

多様な場で、様々な人たちと学ぶ

児童生徒が着用しているおそろいの水色のTシャツは、下越地区JRCのために、卒業生の さんが、SDG s をモチーフにデザインしたものです。

校長 森谷 優子



7月29日(水)日本赤十字社新潟支部で行われた「JRC下越地区トレーニングセンター」に当校から、1年生6人、2年生1人、3年生6人の計13人が参加し、下越地区から集まった小・中学生と防災について学びました。ワークショップの他、アルファ米とレトルトでカレー、じゃがりこでポテトサラダを作りました。

私も途中参加させていただきましたが、当校から多くの参加者があり、生徒の意識の高さに驚かされました。これまでのJRC委員会の活動、中条中学校社をはじめとする地域と連携した活動が土台にあることも感じました。

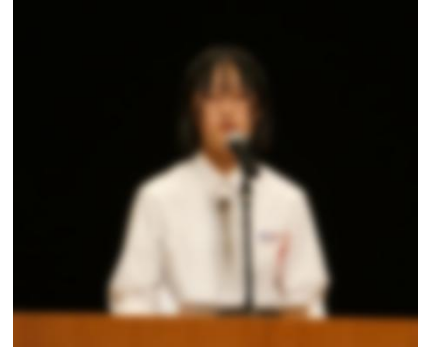
生徒会執行部も、春休み、夏休みと県内外の高校生と探究活動、ワークショップを行いました。特に、今年度は、多様な場を求め、様々な人たちと対話し、活動を共にしていく中で、生徒の成長を感じる場面が多くあります。自ら求めれば、多様な場があるのです。



わたしの主張 2026 胎内市大会奨励賞

「優しい社会へ」

皆さんは、円形脱毛症を知っていますか。この病気は、ストレスが原因とよく言われますが、実際は自分の免疫細胞が間違っ毛根を攻撃してしまうという病気です。多くの人が思う「心が弱いからかかる病気」という認識や、「何か悩みがあるの。」という言葉は、実は病気の当事者をさらに深く傷つけてしまうことがあります。大切なのは、間違っ思い込みを捨てて、相手を尊重することです。お互いをありのまま受け入れられる、そんな優しい社会になってほしいと私は思っています。



小学六年生の秋、円形脱毛症を患いました。診断を受けたとき、私はとても怖くなりました。「きっと馬鹿にされる。」という思いが心を埋め尽くしました。私は、上手く隠せるように髪の毛を伸ばして、結んで隠していました。一方で、ここまで必死に隠さなければならないことに疑問も抱いていました。「髪の毛があるのが当たり前」という先入観。髪の毛がないこと、みんなと見た目が違うことは、隠さなければいけないという空気が周りや自分の中にもあるように感じていました。

ある子と話していた時、その子は私の髪の毛がないことに気が付いて、私に「髪ないじゃん。」

と言ってきました。その瞬間、私の中ではピタッと音が止まったような気がして、頭が真っ白になり、どうしたらよいか分からなくなっていました。悪気はなく、ただ面白半分で、軽い気持ちで言った言葉に聞こえました。急なことで、「悲しい」とか、「怒り」の感情は出てきませんでした。ただ、「何でそんなことを言うのだろう。」と思いながら、立ち尽くしました。

何とか誤魔化そうとしていたものの、その子から同情されるような目で見られて耐えられなくなった私は、その場から逃げました。私は、同情してほしかったわけではありません。ただ、普通に接してほしかったのです。

家に帰ってからもしばらくその言葉が頭から離れず、自分のことを否定されたような気がして、悔しくて、やるせなくて、悲しくて。世の中の「普通」から少し離れてしまうことがこれほどまでに孤独で、苦しみを味わうものだとは。自分が病気になるまで分かりませんでした。

そんな私のことを救ってくれたのは、新しい友達です。中学生になって、新しい友達ができることができました。みんな優しく、毎日が楽しくて。自分が円形脱毛症だということや、あの子から言われた心無い言葉も忘れるくらいの笑顔が溢れる毎日でした。友達は、もしかしたら私の病気に気が付いていたのかもしれませんが、普通の友達として一緒にいてくれたことに何よりも救われました。そのうちに、適切な治療もあって、髪が少しずつ生え揃ってきました。ずっと隠すために伸ばしていた髪の毛も切ることができました。自分の好きな髪型にできるって、なんていいことなんだろう。あの時の嬉しさは今でも忘れることができません。

