

『カタカタ』私のチャレンジ

北海道札幌視覚支援学校 小学部六年

川上 心愛

私は、今年の三月に家で新聞を読んでいると、「札幌チャレンジ」という記事を見つけました。そこは、パソコンを教えてくれるところのようです。私は、去年から自立活動でパソコンをやっていたので、今よりもっとできることが増えたらいいなと思うと、行ってみたくまりました。でも、難しそうで、あきらめてしまいそうだな、とも思っていました。

まず、最初は、体験で行くことにしました。行ってみると先生も優しく、これから私でもできそうだなと思いました。それから、チャレンジに通うようになって、ふだんあまり点字では得られない、今起きているニュースを見たり、面白そうな本を音声で聞いたりすることができるようになりました。毎回帰りに、

「心愛、今日、何覚えたの？」

と、お母さんに聞かれて

「今日は、最新のニュースを見たよ。」

と、言うと、

「ええ、それ、お母さんもやりたい。」

って、いつも言われます。そろそろ、その反応はやめてほしいです。

私は、この札幌チャレンジに通い始めて、最初はおそかったキ

ーボードの入力も今は「カタカタと」打てるようになりました。私は、そこで得た知識やできるようになったことを国語などの授業にも活かしていきたいです。

みなさんも好きなことや得意なことがあります。少しでも何かに挑戦してみると新しい出会いや発見があると思います。私もこれからチャレンジで今まで学んだこと以外のことにチャレンジしてがんばりたいです。

「私の悩み」

北海道札幌視覚支援学校 中学部一年

田村 優衣

私には、いま全力で好きなことがあります。それは水泳です。小学部一、二年生の頃は水に顔をつけることすらできない大嫌いなものが、顔をつけて泳げるようになった三年生の頃からは、「気持ちいい」「河童になれる」「何も考えなくていい」「ストレス発散」「心地よい疲れ」等々、泳ぎ自体は上手くはないけれど、自分が楽しいと思えるものとして、全力で楽しみたいし、大人になっても好きでいたいんです。

打ち込めることがあっていいねって思う方もいるかと思いますが・・・。

みなさん、そんな私でもいま悩んでいることがあるんです。

それは「人見知り」を克服したいということです。そして、そんな私を知ってほしいのです。家族や良く知っている周りの人たちは安心ですが、学校の中の話したことがない人や少ない人、通っているデイサービスの人たち、まして外の世界の人とは緊張してなかなかしゃべれません。将来、社会に出るためには人見知りを克服しなくてはいけないし、いまよりみんなと仲良くなつて友達を増やしたいのです。努力はしています。でも、とっても難しいです。苦手です。

私はネットで「人見知り」について調べてみました。するとなんと約七割の人が「人見知り」だということが分かりました。また、「人は生まれながら警戒心を持っていて、その警戒心が人一倍強いのが人見知りの特徴だ」ということや、「聞き上手、打ちとければ仲良くなりやすい、空気が読める、人をよく観察している」という長所も知ることができました。克服方法としては、「自分から声をかける、笑顔で相手の方を見る、ハキハキ話す、簡単な自己紹介ができるようにする、相手に対して興味や関心を持つ」ということも載っていました。

世の中には人見知りの人は意外とたくさんいることがわかりました。少しだけホッとしました。そんな私に、先生から「実際に学校の中の先生や生徒のみなさんに聞いてみて。」って指示がありました。みなさん、人見知りの私にですよ。この指

示きつくありませんか？

結局・・・私は頑張りました。校内の百人に人見知りか、そうではないか聞きました。結果は人見知りだと答えた人が五十五名、十五パーセントでほぼネットを裏付けるものとなりました。またまた、少し安心しました。

さらに、私に新たな試練が待ち受けていました。それは、中学部に入ってから単独帰省の練習が始まりましたが、仕上げの段階になんと、

「単眼鏡を忘れたことにして、バス停での援助依頼をしなさい。」という指示でした。見ず知らずの人に、しかもいきなり声をかけるなんて、とんでもないことです。私は首をブンブン振りました。しかし、抵抗も空しく当日を迎えました。

