

令和 7 年度
「心の輪を広げる体験作文」

優秀作品集

発刊にあたって

札幌市保健福祉局障がい保健福祉部長 成澤 元宏

「心の輪を広げる体験作文」及び「障害者週間のポスター」の募集は、「障害者週間」事業の一環として、障がいの有無にかかわらず、誰もが互いに人格と個性を尊重し支え合う「共生社会」を実現するための意識啓発を目的に、札幌市が内閣府、都道府県、他の政令指定都市との共催により毎年実施している事業です。

今回はポスターの応募がありませんでしたが、皆様から応募いただきました作文について、選考委員会で審査を行い、中学生の部で最優秀賞一編、優秀賞一編、審査員賞一編、一般の部で最優秀賞一編、優秀賞一編、審査員賞一編を選考しております。

この作品集は、これらの入賞作品を収録したものです。いずれの作品も、障がいのある方とない方との触れ合いを通じて、障がいに対する考え方が変化していく様子や、共生社会の重要性などを感性豊かに表現された素晴らしい作品でした。残念ながら入選に至らなかった作品につきましても、作者の皆様が感じたことをストリートに表現されており、思いが伝わる作品でした。応募された作者の皆様は改めて敬意を表するとともに、この作品集により、心の輪が大きく広がり、障がいのあ

る方とない方との相互理解が更に深まることを心より願います。

さて、札幌市では、「差別や偏見がなく、誰もが互いにその個性を尊重され、能力を発揮できる、多様性と包摂性が強みとなる社会」の実現を目指し、本年3月に「札幌市誰もがつながり合う共生のまちづくり条例」を制定いたしました。障がいのある方もない方も、互いに人格と個性を尊重し、それぞれの個性や能力を発揮できる、共生社会の実現を目指し、様々な障がい福祉施策を進めてまいりますので、今後とも、皆様の御理解と御協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

最後になりますが、選考委員の方々及び札幌市教育委員会をはじめ、この事業に御支援、御協力をいただいた多くの皆様に心から感謝を申し上げ、発刊の御挨拶といたします。

目次

【心の輪を広げる体験作文】

中学生の部

最優秀賞

『私の名前は大坪柚葉です。』

北海道教育大学附属札幌中学校二年

大坪 柚葉

… 2

優秀賞

『みんなの普通の生活』

北海道教育大学附属札幌中学校二年

小柳 瑛心

… 4

審査員賞

『小さな勇気のはじまり』

北海道教育大学附属札幌中学校一年

正木 ひなた

… 6

一般の部

最優秀賞

『心のバリアフリー』

山本 美和

… 8

優秀賞

『ゴッホ展』

五十嵐 良一

… 11

審査員賞

『障害者となって』

安達 誠

… 14

「心の輪を広げる体験作文」 優 秀 作 品

※ 本書に収録した作文は、本事業のテーマに沿って選考された優秀作品を紹介するものです。

厳密な医学的・専門的見地からは、障がいや疾病の内容を必ずしも正確に表現した記述となっていない場合も考えられますが、いずれの作品も、特定の障がいや個人を非難・中傷する意図は無く、障がいのある方との心温まるふれあいを描いたものです。そのため、明らかな誤字脱字を除き原文のまま掲載いたしております。

中学生の部 最優秀賞

『私の名前は大坪柚葉です。』

北海道教育大学附属札幌中学校 二年

大坪 柚葉

私は体操の習い事で耳がきこえない女の子に出会った。はじめてあったときは身近にいるんだとちょっと驚いたがそこまでびつくりしなかった。耳がきこえないだけ、ならそこまで心配ないんじゃないかと思った。他の人が動いているところをみて、自分もそれについていけばいいだけだから。その時は手話を知らなかったし、耳がきこえないという不便さにもまだ気づいていなかった。

その子は私にすぐくなつてくれていつも話しかけてくれた。先生がなんて言っているのかうまく伝わってなさそうときは、今こう言ってたよと伝えてあげた。それがあの時の私にできることだった。でも、声

