第23回 下田歌子賞受賞作品集

募集テーマ

今、私が一番大切に思うこと

主催　恵那市先人顕彰事業「下田歌子賞」実行委員会
　　学校法人実践女子学園
　　岐阜県恵那市・恵那市教育委員会

後援　岐阜県教育委員会・多治見市教育委員会
　　土岐市教育委員会・瑞浪市教育委員会
　　中津川市教育委員会
　　東京都日野市・日野市教育委員会・嚶鳴協議会

第23回 下田歌子賞受賞作品集

募集テーマ

今、私が一番大切に思うこと

はじめに

恵那市長　小坂（こさか）　喬峰（たかね）

先人顕彰事業「下田歌子賞」は、恵那市出身で近代女子教育の先駆者であり、歌人としても名高い下田歌子先生の生誕百五十年を記念し、平成十五年（二〇〇三年）度の開始から二十三回を迎えることができました。

これまでご賛同・ご協力をいただきました関係者の皆様方に改めて深く感謝申し上げます。

学校法人実践女子学園様はもとより、本回からは下田歌子記念女性総合研究所様にご協力いただき、これまで以上に下田歌子先生の思想に沿った作品選考を行うことができました。

また、新たに作家の石川真理子先生、脚本家の田渕久美子先生、芝浦工業大學柏中学高等学校校長の中根正義先生という各分野で卓越した実績を持つ三名を選考委員としてお迎えしたことにより、多角的な審査を行うことができ、作品集の価値を一層高めることができました。

本賞は、四十六都道府県からご応募をいただくなど、全国から注目される賞として定着しています。

本回もエッセイの部一三三三作品、短歌の部二七七九作品、両部門合わせて四一一二作品という多くのご応募をいただきました。

「今、私が一番大切に思うこと」をテーマに集まった作品は、時代を映す多様な思いに満ちており、エッセイでは、家族や友人との絆を大切にする心、戦争や災害への不安と平和への願い、環境問題やＳＤＧｓへの関心を背景に、自ら何ができるかを真剣に考えた作品が数多く見受けられました。

また、短歌では、日常の小さな幸せを慈しむ視点や、未来への希望を込めた表現が多く、言葉の力で心を動かす作品が数多く寄せられました。

自分の思いを言葉にして社会に発信することは、その言葉の中にある志を自らで体現するきっかけとなることから、本賞は、下田歌子先生が生涯をかけ実践された「自立した人間による、社会的責任を果たす人生」に結びつくものであると感じています。

結びに、ご応募いただいた皆様をはじめ、選考にご尽力いただいた委員の皆様、運営にご協力いただいた関係者の皆様に、心より感謝申し上げるとともに、本作品集が、多くの方の生き方や考え方の参考となり、未来への一歩を踏み出す力となることを心からお祈り申し上げ、あいさつといたします。

第23回　下田歌子賞受賞作品集　【目次】

※小学生の部・中高生の部の住所は学校所在地です。

はじめに……恵那市長　小坂　喬峰
あいさつ……実践女子大学・実践女子大学短期大学部学長　難波　雅紀　6
あいさつ……恵那市先人顕彰事業「下田歌子賞」実行委員長　相原　正文　7
募集要項……8／受賞者一覧……9／学校賞受賞校、選考委員、主催・後援……10

小学生の部

◇短歌の部
【最優秀賞】岐阜県恵那市　宇野　雅……12
【優秀賞】東京都日野市　石川　一陽……12
【入選】岐阜県恵那市　青木　彩乃／岐阜県恵那市　安藤　要仁／岐阜県恵那市　伊藤　璃咲……13

◇エッセイの部
【最優秀賞】気もちを考える……●愛媛県松山市　若狭　早　14
【優秀賞】つながるいのち……●岐阜県恵那市　勝　明凜　14
ことばでつたえる　たいせつさ……●鹿児島県志布志市　坂元　花瑠　15
共に生きる……●岐阜県恵那市　渡邊　望心　16
【佳作】新しい命を授かること……●岐阜県恵那市　今井　陽菜乃　17
言葉の使い方……●岐阜県恵那市　遠藤　航平　17
今、私が一番大切に思うこと……●岐阜県恵那市　酒井　ひより　18
平和な世界……●岐阜県恵那市　土田　祥平　19
今、私が一番大切に思うこと……●岐阜県恵那市　山本　陽菜　20
初めて飼ったカナヘビ……●岐阜県恵那市　加納　太葵　20
【嚶鳴協議会賞】嚶鳴協議会と嚶鳴協議会賞……22

中高生の部

◇短歌の部
【最優秀賞】東京都小平市　松村　朱莉……24

【優秀賞】東京都杉並区　髙岡　奈央……24
【入選】岐阜県恵那市　田島　煌士／岐阜県恵那市　藤谷　一花／岐阜県池田町　松原　英里可……25
【最優秀賞】母の言葉……●兵庫県加古川市　宮﨑　純大　26
【優秀賞】左胸の勲章……●東京都港区　石黒　小百合　27
言葉がくれた力……●岐阜県多治見市　小栗　遥音　28
私が大切にしていること……●東京都渋谷区　竹田　彩星　29
【佳作】会話の力築く日々の豊かさ……●岐阜県恵那市　太田　和花　30
私が一番大切にしていること……●東京都渋谷区　塩田　楓乃子　31
思い出を写真に残すということ……●岐阜県多治見市　辻原　優心　32
私の偏見を変えたたった一人の友達……●東京都渋谷区　永井　麻衣　33
私がいま一番大切に思うこと……●東京都渋谷区　永倉　陽らり　34
私は出会い、そして繋がる……●岐阜県多治見市　下田　真鈴　35
【嚶鳴協議会賞】

一般の部

◇短歌の部
【最優秀賞】岡山県岡山市　藤井　通子……38
【優秀賞】奈良県宇陀市　渡辺　勇三……38
【入選】東京都台東区　青柳　奈々美／愛媛県松山市　宇都宮　千瑞子／鹿児島県鹿児島市　海野　礼夢……39
◇エッセイの部
【最優秀賞】傘寿のSuica……●福岡県筑紫野市　山内　千晶　40
【優秀賞】「弱い」なんて言わせない……●大阪府羽曳野市　KANDEL NIRMALA　41
やさしさのバトン……●愛知県名古屋市　平山　美帆　43
【佳作】ピンチはチャンス！私の町の婦人会……●岐阜県瑞浪市　加納　玲子　45
差し伸べられた手のぬくもり……●神奈川県逗子市　鈴木　正倫　46
遅咲きの花は、強く鮮やかに咲く……●兵庫県西宮市　野澤　静子　48
挨拶の力……●東京都北区　増田　信　50
小さな勇気、大きな力……●埼玉県北足立郡　森田　ルミ　51
下田歌子先生ってどんなひと？……54／下田歌子賞について……56／各回のテーマと応募数一覧……57

あいさつ

実践女子大学・実践女子短期大学部　学長　難波　雅紀

今年で二十三回目となる下田歌子賞は、実践女子学園の創立者下田歌子の生誕一五〇年を契機に、岐阜県恵那市との共催で、生き方や考え方、教育のあり方などを共に考え、学ぶために設けられた公募賞です。

今回は「今、私が一番大切に思うこと」というテーマの下、全国の小学生から一般の方々まで、素晴らしい作品が多数寄せられました。ご応募いただいたみなさんに心より感謝申し上げますとともに、深く敬意を表したいと存じます。

「錦織　着て帰らずば　三国山　またふたたびは　越えじとぞ思ふ」

現在、岩村城址公園にある顕彰碑にも刻まれているこの和歌は、近代女子教育の先駆者である、下田歌子が、十六歳でふるさとである岩村を離れ上京する際、故郷に功績を持って帰る、という強い決意を込めて詠んだものです。

上京後、下田は明治政府から命を受け、欧米八ヶ国を歴訪し、各国の教育を視察しました。そして、女子教育こそが日本の近代化と女性の社会的地位の向上には重要であることを確信します。帰国後、下田は、「女性が社会を変える、世界を変える」という強い信念のもと、本学園を設立しました。当時の下田にとっては、この、未来のために自ら社会や世界をより良くしようという想いこそが、「一番大切に思うこと」だったわけです。本学園は今日までその信念と想いを脈々と受け継ぎ、建学の精神、教育の理念として掲げています。

さて、今回応募いただいたみなさんの作品に触れたいと思います。エッセイには、家族や友人との絆の大切さ、地域の文化を未来に残したいという願いなど、自分の体験に基づく素直な気持ちを切々と語っているものが多くありました。短歌にも、家族への思いや感謝に溢れた短歌がいくつもあり、心に残りました。そして、何より、皆さんが「一番大切に思う」対象が総じて家族や友人であると分かって、嬉しくなりました。

言葉は脆く儚い一方で、鋭く力強くもあります。その言葉の力を信じ、日々の生活の中で、一瞬一瞬に感じる大切なことや強い思いを語ることは、とても意味のある行為だと思います。そうすることで、何気ない日常のひとこまがまた違った色合いで輝いて見えるようになると思います。

「私が一番大切に思うこと」を語ることが、みなさんにとって豊かな人生に繋がっていくことを期待します。

最後になりますが、下田歌子賞に、ご後援、ご協力くださった皆様に厚く御礼申し上げ、挨拶といたします。

あいさつ

恵那市先人顕彰事業「下田歌子賞」実行委員長　**相原　正文**

はじめに、我が国女子教育の先駆者である下田歌子先生の功績を称え、関係者の皆様方のご協力を経て、恵那市先人顕彰事業「第二十三回下田歌子賞」の表彰式を恵那文化センターで開催する運びとなりました。応募していただいた日本各地の皆様そして、この事業を支え、ご尽力をいただきました関係者の皆様のおかげであります。ここに実行委員会を代表いたしまして、心より感謝申し上げます。

さて、本年度のエッセイ、短歌の作品募集のテーマを**「今、私が一番大切に思うこと」**と改め六月四日から九月四日の三か月間、市内外さらには県外の小中学校、高等学校、教育関係諸機関に広報・告知等し募集いたしましたところ、全国各地の多くの方々からエッセイと短歌の作品の応募がありました。

エッセイの部門は「小学生の部」一五四作品、「中高生の部」九六二作品、「一般の部」二一七作品、**合計一三三三作品**の応募がありました。短歌の部門は「小学生の部」一一九一首、「中高生の部」一一七九首、「一般の部」四〇九首、**合計二七七九首**が全国から寄せられました。

応募していただいた**エッセイの部**は実行委員会と教育委員会、実践女子大学下田歌子記念女性総合研究所での厳正な事前選考後、石川真理子氏（作家・武士道研究家）、小坂喬峰氏（岐阜県恵那市長）、田渕久美子氏（脚本家・作家）、中根正義氏（芝浦工業大學柏中学高等学校校長）、難波雅紀氏（実践女子大学・実践女子大学短期大学部学長）、初風緑氏（恵那観光大使・元宝塚歌劇団）の六名の選考委員により、最終選考を行い、各部門それぞれ最優秀賞一編、優秀賞三編、佳作五編を選出いたしました。また、第二十二回から引き続き、嚶鳴協議会賞二編を選出しました。

短歌の部は、エッセイと同様、事前選考後、選考委員による最終選考を行い、各部門それぞれ最優秀賞一首、優秀賞一首、入選三首を選出しました。

さらに、エッセイ、短歌の応募作品が顕著に多い学校に対して、「学校賞」を授与させていただきました。

受賞者の皆様におかれましては、誠におめでとうございます。実行委員会を代表しまして心よりお祝いを申し上げます。また、自らの思いを作品に託し応募していただきました皆様には、今後、益々のご健勝、ご多幸を祈念いたします。

結びに、国家、政治、経済、テクノロジー、地球環境、教育、医療、福祉、介護、歴史文化、スポーツ等、様々な分野を思慮して、現代社会を生きる今、私たちの心の中にある「一番大切に思うこと」は何でしょうか。家族、友人、ふるさと、志、夢、信念、希望、平和、あるいは日々の小さな幸せかもしれません。日本中の皆様におかれまして、キーワードは様々ではありますが、熱い思いや、胸に秘めた大切な考えを、是非とも言葉の力で表現し、これからの生きる心の糧として、よい暮らしにしていただくことを祈念いたします。

第23回 下田歌子賞 募集要項

■テーマ 「今、私が一番大切に思うこと」

あなたの心の中にある、思いを言葉で表現してみませんか。
家族や友だち、夢や好きなこと、自然や日々の小さな幸せ…。
現代社会を生きる一人として、大切にしたいこと…少し立ち止まって、自分を見つめる。
自分の気持ちを、エッセイや短歌で自由に表してみよう。
あなたの思いがたくさんの人に届くチャンスです。
「今、私が一番大切に思うこと」をテーマに、エッセイと短歌を募集します。

■期日 令和７年６月４日(木)～９月４日(木) 必着

【エッセイの部】

募集テーマに沿って、具体的なエピソードを添えた作品をお寄せください。(１人１作品に限ります。)

◎原稿枚数 一般の部 ◇2,000字程度（400字詰原稿用紙５枚程度）
中高生の部 ◇1,200字程度（400字詰原稿用紙３枚程度）
小学生の部 ◇ 800字程度（400字詰原稿用紙２枚程度）

◎各 賞

<一般の部>
◆最優秀賞 １編
正賞、副賞（賞金10万円）
◆優 秀 賞 ３編
正賞、副賞（賞金３万円）
◆佳 作 ５編
正賞、副賞（賞金１万円）

<中高生の部>
◆最優秀賞 １編
正賞、副賞（図書カード２万円分）
◆優 秀 賞 ３編
正賞、副賞（図書カード１万円分）
◆佳 作 ５編
正賞、副賞（図書カード５千円分）

<小学生の部>
◆最優秀賞 １編
正賞、副賞（図書カード５千円分）
◆優 秀 賞 ３編
正賞、副賞（図書カード３千円分）
◆佳 作 ５編
正賞、副賞（図書カード２千円分）

※上記各賞以外で、とくに努力が認められる作品に「嚶鳴協議会賞」を授与

【短歌の部】

募集テーマに沿って作成した短歌をお寄せください。(1人1首に限ります。)

◎各賞

<一般の部>
◆最優秀賞 １首
正賞、副賞（賞金２万円）
◆優 秀 賞 １首
正賞、副賞（賞金１万円）
◆入 選 ３首
正賞、副賞（賞金５千円）

<中高生の部>
◆最優秀賞 １首
正賞、副賞（図書カード５千円分）
◆優 秀 賞 １首
正賞、副賞（図書カード３千円分）
◆入 選 ３首
正賞、副賞（図書カード２千円分）

<小学生の部>
◆最優秀賞 １首
正賞、副賞（図書カード３千円分）
◆優 秀 賞 １首
正賞、副賞（図書カード２千円分）
◆入 選 ３首
正賞、副賞（図書カード千円分）