前日は緊張して夢にまで出てきそうでした。実際にバス停で声を掛ける時は、時間が経つのがとても遅く、一分が十分に感じるくらいでした。思い切って、優しそうな女性に声をかけることができました。しかし、バスが全然来ない上に、バスの行き先や番号を女性に確認せずに、間違えて別のバスにまで乗るところでした。緊張しすぎて頭が追いつきませんでした。私がバスに乗るまで、その方は優しく見守ってくださいました。

思い出してみると、幼いころ、いろいろな人に声をかけられたと思います。小学部二年生になってから目の手術を受け、人の顔がぼやけるくらいから、かなり見えるようになりました。そのころから、

人の視線がすぐ気になり始めました。お店に出かけても周りからみられている気がして怖くなりました。このことも人見知りの原因の一つかもしれません。

最近感じたこと。それはアンケートをしてみて、多くの人が人見知りだったり、大人になつてもそのままという人もいたりしたことです。気持ちが少し楽になったと同時に、人見知りは性格の一部、私の一部なんだと考えられるようになってきました。うまく自分の性格と付き合っていくことも必要なのかなと思いました。

ある人から

「人見知りの人ってしゃべらないから、大人しくて大人っぽく見えてカッコイイ。」

って言われました。カッコイイってことは、魅力的ってことで、人見知りもすてたもんじゃないって思ったりもします。人見知りを直したい自分とそのままでもいいんだという自分がいます。

中学生になり半年が過ぎました。自分ではあまり成長していないなあと思いますが、周りから

「少しずつ変わってきているよ。」

って言われます。人見知り対策で私がいまできるのは、相手に対して興味や関心を持つように心がけることくらいですが、そんな自分も大切にして、これからも生活していきたいと思います。

「ななかまどをみつけたよ」

北海道函館盲学校 小学部一年

なかもむら ゆあ

ママにおしらせです。

ななかまどのいろは、くろとちやいろとあかです。

さわったかんじは、きもちよかったです。

がたがたしています。

大きさは、小さいです。

かたちは、まるいです。

たくさん みがついていました。

「サイパルに行ったよ」

北海道旭川盲学校 小学部三年

武田 唯花

九月二十九日でした。

福祉バスに乗ってサイパルに行きました。

初めにスライム作りをしました。

わりばしでまぜまぜ、まぜまぜしました。

オレンジのにおいがするスライムを作りました。

ふにふに、ふにやふにやのスライムができました。

そのあとは、あわあわのシャボン玉の中に入りました。

しゃぼん玉がパチンと割れて冷たかったです。

帰りの福祉バスに乗りながらポップスターを歌いました。

「I w a n n a b e a p o p s t a r」の歌詞をゆっくり

歌いました。

「創立百周年を迎えて」記念式典生徒会長の言葉と

十年後の私への手紙」

北海道旭川盲学校 中学部三年

黒木 杏音

旭盲、百歳おめでとうございます。

南雲総次郎先生が創立した旭川盲学校が百周年を迎えました。その記念すべき年に、在籍できたことをうれしく思います。

本校は、幼稚部一名、小学部二名、中学部六名、計九名の小さな学校です。年々生徒の数が減り、寂しく思います。でも、みんな仲がよく、笑いが絶えない楽しい学校です。また、生徒数が少ないか

らこそ、生徒一人一人が主役になる機会が多い学校でもあります。先ほど行われた学習発表会でも一人一人が主役になる場面がたくさんありました。

ここ、旭川市も今年市政百年を迎えました。八月一日に行われた記念式典にクラスメイトと参加させていただきました。その中で私は、

「障害があるなしに関係なく、みんなのためにいろいろな情報が発信され、みんなが安全に助け合って暮らしていける街になってほしい。」

と述べました。

旭川市とともに、地域、後援会、同窓会の皆様など、たくさんの人に支えられて、次の百年に向かって、旭盲は進んでいきます。私は、三月にこの学校を卒業しますが、

「旭川盲学校の卒業生です。」

と大きな声で言えるように、頑張っていきます。そして、旭盲のよさがこれからも受け継がれていくことを願っています。

「十年後の私への手紙」

私は、今、将来に向けて白杖を使って一人で歩くことや読み上げ機能を使ってiPadやiPhoneを操作する練習を頑張っています。私は目が見えないので、耳から得る情報がとても大切です。私の住んでいる地域でも買物公園などで流れている放送を聞いた

