない自分もまた、大嫌いであった。

あなたは、人との間に、心の壁を感じたことはあるだろうか。僕は、兄との間にずっとそれを感じていた。

兄は、重度の知的障がいを持っている。どれほどの月日を共にしても、僕の兄に対する拒絶反応がなくなることはなかった。普通の兄ではない兄が、たまたま嫌であった。もちろん、自分が兄に対して抱いている感情が、自分本位なものであることは分かっていた。しかし、僕は買い物に行く時の周囲の視線も、親戚の子供の嘲笑も、嫌で嫌で仕方がなかった。兄を理解するために、社会福祉の考えを学んだり、僕と同じ立場の方の話を聞いてみたりした。それでも、僕は兄を愛せない。その思いは、兄との間の、もはや打ち壊せないほどの大きな壁になってしまった。僕は、兄も、自分自身も、大嫌いだった。

ある日のことである。その日は家族全員で買い物へ行っていた。「家族全員での外出は久しぶりだな。」そんなことを考えていると、兄が僕を見ながら笑顔で、両手で丸を作った。その時、僕は自分がまだ幼かった頃のことを思い出した。あの時も、兄は両手で丸を作っていた。その

意味を尋ねると、母は笑顔で「『みんな』とか『家族』とか言っているんだよ。」と教えてくれた。僕は再び兄を見た。兄は家族と僕を見て、笑っていた。そこには、今も昔も変わらない、兄の僕たち家族への優しい思いがあった。僕は、兄の嫌なところばかり気にして、兄の思いに気づけなかった。兄を自己中心的であると決めつける、その思いこそが、自己中心的であったと気づいた時、僕は自分を恥じた。さまざまな感情が溢れる胸の中、兄がくれた温かみだけは確かなものであった。

心の間に築いた壁。偶然にもこの出来事のおかげで、僕はそれを壊し、兄の思いに気づくことができた。そして今、この経験を、僕はより多くのことに活かしていきたいと思う。理不尽に壁をつくり、兄と心を通じ合わせる事が出来なかったこの数年間を、ただの後悔で終わらせないように。より多くの人の思いに気づけるように。人と接する時には、自分から心の壁を壊し、今相手がどんなことを考えながら話しているのか、相手の視点に立って、その人の思いを分かろうとすることが大切なのではないだろうか。相手への先入観を取り払い、相手の心に寄り添うことを第一にして、人と接していきたい。

もちろん、先入観を取り払い、心の壁を100%無くすことはほぼ不可能であろう。それでも僕は、やはり人と人は通じ合えると信じていたい。僕たちの間には人種、性別、性格など探せば星の数ほどの違いがあるだろう。しかし、そんな違いによって生まれた心の距離も、一人一人がお互いに勇気を持って一歩ずつ踏み出すことで、縮めていけるのではないだろうか。僕はそんな可能性を心から信じているし、常にその一歩を踏み出していける人間でありたいと思う。

## 後悔の記録

伊勢崎市立第三中学校 三年

須賀 琴美

「後悔。」この言葉を聞いたみなさんは、今、どんな出来事を想像しましたか。この瞬間まで生きてきたならば、きつと誰しもが思い当たることはあるでしょう。もちろん私もあります。どんなに注意していても、後悔してしまうことはたくさんあります。その中でも特に後悔している出来事を忘れないよう、今私はこのスピーチをします。

「まだ大丈夫。」「後でいいや。」色々なことに対してこう思っていた矢先、私の人生を百八十度変えるような出来事が起きてしまいました。昨年の年末、我が家の大黒柱の父が病気であることが発覚しました。余命は半年です。しかし、亡くなったのは今年の三月に入っただけだったので、約二ヶ月でした。家族三人で過ごすことができたこの二ヶ月間は、とても濃く、笑いあり涙ありな期間でした。どんな時でも悲しいけれど、どんな時でも忙しく、複雑でした。今になって思い出し、後悔することがたくさんあります。