【学校賞】

エッセイの部、短歌の部いずれか、または両方に学校で取り組み、応募作品が顕著に多い学校に、学校賞を贈呈。

■表彰式 令和７(2025)年12月20日(土) 恵那文化センターで表彰式

第23回 下田歌子賞 受賞者一覧

エッセイの部　テーマ「今、私が一番大切に思うこと」

■小学生の部

（氏名50音順　応募総数：154作品）

賞	作品タイトル	氏名	学校名・学年
最優秀賞	気もちを考える	若狭 早	愛媛大学教育学部付属小学校2年
優秀賞	つながるいのち	勝 明凜	岐阜県恵那市立長島小学校2年
	ことばでつたえる　たいせつさ	坂元 花瑠	鹿児島県志布志市立松山小学校2年
	共に生きる	渡邊 望心	岐阜県恵那市立長島小学校5年
佳　作	新しい命を授かること	今井 陽菜乃	岐阜県恵那市立長島小学校6年
	言葉の使い方	遠藤 航平	岐阜県恵那市立長島小学校4年
	今、私が一番大切に思うこと	酒井 ひより	岐阜県恵那市立武並小学校5年
	平和な世界	土田 祥平	岐阜県恵那市立長島小学校6年
	今、私が一番大切に思うこと	山本 陽菜	岐阜県恵那市立武並小学校5年
嚶鳴協議会賞	初めて飼ったカナヘビ	加納 太葵	岐阜県恵那市立岩邑小学校6年

■中高生の部

（氏名50音順　応募総数：962作品）

賞	作品タイトル	氏名	学校名・学年
最優秀賞	母の言葉	宮﨑 純大	兵庫県加古川市立氷丘中学校3年
優秀賞	左胸の勲章	石黒 小百合	東京都・聖心女子学院高等科2年
	言葉がくれた力	小栗 遥音	岐阜県・多治見西高等学校2年
	私が大切にしていること	竹田 彩星	東京都・実践女子学園中学校1年
佳　作	会話の力築く日々の豊かさ	太田 和花	岐阜県恵那市立岩邑中学校3年
	私が一番大切にしていること	塩田 楓乃子	東京都・実践女子学園中学校1年
	思い出を写真に残すということ	辻原 優心	岐阜県・多治見西高等学校1年
	私の偏見を変えたたった一人の友達	永井 麻衣	東京都・実践女子学園中学校1年
	私がいま一番大切に思うこと	永倉 陽らり	東京都・実践女子学園中学校2年
嚶鳴協議会賞	私は出会い、そして繋がる	下田 真鈴	岐阜県・多治見西高等学校2年

■一般の部

（氏名50音順　応募総数：217作品）

賞	作品タイトル	氏名	住所
最優秀賞	傘寿の Suica	山内 千晶	福岡県筑紫野市
優秀賞	「弱い」なんて言わせない	KANDEL NIRMALA	大阪府羽曳野市
	やさしさのバトン	平山 美帆	愛知県名古屋市
	虎にならなかったわたしは	宮崎 遥	東京都杉並区
佳　作	ピンチはチャンス！私の町の婦人会	加納 玲子	岐阜県瑞浪市
	差し伸べられた手のぬくもり	鈴木 正倫	神奈川県逗子市
	遅咲きの花は、強く鮮やかに咲く	野澤 静子	兵庫県西宮市
	挨拶の力	増田 信	東京都北区
	小さな勇気、大きな力	森田 ルミ	埼玉県北足立郡

短歌の部　テーマ「今、私が一番大切に思うこと」

■小学生の部

（氏名50音順　応募総数：1,191作品）

賞	作　品	氏名	学校名・学年
最優秀賞	ばんごはん　きょうはどんな　一日か　まい日話す　かぞくのじかん	宇野 雅	岐阜県恵那市立岩邑小学校2年
優秀賞	いえかえり　かぞくみんなが　おでむかえ　みぢかなことが　たいせつなこと	石川 一陽	東京都日野市立南平小学校4年
入選	プレゼント　もらった物の　質よりも　つまった思いで　むねがあたたまる	青木 彩乃	岐阜県恵那市立大井小学校6年
	いざ勝負　小中さいごの運動会　さいぜんつくして　がんばるぞ	安藤 要仁	岐阜県恵那市立串原小学校4年
	ともだちや　いろんな人に　ありがとう　この一言を　大切に	伊藤 璃咲	岐阜県恵那市立大井第二小学校6年

■中高生の部

（氏名50音順　応募総数：1,179作品）

賞	作　品	氏名	学校名・学年
最優秀賞	夕焼けに　あとはさよなら　だけなのに　話し花咲く　小さな幸せ	松村 朱莉	東京都・白梅学園高等学校2年
優秀賞	「おかえり」と　母の丸文字　あたたかき　メモ一枚が　明日への御守り	髙岡 奈央	東京都・日本大学第二高等学校2年
入選	沈黙も　気まずくならぬ　この時間　友と呼べるは　そんなひととき	田島 煌士	岐阜県立恵那農業高校2年
	山の中　校舎に響く　笑い声　締めくくる時　忘れぬ今日	藤谷 一花	岐阜県恵那市立明智中学校3年
	一時間　長く短く　どう使う　小さな機器より　過ごすべき人	松原 英里可	岐阜県池田町立池田中学校2年

■一般の部

（氏名50音順　応募総数：409作品）

賞	作　品	氏名	住所
最優秀賞	乳のみ児の　紅きほっぺは　ふくらみし　生命の輝やき　まぶしかりけり	藤井 通子	岡山県岡山市
優秀賞	ほどほどの　加減やっと　分かりかけ　背負ふ荷物を　減らしゆくわれ	渡辺 勇三	奈良県宇陀市
入選	減りが早い　明るい色の　クレヨンは　君が生きてく　未来の色よ	青柳 奈々美	東京都台東区
	生き切って　娘と会うこと　楽しみに　あの世の娘　きっと喜ぶ	宇都宮 千瑞子	愛媛県松山市
	あの夏の　休みの終わりで　泣く僕を　スーツの僕が　包み込みたい	海野 礼夢	鹿児島県鹿児島市

第23回 下田歌子賞 学校賞受賞校

学校賞は、「エッセイの部」「短歌の部」いずれか、もしくは両方に、学校で取り組んでいただき、応募数が顕著に多かった学校に授与させていただく賞です。

今年度は21校が受賞されました。 【五十音順】

	学校名	所在地
小 学 校	恵那市立飯地小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立岩邑小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立大井小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立大井第二小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立長島小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立上矢作小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立串原小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立武並小学校	岐阜県恵那市
	恵那市立東野小学校	岐阜県恵那市
	東京都日野市立南平小学校	東京都日野市
中 学 校	池田町立池田中学校	岐阜県池田町
	恵那市立岩邑中学校	岐阜県恵那市
	恵那市立恵那北中学校	岐阜県恵那市
	恵那市立恵那西中学校	岐阜県恵那市
	恵那市立串原中学校	岐阜県恵那市
	下呂市立萩原南中学校	岐阜県下呂市
	実践女子学園中学校	東京都渋谷区
高等学校	岐阜県立恵那農業高等学校	岐阜県恵那市
	岐阜県立恵那南高等学校	岐阜県恵那市
	白梅学園高等学校	東京都小平市
	多治見西高等学校	岐阜県多治見市

第23回 下田歌子賞 選考委員

❖**石川真理子**（作家・武士道研究家）
❖**小坂　喬峰**（岐阜県恵那市長）
❖**田渕久美子**（脚本家・作家）
❖**中根　正義**（芝浦工業大學柏中学高等学校校長）
❖**難波　雅紀**（実践女子大学・実践女子大学短期大学部学長）
❖**初風　　緑**（恵那観光大使・元宝塚歌劇団） 【五十音順】

第23回 下田歌子賞 主催・後援

【主催】 恵那市先人顕彰事業「下田歌子賞」実行委員会
学校法人実践女子学園
岐阜県恵那市・恵那市教育委員会

【後援】 岐阜県教育委員会・多治見市教育委員会・土岐市教育委員会・瑞浪市教育委員会
中津川市教育委員会
東京都日野市・日野市教育委員会
嚶鳴協議会（恵那市、大野町〈岐阜県〉、沖縄市〈沖縄県〉、小田原市〈神奈川県〉、釜石市〈岩手県〉、木曽町〈長野県〉、高鍋町〈宮崎県〉、多久市〈佐賀県〉、東海市〈愛知県〉、養父市〈兵庫県〉、米沢市〈山形県〉）

第23回下田歌子賞受賞作品

小学生の部

「今、私が一番大切に思うこと」の歌

最優秀賞

ばんごはん　きょうはどんな　一日か
まい日話す　かぞくのじかん

ばんごはん　きょうはどんな　一日か
まい日話す　かぞくのじかん

岐阜県恵那市立岩邑小学校二年　宇野　雅

優秀賞

いえかえり　かぞくみんなが　おでむかえ
みぢかなことが　たいせつなこと

いえかえり　かぞくみんなが　おでむかえ
みぢかなことが　たいせつなこと

東京都日野市立南平小学校四年　石川　一陽

入選

プレゼント　もらった物の　質よりも
つまった思いで　むねがあたたまる

プレゼント　もらった物の　質よりも
つまった思いで　むねがあたたまる

岐阜県恵那市立大井小学校六年　青木　彩乃

入選

いざ勝負　小中さいごの　運動会
さいぜんつくして　がんばるぞ

いざ勝負　小中さいごの運動会
さいぜんつくして　がんばるぞ

岐阜県恵那市立串原小学校四年　安藤　要仁

入選

ともだちや　いろんな人に　ありがとう
この一言を　大切に

ともだちや　いろんな人に　ありがとう
この一言を　大切に

岐阜県恵那市立大井第二小学校六年　伊藤　璃咲

最優秀賞

気もちを考える

愛媛大学教育学部付属小学校二年　若狭 早

夏休みならではのお楽しみは、しごと体けん。ぼくは大きくなったら、やりたいしごとがたくさんある。パンやさんにおかしやさん、牛をそだてるしごと、車をしゅうりするしごと。いろいろなしごと体けんさせてもらい、ぼくは人とつながって「はたらく」ことの大切さがわかってきた。

ぼくには、もう一つ気になるしごとがある。それは、お母さんのしごとだ。お母さんはぼくが生まれるまで、ほうそうきょくではたらいていたそうだ。そこでたんとうした「さつえいのアシスタント」とは、どんなしごとなのか。お母さんにしごとの内ようを聞くと、「それなら、お家でしごと体けんをしよう。」という答えがかえってきた。もちろん、本当のテレビカメラではなく、お家のビデオカメラでのさつえいだ。それでもぼくはワクワクした。さつえいするためのじゅんびを、お母さんは一つずつ教えてくれた。

まずはさつえいスケジュールをきめる。八月十四日、お昼の三時から一時間にきめた。つぎは場しょだ。さつえいスタジオはリビング、「がくや」はぼくのへや。しゅつえんする人が休けいする場しょを「がくや」と言うそうだ。そこにはお水やお茶、おかし、ティッシュなどをよういした。気もちよくつかってもらえるよう、そうじをねん入りに。そしてさいごにきめるのは、しゅつえんする人。お父さんの友だちをお家によび、ぼくのぶたのぬいぐるみ「いちぶうちゃん」といっしょにスタンバイしてもらった。

さつえい自体は、あっという間。お母さんのしごとは、人の気もちを考えて細かなことをじゅんびする、というものだった。それはほかのしごとでも大切なことではないだろうか。ぼくが大きくなった時、今はまだないしごとも出て来ると思う。どんな時代がやって来ても、人とのつながり、人の気もちを考えること。そうやって「はたらく」ことを、ぼくは一番大切にしたい。

優秀賞

つながるいのち

岐阜県恵那市立長島小学校二年　勝 明凜

わたしのおかあさんのおなかには、「にっこりマーク」があります。

わたしの家ぞくは、おとうさん、おかあさん、おにいちゃんの四人です。おにいちゃんはのんびりやさんで、出さんよてい日を十日い上すぎてから、手じゅつしてようやく生まれたそうです。そのときに、おかあさんのおなかに「にっこりマーク」の大きな口のような手じゅつあとができました。そのあと、わたしも同じように、手じゅつをして生まれることになりました。わたしのときはおにい

ちゃんとちがって、びょういんの先生に、
「出さんよてい日の二しゅう間前に、手じゅつしますよ。」
と言われたそうです。おかあさんは、手じゅつの日までに、赤ちゃんを大きくそだてようときめました。でも一さいのおにいちゃんが元気いっぱいで、なかなかゆっくりできなくて、たいへんだったそうです。
　六月十五日の手じゅつの日。おかあさん、おとうさん、おにいちゃん、おじいちゃん、おばあちゃん、びょういんの先生たち、みんながわたしが生まれるじゅんびをして、まっていてくれました。わたしは、おかあさんのおなかの「にっこりマーク」を通って元気に生まれました。
　わたしがはじめて「にっこりマーク」に気づいたとき、
「こんなに小さなところから生まれたの。」
と言って、とてもびっくりしました。そのときに、生まれるまでの話を聞いて、みんながわたしが生まれる日をたのしみにまっていてくれたことがわかりました。おかあさん、手じゅつをがんばってくれてありがとうと思いました。
　今、わたしが一ばんたいせつにしたいのは、いのちです。わたしのいのちだけでなく、みんなのいのちもたいせつにして生きていきたいです。

優秀賞

ことばでつたえる　たいせつさ

鹿児島県志布志市立松山小学校二年　坂元 花瑠

「おはようございます。こんにちは。ごめんなさい。」
　わたしは、このことばたちを口で言うのがにが手です。あさ教しつに入ったとき、友だちに自分から「おはようございます。」と言おうと思っても、はずかしくて小さな声になってしまいます。クラスの友だちは、大きな声であいさつをしたり、自分の言いたいことを言ったりして、すごいなとうらやましくなりました。
　わたしは、夏休みに元気な声でことばでつたえられるようになりたいと思いました。そして、れんしゅうをたくさんしました。
「おはようございます。」
ちょっとどきどきしながら、おとうさんの会社で大きな声であいさつをしました。会社のおじさんに、
「元気な声であいさつができてえらいね。こっちまで元気が出るよ。」
と言ってもらえました。
　おぼんに、親せきやちいきの人たちに会いました。
「こんにちは。」
わたしは、しんこきゅうをして、思いきって、大きな声で言いました。みんなが、

「しっかりあいさつが出来るんだね。もう、お姉さんだね。」
とほめてくれました。とてもすっきりした気もちになりました。
わたしが、お姉ちゃんにわるいことをしてしまったときに、ゆう気を出して、
「ごめんなさい。」
とあやまりました。
「じぶんからあやまってくれたからもういいよ。」
とゆるしてくれました。わたしは、「よかった。」と思いました。
わたしはことばを口に出してあい手につたえたら、自分にもいいことばがかえってくるのかなと思いました。「おはよう。」は、あい手もえがおになります。「ごめんなさい。」は、いやな気もちを半分に出来ました。これからも、自分から、大きな声であいさつをしたり、気もちをことばでつたえたりして、みんなをえがおにしたいと思います。