だけじゃうまく伝わらなかった。そこで私は、手話を覚えようと思った。お母さんがもともと持っていた手話の本をもらって、勉強しはじめた。まずは、自分の名前の手話から。本でどうやるのか覚え、実際にその子に見てもらった。

「私の名前は大坪柚葉です。」私は手話でそう伝えた。すると「ちがうよー」と言いながら私の隣に来てくれた。そして「こうだよ」といいながら、手で教えてくれた。私は覚えてからもう一度「私の名前は大坪柚葉です。」と手話で伝えてみた。すると「そうそう!」と言いニッコニコの笑顔を見せてくれた。その時はじめて手話で自分の言いたいことが伝わり、今にも泣きそうなくらいとてもうれしくてもっと手話を覚えてお話したいと思った。そこから私は夢中になって手話を覚えていた。

そんなある日、私は目の前で手話で会話しているのはじめてみた。その子には弟がいた。弟も耳がきこえなかった。二人の手話で会話をしている姿を見てい

たとき私はとてもびっくりした。手の動きがあまりにも早すぎたのだ。私は単語一個を表すのにも時間がかかるのにまるで私達が声で話すようにスラスラと手話をしていた。さらに、その二人の手話を見ていて一つ思ったことがあった。

それは、手話をするときに様々な表情をしていることだ。嬉しいときはパツと明るい顔になって、悲しいときは暗く泣きそうな顔をしていた。それを見て私は手話をするときに手だけじゃなく、感情をこめることでより気持ち伝わるんだと思った。だから私も感情をこめて手話をするように意識した。すると今どんな気持ちなのか伝わるし、相手がどんな気持ちなのかわかりやすくなり、手話をするのがより楽しく感じられた。

私はあの子に出会って言葉が伝わるというのはとても貴重なことなんだと改めて感じる事ができた。今もう習い事をやめてしまったためこの学校に行っていない何をしているかもわからない。だけど、またど

こかで会えたとき「私の名前は太坪柚葉です。」と手話で話したい。成長したところを見せてあげたい。また、社会人になっても耳がきこえないという子にあっては覚えたい手話を使って話しかけることで、まずは自分から心の輪を広げようと思う。

同じ人間として避けてはちゃんと向き合って話すことでもっとも心の輪が広がると思う。

中学生の部 優秀賞

『みんなの普通の生活』

北海道教育大学附属札幌中学校 二年

小柳 瑛心

僕の叔母は未熟児網膜症といって、産まれてくるのが早かったことが原因で、生まれつき目に障害がある。光を認識することはできるが文字の判別は大きい文字でないとできないらしい。

僕が小学生低学年のときでも叔母の目や行動を見れば目が不自由なことはわかった。でも、周りにいる家族は普段から気を遣っている様子はない。家の中で過ごすときは基本的に特別変わった事はない「普通の生活」をしている。食事のときは周りが「ここに料理がある」とか「ここに飲み物置くね」という声かけはするし、外出をするときに手をつないで誘導することはある。必要な助けはもちろんするが、しているときで

もわざわざ気を遣っているという雰囲気ではない。障害があるなしに関わらず困っている人を助けるという自然の流れなのだ。

もともと叔母は杖を使わなかったのだが、あるときから杖を使うようになった。そのきっかけは盲ろう者協会の集まりだった。この会では目と耳の不自由な盲ろう者同士で交流をしている。その会のほとんどの人が補聴器や杖を使っている。叔母がこれまで杖を使っていなかったのは周りからの目が気になるからだだったという。杖を使っていればすぐに目が不自由であるという。でも、盲ろう会に通い始めてから杖を使うようになった。僕は盲ろう会の会長に話を聞いた。会長は目が全く見えず耳もほとんど聞こえていない。その会長が