例えば昨年の十一月に、私がチェレンジウィークで職場体験をさせていただいた時のことです。この体験によって私は、仕事の大切さや楽しさを感じることができました。ですが、職場体験を終えて父と話す際、私は「楽しかったよ。」としか言わなかった記憶があります。今思えば「店内の掃除をしたり、POPを作ったりしたよ。」ともっと詳しく話せばよかったなと思います。また、コロナで外食する機会がほとんどなかったのも、家族三人で食事をするということが少なかったのも後悔の一つです。亡くなる一ヶ月ほど前からは、父の食事が急激に減っていきました。それと同時に脳も体も衰えていったので、父がまだ動いていた時

間がとても貴重に感じられます。

「もつと話せばよかった。」だけでなく、「なんであんなに冷たくしてしまったのだろう。」や「もう少し親切にしたらよかった。」という思いもあり、後悔は数えきれません。それでも私は全力で尽くしたつもりですが、どうだったのでしょうか。大変なこともありましたが、父は、最後は安心したような、穏やかな表情でほえんでいたもので、やりきったのかなと思います。

これはあくまで私の大きな後悔であり、他にも生きてきた中で後悔はたくさんありました。謝れなかったこともあるので、今伝えます。「ごめんなさい。」そして、「ありがとう。」私達は人間なので、後悔と同じく「後回しにする」という経験が多かれ少なかれあると思います。私は「これは後でいいや。」と考えてしまうことが多かったです。ただ、それは軽い出来事だからこそ通用する言葉であって、重い出来事を後回しにした場合はどうなるでしょうか。もしかしたら、取り返しのつかないことになるかもしれません。それが「大きな後悔」になるのです。私はこの体験を通して、たとえ軽い出来事であっても、後回しにしない方がよいと考えました。「できることをできる時に」、「伝えられることを伝えられる時に」：私は二ヶ月間これを心がけて生活してきました。それでも後悔しているのに、心がけていなかったらどれほど後悔したでしょう。悔やんでも悔やみきれません。

今の私のように、すぐ後悔しているという気持ちがある人はきっといると思います。みなさんも「後回しにしない」ということを、これから少しずつ意識してみませんか。少しずつで良いのです。地道にコツコツ積み重ねることで自然な習慣になります。人間は、意識すれば変わるのです。後悔をゼロにすることは難しいことですが、心がければ後悔は少し減ると思います。今の自分から、未来の自分へつなげる第一歩です。十年後、二十年後に少しでも「あの時にしておいてよかった。」や「後回しにしないで良かった」と思えたら、幸せです。それを目指して一生懸命がんばりましょう。

私の大切な思い出の一つ、「後悔」をこの原稿用紙に記録しました。

## 第45回少年の主張中部地区大会開催要項

### 1 目的

少年が、日ごろの生活をとおして感じていることや考えていることを発表することにより、社会の一員としての自覚を高めるとともに、少年に対する県民の理解や認識を深め、青少年健全育成活動の一助とし、併せて「少年の日」の普及を図ることを目的に実施する。

2 主催 群馬県 群馬県教育委員会 群馬県青少年育成推進会議  
独立行政法人国立青少年教育振興機構

3 主管 中部教育事務所

4 共催 玉村町教育委員会 玉村町青少年育成推進員連絡協議会

### 5 期日・会場及び日程

(1) 期日 令和5年8月20日(日)

(2) 会場 玉村町文化センター 小ホール

所在地：佐波郡玉村町福島325 電話：0270-65-1110

(3) 日程

① 開会行事 (13:00～13:15)

② 発表(発表順は抽選で決定) (13:15～15:30)

③ 審査 (15:30～16:00)

④ 閉会行事 (16:00～16:30)

- ・入賞者発表並びに表彰
- ・講評

### 6 出場者

各郡市大会より推薦された管内の中学校・中等教育学校(前期課程)・特別支援学校(中学部)の代表生徒(18名)