優秀賞

共に生きる

岐阜県恵那市立長島小学校五年　渡邊　望心

最近、人が生活する場所でのクマの目げき情報や、人がクマにおそわれたというニュースをよく見聞きします。
私の住む恵那市もクマの生息地域であり、時々目げき情報があります。
恵那市をふくむ岐阜県に生息するクマはツキノワグマといって、日本の東北地方から中国地方にかけて広く生息する種類です。本来はおく病で、人を避ける性質をもっていますが、森林が破壊されて住む場所が少なくなったり、夏の暑さの影響でドングリなどの食べ物が少なくなったりして、人の住んでいる場所に出てきてしまうそうです。
人のいる場所に出てくると、かわいそうですが捕まって殺されてしまいます。人間にとっては被害がなくなるので良いかもしれませんが、クマも自然界を構成する一員です。ツキノワグマは絶滅危ぐ種に指定されていて、どんどん数がすくなくなっているそうです。
これからも、クマなどの野生動物の命を守り、一緒に生きていく方法はないのでしょうか。
例えば、山に遊びに行ったとき、人間がゴミを捨ててこないとか、クマに近づいてびっくりさせないよう、クマ鈴やラジオの音で人間の存在を知らせる事。森には実のなる木を植えてクマが食べ物に困らないようにしてあげるなど、クマと人間がうまく住み分けられる環境を作ってあげることが大事だと思います。
いつまでも人間と野生動物が上手に仲良く暮らし続けられるよう、自分ができることを少しずつやっていきたいです。
野生動物も人も同じ地球で生きている仲間だから、大事にしたいです。
「共に生きる。」それが今、私が一番大切に思うことです。

佳作

新しい命を授かること

岐阜県恵那市立長島小学校六年　今井　陽菜乃

去年の十二月、父と母から突然、「赤ちゃんができた」と言われた。その時は、うれしかったし、びっくりした。ずっとほしいと思っていた赤ちゃん。妹がいいな、こんな名前がいい、とこの時は、考えるたびにうれしさが増していた。でもうれしいことばかりではなかった。妊娠初期の時は、つわりがひどく、においだけでも気持ち悪くて、母は、ご飯を作ることができなかった。そのため、父や自分たちでご飯を用意しなければいけなかった。

中期には、おなかが大きくなり始めて、腰がいたくて動くのがつらくなってきてしまい洗濯や皿洗いなども分担しながら家事をしなければいけなくなった。後期になるとますますおなかが大きくなっていき、くつをはくのもつらいほど母は、動きづらくなっていた。

わたしは、赤ちゃんができたと聞いた時大変だから手つだってねと言われて、自分なりに手つだおうと思っていたけど、実際は、自分が思っていた何倍も妊婦さんは、大変な事が多くて自分の考えは、あまかったことが分かった。

母は、予定よりも早く産むことになり、八月十二日から入院をした。そして十四日に妹は、無事に産まれた。うれしさのあまり涙があふれた。一週間後母と妹が帰ってきた。妹は、とても小さくてかわいかった。母は、妊婦生活が終わり、楽になるかと思ったが、出産後は体がボロボロで妹の世話以外は、動くことができなかった。私は、それまで以上に家のことをやらないといけなかった。妹が産まれてくることは、言葉では表せないほどうれしかったし感動したが、それと同時に姉として、家族の一員として、しっかりしなくてはいけないと思うことが、この十ヶ月でもたくさんあった。私には、いままでも弟がいたけど妹が産まれてきたことによって、さらに姉としての意識が高まった。今は、妹の世話など色々あるけど、私は、それをやりきることが一番大切だと思っている。

佳作

言葉の使い方

岐阜県恵那市立長島小学校四年　遠藤　航平

今、ぼくが大切にしている事は、「言葉の使い方」です。

なぜかというと、相手をきずつけないためです。そのためには、言葉の使い方に気をつけて生活する事が大事だと思います。

言われた人がいい気持ちになれるような言葉を使うことも大切にしたいです。

とくに、友達に悪口を言ってしまうと、友達関係が悪くなって友達がへってしまうので、友達や家族や近所の人にも言葉遣いには、注意して生活したいです。

また、「○○さん、こんな所がいいよね。」と、いい所をたくさん見つけて伝えたりすると、相手も「自分には、こんな良さがある。」と勇気付けると○○さんは、もっとちょう戦して○○さんの良い所がたくさんできて、相手の気持ちが「うれしい。」と言えるような言葉をたくさんかけたいです。

ぼくは、今まで、言葉の使い方については、まずぼくは、友達にいい言葉を使うことは、すごくできたと思います。

友達に、「大丈夫？。」や「ありがとう。」など相手が言われてうれしい言葉を使うようにしています。ぎゃくにちがう意味の「大丈夫。」や「ごめんね。」など少しあおっているような言葉は、使わないようにしています。

でも、もし使ってしまったらまず、次の日や、言ってしまった十分後やすぐあやまるなど反せいして友達に言うと、仲直りできて、また、たくさん遊べるようになっていつもが、楽しい生活になってクラスのみんなに信らいされる人になるためには、やはり「言葉の使い方」に気をつけてすごすことが大切だと思います。

さいごに、「言葉の使い方」は、友達を一言で魔法のように気持ちが「うれしい」という気持ちにできるので、言葉を使う時は、言われたがわの気持ちを考えてくらしたいです。

佳作

今、私が一番大切に思うこと

岐阜県恵那市立武並小学校五年　酒井　ひより

わたしが、今、一番大切に思うことは、平和です。なぜかというと、今この世界は、戦争などで、人と人とが争い、多くの大切な命が奪われてしまっているからです。

前に日本も戦争をしていた時期があったことをひいおばあちゃんから聞いたことがあります。ひいおばあちゃんは、戦争は大切なものを全て奪ってしまう二度とあってはいけないと教えてくれました。

夏休み中に、もくとうを三度しました。

八月六日、「広島市への原爆投下の日」

八月九日、「長崎市への原爆投下の日」

八月十五日、「終戦の日」

八月に入り、テレビなどでたくさん戦争についてやっていました。

わたしは、戦争について、二度とあってはならないことだと思っていましたが、実際くわしくはよくわかっていませんでした。

しかし、テレビを見て、男の人も女の人も命をかけて働いていたり、子どもたちは、「国のために戦う、戦争はいいことだ」と教えられ、子どもたちも働いていたことが分かりました。

戦争で大切な人たちの命が奪われたり、目の前で人が死んでしまったり、今では、考えられない日々を過ごしていたのが分かりま

した。

今、私は、家族がいて、学校へ行ったら、大好きな先生、友だちと勉強したり、遊んだり、とても幸せな毎日を送っています。戦争というもののおそろしさ、考えただけでとてもこわくなります。

これから絶対に戦争はおこってはいけないと思います。世界中の人々が仲よく、いろいろなことに協力して、人と人が戦うのではなく、「地球をきれいにしよう」とか「こんな病気はどうしたら治るのだろう」とか、みんなで一人一人の命を大切にして、地球をきれいにして、仲よく、協力して暮らしていく世界になってほしいと思います。

私は、今この生活を当たり前に思わず、いろいろなことに「ありがとう」という気持ちを忘れずに過ごしたいなと思います。

そして、この話をいろんな人にして、絶対にこの自分の今の気持ちをずっと忘れずに過ごしていきたいなと強く思いました。

佳作

平和な世界

岐阜県恵那市立長島小学校六年　土田　祥平

休日の朝。いつもよりおそく起きて朝ごはんを食べていた。のんびりテレビを見ていると、あるニュースが流れた。それは、パレスチナのガナ地区で子供の五人に一人が栄養失調になっていて、たくさんの子供が命を落としているということだった。前から、ガザ地区というところで戦争が起きていることは知っていた。でも、こんなに深刻な状況になっていたことは知らなかった。ぼくとはちがって世界のどこかでは、十分な食事も取れなかったり、勉強をまともに受けれない子がいるということにぼくは衝撃を受けた。

そこでぼくは、困っている子供達に何かできる事はないかと調べた。発展途上国の子供に、医療ケアや栄養支援などしている協会に募金をした。少ない金額だけど、一人でも助かってほしいと思う。他にも何かできることはないかと調べてみると、ＮＧＯやＮＰＯにボランティアとして、教育援助や技術援助、植林、通訳に参加することができるということが分かった。八十年前の日本も戦争によってたくさんのものを失い、たくさんの子供たちが戦争こ児となったというドキュメント番組を見たことがある。日本は他国からの募金や支援、ボランティアなどで町が復興して、戦争こ児も生きのびて今のぼくたちがいるのだと思う。だから今度はぼくたちが、今困っているガザ地区の子供たちを、助けたい。

今は募金しかできないけど、もう少し大きくなったらボランティア活動にも参加したい。そして、世界中の子供たちが、今日のぼくのように温かい食事を食べながらのんびりとした休日の朝がむかえられるような、平和な日々になってほしいと願っている。

佳作

今、私が一番大切に思うこと

岐阜県恵那市立武並小学校五年　山本　陽菜

私が小さいころから今も大切にしていることは、読書をすることです。本を読んでいると楽しいです。

本の中では、ま法が使えたり、植物がおしゃべりしたり、ゆうれいが見えたり、実際には出来ないことが体験できてわくわくします。

次は何がおこるのだろうと夢中になり、お父さんやお母さんの声が聞こえなくなることがあります。自分では気づいていませんが、声を出して笑っていることがあるそうです。

つかれた時に本を読んでいると、しずんでいた気持ちが段々とうすれていき元気が出てきます。灰色からおれんじ色に変わるような感じです。

私の人生とはほど遠い日常を体験でき、ありえない事を味わえるところがすごくいいなと思います。例えば「若おかみは小学生!」という本では、主人公のおっこがさまざまな困なんに立ち向かいがんばっている姿がかっこよくあこがれたりします。登場人物のそれぞれの気持ちを想像することもできます。

本を読んでいると知識が増えることがあります。例えば「時間わり男子」という本では「きゅうそねこをかむ」ということわざを知りました。末広がりの八はえんぎの良い数字という事も知れました。知らないうちに「知っていること」がふえました。

本は読むペースも自分のペースで読めます。テレビだと流れるように進んでいってしまうので、もう一度もどって観たい時や画面の絵をじっくりみたいとなった時に不便です。その点、本だとどんな時でも読み返せたり、絵を気軽にじっくり見れる所がいい所だと思います。

本は心の豊かさを広げてくれると思うので、これからもたくさんの本を読んで、お気に入りの本を見つけたいです。

嚶鳴協議会賞

初めて飼ったカナヘビ

岐阜県恵那市立岩邑小学校六年　加納　太葵

ぼくは、この夏初めてカナヘビを飼い初めました。家の庭の木の下に動くものを見つけたので、近づいてみるとそれは小さなトカゲでした。

トカゲはすばやく動くので、つかまえるのが大変でしたが、やっとつかまえることができました。そのトカゲは、七センチくらいの大きさで、体がざらざらしていました。ぼくは、このトカゲは何の種類なのかを図鑑で調べてみることにしました。図鑑をみるといろいろなトカゲがのっていましたが、ぼくがつかまえたトカゲは、ニホンカナヘビという種類のトカゲでした。ぼくは、ニホンカナヘビ

の生態はどういうものなのか気になり、飼育してみたいと思ったので、お母さんにニホンカナヘビを飼ってもいいのか聞いてみることにしました。お母さんが、

「生き物だから、毎日ちゃんとお世話ができるなら飼ってもいいよ。」

と言ってくれたのでカナヘビのためのすみかを作ることにしました。まずカナヘビの家をつくる虫かごに、庭の木の下にあるこけや土や石を入れてみました。カナヘビがかくれることができるように、木の枝も入れて住みやすいようにしました。カナヘビは、何を食べるのかを図書館で調べてみました。カナヘビは、小さな虫や、コオロギ、クモやミミズなどを食べていることがわかりました。カナヘビに、コオロギをあたえると、すばやく動いて、コオロギをつかまえて食べる所をみて、（すごいなぁ）と思いました。

カナヘビを毎日みているうちに、カナヘビにも気分があることに気づきました。元気に動き回る日もあれば、ずっとすみかにいる日もありました。元気のない日に、エサを変えてみたり、日光浴を長くさせたりすると、また元気に動き出すこともあって、少しずつカナヘビの気持ちがわかるようになりました。

ぼくは、カナヘビを育てて生き物の世話の難しさを知りました。小さないのちの大切さを学び生き物を大切にしていきたいと思います。

嚶鳴協議会と嚶鳴協議会賞

嚶鳴協議会は、ふるさとの先人をまちづくり、人づくり、心そだてに活かしている自治体が、情報交換や交流、連携を通してよりよき地域づくりを探るための協議会です。「嚶鳴」とは、中国最古の詩集『詩経』に出てくる言葉で、鳥が仲間を求めて鳴き交うという意味。転じて、仲間が集まり切磋琢磨しながら学び合い教え合うことを意味します。名君・上杉鷹山の師として名高い愛知県東海市出身の儒学者・細井平洲が江戸に開いた私塾を「嚶鳴館」と名づけたことでも有名です。

加盟自治体が持ち回りで毎年開催する「嚶鳴フォーラム」を中心に、市町長会議、教育長会議、行政職員や市民の交流事業等活発な活動を行なっています。恵那市では、平成二十一（二〇〇九）年と令和四年（二〇二二）に開催しました。また、嚶鳴協議会加盟自治体が行なう公募事業等の中で協議会の趣旨に添った事業に対して「嚶鳴協議会賞」も授与しています。

