



## 誰かのために

僕の父は今、出張で外国にいる。レバノンの首都ベイルート、東京からは九千キロメートルの距離だ。簡単に会える場所ではない。今度父に会えるのは約一年後の一時帰国のときで、出張が終わるのは三年後だ。

以前の父は仕事が忙しく、ほとんど家にいなかった。しかし、出張に行く一年前からは準備期間として家で過ごす時間が長くなった。その期間は、一緒に勉強をしたり、学校のことを相談したり、沢山話ができた。父が行ってしまった今も、メールなどですぐに連絡が取れるので、離れている寂しさはあまり感じない。僕の生活は、以前とそれほど変わっていない。

一方、父はレバノンでは外国人の立場だ。慣れない土地、母国語ではない言語、文化も生活様式も異なる中で、とても安心した。そして、あることを思い出した。

僕の小学校のときの友達の一人は、お祖母さんと一緒に暮らしていた。その友達は、お祖母さんに感染をさせまいと、とても気を遣っていた。自分自身だけでなく、大切な家族を守るため、できるかぎりの対策をしていた。その話を聞いて僕は、一緒にいるからこそその気遣いがあるのだと知った。

そして、自分のためと想っていたことが、周りの人のためになっていくこともあるのだと気付いた。それ以来僕は、自分の行動が周囲に与える影響をしっかりと考えようと思うようになった。さらに、家族や友達、先生などの目の前にいる人だけでなく、もっと広い相手を考えようとも思った。

例えば、近所の名前は知らないけれど顔見知りの人々。通学で乗るバスの運転手さん、一緒に乗り合わせる他の乗客。近くの交番のお巡りさん。よく行くお店の店員。みんな、僕とは年代も立場も違うけれど同じ地域で生活をする人々だ。家族の形や出身地も様々だろう。この東京には、父と同じような立場の外国人も大勢いる。父に対して何もできない代わりに、僕はここで自分

の暮らしは、決して楽ではないだろう。そんな父のために僕は何ができるだろうか。精々、飼っている猫の写真を送るくらいで、直接父を助けるようなことはできない。だからと言って、何もできないままにいるのもどうかしく感じる。

また、今のコロナ禍で、秋田にいる祖父母とも会うのが難しくなった。二人とも元氣だが、もう八十歳を超えている。前から母は、帰省などで祖父母と会う度に「あと何回会えるかな」と言っていた。僕自身も、このような状況がまだ続いたらもう祖父母とは会えないのでは、と思ったこともあった。今年に入って、二回目のワクチン接種を終えた祖母が東京に用事があって来たときに、二年ぶりに会うことができた。元氣そうな顔が見られ

が出会った人達に、少しでも助けになることがあれば手伝いたいと思う。

僕自身もアメリカで外国人として暮らしたことがある。現地の言葉や常識が分からず、困った経験や恥ずかしい思いも沢山した。もちろん、親切な人に助けられ、感謝したことも数えきれない。逆に、見当違いな手助けをされて、悲しい思いをしたり、かえって状況が悪くなったりしたことも度々あった。

自分の価値観だけで物事を考えると、違う背景をもった人に対しては、親切のつもりでしたことがむしろ迷惑になってしまう場合がある。自分とは違う文化や慣習、価値観をもつ人がいることを考えずにいては、一人よがりな行動になってしまうかもしれない。それは相手が外国人、日本人にかかわらず、誰であっても言えることだと思う。住む人みんなが、たとえ初対面であっても、相手と自分とは違う人間であるという意識、その人の気持ちや大切にしてほしいとする意識をもって接することで、この地域全体がすべての人にとって住みやすい場所になると思う。



練馬区立開進第二中学校 三年 安齋 佑望

## 魔法の言葉

日々悪化していくコロナ感染、急速なインターネットの発展、これらは人と人との会話を減少させ、ネガティブなイメージを与えていると思うのは私だけだろうか。たくさんの人々が経済的、心理的、社会的な問題を抱えている今、東京都民である私には何ができるのだろうか。

コロナ禍である今、学生である私にもストレスを感じるときがある。中学三年生という、人生の中でもとても重要な時期に、病気にはかかりたくない。毎朝学校に行くとき、みんながマスクをかけ、接触を防いでいる姿を見るのはなんだか息苦しい。学校の中でも、コロナ対策で給食はみんな前を向いて食事をしたり、友達同士近づいてはいけないなど様々なルールがある。全体的に、コ

ロナ以前より暗いイメージだ。

そんな学校生活を送っていたある朝、いつものように学校へ行こうとマンションのエレベーターのボタンを押したら、掃除のおばさんが階段の柱につかまってストレッチをしていた。朝からなんと健康的なのだろう。挨拶をしたら、ストレッチをやめ、私のほうに振り向いた。そして笑顔で、

「あら、学校に行くのね。頑張って！ 行ってらっしゃい！」  
と言った。この一言はなぜか私の冷めたかった心を温め、学校に行く道、ずっとふわふわした気持ちだった。とても嬉しかった。おばさんは毎週月曜日が当番なので、月曜日はいつもワクワクするようになった。

なぜおばさんの一言は、それほど大きな力をもっていたのだろうか。特に複雑な言葉ではない。それなのに心を豊かにする。それは、おばさんの真心、気遣いがあるからではないかと思った。真心、それは飾りもない、何も意識しない、真実の心だ。そして、この真心から出てきた気遣いが、力をもつ種なのだ。実に魔法の言葉のようだ。

現在、外出を控えなくてはならないため、インターネットでコミュニケーションをとることが多い。では、文字を打ってコミュニケーションをとる方法ではどのようにして真心と気遣いを正確に相手に伝えることができるのだろうか。私が思うに方法はいくつかある。

まず、言いたいことをできるだけ分かりやすい言葉で伝えることだ。最近、言葉を短くしてチャットをすることが多いが、その言葉を知らない人には、違う意味に誤解されたり、傷付く可能性もあるだろう。だから、メッセージを送信する際、相手はこれを見て自分が言いたいことが伝わるだろうか、と少しでも再確認する小さな気遣いで大きく関係は変化するのではないだろうか。