いす。

二十五歳の私はたぶんバスガイド？それともマッサージ師？それともお笑い芸人？それとも漫才師？どれになっているでしょうか。楽しみです。十年後の私は、プリンは好きでしょう。こしあんも好きでしょう。

二十五歳の私は元気です。

「心に残っている言葉」

北海道高等聾学校 三年

高橋 一花

「明日やろうは馬鹿やろうだ。」

私は中学校のときから今まで、この言葉を呪文のようにいつも心の中で唱えています。

この言葉は、母がくれた言葉です。あるとき私が、

「この課題は明日やろう。」

と言ったとき、母が笑いながら、

「明日やろうは馬鹿やろうだ。」

と返してきました。当時は笑いながら、

「じゃあ今やる。」

と言ってこの言葉を大して気に留めませんでした。

ですが、それから何かをするたびにいつもこの言葉が心にあって、確かにやらないときもありましたが、少しずつ今のうちにやろうという考えを持つようになりました。今では

「明日やろうは馬鹿やろうだ：。：。」

と声に出して何かをするようにしています。それでもにげてやらなかった次の日には、ものすごく罪悪感があります。母にとっては、ぽつりと言っただけの何でもない言葉が私に大きな影響を与えました。

また、この言葉は私を大きく成長させてくれた言葉でもあります。面倒くさがりの私が今やろうと心に決めて行動できるようになり、自分の中で自然とゆとりができました。ほかにも、その日にやると決めたタスクを整理していくうちに時間配分をうまくできるようになりました。

「明日やろうは馬鹿やろうだ。」

この言葉を呪文のように唱えて今日も明日もその先も、さらに成長していこうと思います。

「心は丸く、穏やかに」

北海道高等聾学校 三年

鈴木 七雲

私の心に残っている言葉は「心は丸く、穏やかに」という言葉です。この言葉は私が幼い頃に姉弟喧嘩をよくしていて、喧嘩をするたびに父に説教され、最後に必ず言われていた言葉です。

当時の私は、その言葉の意味がわかっておらず、もう少しで説教が終わるだろうと言う合図ぐらいにしか思っていないでいました。しかし、今もう一度思い返してみると、今も昔も私は言われたことに對してそれを倍にして言い返してしまいます。心は全く丸くなく、むしろ角張っています。そして喧嘩をすると普段の私とは思えない程気性が荒くなってしまう。全く穏やかではありません。喧嘩の現場にはいつも父はいませんでした、その性格を父は見抜いていたのでしよう。その性格を直して欲しくていつも

「心は丸く、穏やかに。」

という言葉を書いていたのだろうなと今更気づきました。

そのことに気がついたのは最近なので性格は全く直っていません。そのことを父が知るときつと悲しむだろうと思います。もっと早く気がつけば良かったと後悔しています。後悔しているだけでは時間が無駄になってしまいます。父に直っていないことがばれる前に今からでも直していこうと思います。そして、この言葉を自分の

子どもができたときなどに伝えていこうと思います。

「学習発表会」

北海道札幌聾学校 小学部六年

西海 ここな

十月二十九日は、ろう学校の大きなイベント、学習発表会の日。五、六年生の私達の発表はあと少し。木琴を演奏する私は、木琴のすぐそばに待機していた。

スタートのベルが鳴り響きライトが光る。

器楽演奏「木星」のはじまりだ。

木琴の音色が体育館に響き渡る。

私は、友達と一緒に合わせて友達の様子を見ながら演奏した。間違わないように気をつけながら頑張った。

そして、数分後、音色は止まり、スポットライトの明かりが消えた。

次は、いよいよ私達六年生だけの時間だ。

また、はじめのベルが鳴り響き、ライトが光った。

はじめは、何も無かったかのように振る舞う私達。そして、私の台詞。お客様は目の前、スポットライトの明かりが私を照らし、話は進んでいく。私達の台詞はあと半分。そして、お客様にしっかり