【嚶鳴協議会加盟自治体（令和七年度）】恵那市　大野町　沖縄市　小田原市　釜石市　木曽町　高鍋町　多久市　東海市　養父市　米沢市

第23回下田歌子賞受賞作品

中高生の部

「今、私が一番大切に思うこと」の歌

最優秀賞

夕焼けに　あとはさよなら　だけなのに
話し花咲く　小さな幸せ

夕焼けに　あとはさよなら　だけなのに
話し花咲く　小さな幸せ

東京都・白梅学園高等学校二年　松村　朱莉

優秀賞

「おかえり」と　母の丸文字　あたたかき
メモ一枚が　明日への御守り

「おかえり」と　母の丸文字　あたたかき
メモ一枚が　明日への御守り

東京都・日本大学第二高等学校二年　髙岡　奈央

入選

沈黙も　気まずくならぬ　この時間
友と呼べるは　そんなひとときき

沈黙も　気まずくならぬ　この時間
友と呼べるは　そんなひとときき

岐阜県立恵那農業高校二年　田島　煌士

入選

山の中　校舎に響く　笑い声
締めくくる時　忘れぬ今日

山の中　校舎に響く　笑い声
締めくくる時　忘れぬ今日

岐阜県恵那市立明智中学校三年　藤谷　一花

入選

一時間　長く短く　どう使う
小さな機器より　過ごすべき人

一時間　長く短く　どう使う
小さな機器より　過ごすべき人

岐阜県池田町立池田中学校二年　松原　英里可

最優秀賞

母の言葉

兵庫県加古川市立氷丘中学校三年　宮﨑　純大

母は泣いていた。

もう何年も前のことなので、理由はそこまではっきりとは覚えていないが、僕はそのとき、父に怒られていた。

テストの点数が悪かったとか、そんな表面的なことではなくて、物事に取り組む姿勢とか態度について。たぶんそんな感じだったと思う。

怒る父に対して、

「わたしは信じてるから」

母が言ってくれたその言葉は、よく覚えている。

その言葉とともに、流してくれた涙も。

母が泣いているのを見たのは、そのときが初めてだった。怒られた理由についての記憶は曖昧でも、母の涙と言葉は、大人になっても何歳になっても、忘れることはないだろう。

あなたのことはもう信用してないとか、あなたは信頼できない人だとか言われたら、誰もが心底がっかりし、落ち込んでしまうだろう。しかし、母が僕に言ってくれた

「わたしは信じてるから」

という言葉は、下を向いている僕に光を与えてくれた。

ステップファミリーという言葉がある。

僕は母とは血がつながっていない。我が家はステップファミリーだ。

僕が小学校の低学年のときに父は母と再婚をし、母は僕の母となった。それ以来、母は誰よりも僕のことを支えてくれている。それは決して簡単なことではないだろう。まだ中学生の僕でも、それくらいはわかる。血のつながりがあるからといって、すべての親子関係が上手くいくとは限らない。ましてや、元々は他人同士であった二人が親子としての関係を築き、ひとつの家族として暮らしていくことは、いろいろな問題が出てきて当然だ。

しかし母は、どんなときも僕を信じ、味方になってくれ、教え、励まし、応援してくれる。もちろん父もそうしてくれるのだが、僕から見て、父はたまに厳し過ぎるところがあるように思う。男やからつよく生きろ。という昔からある考えもわかるのだが、それだけでは息がつまりそうだ。そんなときは母がすぐに気づいて、間に入ってくれる。それでちょうどよくバランスが保たれているのかもしれない。

ステップファミリーとか義母とか、そういった言葉を特に意識したことはない。でも母の存在と愛情は、明らかに僕のいまの、そしてこれからの「ステップ」になっている。

「わたしは信じてるから」

自分を信じてくれる人がいる。それがどれだけありがたいことか。成功や失敗を含めて多くの経験をしていく度に、そのありがたさや

うれしさ、喜びを重ねていくのだと思う。
いま、そしてこれから先、僕がいちばん大切にしたい母の言葉と支えを心の真ん中に置いて、つよく生きたい。

優秀賞

左胸の勲章

東京都・聖心女子学院高等科二年　石黒　小百合

今、私が一番大切に思うことは母の幸せだ。
今年の一月、母が乳がんに罹っていることが分かった。母は明るく前向きな人なので、そのことが分かった時もあっけらかんと笑っていた。私と兄はその様子にいささか拍子抜けしてしまい、また、乳がんについて大した知識もなかったので乳がんとはさほど恐ろしくない病気なのだろうと胸を撫で下ろした。
今思い返せば、きっと母は私たちを心配させたくなくて気丈に振る舞っていたのだろう。そういう人なのだ。父と離婚した時も、心労がたたって倒れた時も、決して私たちの前では暗い顔を見せなかった。
そんな母が、無事手術を終え退院してきた日、初めて私の前で寂しそうな顔を浮かべた。母の乳がんは早い段階で発見されたが、それでも左胸の全摘出を余儀なくされたため母の左胸には痛々しい手術痕が刻まれていた。そのことは私も聞いていたが、母は着替える際に私の方を振り返り、「だいぶ酷い状態だから見ない方がいいよ。気持ち悪いかもしれないし。」と、寂しそうに微笑んだのだ。今までみたことのない母のその表情に、私は動揺して何も言えなかった。そのことを今でも後悔している。母の手を取って伝えれば良かった。誰よりも私たちのことを大切に思ってくれている母の勲章を、私が気持ち悪いと思うはずがない、と。
母が私たちのことを一番大切に思っているように、私たちも母のことを一番大切に思っている。だからこそ、私は母にせめて私たちの前だけでは弱さを見せて欲しいと願っている。「乳がんと診断された」と聞かされた当時は気が付かなかったが、いくら明るく振る舞っていても、自分の体に癌があるなんて本当は恐ろしくてたまらなかったはずだ。その不安を誰にも打ち明けず、入院日まで毎日働きに行き、いつも通りの様子で私たちに接する。それがどんなに辛く大変なことだったのか、今では容易に想像できる。
その後も、母は時折寂しそうな表情を浮かべるようになった。旅先で温泉に入ることをやんわりと拒んだり、ＳＮＳで乳がんについての投稿ばかりを見るようになったり。どれも些細な出来事だが、母が左胸の傷跡を気にしているのは明らかだった。私も兄もそんな母の様子を見るのは初めてだったので、どうすれば母から寂しさを拭えるのかが分からず、どんな時でも明るく前向きな母の存在がどれだけ大きかったのかを痛感した。そしてある日、ふと、今度は私たちの番なのではないかと思った。幼い頃から母は不安なことや寂しいことがあった時、何も言わなくてもそのことを感じ取り温かく

抱きしめてくれた。癌を患い胸に傷を負った母の不安や寂しさを拭い去るのは今の私たちには難しいかもしれない。だから、母の不安や寂しさごと今度は私たちが抱きしめれば良いのではないかと、そう思ったのだ。

願いは叶い、手術から四ヶ月が経った今、母は少しずつ私たちに弱さと、そして笑顔を見せてくれるようになった。

これから先も、母が左胸の傷跡を勲章だと誇ってくれるようになるまで、隣で支え続けていきたい。

優秀賞

言葉がくれた力

岐阜県・多治見西高等学校二年　小栗　遥音

私が一番大切にしていることは、「挑戦すること」と「目標を言葉にすること」です。この二つは、中学三年間ソフトボール部で過ごした中で学びました。特に中学最後の大会での出来事は、今まで鮮明に覚えています。

当時の私は、チームの人間関係や自分のプレーに不安がありました。練習しても中々結果が出ず、打撃の成績も伸びませんでした。チームの一体感も感じられず、このまま終わってしまうのではないかと焦っていました。そんなある日、監督に「遥音の目標は何なの？」と聞かれました。私はすぐに答えることはできませんでした。明確な目標がなかったし、自信がなかったからです。でも、気づいたら勝手に口が動いていて、「中学最後の大会でホームランを打ちたい」と言っていました。

その瞬間、自分でもびっくりしました。なぜなら、それまで一度もホームランを打ったことがなかったからです。自分にとって大きな挑戦でした。そのとき初めて宣言することは自分への約束になると感じました。

その日から練習への取り組み方が変わりました。今までなんとなくやっていたバッティング練習も、フォームを直したり、自分に合う打ち方を探したりしました。手にマメができて痛くても「絶対に打ちたい」という強い気持ちで続けることができました。監督が「ホームラン楽しみにしてるよ」と声をかけてくれたのも励みになりました。

そして、中学最後の大会の日。家族や親戚、先生方が応援に来てくれました。試合は接戦で進み、ついに私の打席が回ってきました。ベンチから「頑張れ！」という声が聞こえてきました。狙っていたコースの球が来た瞬間思いきりスイングしました。バットの「カーン」という音と同時に、ボールは外野を越えて転がっていきました。必死に走って三塁を回ったとき、仲間の「行け！」という声が聞こえ、全力でホームベースまで走りました。

ホームベースを踏んだとき、胸が熱くなりました。「本当に打てたんだ」という喜びと、これまでの練習の日々が一気によみがえりました。それは、挑戦し、目標を宣言して走り続けた自分を誇らし

く思える瞬間でした。

この経験から二つのことを学びました。一つ目は、挑戦は自分を成長させる力を持っているということです。できるかどうか分からないことに向き合うとき、人は本気で努力します。二つ目は、目標を言葉にすることで、その目標が現実に近づくということです。宣言することは自分への約束となり、周囲からの応援を引き寄せます。

これから先、進学や仕事など新たな挑戦が訪れると思います。そのときも、あの日のホームランのように、自分の目標をはっきりと言葉にし、全力で挑みたいと思います。挑戦し続ける限り、自分は必ず成長できると信じています。

優秀賞

私が大切にしていること

東京都・実践女子学園中学校一年　竹田　彩星

私が大切にしていること、それは困ってる人の役に立とうとする姿勢です。どんなに小さな事でも人の役に立てたと感じた時、嬉しい気持ちになる事に気がついたからです。

二〇一一年、東日本大地震があった時、私はまだ生まれていませんでした。その時に私の父が友人のためにした行動を紹介します。

私の父は幼い頃、岩手県に住んでいた事があり、家族ぐるみでお付き合いのあった友人がいたそうです。その友人は命こそ助かったものの津波で、家も会社も車も流されてしまい親戚の家に家族と身を寄せていました。震災から十二日後、父は少しでもその友人の力になりたくて大量の食料品や生活用品を購入、当時乗っていたワゴン車にそれらをパンパンに詰めて東京から現地に向かいました。途中、地震によりデコボコになった高速道路と戦いながら何とかたどり着きます。寝る場所もない中、その親戚の方の家の玄関先を借りその日は持参した寝袋で就寝、翌日は一番困っていることが車がないことと聞き、乗ってきた車ごと渡します。交通手段が所々遮断されていることから岩手から秋田までバス移動、秋田から羽田まで飛行機と計三日間かけて何とか帰路につきました。その友人は父が来てくれたこと、そして田舎では欠かせない車を置いていってくれたことに涙を流して本当に感謝してくださったそうです。父はこれくらいしかできなかったけれど少しでも役に立てたことが嬉しいと言っていました。私はその話を聞いた時、父がした行動を誇らしく思いました。同時に私も困っている人がいたら助けられる人になりたいと思ったのです。

そこで自分でできる事とは何かと考え行動していることがあります。それはヘアドネーションです。ヘアドネーションとは小児がんや脱毛症、事故などで髪を失った子どもたちのために、寄付された髪の毛で医療用ウィッグを作り無償で提供する活動です。髪の長さが基本三十一センチ以上あれば誰でも寄付する事ができます。その事を知ったのは私が小学二年生の時に通っていた英会話教室の先生から教えて頂いたことがきっかけです。先生は「自分の髪を提供す

るだけで喜んでくれる人がいるなんてこんな幸せなことはないじゃない！」とおっしゃいました。私はその言葉に感動し、同時に私にもできることが見つかった！と嬉しくなりました。即実行と思い立ち、腰まであった髪をばっさりカット、初めて髪を送った時の誰かの役に立てるという気持ちは今でも忘れていません。その後も約三年おきにショートカットにしています。先日、三回目のヘアドネーションをする為に美容院へ行ってきました。私が髪を伸ばすのは髪を必要とする方々のため、提供できる長さになったら髪を切ると心に決め日々過ごしています。人の役に立つこと、そして結果感謝してもらえた時、自分も幸せな気持ちになります。そしてそれが生きている上でのモチベーションになると思っています。

これからも困っている人がいたら、可能な限り手を差し伸べられる人になりたいです。

佳作

会話の力築く日常の豊かさ

岐阜県恵那市立岩邑中学校三年　太田　和花

「親とちゃんと喋ってる？」相任の先生にそう聞かれたとき、胸の奥が大きく揺れた。私は受験を控えた中学三年生。進路は将来に直結するので不安と恐怖でいっぱいだ。頭では「ここに行きたいから勉強しなきゃ」とわかっていても思うように集中できず、机に向かってもため息をつき逃げてしまう。そんなときこそ必要なのは、家族との会話だと気づかされた。

今まで親と全部本音で話すことは、あまりなかった。いろいろな事情があり、否定されるだろうなと思ってきた。勇気を出して言おうとしても言葉が詰まり、途中で黙り込んでしまう。けれど親は急かさず、ただ待っていてくれる。その沈黙の優しさにどれほど救われただろう。親の一言で私は心の奥にしまい込んでいた苦しさを吐き出すことができた。「家族のせいでいろいろ我慢させちゃったね。ごめんね。」「大丈夫、自分を失ったらダメだよ。あなたはあなたのままでいいよ。」その声を聞いた瞬間、胸の中で重くのしかかっていた石が少しずつ溶けていくように感じた。会話は「当たり前」のように見えるけれど、実は心を温め、生きる力を与えてくれるものだ。親とのやりとりを通して、私は少しずつ自分の気持ちを言葉にできるようになった。

受験期は、勉強のプレッシャーや友人関係の悩みが重なり息が詰まりそうになる。クラスの空気に疲れた日、友達と放課後に話しただけで、不思議と気持ちが軽くなることがある。何気ない会話や「ここめっちゃ難しいよね」などそう言われただけで、孤独じゃないと分かる。安心できる人と話すことで、心は軽くなるのだ。言葉を交わすたびに、未来への道が少しずつ見えてくる。

会話はやさしいだけじゃない。時には難しく誤解も生まれる。失敗から言葉を選ぶ大切さを学んできた。相手に届けようとする努力こそ、人と人をつなぐ一歩だと思う。

さらに、先生との会話も私に大きな力をくれた。「頑張れ」ではなく「今日はどこでつまずいた?」と聞かれたとき、私は「この人は本気で私のことを見てくれている」と感じて、机に向かって頑張れる力をくれる。勉強以外でも不安や弱音を口に出してもいい安心できる場所がある。会話には力がある。迷いを照らし、不安を和らげ、何倍もの喜びにもしてくれる。

受験までもう余裕がない時期になってきた。結果はどうなるか分からない。けれど私は知っている。家族や先生、友達と交わす会話が必ず私を支え、未来へと導いてくれることを。

だからこそ私は強く言いたい。「会話は生きる力だ」そして「私の人生で本当の繋がりにも出会える素敵な会話」「会話は豊かに暮らせるアイテムの一つ」これからの人生でその力を信じ、支えにして進んでいきたい。

佳作

私が一番大切にしていること

東京都・実践女子学園中学校一年　塩田　楓乃子

私が今、一番大切にしていることは「調和する」ということです。なぜなら、私が活動している合唱部やオーケストラには、一人では表現することが難しく、集団でしか作ることができない音楽があるからです。私は、全員が心を合わせ、互いに耳を傾けながら一つの作品を作り上げることに大きなやりがいや楽しさを感じています。そして、音楽づくりの過程における人との関わりも「調和」があるからこそ、より深く、豊かなものになると私は考えています。より良い音楽を目指すために、私は合唱とオーケストラ、それぞれの「調和」について考えてみました。