ボイスメッセージを使うのも、一つの方法であると

考える。ボイスメッセージは普段使うことがとても少ない。だが文字で打つより相手は理解しやすいこともあるはずだ。この前、私の誕生日に離れた友達からボイスメッセージを受け取った。会えないため、ずっとチャットで会話していたのだが、それを聞いたとき、普段のメッセージより百倍感動した気がする。言葉というのは、やはり人間が口で伝えるのが一番響くのではないかと思った。真心も同じく、対面の方が伝わりやすいものだと思う。

今も東京の見知らぬ場所で、落ち込んでいたり、ストレスを感じていたりする人はいるはずだ。もし、私たちの一言でその人の負担を少しでも減少させることができるのなら、試しにでも困っていきそうな人に声をかけてみたらどうだろう。しかし、困っている人はいつも分かりやすいわけではない。だから日々の積み重ねが大事なのだ。これからの東京をより良く維持するには、私たち都民が支え合い、団結することがとても大切になると考える。だから私はこれからそばにいる人をポジティブに、笑顔にできる人になりたいと思った。



東村山市立東村山第四中学校 三年 上野台 みなみ

## 「高齢者の暮らしやすい街で人とのつながりを」

二〇二一年、世の中では高齢化が急激に進んでいきます。私は、高齢者にとって暮らしやすい街づくりをテーマにしたつながりについて調べることにしました。

つながりを作るためにはまず、高齢者への理解が必要です。そこで私は、高齢者の不安についてを調べてみました。内閣府が平成十四年度と平成二十六年に行った「一人暮らし高齢者に関する意識調査」では健康や病気のことが不安の第一位でした。しかし、この二つの年を比較すると不安は減少していることがわかりました。平成十四年度は約八十%の人が回答していましたが、平成二十六年度は約六十%と約二十%も減っていたのです。このことから、高齢者への新たな取り組みがされているからなのではないかと考えました。

私は取り組みについて詳しく調べました。ホームアルリックという高齢者の見守りを目的とした自治体サービスでは、高齢者の不安を軽減するために「みまもりサポート」というものを導入しています。家に機器を置き、緊急時にボタンを押すだけで助けを求められることができ、すぐに従業員が駆けつけます。また現在急速に進化を遂げているAIを活用することも良いと思います。私は道徳の授業で遠隔医療という言葉を知りました。医師がAIを利用しリモートで患者を診断します。出歩くことの困難な高齢者が直接病院に行かなくて良いこと、いつも病院とつながっている安心感があります。また、病気にかかってしまったとき、入退院を繰り返すことなく、住み慣れた家での生活が可能です。

これまで高齢者の暮らしやすい環境を紹介しましたが高齢者が望む地域全体での暮らしやすい街とはどのようなものなのでしょうか。東京都では「住み慣れた街でいつまでも」最期まで自分らしく暮らせる街東京」という冊子が作成されました。これは高齢者自身が人生の最期をどう迎えたいかを早い段階から家族と話し合うことで最期まで自分らしく暮らせて思い通りの最期を迎えられるのではという思いで作られました。高齢者は家族の支えが必要不可欠です。話し合いの結果、さらにその街の医療チームがサポートをします。移動や買い物がいや

ないといったちょっとしたことでも配慮の一つです。私も心がけていきたいです。

すといったことはもちろん大事ですが多くの人で支えることは高齢者自身が一番安心できます。地域の治安が良いことも高齢者の望む暮らしやすい街なのです。

高齢化が進む世の中にはありますが、それ以上に高齢者への取り組みがされていることがよくわかりました。私たちが配慮をすることで高齢者が暮らしやすい街は、ますます作られていくと思います。

次に、高齢者のために、私たちにできることは何なのでしょう。私は高齢者への配慮が大切だと思います。周りの人の配慮が高齢者の暮らしやすい街につながります。例えば、高齢者が困っていたら声をかけたり、電車やバスで席を譲ったり、できることはたくさんあると思います。また、それ以外にも自分が自転車で乗っている前に高齢者の方が歩いていたら、猛スピードで追い越さ

私たちがたくさんの人に支えられて今を生きています。これまでの私たちは自分が何かをしてもらうだけでした。でも私たちは大人への一歩を踏み出そうとしています。私はこれから私たち一人一人が誰かを支える番だと思っています。その中で高齢者への配慮は今まで自分たちを支えてくれたことの恩返しにもなると思います。二〇二一年、これまで以上に人とのつながりが大切だと感じています。まだまだ、先の見えない毎日が続きますが、私は人とのつながりを通して新たな一歩を踏み出していきたいと思っています。



世田谷区立世田谷中学校 三年

川原 みつ葉

## みんなでシェアして心をつなげる

「本帰国が決まった。」

そう言われたのは約一年半前だった。私は小学一年生の時からインドネシアに滞在していた。それが中一の三月、コロナウイルスの影響で急遽日本に帰国することになった。日本の学校にはほとんど通ったことがなく、何より友達に直接さよならも言えずに別れることが悲しかった。そして、不安を抱えたまま登校初日を迎えた。

最初はとても新鮮なことばかりだった。しかし、早く慣れなくてはと思えば思うほど焦り、上手くいかない悲観的になることも度々あった。そのような中、支えてくれたのは、家族や友達だった。話を聞いてくれたり、温かく接してくれたら、私は何度も救われた。

コロナ禍で大変な思いや、辛い思いをした人の数は計

り知れない。そんなときこそ大切なのは、「人とのつながり」だと思う。対面ではなくても、誰かに話してみても、誰かの話を聞いてみる。心も、励まされるかもしれない、気付きがあるかもしれない。