伝えたい。

緊張が高まっていく。それでも一步を踏み出し、私の大切な思いを語りはじめた。

私の次の友達も語り出し、そして次の友達も語り出した。

そして私達の時間は終わった。

終了のベルが鳴り響く。

小学部最後の私の学習発表会は終わった。

家に帰る途中、私のお母さんと話しているとき、お母さんから

「六年生の発表のとき、お父さんがうるうるると泣きそうだったよ。」という話を聞いた。そのとき私は、とてもうれしかった。

「一文に込められた想い」

北海道札幌聾学校 中学部一年

堀田 琉生

国語で「大人になれなかった弟たちに……」という物語を学習しました。戦争の物語です。

「ヒロユキの大切なミルクを盗み飲みしてしまいました。」

僕は、この言葉がいちばん印象に残っています。なぜかと言うと、この言葉だけで主人公の気持ちや、当時の戦争のことがよく伝わってくるからです。

現在は日本では戦争はなく食料が豊富にあり、僕たちは平和に暮らせています。しかし、昔は違いました。戦争下で食料は不足していました。だから主人公はお腹がすいて我慢ができず、ヒロユキのミルクを盗み飲んでしまったのだと思います。主人公は自分が生き延びることに必死だったのだと思います。しかし、現在は衣食住が安定しています。僕はそのことに感謝しなければいけないと思いました。

僕は戦争を体験したことはありませんが、この物語の

「弟の死は一生忘れません。」

という最後の一文の主人公のセリフから、二度と戦争を起こしてはいけないという作者の強い思いが伝わってきました。

これらのことから僕は、なぜ戦争が起きてしまうのかなど、戦争の歴史に興味をもちました。今後、戦争について自分で調べて知識を深めて、今後同じ過ちを起こしてはいけないと思いました。

「一〇〇点のげき!」

北海道室蘭聾学校 小学部五年

筒井 美結

十月八日土よう日に、たいいくかんで小学部のみんなとげき「白

雪ひめと五人の小人」をしました。

わたしは、がんばったことが三つあります。

一つ目はケーキをこっそりなげるえんぎです。白雪ひめに見られないようにケーキをなげました。そのときのおおは、ずるいかおをしていました。目をななめ下にむけるえんぎもしました。ずるいきもちをひょうげんできました。

二つ目は、ニセ王子から、女王にもどるえんぎです。ニセ王子のときは、白雪ひめにやさしく話しかけました。女王にもどるときはマントをようち部のほうにつよくなげました。そして、わるいかおをして

「クックッ」

とわらいました。レベル120でした。

三つ目はとてもゆっくり

「かがみよ、かがみ：」

と言うえんぎです。かがみのやくは心空さんでした。二人でたくさんれんしゅうをしました。さいしよは、なかなかいきがあわなかったけど、だんだんえんぎのタイミングがあうようになりました。

心空さんはしんかんせんにつて、しずおかけんにひっこしました。とてもかなしいけれど、「白雪ひめと五人の小人」がせいこうしてよかったです。

今年のがくしゅうはつびょう会には、お母さんとお父さんがこられませんでした。げきがおわったあと、おじさんが

「上手だね！」

とほめてくれました。うれしかったです。六年生になったらどんなげきをやるのか、今から楽しみです。

「緊張した聾体連」

北海道室蘭聾学校 中学部二年

佐藤 葵

九月八日に聾体連がありました。今年は、室蘭が会場でした。

私は、司会を担当しました。今年もリモートで行いましたが、みんなに見られている中、説明するのが少し怖かったです。心臓がドキドキだったので、言いまちがえないかと思いました。