「この人達はからだは不自由だけど不幸ではない」と言っていた。

障害を持った人はその人側から周りのことを気にしてしまふことがある。学校の道徳でも特別な事情を

持った人について考える事があるし、公共の場ではどんな人でも使いやすいようにする工夫はされてきている。それでもその人にとって必要なものが使いづらいという環境はまだある。まずは周りが「気にしなくていい」ということを伝えなくてはならない。障害者全員が「不自由だけど不幸じゃない」と思えるような環境を作らなければならない。僕はそのことをこの出来事から感じた。

多くの人と違う体で産まれてきても、その人にとっての「普通の生活」の他に何か特別なものが必要かもしれない。ただ、その必要なものが少数派であっただけなのだ。僕も普段は変わらず接し、直接伝えることからはじめ、どんな人でも我慢することなく不幸じゃない「普通の生活」ができるような環境に貢献したい。

中学生の部 審査員賞

『小さな勇気のはじまり』

北海道教育大学附属中学校 一年

正木 ひなた

私は小学生の頃、子供向けの動画で初めて障がいがある人の暮らしを見て、当事者が感じている困りごとに関心を持ちました。それ以来、特集番組を見たり、本を読んだりしてきました。「これまで私は、先生やおとなに気を遣ってもらう場面が多かった。しかし、それはそれで私自身『他の人とはちがうんだ』『めいわくをかけてはいけない』と思う原因のひとつだったかもしれない。加藤先生は、私を特別あつかいしない。それが逆にこちよかった。」この文は、「先天性四肢欠損症」と言い、生まれつき手や足がなかったりする、数万人一人の割合で起こる障がいがある方が書いた本にのっていた文です。はじめにこの方の病気を

知ったとき、私は「かわいそうだな」と思ってしまいました。しかし、この文を読んで「障がい者」として接して欲しいわけでもないということを初めて知りました。

二年ほど前、塾の帰りに母とスーパーへ行った時、私は母と別れて自分が欲しいものを探していました。そこに、目が不自由で白杖を持ったおじいさんがやってきました。私は大丈夫かな、と思いつつも、買い物続けました。その後、もう一度おじいさんの方を見てみると、商品を手に取っては戻す、という動作をくり返していました。私は、「困っているのかな」と思い、声をかけた方がいいのか、どう声をかければおじいさんが驚かないのか、一生懸命考えました。しかし本当におじいさんに声をかけるべきかなと思ってしまい、声をかけられませんでした。結局、おじいさんは商品を買うことを諦めて、他の場所へ行ってしまうした。自分には声をかける勇気が出ませんでした。その日はずっと、自分はどうするべきだったのだろうか、

と考えてしまいました。

自分は、障がいがある人が困っていたら、絶対に声をかける、そう決めていました。しかし、いざその場面であつたら、何も行動を起こすことができませんでした。もし、自分があの時、おじいさんに声をかけていたらどうなっていたらうー今もそう考えます。あの本を通じて、当事者の立場になって気持ちを考えることが大切だということを知りました。そして、おじいさんとの出来事を通じて、知識を「行動」に変えることが最も大切だということを実感しました。次は、小さな勇気を持って、大きな一歩を踏み出そうと思います。

一般の部 最優秀賞

『心のバリアフリー』

山本 美和

「障がい」という言葉を聞くと、どこか自分とは遠い世界のことだと感じていた。漠然と、それは特別な人たちが抱える特別な問題で、自分には直接関係のないものだ。しかし、ある夏の出来事が、そんな私の固定観念を根底から覆すことになった。それは、私にとって、障がいの有無に関わらず、誰もが互いに尊重し、支え合う「共生社会」の入り口となる、忘れられない心のふれあい体験だった。

物語は、私がボランティア活動に参加したことから始まった。地元の福祉施設で、知的障がいのある人たちと一緒に過ごすという企画だった。正直なところ、最初は緊張と不安でいっぱいだった。どのように接すればいいのか、何を話せば喜んでもらえるのか、失礼