そこで忘れてはいけないのは、不安を抱えている人は自分一人ではないということだと思おう。いつも明るい友達も、応援してくれる家族も、誰だって不安を抱えることはある。そのようなとき、私は何が出来るだろう。どうすればつながることが出来るだろう。それは、喜びや幸せ、悩みや不安も「共有」することだと思おう。明るいことを共有することで、プラスな気持ちは倍になる。また、悩みや悲しみも共有することで、マイナスな気持ちは半

分に分割される。つまり、互いに感情や思いを分かち合うことだ。

そして、共有することは気持ちに関すること以外でも通ずると思う。例えば、家でケーキを焼いたら、量が多すぎたとき、ご近所さんに「作りすぎてしまったので」とケーキを分ける。これは、幸せの共有といえるのではないか。また、たくさん荷物を持って重そうにしている人がいれば、「持ちましようか」とその荷物を運ぶ。これは、重さを半分に分割している。このように、「共有」つまり、共同で所有することで人とのつながりを保つことが出来ると思う。

人は一人では生きていけない。これは、今のような大変な状況の中で私が痛切に感じたことだ。しかし、私は今、支えられていることばかりである。支え合いという言葉のように、一方的な支えでは心のつながりは生まれない。私がもらった励ましの言葉や、親切。それらを今度は私がお返しとして支える番だと思った。まさに、支え合いの形を作っていくべきだと思う。

人々が、喜びや幸せ、悩みや不安など様々なものを共有し、心をつなげることで支え合いながら暮らすことが

できると私は考えた。時には誰かの手を借りる、時には誰かに手を貸す。そうやって、共に支え合い、お互いを補って暮らしていきたい。





東京大学教育学部附属中等教育学校

三年

菊地 莉子

## 令和のとなり組 始動

全国から様々な人たちが出入りする都市はどうしてもドライな人間関係になりがちだと思う。特に東京は、人間関係が希薄と思われがちだが、私の住んでいる町は少し違っている。東京の人情も捨てたものではないと思っている。

私の住む世田谷では、自治会が活発だ。夏には子ども納涼会、秋には子どもが主役で運営する祭りもある。自治会の人はもちろん、交番の警察官や近隣の小中学校、多くの人のバックアップで開催できている。そこで知り合った地域の人や警察官、他学年の友だちと交流ができた。絆を深めることができた。また、自治会からの敬老記念品を母と届けたとき、一人暮らしの人がとても喜んでくれた。このイベントがなければ話をすることもなかった

かもしれない。帰り際「あめか何かをあげないと」とう

れしそうにお菓子を手渡ししてくれた。思いがけずこのような交流ができ心がほっこりした。近隣の人とコミュニケーションがとれる良い機会となった。私の家は、近くに親せきがないため地域の人と顔見知りになることはありがたいことである。学童帰りの暗い道、地域の人から声をかけてもらうことでどれほど安心したか今でも覚えている。

しかし、母親世代では、自治会不要論もでてきているそうだ。「東京の自治会あり方研究会」の調査によると、自治会加入率は、二〇〇三年では六十一%に対して二〇一三年は五十四%まで下がっている。減少した理由は、加入費や時代に合わない運営方法、濃密な人間関係に抵抗感

を抱いている人が多いからではないか。実際に地域とのつながりの良さも体験していないからなのかもしれない。

内閣府の調査をみると、六十%をこえる人が何らかの形で住民同士、関わりたいニーズがあると分かっている。コロナや天災など社会問題が多い時代だから他者とのつながりはより一層大切になっている。私たちは、人の支えなしでは生きていけない。多様な人とのつながりをもつことは、自分の考えや生き方を知る手段にもなり、人生を豊かにしてくれる。近所付き合いは、人との出会いやつながるきっかけになる。自治会は、昔は隣組といい、困ったことを隣所で協力してきた。自治会の新しい在り方として、時代に合うように、世代間で話し合ったり、町にいる外国人の人の意見も取り入れたりして、開かれたコミュニティにすることが理想だ。適度な距離感を保ちつつ、できる人ができるときに活動する場所「令和のとなり組」を始動させたい。





## 心の支え合い

国分寺市立第四中学校 二年 清田 舞

支え合いとは、互いに相手の助力となり、状態や関係などを維持していくこと。つまり、より良く生きていくためのことを互いにしていくことだと私は解釈した。しかし、その支え合いにはしようとする意思がなければ結果として表れないだろうし、気分が良くならないと思う。そして、補助や支援などの一方的なことでは支え合いとは言わない。互いに助け合うことが必要だと思う。さらに、支え合うとは、金銭的なものだけでなく、心の支えもあることを、忘れてはならない。

私は中学生だ。働けないし、社会に貢献する機会が少ないし、できないことが多いと思う。私は社会を生きる大人の方々に支えてもらっている立場である。だから支え「合う」ことができないと思っていた。これは金銭的

なことと、行動力のことだった。しかし、私にも支え合いのきっかけがあったのだった。

私は市の団体に入っていた。ボランティア活動をしたリ、キャンプをしたりするものだ。ある日、私は養護ホームに訪れた。私たちは劇をしたり、施設で暮らす方々と一緒に歌ったりする活動だった。私はこれまで支えてきていただけでお世話になったこととそその日楽しませていただいたことで感謝の気持ちでいた。私たちが支えてもらうだけではいけないとはっとしたが、その心配はいらなかった。施設で暮らす方々も劇のときは楽しんで見守ってくださったり、歌ったときは手拍子をしたり体を動かしたりしてくださった。私たちに無理に合わせているようなぎこちなさはなく、過ごした短い時間を満喫

してくださったような笑顔だった。帰り際には「ありがとう」などの感謝の言葉までいただいた。私も嬉しかったが、驚くことに施設で暮らす方々も楽しめたことを嬉しく思っていたら嬉しかったようだった。このとき、初めて「支え」が「支え合い」に変化するきっかけになったのだと感じた。この小さな出来事は単なる思い出となるかもしれないが、このようなボランティア活動は私たちが支え合えるようになる一歩だと思った。私たちは大きな力や知識などで支えたり貢献したりすることはできない。しかし、誰かの心の支えになることはできるかもしれないのではないだろうか。