まず、私が在籍している合唱部では、ソプラノパート、メゾパート、アルトパートの三つのパートに分かれて歌っています。それぞれが違うリズムや音色を担当しますが、大切なのは自分の声をただ主張するのではなく、他のパートの音を尊重しながら、全体の響きを意識して歌うことです。そのためには、日々の練習の中で、どこをどう意識して歌うかを話し合い、互いの意見を聞き合うということは欠かせません。たとえば、ソプラノパートとアルトパートは、立ち位置が離れていることが多く、同じメロディーやリズムの部分を歌う場面では、お互いの音を聴き合いながら調整する必要があります。こうした丁寧なコミュニケーションと意識の積み重ねが、聴く人の心に届くような合唱を生み出していると実感しています。また、「話し合うこと」や「心を一つにすること」は、合唱に限らず学校生活や日常の中でも人間関係を築くうえで大切な姿勢だと感じています。

次に、オーケストラでは大きく分けると弦楽器、木管楽器、金管楽器の三つのグループで構成されています。具体的には、弦楽器にはバイオリンやチェロ、木管楽器にはクラリネットやフルート、金管楽器にはホルンやトロンボーンなどがあります。それぞれのパー

トが異なる役割を担いながら、全体として一つの音楽を作っています。私はバイオリンパートを担当していますが、メロディーを演奏する場面では音をはっきりと響かせ、逆に他の楽器が主役となる場面では、自分の音を抑えて全体のバランスを整えるよう心がけています。また、指揮者の表情や動きをしっかりと見て、全体の意図を感じ取ることも大切です。オーケストラでは、それぞれの奏者が自分のパートに責任を持ちつつ、他の奏者と息を合わせることで、豊かなハーモニーが生まれます。合唱と同様に、他者を理解し、尊重し合うことで、初めて一体感のある音楽を完成させることができます。

私はこれからも「調和すること」を大切にしながら、人との関わりを築いていきたいと考えています。音楽だけでなく、さまざまな場面で他者と協力をし、一つの目標に向かって進む力を育てていきたいです。

佳作

思い出を写真に残すということ

岐阜県・多治見西高等学校一年　辻原　優心

今、私が一番大切に思うことは、「思い出を写真に残すこと」だ。写真を撮ることは、ただの趣味以外に、私にとって大切な意味を持っている。楽しかった瞬間、大切な人との時間、何気ない日常の風景。写真は、それらの一瞬を未来に残してくれる、私にとってかけがえのない手段である。

小さな頃から、私は写真を撮ることが好きだった。最初は親のスマートフォンを借りて、家の中のぬいぐるみや、近所の公園の花などを何となく撮っていた。次第に友達や家族との時間を撮るようになり、成長とともに、カメラの構図や光の当たり方などにも少しずつこだわるようになった。でも、私が写真を大切に思う一番の理由は、写真を見ることで、そのときの思い出が鮮やかによみがえってくるからだ。

例えば、昨年の夏、親と一緒に海に出かけたときのこと。海辺で従姉妹が無邪気にはしゃいでいる写真、お祭りの帰り道にみんなで食べたかき氷、夕方の空がオレンジ色に染まっていた瞬間。そういった写真を見返すと、そのとき風の感じや波の音、従姉妹の笑い声まで思い出される。ただの一枚の写真が、あの夏の思い出をまるごと運んできてくれるような気がする。

また、友達と過ごした日々も写真とともに記憶に残っている。体育祭の集合写真、放課後に寄ったカフェでの何気ない笑顔、文化祭の準備中にふざけ合って撮った自撮り。それらは、私にとって何ものにも代えがたい宝物だ。写真がなければ、もしかすると忘れてしまっていたような小さな瞬間も、写真を見ることでいつでも思い出すことができる。

思い出は心の中に残ると言う人もいるけれど、時間がたつにつれて、記憶は少しずつ薄れていくものだと思う。そんなとき、写真は

心の奥に眠っていた記憶をやさしく呼び起こしてくれる存在だ。写真を見ると、「そういえば、あのときこんなこともあったな」と、忘れていた出来事まで思い出すことがある。

私が特に意識しているのは、特別な日だけでなく、何でもない日常の一コマも写真に残すことだ。朝の光がきれいだった日、友達と笑いながら歩いた帰り道、教室の窓から見た空。そういった何気ない瞬間が、あとで見返したときに、心をほっとさせてくれることがある。何でもない日常こそが、後から振り返ると一番貴重に感じることもあるのだ。

これからも私は日々の中で写真を撮っていきたい。そのときの気持ちを込めて、一枚一枚を大切に残したい。そして、見返したときに今の自分を思い出せたらうれしい。

写真には、言葉では伝えきれない気持ちを届ける力がある。家族や友達と写真を見返す時間の中に、つながりや温かさを感じる。

だから私は、「思い出を写真に残すこと」をこれからも大切にしていきたい。

佳作

私の偏見を変えたたった一人の友達

東京都・実践女子学園中学校一年　永井　麻衣

私が今大切に思っていることは、「お互いがお互いを知ることが平和への近道」ということです。そう思ったきっかけは、自分は戦争について身近に感じたことが無く、平和について考える機会がなかったからです。しかし、ふと日本の周りを見てみればウクライナとロシア、パレスチナとイスラエルなどで毎日のように戦争が起きていて切りがありません。それをきっかけに、この世を今よりも平和にするには何ができるのか考えてみました。

今から二年前までは私にとってA国はあまり良いイメージがありませんでした。なぜなら、ニュースでその国でトラブルや事件があったり、家族がその国の人によってネット詐欺にあったりしていたからです。そんなある日、小学校に転校生がやって来ました。その子はA国出身でしたが、私は知らず知らずのうちに段々とその子の出身であるA国の歴史や食文化・歴史のある書物、言語などに興味を持つようになりました。その国の良いところや素敵な所を知ったからなのかいつしかA国にあまり良くないイメージを持たなくなりました。

人は「よく知らないもの」や「よく分からないもの」を恐れて敵とみなします。これは人の性ですが、そのままにしておくと、戦争という悪い方向に向かってしまうかもしれません。そのため、「戦争をしないために核兵器を保有するべきだ」という考えを持つ者もいますが、自分はそう思いません。だからといって、平和になれるとは限らないからです。もしかしたら、相手の国にとってそれが『脅し』と感じてしまい、それが原因で戦争になってしまうかもしれないからです。どうすれば良いかというと、私が思っている中で

の答えは、「お互いを理解しあうということ」例えば、友達が住んでいる国と自分が住んでいる国が戦争することになるとしましょう。そしたら、大概の人は「その国と戦争なんかしたくない」という感情を抱き、平和的な解決を図ると思います。簡単な例で表しましたが、これが起きればこの世から戦争が減ると思います。つまり一言でいうと、「心が通じ合えば、戦争がこの世から減る」ということです。これが少しでもこの世を「平和にするための一番の近道」だと私は考えています。今のは国同士の例で表しましたが、これを人間関係の面でも応用することが出来ると思います。たとえ、初対面同士でも、お互いのことを段々と知ることが出来れば、信頼が生まれ良い人間関係を築くことが出来ると思います。これからの人生では日本人に限らずたくさんの外国人といろんな場面でふれ合うと思います。私は、「A国以外のほかの国の文化や考えなどが日本と異なっても受け入れて理解し、平和な社会を築く」という考えをこれからも大切にしてこれからの人生を歩んでいこうと改めて思いました。

佳作

私がいま一番大切に思うこと

東京都・実践女子学園中学校二年　永倉　陽らり

この春、念願だった犬を飼うことになった。黒豆柴の女の子。名前はＡＬＢＡ。スペイン語で夜明けという意味だ。生後二ケ月で迎えたこの小さな命がとても愛おしく、「この子を守ること」それが〝私がいま一番大切に思っていること〟かもしれない。

我が家に来てからずっと下痢が続き、動物病院に通い、看病の日々が続いたときには心配で心配で気が気ではなかった。幸いその後は健康にすくすくと成長し、半年経ったこの夏休み、避妊手術をすることになった。動物病院の先生はとても信頼している。でもやはりいざ手術となると、説明されていたリスクが頭をよぎって不安で居ても立っても居られない。ああ、これが一つの命を預かるということなのか……その重さを噛みしめつつ無事に終わるのを待つ。手術成功の連絡が入ったときには自然と涙目になっていた。

命の重みを感じていたとき、ちょうどテレビでは戦後八十年とし、様々なドキュメンタリー番組をやっていた。その中で印象に残ったのがアメリカのワシントン州リッチランドに留学した女性の話だ。そこは核兵器の開発を推し進めたマンハッタン計画のもと、長崎に投下された原爆ファットマンの製造に関わった街だった。原爆が戦争を早く終わらせて何百万人もの命を救ったとＡＴＯＭＩＣを街全体で誇りに思い、高校のシンボルマークにもきのこ雲が使われていた。留学中深く考えず周囲に早く馴染むことを優先し最初に感じた違和感も薄れていく中、一人の教師に「なぜ君は日本人なのにそんな服を着られるの？」と声をかけられ、泣き崩れる。高校のパーカーに描かれたきのこ雲は、日本に落とされた原爆のものだと初めて知ったのだ。ようやくこの雲の下に広がる悲しみに思いが至った。

それから彼女は歴史を学び始めた。高校の生徒たちは原爆を落としたことを知っていてもきのこ雲の下で起きたことについてはなにも教わる機会が無かったのだ。そこで平和の日の無かったアメリカで、原爆への思いを全校生徒に伝えるべくビデオメッセージを作った。犠牲になった市民、罪の無い人たちを殺すことを誇りに思っていいのか。そう問いかけたスピーチはとても勇気のいる行動だった。なんと周囲の反応は心配していたものとは違い、日本で起きたことについて知る機会を与えてくれてありがとうという感謝だったのだ。

私もこのまま何も知らずにいたら怖いなと、ただ漠然とした海外への憧れだけではなく、平和教育の大切さ、そして日本の歴史を学びそれを伝える。それが世界を変える小さな一歩になるのだととても感動した。お互い自分が正しいと思い込むことが怖いこと。じっくり対話する力を養うことが大切だとも思った。

いま、世界には広島原爆の約十四万発分の核兵器が存在する。これを書いているのは八月六日。広島、長崎への思いを馳せて。

嚶鳴協議会賞

私は出会い、そして繋がる

岐阜県・多治見西高等学校二年　下田　真鈴

今年の春、私は一冊の本に出会った。二宮敦人著の医療小説、「最後の医者は桜を見上げて君を想う」である。この本では、とある三人の死が描かれている。そう。闘病に勝ち生を手に入れる奇跡のハッピーエンドではない。闘病に「負け」、死ぬ、いわばバッドエンドである。そんな物語には二人の医師が登場する。患者に対し「死」を受け入れ、残りの日々を大切に生きる道もあることを説く桐子修司。一方で患者の「延命」を諦めず、救うことに執念を燃やす福原雅和。延命治療を耐え抜き、病から奇跡的な回復をすることが勝ちならば、桐子の考え方や行動は、患者を負けさせることに等しいのだろう。

だが、死ぬことは本当に「負け」なのか。そもそも病と闘うとはどういうことか。対極的な二人の医師の三人の患者への向き合い方が、そんなことを考えるきっかけとなった。

そしてもう一つ、「選択」について考えたことがある。

有名な研究結果に、私たちは一日に平均二万回以上も何かしらの選択や決断を行なっている、というものがある。これには非常に些細なものも含まれているが、この「選択」の積み重ねが一人一人の道を創っている。そして時に大きな選択が立ち塞がる。私がこれまでの十六年で経験してきたものだと、進路だろう。そしてその時は必ず、自分で考えて決める、ことを大切にしてきた。なぜなら、考えなしに他人の意見で決定した道は、想いが弱く、行き詰まったときに他人のせいにしてしまうからだ。

しかし、本を読み大事なことに気がついた。

それは「人の意見も聞く」ことだ。最終的に自分で考えて決めることは大切にする。だが、自分だけでは正常な思考が行えないこと

があることを知った。それが「死」についてだ。これは一人で抱え切れるものではない。自分の余命がわかったとき、自分が何を望むのか、見失う人がほとんどではないだろうか。独り真っ暗闇の中にいて、選択肢など無いと思ってしまう。そんなときこそ、人と繋がることで自分らしさという光を見つけることができれば、「選択」することを諦めずにいられるはずだ。

そしてこの「選択することを諦めない」ことこそが「病に勝つ」ことの正体であると、私はこの本と出会い、考えた。簡単では無いだろうし、ものすごく辛いだろう。私にはまだ想像もできない。また、考えること自体ができない、または想いを伝えられなくなる病気もあるだろう。だからこそ、人と人は出会い、繋がるのだと思う。自分らしさを理解し、真っ暗闇から救ってくれる誰かと。そして自分も、誰かのその人らしさを理解し、真っ暗闇から救えるように。大事な「選択」のためにも、たくさんの人や考え方と出会い、自らの世界を広げたい。これが、今、私が一番大切に思うことだ。

第23回下田歌子賞受賞作品

一般の部

「今、私が一番大切に思うこと」の歌

最優秀賞

乳のみ児の　紅きほっぺは　ふくらみし
生命の輝やき　まぶしかりけり

乳のみ児の　紅きほっぺは　ふくらみし
生命の輝やき　まぶしかりけり

岡山県岡山市　藤井　通子

優秀賞

ほどほどの　加減やっと　分かりかけ
背負ふ荷物を　減らしゆくわれ

ほどほどの　加減やっと　分かりかけ
背負ふ荷物を　減らしゆくわれ

奈良県宇陀市　渡辺　勇三

入選

減りが早い　明るい色の　クレヨンは
君が生きてく　未来の色よ

減りが早い　明るい色の　クレヨンは
君が生きてく　未来の色よ

東京都台東区　青柳　奈々美

入選

生き切って　娘と会うこと　楽しみに
あの世の娘　きっと喜ぶ

生き切って　娘と会うこと　楽しみに
あの世の娘　きっと喜ぶ

愛媛県松山市　宇都宮　千瑞子

入選

あの夏の　休みの終わりで　泣く僕を
スーツの僕が　包み込みたい

あの夏の　休みの終わりで　泣く僕を
スーツの僕が　包み込みたい

鹿児島県鹿児島市　海野　礼夢

最優秀賞

傘寿のSuica

福岡県筑紫野市　山内 千晶

「ばあばに卒業式の袴を着せてもらうから」

東京の大学に進んだ娘が、祖母である私の母に頼んだと連絡してきた。

「えー。ばあば一人じゃ東京は無理よ」

「うん、だからお母さんも一緒によろしく。ばあばは『いいよ』ってさ」

「いや、急に言われても。こっちにも予定があるんよ」

「いいじゃん、二人で遊びにくれば」

そんなやりとりの末、三月末の繁忙期に、母を連れて上京することになった。

母は現役の美容師とはいえ、齢八十歳。普通に旅行に連れていくにも大変なのに、衣装一式抱えての移動は、正直気が重い。夫はのんきに「僕は仕事で行けないから」と一言。だが、風邪を引いても仕事を休まない母を旅行に連れていく機会もそうはないだろう、と思い直した。なんといっても娘の晴れ舞台でもある。こうなったら「リアル『東京だよ、おっかさん』をやろう」と親孝行も兼ねて、上京することにした。出発前に夫が「お母さん用のＳｕｉｃａがあった方がいいんじゃない？」と未使用のカードを用意してくれた。