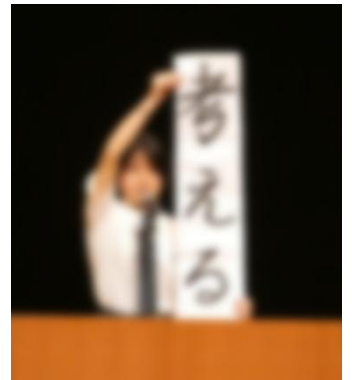
私は、「病気が治って良かった」だけで終わらせてはいけないと思っています。病気になったおかげで、気が付いたことがあります。あの時投げつけられた心無い言葉。見た目をからかうような、人の尊厳を傷つける言葉。それらは、相手の人生を変えてしまうほどの言葉の暴力であるということ。そして、家族や友達の理解と支えが、どれほど病気の当事者を楽にしてくれるかということです。私は、この経験から、「私だけでなく、今も周囲の何気ない一言に怯えて、心を痛めている人がいるかもしれない。」そう思うようになりました。

私たちは一人ひとりが違う人間です。年齢も、性別も、国籍や人種も、価値観も、抱えている病気も、みんな異なります。社会の中で共に生きる私たちは、多様なお互いを認め合い、尊重することが何よりも大切です。今、私と同じ病を患っている人も、自分のことを決して恥じないでほしいです。あなたのことを支えてくれる家族や友達、病院の先生がいます。そして、自分が今、病に立ち向かって頑張っている。その経験が、必ず自分の力になります。この世界のみんなが、心から自由に生きられる優しい社会を、私たちが作る番です。

「自分の言葉で」

画像を生成したり、曲を作ったりなど、様々な分野で活用できるAIは、今や会社や学校などでごく身近な存在となっています。私自身も、日常生活においてAIを頼る場面は多くあります。ですが私は、ある出来事をきっかけにAIとの向き合い方を見直しました。

私は一年生の冬から、生徒会執行部の一員として活動していました。生徒会活動の中心となる組織なので、人前に立って話す機会が多くありました。しかし私は、先生や仲間たちが聞いたときにどう感じるかを気にして、自分が考えた文章に自信をもつことができませんでした。そこで、内容を打ち込めば完璧な文章を作ってくれるAIに、話す内容を考えてもらっていました。そんな私は、さらに生徒会活動に熱が入り、生徒会長候補として生徒会役員選挙に出馬することに決めました。選挙では、自分の公約や考えを全校生徒に伝えるための立会演説会があります。それは全校のみんなに自分を知ってもらうための大切な機会です。今まで通り、AIを使って文章を考えてもらいました。やっぱりAIは完璧だな。これならみんな納得してくれるに違いない。そう思った私は、その文章を演説の原稿にして、発表の練習を重ねました。



そうして迎えた、立会演説会の前日リハーサル。本番を想定した形で、一人ずつが原稿を見ずに演説をしました。何回も練習したはずなのに、言葉に詰まってしまい、結局、原稿を見ながら話すことしかできませんでした。リハーサルの後、教室で一人、思い悩みました。人前で話すことには慣れているはずなのに、AIが作った完璧な文章なのに、なんで自信がもてないんだろう。思い詰めて天を仰いだとき、ふと教室の正面に掲げられている教育目標が目がいきました。「考える」。普段は気にも留めていない言葉でしたが、その時はなぜか目が離せませんでした。考える、か。私は「考える」という行動をAIに頼って怠っていたんだ。ならばこの原稿は、自分の言葉じゃない。それは本気で戦っていることにならない！ 帰宅した私は、パソコンに打ち込んであった原稿を全て削除して作り直しました。今度はAIを使わずに、自分の言葉で。

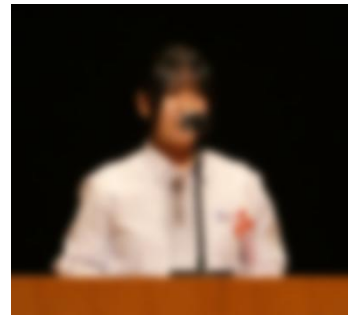
いよいよ迎えた本番当日。リハーサルでは息が止まるほど緊張していたものの、その日は自信に満ち溢れた気持ちで臨むことができました。自分の番になり、演説台に立つ。自分でも驚くほど冷静で、ただ思いを伝えることだけに専念できました。演説後、色々な先生方からは「昨日のリハーサルとはまるで違う演説だった。」友達からは「私も共感した！」「かつよかった！」と声をかけてもらいました。ああ、これでよかったんだ。これがよかったんだ。自分から出る言葉だからこそその魅力があるんだ、と気づきました。そしてもう一つ。私は、演説中の場の空気、演説台から見る先生方や仲間の表情を鮮明に覚えていました。以前までの私は、AIの文章を暗記して読み上げることだけに必死でした。ですが本番では、一人ひとりの顔を見て、間違えてもいいからとにかく伝えることを意識しました。その少しの意識の違いで伝わり方は変わり、自分から見る景色さえも変えることを知りました。そこでようやく、AIに頼りすぎていた自分に気づいたのです。