朝や夕方、近所の方々と会って話すとき、挨拶をするのですが嬉しい。日頃の感謝の気持ちを込めて挨拶をすると、笑顔で話しかけてくださる。これは私の自己満足としてもとらえることができるが、私の母は近所の子どもに元気な挨拶をされると明るくなれると言う。このよくなささいなことで微力であっても一方的な支えを受けただけでなく、少しは私たちも力になれていることが嬉しかった。

気持ちの支えは挨拶だけではない。特定の人だけを対

象とするのではなく、子どもから大人まで快適に過ごせるようにすることも支え合いの一つであると考えられる。そのため私はボランティア活動でゴミ拾いなどをして街をきれいにしていきたい。落ちているゴミを見ると不快に思ったり邪魔と感じたりすると思う。そのようなことがないように心の元気を保つためのことも私ができることだ。

私たちは大きな力で様々な場面で支えられている。それに対して私たちができることは限られているが、何もできないわけではない。支えてもらうだけでなく、微力ながらも私たちが支えようとし、支え合いを成立させたい。ちりも積もれば山となるという言葉がある。大人の方々に多大なるお世話をしていたら、私たちが小さな力を合わせていけば、貢献や恩返しをしていけるのではないだろうか。私も感謝という意思をもって日常的に心がけていくが、友達などと協力してボランティア活動や挨拶を通して地域の力になり、支え合いを成立させたい。



# 心がつながる東京

調布市立第八中学校 三年 小山 和奏

心をつなげ、誰かと支え合うことにおいて根本的に必要なのは、相手を理解し、尊重することだと思う。そしてそれが相手への信頼感、感謝につながって人と人との心結び皆で支え合える社会になると思う。

それでは、相手を理解するにはどうすれば良いのだろうか。それは、相手の意見を聞くということだ。私が小学生だったとき昼休みに教室の隅で一人でいる子がいた。私は、その子がクラスの空気になじめず、一人であるのだと思った。私もそのとき一人だったので一緒に話をしたいと思い、声をかけた。すると、その子は、「ごめん、今私、一人でいたいんだ。」と言った。私の推測とその子の気持ちは異なるものだったのだ。しかし、相手の気持ちというのは聞いてみないと分からない。だからこ

そ自分の憶測で行動するのではなく自分が困ったら助けを求め、相手が困っていると思ったら自分にできることを尋ねるべきだ。そうすれば気持ちを知る、つまり理解をすることができる。相手を理解しないと、問題は解決しないが理解があれば問題点が明確化し、早期解決ができるのだ。そしてそれが感謝につながるのだ。

しかし、相手の気持ちが分かかって理解できてもそれを受け入れられないと意味がない。なぜなら相手が悲しいとか嬉しいとか感じているのが分かっても共感や同情ができないと自分には関係ないと思ってしまう、相手のために何かをしようと思えないからだ。だからこそ尊重が必要なのだ。尊重するためには、広い心をもって相手の意見に耳を傾けること、自分の意見を相手を否定せずに

述べることが大切だ。尊重し合うことによって気持ちの良い話し合いが確立され、互いに信頼感を築くことができるのである。

と信頼感を築くことだと述べたが心のつながりで大切なのは、互いに互いを大事な存在と思えることだと思う。東京は、日本の中で最も人が多い場所の一つだ。だからこそこれから多くの人との出会いがあると思う。私はその出会いを大切にしながら心をつなげたいと思った。

私は、今までの日常でこのような人との関わり方を意識して会話をしていなかった。でもコロナ禍の今は、友達とあまり会えなくなったし、遠くに住むおばあちゃんとも二年近く会えていない。私は、コロナウイルスがもたらした災いによって日常のありがたみ、友人や家族の大切さに気付き人との接し方、一日一日をどう過ごすかを考え、改めようと思えた。コロナ禍で友人や祖母と会えなくなった夏休みはメールのやり取りが心の支えだ。しかし、SNSは寂しさを紛らわし、安心させてくれるが顔を見ることができない。表情を読み取ることができないのだ。だから私はSNSではより言動に気を付けている。不快に思わせないように注意することも大切だとコロナ禍で考えさせられたことの一つだ。そしてもう一つ気付いたことがある。それは、心のつながりに最も大切なのはそうやって会いたいと思えるほど相手を好きだと感じるのだということ。私は、先ほど心をつなげるために必要なことは、相手の理解・尊重から感謝の気持ち





世田谷区立桜丘中学校 三年

佐藤 百華

## 失いたくない日本のおすそわけ

二〇二〇年の台風十九号で、私の住む世田谷区でも多くの被害が出た。道路は冠水し、水害の恐ろしさを目の当たりにした。事前に水害対策はしてあったと思う。しかし実際には、急いで人力で土のうを積んだり、区職員の方々がポンプで多摩川に流れ込む川の排水をしたものの、追いつかなかった。災害が起きてから人力でなんとかしようとしても、限られた力では限界があるのだと思った。

私の住むマンションは百六十世帯が住んでいるが、住民の多くは「知らない人」だ。一軒家が立ち並ぶ地域に住む祖母は、昔は今と違って、ご近所同士が道端で会うと声を掛け合い、体調や家族の様子を知ることでも多かったと話していた。また、調味料を切らしてしまったとき

などは、お互いに貸し借りをしていたという。私の母は昭和育ちだからか、おかずのおすそわけやお土産のやりとりをご近所と頻繁にしている。「作りすぎちゃって。」とおすそわけすることで食品ロスを減らすことができたり、家庭の違う味を楽しめて教えあったりするのも楽しい、と母は言う。こういうお付き合いでご近所との関係が良くなると、地域の結びつきも強くなるのだと思う。