半世紀ぶりの飛行機に緊張している母に、私は言った。

「お母さん、東京では電車の乗り換えが複雑だから、このカードを使って移動しようね」

携帯電話も持たない母に、いきなり「このカードを使え」というのも、なかなかスパルタな娘だが、母は案外、興味津々で「今はずいぶん便利になったんやねえ」と渡されたＳｕｉｃａを何度も裏返して眺めている。

羽田空港からモノレールに乗る時、いよいよ母が初めてＳｕｉｃａを使う機会が訪れた。

「ここにカードをかざすと、『ピッ！』って鳴って入れるよ」

先に私が見本を見せると、母も恐る恐るカードをタッチする。

「ピッ！」

無事にゲートが開いた。

「魔法みたいやね」と笑う母。

母は自宅横で美容室を五十年以上一人で切り盛りし、私と姉を育ててくれた。今は姉夫婦と同居しているので、外出する時は全て姉夫婦の車頼み。ほぼ公共交通機関に乗らない母にとっては、まさに〝傘寿の手習い〟だ。

東京駅で娘と落ち合うと、開口一番

「ばあば、これ使ってきたんよ」

と嬉しそうにＳｕｉｃａを見せる母。

「わあ、すごい！ばあばＳｕｉｃａ使えるんだ！」

孫娘に褒められて、母は何度もカードを見せては「こうしてね

『ピッ！』って鳴って入ってきた」と誇らしげに話す。そのたびに娘は「うんうん」と何度も頷く。その様子を見ながら、思わず私も口元が緩んだ。

翌日、娘は無事に大学を卒業した。式には行かなかったが、送られてきたメールには、私の時と同じように母に着付けてもらった、袴姿の晴れやかな娘の笑顔があった。それを見つめる母を見て、大変だったけど連れてきてよかった、と心からそう思った。

その後はいよいよ東京見物。まずは母の希望で夜の歌舞伎座で歌舞伎見物。翌朝「東京だよ、おっかさん！といえば二重橋だ」と皇居をゆっくり散策してから、浅草の雷門へ。そこから墨田川下り、そして東京タワーへ。

展望台から東京の街を一望すると、ふと母がこんなことを口にした。

「結婚して一年目、お父さんの仕事で半年だけ東京に住んでいたのよ」

職場結婚だった父と母、まだ美容室を開く前だった母は、慣れない東京で苦労した、という。若かりし頃の両親の初めて聞くエピソードに、私は驚くと同時に、まだ私の知らない母の人生があることを思った。

空港へ向かう電車で、母は懐かしそうに窓の外を眺めていた。

旅の始めは、おっかなびっくりＳｕｉｃａを使っていた母も、最後には慣れた手つきで「ピッ！」と改札を抜けるようになっていた。

搭乗口前のソファで、母は「ありがとう」と一言、まるでお守りを手渡すかのように、大事そうにＳｕｉｃａを私に返した。仕事も現役、家事一切もへっちゃらな母だが、この旅で今まで気がつかなかった母の「老い」を感じる場面がたくさんあった。

歩く速さ、休憩を取る回数、食事の量…いつまでも元気だと思っていた母のイメージが少しずつ、切なく変わっていく。母と過ごすこの時間が、とても大切で愛おしくなった。

母は「いろいろ行けて良かったよ」と大満足だった。それでも私が体調を心配すると、

「疲れとらんよ。楽しかったけんね」

そう言って笑う母の横顔が、ひと回り小さく見える。

帰りの飛行機の中で、うとうとする母。

「お母さん、また行こうね」私は心の中で呟いた。その時まで、このＳｕｉｃａは大事にしまっておこう、と思う。

優秀賞

「弱い」なんて言わせない

大阪府羽曳野市　KANDEL NIRMALA

「生き物にとって、大切なものとは何だろう？」生きるために必要な空気や水、食べ物だろうか。それとも、人生を前向きに進むための夢や希望、欲望なのだろうか。私はよくそんなことを考える。きっと、明確な答えはないのだと思う。どれもが大切で、ひとつに

絞ることはできない。ただ、日本のような先進国では、空気や水、住む場所といった「自然にあるもの」はすでに満たされており、それが「当たり前」になっている。だからこそ、「あなたにとって一番大切なものは何ですか?」と聞かれたとき、多くの人は「夢」や「自分自身」と答えるだろう。一方で、発展途上国の人々にとっては、「食事」「水」「家」など、生きるための基本的なものが第一に挙げられるかもしれない。人が「大切」と感じるものは、その人がどこで生まれ、どんな環境で育ったかによって、大きく左右されるのだ。

私は、ネパールという発展途上国の地方に生まれ育った。「大事なものは何か?」「自分とは何か?」といった問いを、自分中心で考えることはあまりなかった。いつも心にあったのは、「家族」や「兄弟姉妹」「両親」「友人」など、身の回りの人たちのことだった。誰かのために動くことが当たり前であり、自分一人だけが幸せになることに、どこか罪の意識すら感じていた。

日本に来てから、「私はこうしたい」「私の夢はこれだ」「旅行に行きたい」といった「私」の言葉をよく耳にするようになった。最初は驚いたが、やがて、「自分のことを大切にする」ことが、この国では自然なことなのだと理解した。私にとって、これまで一番大切だったのは「家族」だった。何も持っていなくても、家族のためにプレゼントを買ったり、喜んでもらえることを考えたりしていた。しかし、社会に出て働くようになってから、私は初めて自分自身に問いかけるようになった。「私にとって、本当に大切なものは何だろう?」

ネパールでは、特に地方において、今もなお女性の立場は弱い。家庭の中でも、職場でも、社会の中でも、女性は「従う存在」として見られている。私自身も、そう教えられて育った。「女の子は結婚して相手の家に行くのだから、何でもできなければつらい人生になる」と。なぜそんな不公平な決まりがあるのか、大人に尋ねても、「女に生まれたから仕方ない」と言われるだけだった。私は、そんな「弱い女性」にはなりたくなかった。むしろ、困っている女性たちを助けられるような存在になりたいと、心から願っていた。女性にも夢や希望があり、決して弱くなんてない。私はずっと、「この社会には負けたくない」と思いながら、自分を奮い立たせてきた。そして今、私にとって一番大切なものは何かと問われたら、迷わずこう答える。「私自身の成長」だ。ここでいう「成長」とは、腕力や身体の強さではない。知識や意識、情報を身につけるという「心と頭の強さ」のことだ。私は、「女性にもできる」ということを社会に示したい。そして、悩み苦しんでいる女性たちに手を差し伸べられるような人になりたい。ネパールの地方に行けば、多くの女性たちは家事に追われ、自分のことを考える余裕さえない。「夢はありますか?」と尋ねると、「家族の幸せ」「子どもの成長」「良い家庭に嫁ぐこと」と答える人が多い。その気持ちは尊い。でも、そこに「自分自身の夢」が見えないことに、私は寂しさを感じる。

私が女性の夢について考えるようになったのは、母の姿が大きく影響している。私の母は、一九歳で結婚して家庭を持った。小さい

頃から、私はそんな母の姿を見て育った。ふと、こんな疑問が浮かんだ。「お母さんって、夢があったのかな?」「結婚する前は、どんな夢を持っていただろう?」思い切って母に聞いてみたことがある。そのとき返ってきた答えは、やっぱりこうだった。「子どもの成長を見守って、旦那さんと家族と一緒にいられればそれでいいのよ。」確かに、それも大切な夢だと思う。けれど私は、少し寂しくも感じた。母にはスキルがある。編み物がとても得意で、私から見ても「それを仕事にしたらいいのに」と思うほどの腕前だ。でも、母はいつも「家のことが忙しくて時間がない」と言って、外で活躍しようとはしなかった。私は思う。「本当は時間がないのではなく、自信がないのかもしれない。きっと、「女性は家庭にいるべき」という考えが、どこかにあるのではないか」と。

ネパールでは、女性が経済的に自立する道も限られている。アルバイトのような仕事も少なく、親に頼るしかない現実がある。だからこそ私は、日本での学びや経験を活かし、ネパールで女性たちの立場を変えていきたいと考えている。そのためには、まず自分自身が成長し、知識と意志を持つことが必要だ。私が強くなれば、もっと多くの人を助けることができる。だから、今の私にとって、最も大切なものは「私自身の成長」である。

優秀賞

やさしさのバトン

愛知県名古屋市　平山 美帆

百貨店の化粧品売り場で働くのが好きだった。それが出産を機に退職し、家で子どもと籠りっきりになった。

子どもと二人きりの日々は、思った以上に辛かった。辛いと思うことに罪悪感もあり、心の中は鈍色の曇り空だった。

子どもが成長し、そろそろ幼稚園を決めよう。また働くぞというタイミングで、世界中に感染症が広がった。

幼稚園の見学すらままならず、ソーシャルディスタンスが叫ばれる世の中には当然、接客業の新しい求人などありはしなかった。

閉じ籠った狭い世界で、本を読むことが唯一の娯楽になった。絵本なら、子どもと一緒に読めるし、小説なら、夜、子供が寝たあとにひとりで読むこともできる。

しかも、本は一度買えばいつでもどこでも何度でも読めるし、毎回、違う気づきを得られる。

どこにも出かけられないけれど、本さえあれば世界中、未来にも過去にも宇宙のかなたにも異世界にも、どこへでも行けるのだ。

子どもと一緒に、本の世界にどっぷりはまり、リビングの本棚はいっぱいになった。

まだまだ読みたい私たちは、ちょうどコロナが落ち着き、再開さ

れた近所の図書館を利用するようになった。
役所の建物の三階にあるその図書館は、広くはないが綺麗で整頓されていて、子どもに読み聞かせができるスペースもあった。
本のにおいがする。
少し甘い、バニラのような本のにおいの正体は、紙の成分の時間経過によるもの。長い時を経て、読み継がれた本にしかあの匂いは出ないと知って、あたたかな感動を覚えた。
この図書館はイベントが多く、小さな子ども向けの読み聞かせの会やわらべ歌の会、こわい話の会などが毎月開かれていた。
それだけで、子どもと来ていいんだと、安心した。いつでも来ていいですよ、と扉が開かれていることが嬉しかった。
どこかで私は、子どもが騒いだら迷惑だろう、泣いたら嫌がられるだろう、怒鳴られるかもしれないと、まだ起きてもいないトラブルに怯えていたんだろう。
そんなことは起きなかった。子どもが泣いたからといって、顔をしかめる人はいなかつた。
子どもがぐずり、慌てて図書館から退散して、廊下であやしていたら背中の方から、
「子供の泣き声ってかわいいよね」
「わかるー！知ってる言葉が少ないからどうしていいか分かんなくて泣くんだよね」
「ああー！尊い！」
と、話し声が聞こえた。
嬉しかった。子どもは泣き止んだけれど、今度は私が泣きそうだった。なんておおきな優しさをくれるんだろう。
私も、彼らのようにそっと誰かを助けられる人になろう。大げさじゃなく、ほんの少しでいい、いっぱいいっぱいになっている誰かの心が少し、ふっと軽くなるような、そんなことができるようになろう。
当たり前のことでも、いざとなると体がすぐには動かないこともある。彼らは、きっと特に良いことをしてあげる！と気合を入れて言ったわけではない。きっと、普段から流れるように、息をするのと同じくらい自然に人に親切にしているんだろう。
この図書館でのあたたかい出会いはもう一つあり、それが今の私の仕事にも影響している。
ある日、図書館のカウンターで借りた本を返し、予約していた本を受け取り帰ろうと役所を出て公園の方へ歩き出した時、「すみません！お客様！」と呼び止められた。
振り返ると、先ほどカウンターにいた女性で、「本の間に挟まっていて、大切なものじゃないかと思いまして」と、紙を差し出す。
それは、子どもが私に描いてくれたハートがたくさん散りばめられた似顔絵だった。
「ありがとうございます」と私が受け取ると、彼女はやわらかな笑顔で建物に戻り、階段を上がって行った。
その日はエレベーターが点検中で、三階にある図書館から急いで降りてきてくれたその優しさにじーんとなった。忘れ物を保管する

箱があるだろうに、エレベーターが使えないのに届けてくれるその行動は、優しさが満ちている。私も優しさのバトンを繋げたい。

そう思っていたら、幸運にもその図書館から求人が出て、幸いにも採用されることになった。

働きはじめ、気づいたことがある。みんなの視線が優しいのだ。カウンターに座っていると、あたたかい視線を感じる。初めてやる作業の時は特に。私が困ったら、すぐに助ける準備ができているよ！という視線。

私も、あたたかい視線を送る側に、頼ってもらえる側になれるようがんばろう。

佳作

ピンチはチャンス！私の町の婦人会

岐阜県瑞浪市　加納　玲子

私が、この土地に嫁いで三十三年が経とうとしている。その年月の間に、私の家の周りだけでも大きく様変わりした。幼児だった子どもたちを連れて、お風呂上がりに夕涼みと称して、近所の田んぼの牛蛙の声を聞きながら散歩した。その田んぼは、もう一枚もない。一戸建ての家や、アパートに変わっている。陶器工場しかなかった地域だったのに、介護施設や飲食店ができた、いつの間にか、ちょっとひらけた町になっている。

三十三年のうちに、人も変わった。当時働き盛りだった方たちは、今、この地域を見守るよいお爺さんたちになっている。そんなお爺さんの中に、自宅からちょっと離れた畑に、颯爽と自転車で風を切って行く方がみえる。

そのお爺さんに出会うと、「おう、元気か。」と、必ず声をかけてくださる。「お久しぶりですねぇ。お元気そうで何よりです。」「いや、そう元気でもないけどな。」と、しばらく立ち止まっておしゃべりをする。そんなお爺さんとの会話はとても楽しい。

悲しい出来事もある。馴染みのあるお年寄りが、一人、また一人と亡くなっていく。野菜ができたから、といって甘いトマトをいっぱい置いていってくれたお婆ちゃんや、いつもタイヤ交換をしてくれたタイヤ屋のご主人。気さくに声をかけてくださった方たちが亡くなっていく。仕方のないことだけれど、なんとも淋しい気持ちになる。

新しい家や、アパートが増えて、この町内の世帯数も、当時の倍以上になっている。活気がある、といえばそうなのかもしれない。でも、知らない人が断然増えた。コロナでの自粛生活も追い打ちをかけた。家の近所を歩いている人を知らない、なんていう日が来るとは思わなかった。