なことを言ってしまったかわないか。頭の中は疑問符でいっぱいだった。

私が担当することになったのは、タカシさんという20代の男性だった。少ぼっちゃりとした体型で、いつもニコニコとしている。最初に会った時、彼は何も話さず、ただ私の方をじっと見つめていた。私はどうしていいかわからず、とりあえず「こんにちは」と声をかけた。すると、彼は少しはにかんだような笑顔で、小さく頷いた。それが、私たちの最初のコミュニケーションだった。

タカシさんは、言葉をあまり話すことが得意ではなかった。しかし、彼の感情は、表情や仕草、そして何よりもその純粋な瞳を通して、豊かに伝わってきた。例えば、彼が好きなキャラクターの話をする、彼の目はキラキラと輝き、全身から喜びが溢れ出す。私が彼の好きな絵本を読んであげると、彼は身を乗り出し、まるでその物語の世界に入り込んでいるかのように真剣に聞き入っていた。言葉がなくても、私たちは心で

通じ合っていたのだ。

ある日、施設の近くにある公園へ散歩に出かけた。

タカシさんは、私が手をつなこうとすると、いつも嬉しそうに私の手をぎゅっと握ってくれた。その日の公園は、夏の日差しが降り注ぎ、とても気持ちが良かった。タカシさんは、池にいる鯉を見て、「わあ、きれい！」と、わずかに言葉を発した。私はその言葉を聞き逃さなかった。彼の喜びが、私の心にもじんわりと広がっていくのを感じた。

しかし、いつも楽しいことばかりではなかった。タカシさんが急に不安そうな表情になったり、大きな音に驚いて耳をふさいだりすることもあった。そんな時、私はどうすればいいかわからず、ただタカシさんのそばに寄り添うことしかできなかった。しかし、それで十分だった。私がそばにいただけでタカシさんは少しずつ落ち着きを取り戻していく。言葉ではなく、存在そのものが安心感を与えているのだと感じた。

このボランティア活動を通して、私はたくさんのこ

とを学んだ。最も大きな学びは、「障がい」は、その人の個性や人格の一部に過ぎないということだ。タカシさんは、言葉を話すことが得意ではないかもしれない。しかし、彼は誰よりも純粋で、誰よりも豊かな感情を持っている。そして、その感情を素直に表現する力を持っている。私のほうが、彼の純粋さに惹かれ、彼から学ぶことがとても多かった。

ボランティア活動が終わり、タカシさんと別れる時、私は少し涙が出そうになった。彼は、私が差し出した色紙に、一生懸命に自分の名前を書いてくれた。「たかし」と書かれたその文字は、少し歪んでいたが、私にとっては宝物のように大切なものだった。彼は私の手をぎゅっと握り、何度も頷いてくれた。その時の彼の表情は、言葉を越えた感情の気持ちでいっぱいだった。

この出会い以来、私の「障がい」に対する考え方は大きく変わった。街中で車椅子に乗っている人を見かけても、以前のように目を逸らすことはなくなった。

むしろ、何か困っていることはないかと、自然と意識が向くようになった。また、障がいのある人たちが働くカフェやお店にも積極的に足を運ぶようになった。

「共生社会」とは、特別なことではない。それは、タカシさんと私が公園で手を繋いで歩いたように、互いの違いを認め、尊重しそして共に生きる、ごく当たり前の日常の延長線上にあるのだと思う。大切なのは、心のバリアフリーを築くことだ。見えない壁を取り払い、お互いの心と心をつなぐこと。それは、特別な知識やスキルを必要としない。必要なのは、相手を理解しようとする心、そして、相手のありのままを受け入れる温かい心だ。

タカシさんとの出会いは、私にとっての「心の輪」を広げるきっかけとなった。この体験を通して、私は確信した。障がいのある人もない人も、誰もが互いの個性を尊重し、支え合うことで、社会はもっと豊かになる。そして、その輪は、決して一人では広げられない。一人ひとりが小さな一歩を踏み出すことで、やが