最近では、母親が入院してしまった友人家族のために、母は毎日お昼と夜の食事を作って届けていた。「なぜそこまでするの？」と聞いたら「双子を授かって育児が大変だったとき、ご近所みんなに助けってもらったの。あなたは知らないと思うけどそういう助け合いもありがた

いお付き合いなのよ。遠くの親戚よりも近くの他人って言うけれど、感謝しかないわ。」と言った。私たち双子が赤ん坊のとき、子育て仲間の友人たちが掃除機をかけてくれたり、手作りのおやつを作ってくれたり、よく助けてくれたそうだ。最近その一人のお母さんと道端で会って「あつたね！そんなことも。お互い励まし合って頑張ったよね。」と、昔話をしながら母は楽しそうに笑っていた。私はその様子を見て、なんだか気持ちが温かくなった。母の友人も私を娘のように感じてくれていて、とすら感じた。その帰り道、目には見えなくても気持ちで、そして態度で、みんなに少しづつ恩返ししたいと話す母の姿が、とても誇らしく見えた。

最近では「おすそわけ」という言葉があまり日常で使われていないと感じる。気になって調べてみたら、「おすそわけで人と地域をつなぐ」という記事があった。地方の話だったが、地域でつくられている野菜や食べ物、手作り品などを販売する出店の他、ワークショップなどがあるイベントだそうだ。子どもから高齢者まで毎回千人を超えるにぎわいで、出店者と来場者の交流はもちろんのこと、出店者同士や来場者同士が交流している。そ

こで新たな関係性が生まれたり、最近では様々なボランティア活動も始まっていたりするそうだ。

「あ、これだ。」と思った。大きな災害が起こったとき、「普段から「おすそわけ」などを通してご近所のことを知っていたら、人任せにせず地域みんなと一緒に助け合いながら行動することができるといった。お年寄りが一人で取り残されることも減ると思う。人と人のつながりの輪を広げるために、私には何ができるだろうか。どのように地域とのつながりをもてばいいのか。私に今すぐできることを考えたとき、それはまず「知らない人」で済ませないこと、「自分からご近所の方に気持ちの良いあいさつをすること」だと思った。まずはあいさつを、そこから一言でも話す関係になることが出来たら、母の「おすそわけ」のお付き合いに一歩近づけるのではないか。小さなことからでもすぐに始めたい。

笑顔でご近所同士があいさつを交わし、おかずだけでなく情報をおすそわけし合う関係になれば、人と人がつながり、安心して住み続けられるまちになると思う。





## 近所のつながり

町田市立南大谷中学校 一年 志村 碩亮

僕は、家族の次に身近な人とのつながりは、近所のつながりだと思っています。近所の人と良い関係を築くことができれば、助け合いながら気持ち良く住み続けることができるからです。だから、僕は、まず近所の人とのつながりについて考えていきます。

僕の近所には、幼稚園児からお年寄りまで、様々な年齢の人たちが住んでいます。あいさつをしてくれたり、困ったときに助けってくれたり、親切にしてくれたりします。そのような人たちがいることで、温かい雰囲気になります。近所の人と良い関係が築けていないと、居心地が悪く、住みづらくなってしまいます。だから、近所の人と気持ち良く過ごせる関係を築いていくことは、とても大切です。

た。普段から行き来があったので、助けを求めることができましたのだと思います。逆に、近所の人の調子が悪いときに、その家の子どもが、僕の家で夕食を一緒にとったこともあります。このように、お互いに困ったときに助け合える関係は大切だと思います。

また、近所のつながりが大きな支えになっています。例えば雪の日、雪が止むと、雪かきをできる子どもや大人が、自然と次々に出てきて、自分の家の前だけでなく、近所の雪かきを皆でしています。おしゃべりをしたり、遊んだりしながら楽しく作業をします。一緒に作業することで、近所のつながりがより強まる気がします。出来るときに、出来る人が、出来ることをすることで、皆が気持ち良く過ごせるようになります。そのためには、自分のことだけでなく、周りの人のことにも目を向けることができると思います。

様々な人がつながりを保ち、共に支え合いながら暮らしていくためには、助け合うことが大切です。そのためには、お互いを認め合い、理解し合うことが必要になります。あいさつをしたり、話をしたり聞いたり、遊んだりすることで、その人や家族のことがだんだん分かっ

普段僕は、近所の人とあいさつをしたり、食べ物などを届けたり、逆にいただいたりしています。雨が降ってきたときに、洗濯物が出たままになっている家に、雨が降っていると知らせることもあります。また、近所の家の庭木のせん定や庭の掃除などの手伝いをすることもあります。今まで、年上の人たちに一緒に遊んでもらって、とても楽しかったので、今度は僕が近所の小さい子どもたちと遊んであげています。普段からそのように関わりをもっていることで、困ったときに助けってくれる人が増えるのだと思います。僕が小さいころ、親が用事のあるときに、近所の家で預かってもらったこともあったそうです。小学一年生のときには、魚の骨がのどに刺さり、近所の人に病院に連れて行ってもらったこともありま

きます。そうすると、何に困っているのかが分かり、手を差しのべやすくなります。また、僕や、僕の家族のことも分かってもらえるので、困ったときに助けを求めやすくなります。僕はこれからも、周りに目を向け、自分が気付いた人のためにできることをしていこうと思います。





足立区立鹿浜菜の花中学校 二年 ジャン ハオユエン

## 多文化共生の広い心で

私は中国人として東京で生きている。

私が日本に来たのは、二〇二〇年一月。その年の四月に中学校へ入学した。日本という外国の地で、学校生活を送ることに特に大きな不安はなかった。

コロナの関係で実際に学校生活が始まったのは六月だった。先生方もクラスの人たちも、私に対して、外国から来た生徒という特別な目で見たり、いじめの対象としたりすることなく、今も楽しい学校生活が続いている。

「学校へ行きたくない。」と強く思ったことは一度もない。しかしこのことは決して当たり前なことではないことが分かってきた。ニュースでは、いじめの標的になったり、奇異の目でみられたりすることが原因で、「学校へ