そんな中でも、私たちの町内には婦人会が残っている。友達に話すと、誰もが驚いてくれる。ちょっと自慢だ。会員の負担にならないように、と活動は年に四回。日帰り親睦旅行と新年会、二回の公民館掃除である。婦人会の良さは、なんといっても、普段なかなか

顔を合わせることがない人とおしゃべりできることだ。近所に住んでいても、会うことは少ない。たった年に四回でも、会って近況報告する時間は貴重だと思う。

ところが、今年度異変が起きた。年四回だったはずの活動が、三回になってしまった。十一月の行事がなくなってしまったのである。諸々の事情はあるにせよ、何もしなくて本当によいのか、という釈然としない気持ちが、私の中にずっと残っていた。どんなことでもそうだが、現在あるものをなくすことは割に簡単だ。でも、続けることと、新しく始めることは本当に大変である。多くの時間と労力が必要になる。コロナの自粛活動により、人との関係が希薄になってしまった今だからこそ、人と集まることを意図的にしなくてはならないのではないだろうか。

私にとって大事件だと思っていた行事の変更だったが、救いの手が差し伸べられた。夏の公民館掃除の後、慣例のミニお茶会をしていた時、「そもそも婦人会とは…。」という話になった。災害が起きた時に動けるのが婦人会なのではないか、と提案する仲間がいたのである。二十年ほど前に、町内で火事があり、婦人会で炊き出しを行った。当時の婦人会長さんが米をかき集め。炊いた。そして、みんなで地区の消防団の皆さんのためにおにぎりを作った。何十個も必死で握った夜のことは忘れられない。その炊き出しの経験者は現在の会員では、私を含め二人である。それでは、何かあった時に心許ない。じゃあ、十一月の行事の代わりに、炊き出し訓練をやろうということになった。まず、公民館のガス釜の使い方を知らなきゃ。各自米一合ずつ持ち寄って、おにぎりを作ろう。おにぎりの中身は、何でもいい、家にあるものを持ってこよう。ご飯が炊けるまでに時間があるから、みそ汁を作ってもいいよね。豚汁でもいいんじゃない。婦人会だけじゃなくて、誘える人がいたら誘ってみてもいいかも。というつぶやきも広がった。我が意を得たりである。地域や人との繋がりを大切にしよう、という仲間がいることに感激し、心強く思った。

世の中、まだまだ捨てたもんじゃない。同じ気持ちをもつ仲間がいる。そう思ったら、どんなことも頑張れる気になってきた私がいる。たった十三人のちっちゃな婦人会だけれど、この地域で義母たちの頃から続いてきた婦人会だ。そんな形であれ守っていきたい。まずは、十一月の炊き出し訓練に初挑戦だ。

佳作

差し伸べられた手のぬくもり

神奈川県逗子市　鈴木 正倫

「困ったときはお互いさまよ」――亡くなった祖母がよく口にしていた。

私が幼い頃から聞かされてきた言葉は、当時その意味を深く考えることもなく、ただの優しい響きとして受け止めていた。

けれど、自分も大人になり、ご多分にもれず社会の荒波に揉まれ

幾度となく壁にぶつかる中で、だんだんとその言葉の重みと温かさを実感するようになった。

数年前、私は仕事と生活の両立に疲れ果て、心身ともに限界を迎えていた。毎日のように押し寄せる業務、周囲の期待、自分への失望と将来への漠然とした不安。

常に気を張り、誰にも弱みを見せられず、誰かに頼ることは負けだとさえ思い込んでいた。

気づけば残業続きで、食事も喉を通らず、眠れない夜もあった。

心は擦り切れ、身体も悲鳴をあげていた。いわゆる燃え尽き症候群だったのかもしれない。

そんなある日、ふとスマートフォンを開くと、小学校時代から付き合いのある友人からメッセージが届いていた。

この間、久しぶりに食事をしたばかりだった。

「この間、元気ないように見えたけど大丈夫?無理してない?」

たった一文。けれど、その短い文章が、私の張り詰めた心を一気に解きほぐした。

誰にも気づかれていないと思っていた。でも、ちゃんと見ていてくれる人がいた。涙が止まらなかった。

気にしてくれる誰かがいること、それがこんなにもうれしいなんて思わなかった。

私は思い切ってその友人に自分の状態を話した。弱音を吐くのは久しぶりだった。けれど、友人はただ静かに、最後まで話を聞いてくれた。

そして聞き終わると「つらいときはつらいって言っていい。助けてって言っていいんだよ。」と優しく語りかけてくれた。

その一言で、自分の中の突っかかりが取れたように感じ、私は救われた。

私はずっと、自立とは〝何も頼らず、ひとりでやりきること〟だと思い込んでいた。

けれど、この一件を機に本当の意味での自立とは、助けを求めることを恥じない勇気ではないかと思うようになった。

その日から、私は意図的に変わった。自分の殻に閉じこもるのではなく、つながりの中で生きていこうと決めた。

職場で悩んでいる後輩には積極的に声をかけ、困っている人がいれば手を差し伸べる。

同じように問題を抱え悩んでいる友人を食事に誘い、いっぱい食べさせ、話を聞いてあげる。

スーパーで買い物袋の多さに苦戦しているお年寄りを見かけたら、一言かけて手を貸す。

どれも小さなことだけど、そうした小さなやり取りに人のぬくもりを感じるようになった。

思えば、下田歌子先生が大切にされた「女性の自立」とは、単に経済的・社会的に自立することではなく、人としての尊厳と誇りを持ち、お互いに支え合う強さを備えることだったのではないだろうか。

女性が教育を受けることを通し、自らの意志で人生を選び、誰か

の力になることができる。そうしたつながりの連鎖が、社会全体を豊かにしていく。

もちろん、歌子先生は女性教育に注力されたが、その根底には〝人としてどうあるべきか〟という普遍的な視点があったのではないかと私は思っている。

私はこのつながりと助け合いを、何よりも大切にしていきたいと思っている。

ＡＩやデジタル化が進む現代社会において、顔の見えないやりとりや孤立感を抱える人は増えている。

便利さの裏側で、昔のように人の温かさやぬくもりを感じる機会は少なくなっているように思う。

だからこそ、意識的に人と人をつなぐ行動が求められているのではないか。

近年では〝退職代行〟など、人と人の間に〝代行〟が入るビジネスが増えている。

こうした流れも、直接的な人間関係が希薄になっていることの表れかもしれない。

誰かに寄り添うこと、手を差し伸べること、それは時に自分の時間や余裕を削ることかもしれない。

でも、その小さな優しさが、誰かにとっては明日を生きる力になる。私がそうして救われたように。

今、私が一番大切に思うこと。それは、人と人とのつながり、そして困ったときに手を差し伸べ合える「助け合い」の精神だ。

祖母の言葉の本当の意味を知り、友人の優しさに気づいた今、昔の日本人には自然と備わっていた、そんな当たり前の温かさを、私はこれからも大切に守っていきたい。

佳作

遅咲きの花は、強く鮮やかに咲く

兵庫県西宮市　野澤 静子

「あなたの夢はなんですか？」

そう尋ねられて、すぐに答えられる大人は、どれほどいるだろう。子どもなら「野球選手」「お花屋さん」「警察官」……と、次から次へと夢を語るに違いない。

「夢を持って生きなさい」

大人は子どもにそう言うけれど、そんな私たちは、果たして夢を持って生きているのだろうか。

かつて楽しそうに夢を語っていた私たちは、大人になると、夢を語ることをやめてしまう。それはきっと、日々のストレスやプレッシャーに押しつぶされ、仕事に追われているうちに、夢の存在を忘れてしまうからだ。

子どもの頃に「夢を持ちなさい」と言われていた私たちは、大人になると「現実を見なさい」と言われるようになる。そんな何気ないひと言で、いとも簡単に夢を手放してしまう。

でも、本当にそれでいいのだろうか。
大人になった私たちが、夢を持ったり追いかけることは、そんなに悪いことなのだろうか。
私は思う。「夢」は叶えることに意味があるのではなく、追いかけること自体にこそ、価値があるのだと。もちろん、夢が叶えば素晴らしい。でも、夢に向かって必死に努力するその時間こそが、人生を豊かにしてくれる、最も大切なものではないだろうか。
私の夢のはじまりは、四十一歳のときだった。
「好きなK-POPアイドルの言葉を理解できるようになりたい」
そんなありふれた理由で、私は韓国語の勉強をはじめた。
夢中で勉強する日々は、とにかく楽しかった。夢を追いかけるその時間は、曇り空のすき間からこぼれる一筋の光のように、くすんでいた日常をそっと輝かせてくれた。
あれから四年。気づけば私は「推し」の言葉が自然と理解できるようになっていた。夢は、必死で追いかけているうちに、いつの間にか叶っていた。
もしかすると、夢は私たちが思っているより、ずっと近くにあるのかもしれない。ふと、そんなことを思った。
ひとつ夢を叶えると、またひとつ新しい夢が生まれた。
「韓国の大学で勉強してみたい」
けれどその夢は、現実的にあまりに難しかった。
海外で学ぶには、学費と現地での生活費、そして何より仕事を辞める覚悟が必要になる。収入が途絶える不安、両親のこと、年齢のこと。どれだけ考えても、私には無理だと思った。
そんなとき、韓国にはサイバー大学というものがあることを知った。サイバー大学とは、日本にいながらオンラインで授業を受けられ、卒業すれば学士も取得できる、という通信制の大学のこと。
「ここなら私の夢も叶えられるかもしれない！」
そう思った私は、すぐに韓国のサイバー大学について調べはじめた。
いくつかの大学を比較する中で、世宗サイバー大学の文芸創作学科に心惹かれた。
詩やエッセイ、小説や脚本まで、あらゆる文章を学べるこの学科は、「いつか自分の書いた本を出版したい」と思っていた私にとって、まさに夢のような場所だった。
しかも、外国人学生は学費が卒業まで半額免除になるという。それを知った瞬間、
「なんとしてでも、この大学に入学したい！」と強く思った。
私はすぐに入学準備を始め、願書受付開始と同時に出願した。
高卒の私が四十五歳で大学に行くなんて。しかも、自分の好きなことを韓国語で学べるなんて。
考えるだけで、胸が高鳴った。
今、私が一番大切に思うこと。それは、夢を持って生きること。小さな夢でも、大きな夢でもいい。夢があるだけで、人生は豊かになり、色鮮やかになる。
夢は現実的でなくてもいい。誰にも言わなくたっていい。叶わなくたって構わない。ただ、自分の胸にそっと抱いて、その夢を追いか

けながら生きていく。
「千里の道も一歩から」というように、今日踏み出すその一歩が、未来を変える大きなきっかけになるかもしれない。
その歩みの先に、どんな未来が待っているかはまだわからない。それでも夢に向かって歩いていく。
——四十五歳の夏、私は大学生になった。

佳作

挨拶の力

東京都北区　増田 信

挨拶がずいぶんと軽んじられる時代になってしまったな、と感じている。
マンションのエレベーター内で隣人と乗り合わせても、挨拶はおろか会釈さえしない人がいる。そもそも名前も知らない他人同士なのだから、挨拶など不要という考え方なのだろう。引っ越し蕎麦を向こう三軒両隣に配って歩いた時代は、遠くになりにけりだ。
私の職場でも、挨拶をしない後輩が目立ってきた。一昔前は、たとえ異なる部署であっても、先輩や上司とオフィス内で顔を合わせたら「おはようございます」や「お疲れ様です」と挨拶をするのが常識だったが、そういう感覚も過去のものとなりつつある。
先日、インターネット上のとあるサイトで「挨拶なんて自己満足で無意味」とうそぶく著名な経済人の発言が紹介されていた。その記事によれば、挨拶を「タイムパフォーマンスが悪いから」という理由で敬遠する人が、若者に限らず増えているという。
たしかに、一部の体育会系の学校で見られるような軍隊式の挨拶は無意味だと思うが、だからと言って、挨拶全般を「非効率的」と全面否定するのは、あまりに暴論だろう。
むしろ、挨拶ほどタイムパフォーマンスもコストパフォーマンスも優れたコミュニケーションツールを、私は他に知らない。挨拶に小難しい理屈は必要ないし、美辞麗句を並べ立てる必要もない。
「おはようございます」「お疲れ様です」「ありがとうございます」「お先に失礼します」
これらの言葉を発するのに掛かる時間は、ほんの数秒でしかない。しかも、言葉に出すだけなら無料なのだ。わずかな時間で、なおかつ無料で、相手に敵意がないことを告げ、友好的でいましょうというメッセージを伝えられる。上司とも同僚とも赤の他人とも、ごく自然にコミュニケーションが取れる。人間関係においてこれほどありがたい手法も、そうそうないだろう。
挨拶の大切さについて思いを致す時、私は決まって、ある出来事を思い出す。私は個別指導塾で働いているのだが、まだ若手だった頃に受け持った一人の生徒とのことだ。
その生徒、ここではA君としておくが、彼は不登校の中学生だった。元々は活発な生徒だったが、部活の顧問と衝突し、それがきっかけで心が折れて、学校に行けなくなってしまった。それで、勉強

の遅れだけでも取り戻そうと、私の勤務先に入塾してきたのだ。

「今日からA君の授業を担当する増田です。よろしくお願いします」

初対面の日、私はA君にそう語り掛けた。しかし、A君の反応はない。人見知りという感じではなく、こちらを拒絶しているように見えた。授業に入ってもA君はほとんど無反応で、終始、私に冷たい視線を向けていた。

まだ若かった私は迷った。こうした態度はいくら中学生といえども失礼だ。ここは大人として厳しく注意するべきか。

だが、思い止まった。A君が不登校になった経緯を考えれば、教師や大人に不信感を抱いているのも無理はない。ここは北風と太陽の太陽で行くべきだろう。

私は辛抱強く、A君に話し掛け続けた。気が利いた台詞などは言えない。彼と顔を合わせるたびに、こんにちは、お疲れさん、気をつけて帰ってね。そんな挨拶をしただけだ。

それでも、A君は次第に反応を返してくれるようになり、数ヶ月もすると「こんちは」と、無愛想ながらも自分から私に挨拶をしてくれるようになった。

やがてA君は学校に復帰し、志望する高校にも無事合格できた。

そのA君が塾を卒業する最後の日のこと。彼は照れ臭そうにぎこちなく笑い、私に「いままでありがとう」とつぶやいた。

「先生が、いつも俺に挨拶してくれたから、ああ、ちゃんと見てもらってるんだな、って思って、ずっと嬉しかった」

この件は、私に挨拶の力を実感させてくれると同時に、強い反省の念も引き起こす。

近頃、私は挨拶ができているだろうか？

若い世代が挨拶をしないと嘆いてばかりで、自分から積極的に彼らへ挨拶することを怠ってはいないだろうか。

エレベーターを降りる際、開くボタンを押してくれた同乗者に「ありがとう」と言っているか。ゴミ収集の作業員の方に「お世話様です」と感謝の言葉を述べているか。愛しい家族に「おはよう」や「おやすみなさい」を毎日言えているか。