て大きな輪となり、私たちの社会全体を温かく包み込んでいくのだと。

これからも私は、タカシさんとの出会いを胸に、この「心の輪」を広げるために、自分にできることを探していきたい。そして、いつかこの社会が、誰もが安心して、自分らしく生きられる場所となることを心から願っている。

一般の部 優秀賞

『ゴッホ展』

五十嵐 良一

私が妻と出会ったのは精神科病院付属のデイケアであつた。私が総合失調症を発症したのは今から二十七年前の二十五歳の晩秋で閉鎖病棟に三か月半入院した。比較的短期間の入院ではあつたがダメージは大きく、退院してデイケアに通つたが好転する気配がないままに五年の歳月が流れて行つた。

妻は傍目に見ても美人でスタイルもよく、まさか自分が妻から声をかけられるとは思つてもみなかった。その頃の私は完全に自分の殻に閉じこもっていたのだつた。

ある日、妻の取り巻きの男性の一人が私に近づいてきて妻から預かつた紙切れを手渡してきた。

「電話してやれよ」とその男性は耳打ちすると、私は

不意を突かれてきよんとしてしまった。

その紙切れには妻の電話番号と「良かったら食事に行きませんか。連絡ください」と走り書きされていた。私はデイケアではいつも同じ席に座って文庫本を広げ誰とも会話することなく過ごしていた。声をかけられるのが嫌だつたわけではなく、緊張して微動だにできなかつた。

私から妻へ電話することはなかつた。帰りの病院の送迎バスでは妻のグループは賑やかで冗談が飛び交つていた。それとは対照的に私はただ外の景色をじっと見つめるだけだつた。

私が送迎バスの中で妻から声をかけえられたのは、道立近代美術館でゴッホ展が開催された頃だつた。

「五十嵐君、ゴッホ展観に行つた？」

私は母と美術館に足を運んだことを告げると、妻は「ゴッホは狂気の天才と呼ばれたみたいね。私たちと同じ病気だから驚き。ある意味私たちは選ばれた天才かもね」と語っていた。

「良かったらコーヒーでも飲みませんか」

ようやく私から妻を誘うことができた。帰りの地下鉄の方向が同じだと知り、それ以降は必ずドーナツショップに立ち寄りカフェオレを飲んでつかの間のデートを重ねたのだった。

妻は聞き上手で、私が高校時代の思い出を話すと身を乗り出して喜んで聞いてくれた。

それまでデイケアには週二回通うのが限度だったが、妻に会いたがために毎日通うことにした。自宅からはバスと地下鉄を乗り継いで一時間半の道のりで妻も同じくらい移動時間がかかる。

デイケアは午前一〇時から午後四時までで長時間にわたるが疲労感を感じることがなく、デイケアが終わった後も私たちはバスの時間が許す限り喫茶店で過ごした。

両親も私が本来の快活さを取り戻せたことで安心したようだ。妻を自宅に招いて焼肉パーティーを開いたり、父の車で夕張までドライブに出かけたりした。

私は長く暗いトンネルから抜けきったという実感を得られた。

その頃、同居する妹が結婚したり、ポメラニアンの子種犬をもらってきたり生活環境が大きく変わった。祖母が認知症になり老人保健施設に入所したが私は動じることなく安定した精神状態で過ごせた。

そんな平穏な日々が続いていたある日、妻が体調を崩し閉鎖病棟に入院してしまった。「先にデイケアに行っていてね」と朝早くに妻から電話が入り、デイケアに行ったが妻の姿はない。どうしたことだろうかと心配していたところ、妻が四階の閉鎖病棟から窓を細く開けて「五十嵐君、面会に来て」と叫んでいるではないか。