今では、社会の一員として当たり前存在するAI。だからこそ、皆さんも一度、AIとの向き合い方を考えてみませんか。確かにAIは、こちらの言いたいことを汲み取り、完璧な文章を作ってくれます。しかしそれは、自分の内面から出た言葉ではありません。自分が感じたことを、自分の言葉で書いたり、話したりすることが、自分の魅力を引き出す一番の方法なのだと私は思います。皆さんにも、どんな時も自分にしかできない表現を大切にしてほしいです。私たちは、AIの便利さに甘え、自分を見失ってはいけません。私はこれからも、自分の頭で考え、自分の言葉で生きていくことを、大切にしていきます。

「We are The Challenged.」

みなさんは、「ガイジ」や「手帳持ち」といった言葉を聞いたことがありますか。

どちらも「障がいのある人」という意味だそうです。詳しく言うと、「ガイジ」は、「知的障がい児」の略のようです。また、「手帳持ち」は、「障がい者手帳をお持ちの方」を指すようです。以前よりも、そういった言葉をSNS上で耳にする機会が増えたように感じます。そのせいか、私の学年でもそのような言葉が時々、聞こえてきます。先生方も、見ている範囲では注意してくださっていますが、その言葉を聞くと悲しくなります。



私は、少しでも早く改善したいと思っていますが、私なんかは注意しても聞き入れてくれないだろうと、何もできないでいました。直接言う勇気も出ませんでした。目の前に改善したいことはあるのに、何もできない自分。もどかしくて、できることはないかと、いろいろと調べてみました。「障がいのある人」を、もっといい呼び方で呼べないか、いい響きの言葉はないか探してみました。

そうして見つけた言葉は「The Challenged」。聞いたことはありますか。

この言葉は、障がいのある人を前向きに表した言葉です。意味は、「挑戦する使命やチャンス、資格を与えられた人」「神様から挑戦する事を与えられた人」です。一九九〇年代にアメリカで提唱され、日本では、社会福祉法人が中心となって広められたそうです。障がいをマイナスと捉えるのではなく、自分の人生や、世の中の向上に生かしていこうという理念があります。これを知った時、すごく前向きでカッコイイ言葉だと思いました。

そして、ふと気づいたことがありました。「挑戦する使命やチャンス、資格を与えられた人」は、全員があてはまるんじゃないかと。地球上の人は、みんな「The Challenged」だと。そう考えると、障がいは、わずかな個性の違いに思えてきます。だれもがみんな「The Challenged」、挑戦する使命やチャンスを与えられた人なのです。

もう一つ、私を変えてくれた言葉があります。それは、みなさんも聞いたことがある言葉かもしれません。

ヘレン・ケラーさんが残した「障がいは、不便だが、不幸ではない。」です。

ヘレン・ケラーさんは、視覚、聴覚、言語障がいを乗り越えて、世界各地で障がい者への教育、福祉の発展へ尽力した人物です。「障がいは不便だが、不幸ではない。」を聞いて、私ははっとしました。私は、「障がいは不便であり、不幸だ」と思っていたからです。私は間違っていました。「障がいのある人は、不幸でかわいそう」という固定観念は変えなくてはならない考え方です。

足が不自由でも、エレベーターがあればだれでもビルの屋上に行けます。目が不自由でも、盲導犬や音声案内があれば歩けます。世の中の設備やしぐみを変えれば、たくさんの人が幸せになれます。障がいがあっても、可能性があり、働ける分野はあります。それを最初から諦めるのは、間違った考え方です。

「The Challenged」もヘレン・ケラーさんの言葉も、世の中の意識を変える明るい言葉なので、私は大好きです。

こういう言葉が社会に広がってほしいと思います。

だれもがみんな、挑戦するチャンスを与えられた人。障がいがあっても不便なことはあっても、不幸とは限らない。私は、これらの言葉から勇気をもらいました。

この次に教室などで「ガイジ」や「手帳持ち」と言っている人を見たら、勇気を出して「ねえ、それって、The Challengedって呼ぶといいらしいよ。」と教えてあげたいと思います。

今日初めて「The Challenged」という言葉を知ったあなたも、ぜひ使ってみてください。