	前橋市	伊勢崎市	渋川市	北群馬郡	佐波郡	合計
推薦人数	8	5	3	1	1	18

### 7 発表内容、方法及び発表時間

(1) 発表内容

- ・社会や世界に向けての意見、未来への希望や提案など。
- ・家庭、学校生活、社会(地域活動)及び身の回りや友だちとの関わりなど。
- ・テレビや新聞などで報道されている少年の問題行動、大人や社会の様々な出来事に対する意見や感想、提言など。

上記のような内容で、心からの思い、考えたことや感銘を受けたことなどを、少年らしい自由にユニークに、飾り気のない言葉でまとめたもの。

また、商業的な固有名詞の使用は極力避けるようにしてください。

(悪い例：〇〇県にある〇〇旅館 良い例：〇〇県にある旅館 など。)

(2) 発表方法 自由(日本語で発表することが条件)

(3) 発表時間 5分程度(400字詰原稿用紙4枚程度)

※5分程度とは、おおよそ4分30秒から5分30秒まで。

※発表時間は「作文本文の出だし」から「作文本文のおわり」までを対象とします。(5分程度を大幅に超える発表については、5分程度になるように御配意願います。)

## 8 入賞者の審査及び表彰

- (1) 最優秀賞4名、優秀賞14名とし、審査員の合議で決定します。
- (2) 最優秀賞受賞者を9月16日（土）に開催される少年の主張群馬県大会に推薦します。

## 9 審査員

	氏 名	所 属 ・ 役 職 等
審査員長	荻野 雅志	県中学校長会総務部長（前橋市立桂萱中学校長）
審査員	山田 千広	伊勢崎市小中学校PTA連絡協議会長
	藤井 福雄	前橋市青少年育成推進員連絡協議会長
	羽二生 悦郎	玉村町青少年育成推進員連絡協議会長
	酒井 暁彦	中部教育事務所長
	武川 美歩	中部教育事務所学校教育係指導主事

## 10 撮影について

### (1) 写真撮影について

- ① フラッシュやシャッター音がするなど、発表に支障がでることを考慮して、発表中の写真撮影は禁止いたします。（発表者に平等を期すため。）
- ② 開会行事、閉会行事（受賞発表や表彰状授与）、受賞後の記念撮影については許可します。
- ③ 学校の広報誌のために、自校生徒についての撮影をしたいという申し出があればその場合に限り許可します。（本人及び保護者に許可をとってください。他校生徒の発表の撮影は禁止します。）
- ④ 報道機関の取材に関しては写真撮影を許可しています。

### (2) ビデオ撮影について

ビデオ撮影については禁止しませんが、撮影する場合は発表者及び参加者の支障にならないように注意してください。（通路に三脚を立てる等の行為は禁止します。）

### (3) 携帯電話・スマートフォン等の使用について

会場内での使用はご遠慮願います。電源を切るかマナーモードにしてください。

## 11 その他

- (1) 中部地区大会の発表順は別紙を参照してください。
- (2) 発表生徒及び応援生徒の送迎は保護者をお願いします。
- (3) 本大会の出場に際し提出された個人情報、本事業の運営に関する目的にのみ使用します。また、発表作品及び個人情報の一部（氏名、在籍校、学年、写真等）については、関係機関に配布する文集や中部教育事務所の広報誌及び Web ページに使用します。
- (4) 提出された個人情報を、別の目的で使用する必要が生じた場合は、別途、本人の了解を得ることとします。なお、提出物は原則として返却しません。
- (5) 新型コロナウイルス感染症等の状況に応じて、開催方法を変更する場合があります。
- (6) 中部地区大会に推薦された生徒は、発表原稿・原稿データの他に、発表を撮影した動画データを提出していただきます。また、県大会に推薦された生徒については、顔写真のデータも提出していただきます。詳細については別紙を参照してください。



第 45 回少年の主張中部地区大会  
発表文集

発行日 令和 6 年 1 月  
発 行 中部教育事務所  
前橋市上細井町 2142 番地 1