ちよつと早口になった場面もあるけど、みんなが

「OKです！」

とやってくれたので、伝わって良かったと安心しました！

そして、学年ごとの交流。

「〇〇学校お願いします。」

と言ったら、その学校の生徒たちが自己紹介してくれたので、良かったです。

自分も好きなことを伝えて、皆が分かってくれてうれしかったです！

そして、表彰式。一番ドキドキしました。私は、選ばれないだろうと思ったけど、まさかの、五十m走、ハンドボール投げ、三位で選ばれてうれしかったです！

今年は、クイズもやり、盛り上がった聾体連でした！

来年で最後なので、来年も楽しみたいと思います！

「宿泊研修で学んだこと」

北海道函館聾学校 小学部五年

三上 ゆづ希

函館聾学校での宿泊研修は、とても心に残る宿泊研修でした。

一日目は中央図書館に行き、司書の宮本さんから中央図書館についてお話をうかがいました。図書館にある「本を消毒してほこりをとる機械」を初めて見ました。中庭でお弁当を食べた後、電車で地域交流まちづくりセンターに行き、センター長の丸藤さんのお話をうかがったり、函館の良いところをみんなで考えて発表したりしました。

夕方になり宿泊地である「ふるる函館」に行きました。ふるる函館では、ニュースポーツ（ニチレクボール、カラーリング、デイスゲッター）をしました。三つとも初めてだったのでとても楽しかったです。そして、ニュースポーツが終わり、夕ご飯の時間です。生

姜焼きがいちばん美味しかったです。

一日のまとめとして、今日の行動を振り返り、寝る前にみんなで反省会をしました。そして、布団やシーツを用意して寝ました。

二日目は朝早くに目が覚めてしまいゴロゴロしながら六時に起床しました。朝食は、卵焼きと納豆と魚を食べました。とてもおいしくて完食しました。

ふるる函館でお世話になった館長さんや中田さんにお別れの挨拶をして、郷土資料館に向かいました。資料館は昔、函館の四天王の一人、渡辺熊四郎さんが始めた金森洋物店というお店だそうです。次に旧イギリス領事館に行きました。床に昔の函館の地図がカーペットのように広がっていて、事前学習では分からなかったのでびっくりしました。

旧函館区公会堂に行きました。案内係のいちむらさんが、当時の皇太子様が泊まった部屋を見せてくれました。豪華なシャンデリアと広いベッドがあり皇太子にふさわしい部屋だと感じました。

昼食はラッキープイエロでハンバーガーとジンジャーエールを注文しました。私だけ早く食べ終わってしまい、みんなを待っている間はとても暇でした。

宿泊研修を振り返ってみると、たくさんの大人の人と関わることでできました。また、みんなで協力して安全・安心に行動することができました。

この経験を来年の修学旅行に生かしていきたいと思います。

「文化祭でがんばった三つの事」

北海道旭川聾学校 小学部五年

森本 純平

今年は、百周年記念文化祭が、十月二十九日土曜日にありました。ぼくは、今年のげきで三つの事をがんばりました。

がんばった事一つ目は、じゅげむという長い名前の手話を完ぺきに覚えた事です。セリフも時間をかけ、家でも学校でもたくさん練習をしたので、本番は、完ぺきな演技ができました。ですが、手話はあまり大きく表現できませんでした。そこがくやしかったです。

がんばった事二つ目は、三幕と四幕のおしようです。おしよの役では、何事にも動じないで合しように続ける事ができました。また、セリフについても一つも間ちがうことなく、堂々と言えました。総練習の時には、

「昔、パイポという国があつて、そこにシューリンガンという王様と、グリーンダイというおきさきがいて、二人の娘もいたようじゃが・・・。名前を何といったじやろうか？」

というセリフを間ちがえて、

「昔、この国があつて？」

と言つてしまいました。自分でもセリフを言っている時に、どんな国と思い、頭が混乱しました。なので、本番で間ちがえずに言えた時は、すごうれしかったです。

がんばった事三つ目は、五幕でじゅげむと金坊がけんかをしている場面です。泣きながら

「じゅげむ、じゅげむ・・・。」

と言うところと、

「たんこぶが引つこんじやつたよ。」

と言つて笑うところが上手に演じられました。他にも、じゅげむと本当にけんかする場面もがんばりました。総練習と本番のどちらも詩音君のこぶしが、ぼくのおなかや手に当たりました。とても痛かったけれど、がまんして、がんばりました。その結果、げきは、大成功に終わりました。ぼくはうれしかったです。