デイケアのスタッフに聞くと、妻はしばらく入院しなければならなくなったという。病棟には面会の許可が下りているので励ましに行つてあげてくださいと言われた。

正直言つて病棟には行きたくなかったが、妻からい

ろいろと差し入れをしてもらいたいと言われていたの
で面会に通った。

少し薬が強いようで瞼がむくんだような表情だったが、話してみてもどこが悪くて入院しているのかわからない。毎日デイケアに通い、昼休みの時間を利用して病棟に面会に上がった。病棟の他の入院患者とも顔なじみになり、面会というより遊びに行く感じだった。妻が退院してからは前のように喫茶店で時間を過ごすことに変わりはなかったが、壊れやすい心をぎりぎりで保っている妻が不憫でならなかった。

妻に声をかけられ付き合いたしたことがきっかけで私の病状がよくなったことは確かで、今もありがたく思っている。だが夫婦とはいつどうなるかわからないもので、私たちは離婚してしまった。二人の子供の親権は私が譲り受ける形になった。

妻も私も病気には打ち克てなかった。二人の子供に恵まれたのが救いで、私は責任をもって子育てを一人続けている。自立からは程遠い生活で肩身が狭い思い

をしている。子供たちも我慢しなければならぬことが多く、申し訳ない気持ちでいっぱいだ。

「この家に生まれて良かったよ」

青空のように澄んだ心の子供たちからこう言ってもらえるのも、普段から精いっぱい愛情で子育てしたことの結果と言えるだろう。

健常者と障がい者の垣根を越えて、多くの人たちのサポートを受けここまでやってこれた。その時々で必要な医療的、福祉的ケアがあるということがわかった。特に家族の見守りには助けられた。根気強く症状が回復するのを待ってくれる家族の存在は励みになる。

障がいの有無によらず人間として幸福を求めることが当たり前の社会になることを強く望む。家族との触れ合いを通して回復していった体験を若い障がい者のために活かしたい。

人は人を愛し、人に愛されることで生きているという実感が得られるのだ。

一般の部 審査員賞

『障害者となって』

安達 誠

二十年前、私は健常者でした。大学4年の時点で就職が内定しており、将来に向けて、希望を抱いておりました。その上で、大学を卒業する直前に交通事故に遭い、それから、二十年近くもの間、時間を要しました。

「交通事故により障害を負うまでの自分」と「交通事故によって障害を負った後の自分」を比較した場合、能力の低下が著しく、日常生活に於いて、多大な困難を有しています。

これらの困難との向き合いは、事故直後より完了していました。それは、端的に、私自身の環境から、福祉にかかる一定の知識を有していたからです。この点、私には、民生委員であった祖母がおり、また、祖父の

介護など、その関係から、福祉に関わる事柄について、私自身交通事故の直前まで携わっていたためとなります。（その前提の下、綴ります。）日常生活においては、文字の読み書きが出来ないこと、また、言い違いや換語困難があり・発話に時間を要すること（事前準備と会話内容の想定により対処）、上・下肢の障害、同名右半盲、易疲労性、味覚・嗅覚の脱失、排泄困難のため間歇的事故導尿や浣腸摘便を必要とするなど障害が多岐にわたっており、基本的に外出することはありません。ほぼ、唯一の外出先は、医療機関と行政機関となります。運転については、免許証を失効させており、行っていないません。これは、交通事故後より意識障害が顕れたため、安全を考慮して自ら諦めたものであり、現在は、抗癲癇薬を服薬していることから、運転することは一切考えて居りません。このように、当初から、自身の状態に合わせ、生活を営み続けておりました。

前記事情については、自身を説明する上で必要な情

報であり、自らの言葉で説明できるまでに、相当の努力を要しました。この点、交通事故により、凡そ、20年近くもの間練習を重ね、淀みなく言語化できるよう、続けて参りました。その上で日常会話においては、「定型文」や「他社の会話をそのまま用いる」など「画一的な話し方」となり易く、同時に「換言困難」や「言い違い」などから「迂遠な話し方話」になり易く、端的に、茶飲み話程度の会話でさえ、著しく疲労を覚える状況にあります。