行きたくない」と思う生徒が多くいることを知った。さ

らに、中学生だけではなく、小学生もが自殺するというニュースを聞いたこともある。

中国人で日本語がまだまだな私が、何の心配もなく楽しく中学校に通うことができるのは、先生方のご配慮と、クラスの人たちの優しい心があるからだをつくづく思う。その優しい心とは、私への他の日本人の生徒と「変わらない心遣い」である。

「変わらない心遣い」というのは、案外難しいと思う。人は自分と違う人に対して興味、関心をもつことがあるからだ。時にはそれが悪意をもったものになる。例えば日本にいるのに日本人ではない、肌の色が白かったり黒かったりする、日本語が話せない、など人との違いが悪

意になりがちである。

NBAで活躍している日本国籍の選手は、日本人の名前で活躍している。しかし「黒い肌なのに日本人の名前を名乗っているのはおかしい。」という考えの人が、その選手にひどい書き込みをしたというニュースを聞いたことがある。日本人ならば肌は黒くない、日本人はこうあるべきだという決めつけはよくないと思う。

このようなことは日本だけではなく、どこの国の人についても同じことだ。様々な人とつながるために、その国の文化や風習、伝統を尊重することはもちろん大切である。さらに、それとは異なるものを一切認めず、否定し、該当する人を攻撃、中傷することはやってはいけない。

私はこれからも、中国人として東京で生きていく。「変わらない心遣い」を受けるだけではなく、私自身も相手を理解し、「変わらない心遣い」をしていきたい。日本の文化を尊重する、もちろん、生まれ育った中国の文化や習慣も大事にしていく。これが多文化共生の心で生きていく、ということではないだろうか。



## コミュニケーションからつながる明日

私は、様々な人がつながりを保ち、共に支え合いながら暮らすためには、コミュニケーションがとても大切だと考える。

二〇二一年六月十六日、私はSDGsについて学ぶため、中学校の校外学習で原宿のお花屋さんを訪問した。従業員のうち、障がいや難病がある人たちの占める割合が七十五パーセントに上るお花屋さんである。

日本の民間企業における障がい者雇用の法定雇用率は現在二・三パーセントであるが、現状の障がい者雇用率は平均約二パーセントにとどまっている。また、法定雇用率達成企業の割合は四十八パーセントと半分を下回っている。一方、世界に目を向けると、障がい者雇用率はドイツでは約四パーセント、スウェーデンでは約十二

パーセントと高い水準となっている。そして、その高い壁を乗り越えて企業に雇用されたとしても、障がい者故に限られた単純作業しか与えられない、ジョブチェンジのチャンスがない、他の社員との衝突などの理由で残念ながら定着率は低く、再就職も困難だと知った。

それでは、どうしてこのお花屋さんでは七十五パーセントもの障がい者雇用が進んでいるのだろうか。社長さんのお話をお話を伺い、その理由が見えてきた。このお花屋さんでは、大きく二つのことを実行していた。一つは、職場環境を整えることだ。全ての従業員にとって毎日行きたくなるような、居心地の良い明るい職場を作ったり、ジョブチェンジを希望すれば十回まで可能にしたりしている。もう一つは、従業員どうしのコミュニ

ケーションを大切にすることだ。最初に社会的基盤とし

てのお花屋さんを立ち上げ、障がい者雇用を始めたときには、うまくいかず、従業員の離職や不満も相次いだ。その大きな理由は、従業員どうしでコミュニケーションをしっかりと取れていないこともあり、障がい者に「配慮」しているつもりが「優遇」になってしまっていたことであった。そのため、従業員一人一人にとって、何ができる、できない、できないのかしたくないのかを丁寧に聞き取り、はつきりさせた。すると、それぞれの得意分野を活かすことができ、「働く幸せ」が得られたことで、障がい者の定着率も九割を超えたそうだ。このように、コミュニケーションによる障がい者の定着率上昇が、SDGsの理念である「誰一人取り残さない (leave no one behind)」持続可能な世界につながることを私はこのお花屋さんで学んだ。

私たち中学生にとってもコミュニケーションは重要だ。授業の話し合いでも、考え方の違いを受け入れる必要がある。一つのトピックに対しても、様々なとらえ方、考え方があがる。自分とは違う意見から学べることは数多くある。多数派だけでなく、少数派の意見も否定せず

しっかりと聞き、自分から知ろうとする姿勢が大切だ。

障がいや難病がある人とつながり、共に支え合いながら暮らしていける明日の東京に向けて、私は日頃からコミュニケーションを大切にしていきたい。





# 応援

世田谷区立八幡中学校 一年 高橋 凜名

私はテニス部に入っていてこの間テニスの試合がありました。私は十時ラウンドで試合会場には三十分前の九時三十分に着いていました。そこではまだ九時ラウンドの選手が試合をしていました。コロナ禍なので試合中は声を出さずに拍手で応援することになっていました。私は初めての試合でも緊張している中、十時ラウンドの試合まで席に座って待っていました。

すると前の席に座っている子がコートで試合をしている九時ラウンドの選手に向かって拍手で応援をしました。その子の応援している試合にでている子はユニフォームが異なり、違う学校でした。私はどうして違う学校なのに応援するのだろうと思いました。

そしていよいよ私の出番が来ました。相手はとても強

くて試合をしているとき、もう無理だと何度も思いました。すると席に座っていた子が私に向かって拍手で応援をしてくれました。その行動で私はもう一度落ち着いて試合に取り組むことができました。結果は一ゲームも取れずに負けてしまいました。私にとっては頑張れたなと思っています。もしあの応援が無かったらきっと私は諦めて自分の実力を出せなかったと思います。私はあの応援にすごく救われたなと思っています。