家に帰ると、お母さんに、

「よくセリフを覚えてがんばったね。宿題もそうやってね。」と言われました。

来年は、小学部最後のげきになるので、失敗しないで今まで以上に良い演技をしたいと思います。

「『かわいそう』からの違和感」

北海道旭川聾学校 中学部三年

小林 凜

みなさんは、自分がかわいそうだと思っていないのに

「かわいいそう」

と言われたことはありますか？

私は、小学生の時に、私の補聴器を見た近所の女性から

「きこえないの？かわいいそう」

と言われました。この「かわいいそう」という言葉に違和感を持ちました。違和感は、どこから来るものなのかを考えました。「かわいいそう」という言葉は、弱い人や逆境にある人に対しての慰めや同情、憐みを感じるものとして使われます。

以前、車いすや白杖を使っている人に対して、「かわいいそう」と思ったことがあります。無意識に、自分より弱い人だと思い込み、対等に見ないで「かわいいそう」という言葉を使っていたのかもかもしれません。だからこの「かわいいそう」という言葉には気を付けないと、自分より弱い立場の人の上に上から目線でかけてしまう言葉になると思いました。

みなさんは聴こえないことは、「かわいいそう」だと思いますか？私は聴こえない。ただそれだけで、みんなと同じように権利や生き抜く力があります。

自分が持った違和感は、そこからくるもので、さらにその言葉を直接言われたからだと思います。

私は、これらの経験から、自分と立場の違う人に対して「かわいいそう」と感じたときは、上からの立場で憐れむのではなく、よくその人の状況を知るように努め、対等な立場で関われるようにした

いと思うようになりました。

一人一人がそのような考えを持てば、障害に対する理解が深まり、差別や偏見が少しずつなくなると思います。

「がくげいかい」

北海道帯広聾学校 小学部一年

まつだ いぶき

ぼくは、がくげいかいではじめのことばをがんばりました。

「これから、おびひろろうがっこうがくげいかいをはじめます。」を、おおきなこえでいいました。

小がくぶのげきのはつぴようもたのしかったです。

「二学年で全力をつくした体育大会」

北海道雨竜高等養護学校 二年

白杵 優希

本来、六月十日に体育大会があったはずが新型コロナの影響で、一週間延期になってしまった。結局、今年の体育大会が行われたの

は、六月十七日だった。

体育大会が延期になったとしても、私たちは練習時間を大切にし、各種目で一生懸命取り組んできた。

そしてむかえた体育大会当日。私たちは、体育の授業や生単の練習時間に取り組んできたことを、二学年一人一人が発揮していたのではないと思う。百メートル走から競技が始まっていく。百メートル走が終わり、選択種目である三つの競技が順に始まっていく。選択種目の最初の競技は、女子千メートル走、男子千五百メートル走だ。私は、昨年と同様に、千メートル走に出場した。結果は二位だったが、昨年より良い結果を出すことができたのではないと思う。女子が走り終わり、順位とタイムが発表された。私は二位で、もう一人の選手は4位だったが、二人の合計点は三十点。とても良いスタートだった。男子も走り終わり、順位とタイムが発表される。男子は一位と二位で、合計点は女子と同じ三十点。男女ともに良い結果を出すことができた。

次の種目は玉入れ。玉入れの結果は三年生が一位、二年生が二位、一年生が三位だった。

そして選択種目最後の競技は、「サイコロでゴー!」という競技。この種目の結果は残念ながら三位だったが、サイコロのメンバーは一人一人が全力で取り組んでいたのではないかと思う。

最後の種目は、男女混合リレー。私は、リレーの選手として出場した。リレーは二つのチームに分かれて行う。私は一組目の選手で

二走目だった。一走目からバトンを受け取り、三走者がいるところまで全力で走った。次々とバトンが受け渡されていき、アンカーまでバトンが渡った。どんどん三年生が接近してくるが、一組目の結果は一位。だが、タイム順では二位という結果だった。リレーのメンバー一人一人が最後まで全力で走りきることができた。