過去の自分を振り返り、想い出せ得る範囲において、スポーツジムや英会話等に通い、自由に活動できていたことを懐かしく感じ、また、思い出せない範囲において、高校時に書展にて秀作を受けたことなど、実感無く、賞状など自身を示す物が、いくつも存在すること、歯がゆさも覚えます。

今一度、私自身、交通事故により、障害を負った時点から、生活が一変したことを強く実感します。事故直後より、腱反射が消失し体が思うように動かせない

こと。数字と漢字が読めないこと。会話が纏まらない・単語が出てこないこと。耳鳴り。めまい。洗顔すると顔が痺れて嘔吐すること。等々、最初は、「この程度の症状」程度の認識でしたが症状は多岐に渡っており、視界に、白色の光点と黒色の光点が顕れ始め、意識障害を生じる頃には、文字が読めないなど、次第に、症状の憎悪を重ねて参りました。自分自身、障害に打ち勝つという意味でも、また、自身の努力のため、当時は症状経過をメモに書き記していましたが、それも次第に文字の呈を留めることが困難となり諦めました。パソコンでサーバーなどを構築していましたが、コマンドが思い出せず、困り、諦めました。これらは、端的に、体が覚えていることと指先が覚えていること、また、映像として覚えていることと文字として覚えていることなどが合致していない状況と言い表せ、記憶が穴ぼこだらけとなっていました。私自身、意識障害の度に、記憶が欠落していくこと、前日に会話していた事柄について根拠となる記憶が思い出せないこと。

日常的に会話していた音楽用語や技術関連の記憶等について、前日まで説明できていたことが、翌日には、一切説明できなくなるなど、根拠となる情報が欠落していくことを経験しました。

そして、交通事故から半年後、日常生活の記憶は床と通院だけに占められたのです。

私自身、障害を負った方々が如何に困難を伴っているか、また、そのために、最大限の援護をと考え、行動を続けて参りました。その自身が、障害者となった時、改めて痛感したことは、「困難さを理解して頂く」ことは「当事者とならなければ、本質的な意味で理解することは出来ない」ということです。殊、その障害が頭部外傷によるものであり、また、事故直後初期により顕れ始めた症状が、瀰漫性軸索損傷に伴う外傷性高次脳機能障害と外傷性癲癇によるものなどとは、私自身、当初は考えては居ませんでした。ただ「何かがおかしい」と感じながらも、「疲れているだけ」と押し流し、努力と工夫で解決しようと続けていたとい

うのが当時の状況でした。交通事故により20年近く経ち、現在、何とか日常生活を営んでいる状況に在りますが逆に言えば、二十近く経っても困難が続いているということなのです。私自身からすれば交通事故のこともどうしても良く、日常生活を営む上で困難となる事柄を如何にして解決するか、健常であった頃のように何事を成すにも安楽に行えること、これこそが重要であり、係る障壁を取り除くため様々な工夫を行い続けた結果が現在です。過去の自分と照らした場合やはり、動作が遅く、文章構成に多大な時間を要するなど、パソコンの文章読み上げ機能や文字認識機能など、様々な機器を駆使し、日常生活に組み込まなければ成り立たない状況にあります。当然に、技術と知識は必要不可欠であり、それを操ることさえ、困難な状況にあります。その上で、何よりも重要なことは、「障害に対する社会の理解」でありそこには「人との繋がり」と「思いやり」、これら無くして成り立たないと言えます。

令和 7 年度
「心の輪を広げる体験作文」

優秀作品集

令和 7 年（2025 年）11 月発行

札幌市 保健福祉局 障がい保健福祉部 障がい福祉課
〒060-8611 札幌市中央区北 1 条西 2 丁目
電話 011-211-2936 ファクス 011-218-5181

札幌市「心の輪を広げる障がい者理解促進事業」ホームページ
<https://www.city.sapporo.jp/shogaifukushi/kokoro/index.html>



さっぽろ市
01-F04-25-2282
R7-1-139

SAPPURO