試合が終わって席に着き少し休憩をしていると、前のコートで試合をしている子にすごく応援をしたくなりました。

口に出せなくても、言葉が通じなくても、違う学校でも、違う国でも、敵でも味方でも関係ありません。みんな

な一人一人頑張っています。きっと思いは伝わります。

応援はたくさんの人を救います。あのと私のようになれます。自分の応援した人が幸せな気持ちになったら

私も嬉しそうです。だから私はこれからたくさんの人に応援をしていこうと思います。私はこの試合で応援というものの素晴らしさを知ることができました。スポーツだけでなく、コロナ禍で頑張っている医療関係の方、コロナウイルスと戦っている患者さん、厳しい環境で生きようとしている私たちにも、みんなで精一杯の応援をしましょう。頑張っていない人なんていません。赤ちゃんも、おじいさんも、おばあさんも、みんな頑張っています。言葉だけじゃ何も変わらないことかもしれないけれど、自分勝手なことかもしれないけれど、応援したって失われた命は取り戻せないけれど、世界のほんのちよつともならない行動かもしれないけれど、それでも私は応援という言葉をおぼれずに生活していきたいです。

頑張れ日本。負けるな世界。この応援が誰にどうやって伝わるのか、そもそも自分の応援だけで何が変わる





世田谷区立砦中学校 一年 田村 梨佳

## その一言がきつかけに

二年前の春、私は東京都民になった。横浜で産まれた私は父の転勤で、大阪にも行き、何度かの引っ越しをして、小学六年生の四月に世田谷区の小学校に転校することになった。

転校手続きはしたものの、コロナ禍で学校は休校。友達や知り合いは一人もない新しい環境で不安はふくらむばかりだった。

休校中の課題の一つである毎日の日記に、不安な気持ちを記したら、担任の先生はその気持ちに共感してくれたいうえで、応援してくれるコメントを書いてくれた。そのコメントを読んで、私は少しだけ安心した気持ちになったのを覚えている。

学校が再開することが決まったとき、私は不安や緊張  
私は学校の中で居場所ができた気持ちになったのだ。  
私が転入した小学校も、今通っている中学校も、東京以外の地域からの転校生や海外で暮らしていた帰国子女が何人もいる。そういう意味では、地元以外の人を受け入れる土台ができていた学校だったのかもしれない。

東京という場所は、日本や海外の様々な地域から人が集まる場所である。コロナの感染拡大が収まれば、もと日本各地や海外からの観光客が増えるだろう。新しい土地にきた人、特に新しい土地での暮らしを始める人は不安が多いと思う。

そんなときに、東京をよく知っている人が明るく声をかけることでその人の不安が少しでも和らぐのではないだろうか。

ただし、そのときに心がけておかなければいけないことが二つある。

一つは先入観をもたないこと。見た目ですべて判断して、その人と距離を置いてしまったり、話しかけなかつたりするのはやめたほうがいいと思う。肌の色が違うからとか、話す言葉が自分たちと違うからとか、自分の好みではない服装をしているから、といった理由で排除す

感でいっぱいだった。登校するのが少し怖かった。

登校初日、学校のことを何一つ分からなかった私は、体育館に移動しなければいけないのに、ただただ固まっていた。そんな私にクラスメートが話しかけてくれた。

「一緒に体育館に行こう」

その一言がすごく嬉しかった。ずっと緊張がほぐれていくのが分かった。他のクラスメートもいろいろ話しかけてくれて、初日に私は何人かと友達になることができた。

そこからは友達が友達を紹介してくれて、友達がどんどん増えていき、登校初日の緊張感がうそのように、すぐに学校にも慣れて、楽しい学校生活を送ることができた。クラスメートが気軽に声をかけてくれたおかげで、

ることは、つながることを放棄することになる。

そして二つ目は、価値観の違いを認識すること。人それぞれ大切にしているもの、好みや苦手なものとは違って  
いる。自分基準で判断せず、たとえ理解できない、共感できないと感じる相手であったとしても、いろいろな人がいるんだ、いろいろな考え方があって、と受け入れることが大切だと思う。自分の考えややり方とは違う人を否定するだけでは、共に支え合い暮らしていくことは難しいと思う。

私はこれからも、学校の友達、犬の散歩で会う人、お店の人といった身近でよく知っている人だけでなく、新しくクラスメートになった転入生や、街中で困っている人に対しても、まずは「こんにちは」「大丈夫ですか?」「ありがとう」といった言葉を発して多くの人とつながっていきたいと思う。



## 人との関わりの重要さ

「おはよう、今日も学校頑張ってるね。」

マンションのエレベーターを下りてすぐ、管理人さんに声をかけられた。私も続けて「おはようございます。本日も朝早くからお疲れ様です。」と朝のあいさつをする。自分からあいさつするときもある。朝早くから見回りをしてくれている管理人さんにも、マンション中を毎日掃除してくれる清掃員さんにも、見かけたら必ず「あいさつ」と「日頃の感謝」をセットで伝えるようにしている。この習慣が身に付いているのには、あるきっかけがあったからだ。

私は昔から人見知りで、家族や友達以外にあいさつをすることはほとんど無かった。母の後に続いてあいさつをしたり、ペコリと頭を下げることしかできなかった。

しばらくして管理人室の扉が開き、いつも朝の見回りをしている管理人さんの一人が大量のプリントを抱えて出てきた。「こちらが現在決まった事項をまとめたものです。各家庭一枚ずつお受け取り下さい。」人混みの中で大きな声を出して説明している管理人さんは、いまにも倒れてしまいそうなほどやつれていた。そんな管理人さんはあつという間に人に囲まれ、我先にとそのプリントを奪い取る人々であふれた。

そのとき。「あつ。」という管理人さんの声が聞こえたと同時に、紙がバサバサと落ちる音が周囲に響いた。あんなに集まっていた人が一瞬でまばらになったその当時の気持ちは今でも忘れられない。私は居ても立っても居られず、焦る管理人さんの元にすぐさま向かい、散らばるプリントを拾った。体が勝手に動いたとはこのことだと実感した。呆然と私を見る周囲の目を感じ取りながらも気にせず拾い続ける私は、まるで人見知りだと連想できないような姿だったと言える。その後、周囲で見っていた数人の方が「私も手伝います。」と管理人さんを手伝った。徐々にその場の空気がなごみ、飛び交う言葉はどれも優しく温かいものだった。拾いながら管理人さんは何