今年の体育大会は、総合結果は二位だったが、二学年全員で団結できた体育大会になったのではないかと思う。来年も今年のように行うことができれば良いなと思う。

「前提実習を終えて」

北海道札幌高等養護学校 三年

K・K

僕は、就労継続支援事業所で四週間、実習をさせていただきました。仕事内容は、室内清掃と民泊の作業と梱包作業でした。

僕は、実習に行くとき、朝早く起きることが難しくて苦労しましたが、毎日頑張つて出勤しました。いつもより早く起きることができて良かったです。

一番頑張った仕事は室内清掃です。初めて、経験することが多かったのですが、丁寧に仕事をすることができました。自分から積極的に取り組むことができました。徐々に、スタッフさんや利用者の

方とコミュニケーションを取ることができるようになり、良かったと思います。

ほかに梱包作業を頑張りました。玉ねぎの袋詰めは、玉ねぎを五個ずつ袋に入れる仕事です。玉ねぎを入れるのが大変でしたが、最後まで集中して作業することができて良かったです。

民泊の作業では、シーツと布団カバーを替える時に時間がかかりました。最後まで集中して頑張りました。

担当者の方から、

「冷静に仕事に従事していました。できることが増え、今後にも期待できる様な仕事ぶりでした。」

と日誌に書いていただき、大変うれしかったです。

四週間の前提実習を終えて、目標達成できたことは、自ら考えて、行動に移す努力ができたことです。このことを担当者の方に

「素晴らしい。」

と褒めていただき、自信がつけられました。

また、手早く作業をすることができました。特に清掃では、だいぶ慣れて作業ができたことを褒めていただき、指示に対しての理解力があると評価していただきました。

自分の課題として気付いたことは、事業所の方に自分から困っていることを相談することができなかったことです。また、目上の方に対して適切な言葉遣いを考えて話すことが難しかったです。

これからの学校生活で卒業まで努力したいことは、コミュニケーション

ションを積極的に取ることです。先生やクラスの友達と自分からコミュニケーションを取ることができるよう頑張りたいと思っています。

『夏休みスピーチ』より

北海道新篠津高等養護学校 三年

榊原 康生

僕の夏休みは外で散歩することと家でゲームをすることでした。暇なので、昔、親に買ってもらった3DSでリズム天国というゲームで遊んでいました。僕は自分の好きなことになると延々とやってしまうので、トイレとご飯と寝る以外の時間は集中してやりました。僕と3DSは切っても切れない関係なのだなと感じました。

しかし、彼の死は突然訪れました。

ゲームをプレイしていた僕の右ストレートが、いつの間にか3DSの上画面を貫いていました。その前後の記憶はありません。一つ言えるのは、ゲームに熱くなりすぎた僕が、理性を失ってゲームを破壊したという事実だけです。

僕は、ボロボロになった3DSをなんとか直そうと試みましたが、直るはずもなく、ただただ自分が憎かったです。

この経験で僕は、人は夢中になると理性を失うということが分か

りました。もう二度と同じ過ちはしないと肝に銘じ、悲しい過去を乗り越え、僕は今生きています。

皆さん、大事な人との別れは突然やってきます。そんなつらいときは別れた人たちとの楽しかったことを、たまにでいいので思い出してあげてください。

「現場実習の思い出」

北海道小樽高等支援学校 二年

藤本 祈良

六月七日、一期の現場実習が始まったとき、とても緊張していました。実習が始まったあと、私が考えた目標を生かして、頑張ろうと思いました。実習先は「ecoワークおおさ」です。実習で一番頑張りたいと思ったことは、分からないことがあったらスタッフやまわりの人に聞くことでした。もう一つの目標は、相手のことを考えて、思いやりをもった行動や話をする事です。この二つの目標は学校での作業学習でも意識しています。

初日、実習先の玄関に入ったとき、とても緊張していましたが、スタッフの人が優しく対応してくれたので、頑張れると感じました。一日目の午前は軽作業で、午後はパソコンの作業に取り組みました。軽作業では、紙袋用の紐カットを担当しましたが、スタッフの方に