ささやかな挨拶の言葉があるだけで、世界はもっと優しくなれるし、人は前向きに生きられる。挨拶にはそれだけの力がある。

だからこそ、日々の何気ない挨拶をもっと大切にしていこうと、改めて自らの心に誓う今日この頃である。

佳作

小さな勇気、大きな力

埼玉県北足立郡　森田 ルミ

小学四年生の頃の話である。

私は元気だけが取り柄の女の子だった。身体はぽっちゃり、声は大きいのに運動は苦手。成績もさほどよくなく、通知表には「無駄口が多い」と書かれるようなタイプだった。

同じクラスに、よっちゃんという子がいた。背が小さく、茶色い瞳がくりくりとした色白の可愛い子で、長い髪をいつも三つ編みにしていた。家の方向が同じで、帰り道をよく一緒に歩いた。私にとって憧れの存在だった。私は親のいない子だった。祖父母と二間しかない古びた家に暮らし、服も持ち物も皆より一段落ちるようなものばかり。だからこそ、明るく元気に振る舞うことで、自分を守っていたのかもしれない。それはまた、心配をかけまいとする祖母への「平気だよ」というアピールでもあった。

よっちゃんの家は広い二階建てで、優しいお母さんがいて、訪ねるとカルピスを出してくれた。初めて口にしたその甘さに驚いたことを、今もはっきり覚えている。

その頃、私はよく、クラスの男子にからかわれた。参観日には祖母が来てくれたが、当時の五十代は今よりずっと老けて見え、地味な着物姿だった。教室の後ろにそっと立つ祖母を見つけて、

「おまえんちのばあちゃん来たぞ」

と男子に冷やかされる。私は前を向いたまま、祖母に悪いなと思いながらも、無視するしかない。参観日は嫌いだった。

お弁当の日も憂うつだった。祖母の作る日の丸弁当に茶色いおかず、包みは新聞紙。可愛い弁当箱やカラフルなおかずを見せ合う友達の輪に入れず、こっそり食べていた。そんな私を男子たちは

「ばあちゃん弁当」「親なしっ子」

とからかった。私は負けじと応戦した。仲が悪いわけでもなかったので「いじめ」だとは思わなかった。単なる「いじり」。だが、それを許さない子がいた。

よっちゃんだった。

ある日の学級会。背の小さい彼女が真っすぐ手を挙げて言った。

「お母さんのいないことをからかってる人がいます！　絶対に許せません。だって、どうにもできないことじゃない！」

その声は震え、涙で頬が濡れていた。私は驚いた。だって、ふざけ合いみたいなものだし、大げさに言わなくてもいいと思ったからだ。慌てて

「いいの、大丈夫よ。いいの、いいの」

と繰り返したが、気づけば私まで泣いていた。教室には鼻をすする音としゃくりあげる声だけが響いた。先生は黙って成り行きを見ていた。

やがて名指しされた男子が一人、また一人と立ち上がり、

「ごめんね」

と半べそをかきながら謝った。それ以来、私が親のことでからかわれることは一度もなかった。

よっちゃんは仲良しだから助けたのではない。正しくないことを見過ごせなかったのだ。自分のことではなくても、勇気を出して声をあげた。小さな体で震えながらも、正義を守ろうとした。

大人になった今、あの頃のことを思い出す。いじめは突然始まるのではない。最初は「いじり」や「からかい」から始まる。それを「大丈夫」「気にしてない」と片づけてしまうことで、加害も被害も深まっていく。けれど誰かが「それはおかしい」と声をあげれば、

火種は消えるのだ。

あの時のよっちゃんの勇気が、私を救っただけでなく、クラス全体を救ったのだと思う。

誰の心の中にも、きっと〝よっちゃん〟はいる。見て見ぬふりをしない心、間違いを正す勇気。それを育てることができれば、悲しい思いをする子どもも、加害者になる子どもも少なくなるはずだ。

一番大切にしなければならないこと、それはどの時代も同じ。小さな勇気を持つこと。

私は今も、あの日のことを忘れられない。あの時の涙も、あの時の温かさも。

そして願うのだ。小さな勇気が、大きな力になることを。

てどんなひと？

◇女の人に教育を　～実践女学校をつくる～

宮中でのお仕事をやめた後の歌子先生は、女子の教育のために一生けんめいがんばります。

そのころの時代、女の人が学校へ行って勉強することは、今みたいにあたり前ではありませんでした。イギリスに勉強に行き、身分に関係なく、女の子も男の子と同じ勉強をしているところを見た歌子先生は、日本に戻ってから実践女学校という学校をつくりました。そこでは身分に関係なく、多くの女の人が勉強でき、また、女の人も仕事を持ってはたらくことができるよう技術も教えました。

70歳を過ぎても教壇に立ち、なんと、多いときには５つの学校の校長先生をしていました。

歌子先生アイデア　～生徒たちに大人気～

日本初の制服

女の人でもはきやすい袴を考え、日本初の制服となりました。現在でも、大学生のお姉さんが卒業式に着ていますね。

机といす

いろいろなサイズの机といすを揃え、生徒の体の大きさにあった机といすを選べるようにしました。そうしたことで、勉強がしやすくなりました。

女の人に体育

女の人に体育なんて必要ないという時代に、体育の授業を始めました。教育には知育・徳育・体育が大事ですね。

学生の髪型

髪をととのえるのに時間がかかる女の人のために、簡単にセットできる髪型を考えました。これでいそがしい朝も安心ですね。

さあ、下田歌子先生はどんな人でしたか？大きな目標にむかう強い気持ちがあったから、苦労があってもあきらめず、こんなにもがんばれたのですね。

参考文献：『マンガで見る日本まん真ん中おもしろ人物史シリーズ７　下田歌子』　企画／発行　岐阜県

下田歌子先生っ

下田歌子先生は今から171年前、江戸時代の安政元年（西暦1854年）に、美濃国岩村藩（今の岐阜県恵那市岩村町）で生まれました。名前は平尾鈺といいました。それから８２歳で亡くなるまで、宮中（天皇や皇后がすんでいるところ）ではたらいたり、先生になって勉強を教えたり、イギリスに行って勉強をしたり、自分で学校をつくって校長先生になったりしました。

それでは、下田歌子先生の活躍をいくつか紹介します。

岩村城址公園内にある
下田歌子勉学所

◇子どもの頃　～岩村ですごす～

小さなころから勉強好きだった歌子先生は、おばあさんから厳しくしつけられ、勉強を教えてもらいました。とにかく本をよく読み、７歳のころには、俳句や和歌、漢詩を読んだりつくったりしました。

また、お侍であり、藩校知新館の先生でもあったお父さんは勤め先の藩との考えの違いにより何度も自宅謹慎を言いつけられたり、城に閉じ込められたりしてお給料が出なかったため、歌子先生の家はとてもまずしい暮らしでした。

下田歌子肖像写真
（実践女子大学図書館所蔵）

◇16歳　～東京へ旅立つ～

明治時代になり、新しい政府になるとお父さんは東京で仕事につきます。１６歳になった歌子先生もあとを追って、東京へ行くことになりました。これまで住んでいた岩村を離れ、三国山という山を越えるときに、次のような短歌をよんでいます。

綾錦　着てかえらずば　三国山
　　またふたたびは　越えじとぞ思ふ

（わたしは立派な人にならなければ、この三国山をふたたび越えて、故郷の岩村には帰りません。）

◇「歌子」という名前　～宮中ではたらく～

東京で暮らしはじめた歌子先生は、宮中（天皇や皇后がすんでいるところ）ではたらくことになりました。短歌をよむことが大変上手だったため皇后（明治天皇の奥さん）から「これからは【歌子】と名乗りなさい」と言われ、それから「歌子」と名乗るようになりました。いつも皇后のおそばでがんばってはたらきました。

下田歌子賞について

下田歌子賞は、岐阜県恵那市岩村町出身の下田歌子の業績を顕彰し、その精神を受け継ぐために設けられた公募賞です。平成一六年（二〇〇四年）の下田歌子生誕一五〇周年を記念して、旧岩村町（現在の恵那市岩村町）が岐阜県、実践女子学園、ＰＨＰ研究所の協力を得て創設しました。以来、毎年全国からエッセイと短歌の作品を募り、優れた作品を表彰しています。

本賞は、毎年テーマを変え、エッセイと短歌の二部門で作品を募集してきました。これまでに「志」「夢」「家族」「ふるさと」など、その時々のテーマに沿った作品が寄せられており、応募者は子どもから大人まで幅広く、毎年多数の秀作が全国から選ばれています。また、個人応募のほか、学校での取り組みを奨励し、「学校賞」を設けています。この学校賞は、応募作品数が顕著に多い学校に贈られる賞です。児童・生徒たちが下田歌子の精神と教育理念に触れながら、志や夢など自分の生き方を見つめ、言葉で表現するエッセイや短歌の創作に挑戦する機会となっています。

下田歌子について

下田歌子は、明治時代の女子教育の先駆者として知られ、幼少期から和歌や漢詩を学び、十六歳で上京後は宮中に女官として仕え、皇后陛下から名前を賜りました。退官後は女子教育に力を注ぎ、実践女子学園の前身である実践女学校や女子工芸学校を創立し、女性の自立と地位向上に大きく貢献しました。彼女の和歌「綾錦　着て帰らずば　三国山　またふたたびは　越えじとぞ思ふ」や言葉「まことに揺籃を揺がすの手は、以て能く天下を動かすことを得べし。」は今も多くの人に影響を与えています。

岐阜県恵那市と実践女子学園の連携について

下田歌子先生を学祖とする実践女子学園と先生の生誕地恵那市は、先人顕彰事業「下田歌子賞」をはじめ、中学生の修学旅行や大学・短期大学の夏季セミナーなど活発な交流が進められてきましたが、下田歌子賞のさらなる相互の学術・文化の向上と地域の振興に寄与することを目的として、平成二十二（二〇一〇）年十一月二十七日、第八回下田歌子賞表彰式・記念イベントに合わせて、連携協定を締結。

恵那市市制十五周年・実践女子学園創立百二十周年を迎えた令和元（二〇一九）年には、五月七日に恵那市岩村町の下田歌子先生生誕の地で実践女子学園百二十周年記念式典を挙行。下田歌子賞（第十七回）も恵那市市制十五周年・実践女子学園創立百二十周年記念事業として開催されました。

令和六（二〇二四）年一月二十七日に、東京都渋谷区の実践女子学園中学校高等学校桃夭館桜講堂で行なわれた表彰式では、実践女子大学文学部国文学科佐藤悟教授※による「源氏物語講話」が開催されました。※令和六年一月二十七日時点の情報に基づいております。

下田歌子賞　各回のテーマと応募数一覧

◆エッセイの部

回	年度		テーマ	応募数		
	年号	西暦		小学生	中高生	一般
第１回	平成15	2003	「男らしさ、女らしさ」	245	48	185
第２回	16	2004	「出会い」	40	102	201
第３回	17	2005	「私の誇る恵那市のよさ～その美しい心と伝統」			※32
第４回	18	2006	「心に残る父・母・祖父母の教え」	34	384	358
第５回	19	2007	「父・母・祖父母・兄弟・子どもたち～忘れられないあの一言」	95	219	285
第６回	20	2008	「家族への思い」	97	886	311
第７回	21	2009	「先人に学ぶ」	103	181	71
第８回	22	2010	「先人に学ぶ」	46	190	72
第９回	23	2011	「先人に学ぶ」	92	586	100
第10回	24	2012	「母」	57	608	189
第11回	25	2013	「ふるさと」	63	565	128
第12回	26	2014	「ふるさと」	57	535	81
第13回	27	2015	「家族」	87	1,283	166
第14回	28	2016	「家族」	184	1,050	197
第15回	29	2017	「志（夢・願い）」	187	1,092	94
第16回	30	2018	「志（夢・願い）」	242	1,036	128
第17回	令和元	2019	「志」	180	1,052	175
第18回	2	2020	「志」	115	1,188	222
第19回	3	2021	「志～今、伝えたいこと」	109	1,032	224
第20回	4	2022	「夢」	194	1,157	284
第21回	5	2023	「夢」	239	1,297	205
第22回	6	2024	「志－今と未来を生きる「あなた」のために－」	180	1,188	154
第23回	7	2025	「今、私が一番大切に思うこと」	154	962	217

※第３回の全国公募は標語。エッセイは、恵那市の合併を記念して恵那市民を対象に部門別に分けずに募集（全体の応募数を記載）。

◆短歌の部

回	年度		テーマ	応募数		
	年号	西暦		小学生	中高生	一般
第１回	平成15	2003	……	……	……	……
第２回	16	2004	……	……	……	……
第３回	17	2005	【標語募集】「家族みんなで考えよう～我が家の約束事」			
第４回	18	2006	……	……	……	……
第５回	19	2007	……	……	……	……
第６回	20	2008	……	……	……	……
第７回	21	2009	……	……	……	……
第８回	22	2010	「家族・思いやりの歌」	373	860	78
第９回	23	2011	「絆」	437	628	121
第10回	24	2012	「母」	257	1,000	174
第11回	25	2013	「ふるさと」	468	852	132
第12回	26	2014	「ふるさと」	687	1,150	59
第13回	27	2015	「家族」	1,830	2,404	146
第14回	28	2016	「家族」	1,491	1,507	183
第15回	29	2017	「志（夢・願い）」	1,473	716	91
第16回	30	2018	「志（夢・願い）」	751	1,606	210
第17回	令和元	2019	「志」	947	679	306
第18回	2	2020	「志」	999	844	326
第19回	3	2021	「志～今、伝えたいこと」	1,273	1,449	293
第20回	4	2022	「夢」	1,284	914	420
第21回	5	2023	「夢」	1,279	1,135	421
第22回	6	2024	「志－今と未来を生きる「あなた」のために－」	716	1,042	347
第23回	7	2025	「今、私が一番大切に思うこと」	1,191	1,179	409

※第４回、第５回、第６回は、恵那市合併を記念して、「【写真の部】ふるさと再発見！　あなたが選ぶ恵那市の新名所100選」も募集。

募集チラシ（表面）

募集チラシ（裏面）

今、私が一番大切に思うこと

第23回 下田歌子賞受賞作品集

2025年12月20日　発行

恵那市先人顕彰事業「下田歌子賞」実行委員会
（恵那市教育委員会社会教育課内）
〒509-7292 岐阜県恵那市長島町正家1-1-1
TEL 0573-26-2111

学校法人実践女子学園 経営企画部
〒191-8510 東京都日野市大坂上4-1-1
TEL 042-585-8804

［デザイン・印刷・製本］丸理印刷株式会社