当時は親しい人以外にあいさつすることがはずかしかったし、する理由が見つからなかったがその考えを変えたきっかけは、私達の住む地域に近付いてきた台風だ。三日後に大きな台風が来る。この情報が入ってすぐに、管理人室で大人達が会議を始めた。マンションに近い川が氾濫したとき、下の階に住む人々は避難しなければならぬ。これには問題があった。私達の住むマンションは比較的新しく建てられたもので、かつてこのような災害にあったことは無く、大人達は困惑していた。加えてその日は休日だったので結論を待つ住人達で管理人室の周りは混み合っていた。せまりくる大きな台風で住人の不安が高まっているのを感じた。私も当時その場にいたが、一刻も早い情報を求めている人々は、どこかピリピリ度も「ありがとう、ありがとう。」と言ってくれた。

その後、私は管理人さんに「お配りするのを私に手伝わせていただけませんか」と声をかけた。まだ子どもの私を、そして何より面識の少ない私に手伝わせてほしいなんて言われても困ってしまうだろうかと不安になりながら管理人さんの表情をうかがった。その顔はまさに曇りのない笑顔で私を見つめてくれていた。結局プリント配りまでは手伝うことができなかったが、その日以降、私が毎朝学校に行くときに管理人さんが声をかけてくれるようになった。初めは「あるときはありがとう」と感謝を言ってくれて、段々と日が経つにつれて「今日も頑張ってる」など話題が変化していった。

私は今回の件で気付かされたことは、「人との関わりの重要さ」だ。きっかけがあつて、そこから関わりが始まり信頼へと変化する。そしてその大切さを口に出して相手に伝える一番の方法は、あいさつだと思う。する側とされる側、両者に喜びを生むあいさつは、やはり一生ものの習慣にするべきだと強く思った。

# 東京の銭湯

筑波大学附属中学校 二年 中山 美和子

私が日常生活の中で心のつながりを感じる場、それは、東京の銭湯である。城や寺院のような唐破風の屋根の軒下に入り、格子状に木が組まれた高い天井の脱衣場で着替え、ペンキ絵の富士山に抱かれながらゆったりと広い湯船につかる。風呂場にいる皆が、それぞれお互いをそっと気に掛けながらくつろいでいる、それが銭湯である。

我が家では私が生まれる前から、家族で週末に銭湯に行く習慣がある。私の父母は、海外で暮らしていたことがあり、日本に帰国して銭湯の魅力にひきつけられたそう。家風呂の普及により、東京の銭湯の数は減少し、一九八六年に都内に二六〇〇軒あった銭湯が二〇二〇年には六〇〇軒以下になっているという。私は、銭湯を存

続させるだけではなく、その魅力を再認識したうえで世に発信し、多様な人々が心を通わせ、支え合うことのできる場として、新しい価値を吹き込んでいきたいと考えている。

私が考える銭湯の魅力は大きく分けて二つある。一つ目は、他ではなかなか見かけることのできない、日本の伝統が息づいた建築様式である。梅の樹の模様を施したデザインのすりガラス、浴場の床に敷き詰められた五角形のタイル、番台の手すりに彫られている松の葉の模様。どれも、古くから東京で親しまれてきた銭湯を象徴するものであり、はっとするほど美しい。二つ目は、地域に密着した人と人との交流である。番台の方とはもちろん、毎回銭湯でお会いする方と顔なじみになり挨拶を

したり、一緒に歩いて帰ったりする。熱いお湯につかり、心も体も温まった後に涼しい風の吹く夕方をご近所さんと歩くのはとても心地が良い。「もう中学生なのね」と話しかけてくださる。また、一人暮らしのお年寄りの方を見かけないと、お元気が電話をかけてみましょう、ということになる。

このように魅力あふれる東京の銭湯だが、利用者の減少や後継者の不足などから廃業する銭湯が後を絶たない。実際に、私が赤ちゃんの頃から通っていた銭湯は、六年前に廃業してしまい、続けて付近にあったお店も閉じ、地域全体の活気が失われてしまった。その銭湯の常連だったお年寄りの方々は、他の銭湯に通おうにも、坂道を歩いていくのは難しく、とても困っているとおっしゃっていた。

一方、廃業していく銭湯を「残す」ために、写真などの記録や、使用されていたタイル、または建物自体を移築して展示する活動もある。それは銭湯の魅力を伝え続けるという重要な役割を果たしているが、私は、そのような展示を観に行っても、何か置き去りにされてしまっている気がする。それは、銭湯という場での人と人との

心のつながりや支え合いの気持ちである。銭湯は私たちの誇れる東京の文化であるに違いないが、それを陳列して展示するだけでは、伝えきれないものがある。そのことは、銭湯の展示だけに当てはまることではない。我々の生活から生まれた文化は、そこで暮らしている人々の声や動きなどと切り離してケースの中に入れて見せることはできない、ということなのだ。

私は、これまで銭湯に縁がなかった人々にも、その魅力を伝えていくことができたらと考えている。実際に銭湯でお湯につかれば、人とつながることの温かさを感じることができると思う。二〇二〇年の東京オリンピックの開催が決まったとき、東京の銭湯に海外からの来訪者が増えるのではないかと楽しみに思った。しかし、コロナ禍により、銭湯に海外からの来訪者を迎えることが難しいばかりか、銭湯で会話することも難しくなってしまった。でも、私は、いつか必ず交流の場としての銭湯が復活すると願い、人々の息遣いが感じられる文化の伝承はどのように成し得るのかを考えていきたい。そして、何よりも、人とのつながりを大切にしている心、お隣にいる方を気に掛ける心をもち続けていきたい。