

# 令和6年度作文コンクール

安全振興会では、生徒の皆さんの安全意識の向上を図るために、「安全」又は「健康」をテーマに作文コンクールを実施しています。今年度も素晴らしい作品が多数寄せられました。米山謙委員長、程島宏美副委員長、平松和夫委員、海浦洋子委員、原口瑞委員、萩谷英明委員の6人の元校長先生に審査をお願いしました。最終選考会で、最優秀賞2編、優秀賞5編、佳作41編が決定されました。この中から最優秀賞に選考された作品を掲載します。

## 最優秀賞

### 言葉を紡ぐ

県立新城高等学校

坂間 日和

「ペリッ」  
丁寧な手つきで、破れないように、封筒を開けた。私は、家族や友人から貰った手紙を箱の中に入れて残している。その箱の中の言葉たちは、私の心強い味方であると感じる。  
春、満開の桜の中で行われた入学式。私は高校一年生になった。慣れない環境、初めての電車通学、行事に小テスト。怒涛の日々だったが、充実していると感じた。しかし、ある日の週末、私は風邪をひいた。このスケジュールの中、当然といえば当然の出来事だったが、私は忙しくても風邪をひく人間ではないため、不思議に思った。しかし最近の生活を振り返ってみると、これは心の不調からくる風邪ではないかという結論が出た。今まで毎日会っていた中学校の友達と会わなくなっている。家族で過ごす時間も以前より減った。ぼんやりとした孤独感。だが、もう高校生だからと、なんだか一人で頑張らなきゃいけないような気がしてならなかった。  
すっかり身体は元気になったある日、父が私に聞いた。「誕生日プレゼントに何が欲しい？」すぐには思いつかなかったため、「考えておくね。」と伝えた。悩んで悩んで、ようやく思いついたもの。それは手紙だった。私は誰かが手紙をプレゼントしてくれるとき、いつも心底嬉しかった。父からは、「手紙でいいの？」と聞かれたが、私は「手紙がいい。」と答えた。  
誕生日当日。「誕生日おめでとう。」という言葉とともに、二枚の封筒が手渡された。母からの手紙にあったのは、一歳から十六歳までの私の似顔絵。父からの手紙には、「どんなことがあろうと味方だよ」という言葉があった。ぼろぼろと、自然と涙がこぼれた。なんて温かい手紙なんだろうと思った。また、後悔した。深い愛情を向けてもらっていることを、一瞬でも忘れてしまったこと。  
私は父と母からの手紙をしまうため、たくさんの手紙が入った箱を開けた。せっかくだからと、私は今まで貰った手紙を読み返すことにした。ごく丁寧に、封筒を開ける。どこに行きたいとしても私は応援するよ！」「体調に気を付けて、頑張ってください！僕も自然体で頑張ってみます。」「困ったときや大変なときは、何時でも話聞くんよ！」「箱の中にあつたのは、絶対に忘れてはいけない言葉たちだった。  
それから、心も身体も快調である。疲れたときには手紙が入った箱を開けている。  
ストレス社会である今、ストレスから来る病気を防ぐためには、その根っこにあるストレスを和らげるものが必要なのではないだろうか。ストレスを和らげるものは様々だが、言葉もその一つだと、私は思う。私の言葉がいつか誰かの味方となるように、私は私なりに、温かい言葉を紡いでいく。  
言葉。それはきっと誰かのかけがえのない味方。

## 最優秀賞

### 不器用で愛のある言葉

県立西湘高等学校

小林 結愛

「頑張れ」この言葉が嫌いだった。突き放すようなこの言葉が。押しつぶされそうになる言葉の圧が。そんなとき、ある人によって私の考え方は変わりました。  
皆さんは起立性調節障害を知っていますか。この病気は自立神経系の異常で、循環器系の調節がうまくいかなくなる疾患です。最もわかりやすいのは、「朝起きられない」という症状です。これだけ聞いたらただのサボリだ、言い訳だ、と思うかもしれません。そのため、周りからの理解を得ることはできませんでした。  
私はこの病気を中学二年生のときに発症しました。いつものように部活に参加していたら突然体が力が入らなくなり、倒れてしまいました。この病気は目に見える部分だけではなく、心の健康も奪っていききました。朝が来るのが怖い、周りの目が怖い、迷惑をかけてしまえばかりの自分が嫌でした。今まで当たり前のようにできていたことができなくなり、学校は休みがちで、部活はトラウマで行けなくなっていました。人間関係も上手くいかず、勉強にも身が入らず、どん底にいました。今までやってきたことのすべてを否定されたような毎日でした。  
そんなとき出会ったのが今の担当医の先生でした。先生はどん底にいた私を温かい言葉で拾い上げてくれました。「この病気は終わりがあから大丈夫。少しずつかもしれないけれどよくなっていくからね。あなたのペースで頑張っていこう。」  
この言葉をもらって自分の存在を認めてもらえたような気がしました。この病気になってから自分を否定してばかりだった私に、何よりも欲しかった言葉をかけてくれました。誰もわかってくれなかった。ずっと独りぼっちだった。「頑張れ」突き放すような言葉が、無責任な言葉が苦しかった。「頑張ろう」この言葉に変換してほしかった。一人ではなくて、一緒に闘ってくれる気がしたから。先生と出会って、起立性調節障害は身体だけの病気ではないと知るきっかけになりました。  
どんな病気でも薬ひとつではよくならないと思います。身体が元気で心も元気で、他人を健康な人と言えぬのでしょうか。私は言えないと思います。この作文を読んでもくれたあなたも、私と同じ意見になるのではないのでしょうか。なぜなら、心に余裕がないことは苦しいことだからです。誰にも助けを求めることができなくて辛いんです。ずっと太陽が昇らない真夜中のような毎日なんです。私はそんな苦しかった時期に、贈ってもらった言葉のおかげで立ち上がる勇気を持つことができました。言葉は立ち上がるための勇気をくれる薬になってくれます。  
私の将来の夢は看護師になることです。支えてもらった分、たくさんの人の病と心に寄り添えるような人になりたい。真夜中を歩き続ける人が綺麗な朝日を迎えられるような、「頑張れ」ではなく、「頑張ろう」と声を届けられるような看護師に。