荷物を運ぶ手伝いをお願いされ、私は手伝いました。段ボールの箱を玄関の外に出す仕事でした。私はその手伝いを積極的に手伝い、終わった後にお礼にお茶をくれたので、うれしかったです。少し疲れましたが、次の日からの実習に繋がると感じ、一生懸命に頑張りました。午後の作業はパソコンで文章の入力に取り組みました。八日から十七日までは、午前はパソコンの入力作業で、午後からは軽作業に取り組みました。パソコンでは、ワードで文章作り、画像と動画の編集作業に取り組みました。軽作業では、紙袋用の紐のカットと紐結びの作業、イベント用ポップの台紙カット、ペーパーキリングに取り組みました。実習中、特に頑張った作業はパソコンを使った動画編集で、自己紹介の動画を作ったことです。初めはうまく編集できずに苦労しましたが、職員に操作方法を教えてもらったので面白い動画ができました。難しかった作業はペーパーキリングで花びらを作る作業でした。それでもあきらめずに完成させることができました。

実習中で良かったことは、挨拶がきちんとできていたことと、報告や連絡、相談を意識して取り組めたことです。悪かったことは集中力を維持できなかったことです。生活リズムを整えて集中力を高めるべきだと思いました。

最後に、二期現場実習に向けて頑張ることは、学校生活の中で集中力を高めることと、引き続き挨拶と返事、報告、相談を意識して頑張ることです。

「実習を通して学んだこと」

北海道北斗高等支援学校 一年

O・R

私は四月、北斗高等支援学校に入学しました。入学したての頃の私は、初めて話す人や新しい環境での授業が苦手で、すごく緊張しました。新しい環境にも慣れ始めた頃、実習が始まりました。

初めは校内実習で、ダスタークロスやウインドスクイジーなどの清掃技術を学び、校内を清掃しました。やる前などは、初めての清掃で難しそうだなと思いましたが、やってみるとスムーズに清掃ができ、少し自信が付きました。

しかし、ポリッシャーの練習では、思った以上にできず、難しくて心が折れそうになりました。ポリッシャーを操作しようとしたら、思っていない所に動いたり、一定の場所に維持するのが難しかったりと、感覚を覚えるまでが大変でした。頑張つて練習して少しはできるようになりました。

六月から八月あたりの私は、前までは自分から話しかけることができませんでした。自分からクラスメイトに話しかけることができるようになりました。そして、先輩や先生などに対しての礼儀やあいさつなど、自分で考えて行動するようになりました。

そして、校外での清掃を行うデュアル実習が始まりました。知らない場所での清掃なので、とても緊張しました。学校での清掃方法とは違い、場所に応じて清掃方法が変わるので難しかったです。最

初は素早く時間内に終わらせようと雑になりがちでしたが、丁寧に清掃して無駄な動きを減らしたら、時間内に丁寧に清掃できるようになりました。

WTW（ワーク・トレーニング・ウィーク）では、一年生全員でトマトの共選所に行き、サイズごとにトマトを箱に詰める作業や、バンドで箱を梱包する作業などをしました。初めてのWTWで、作業のやり方など、まだはつきりわかっていなく、とても緊張しました。最初は箱詰め作業で、トマトのサイズや色などを見分けるのがとても難しく、職場の方に質問しながら作業しましたが、何回も同じ質問をしてしまうことがあり、作業を遅らせてしまうことがありました。そして、梱包作業では、時々梱包する箱がたくさん来て、バンド掛けが雑になったり、作業工程を忘れてしまったりすることがあり、職場の方に迷惑をかけてしまうことがありました。前半はなるべく早く作業をしようと考えていましたが、早くしようと意識したらミスが増えて慌ててしまったので、まず、早くしようではなく、ミスをしないで落ち着いて作業しようと考えてようになりました。作業に慣れてきたら早く正確に作業できるようになりました。

十一月に予定されていた職場実習前の私は、九日間働けるか不安でした。また、ビルクリーニング検定の受検もあり、落ち着かないことがありました。

そして、いよいよ職場実習が始まりました。WTWのときは四人などでの実習でしたが、今回は一人での職場実習となり、私一人で

実習を続けられるかとても不安でした。初日は箱を台車やパレットに積みピッキング作業から始まり、最初は箱がすごく重たく、腕や足の疲れがたまって、作業が遅くなることがありました。そこで、担当者の方に質問してみたところ、

「体力をどれだけ減らさないかが大事で、効率良く作業するといいいよ。」

とアドバイスされ、その後アドバイスを思い出しながら作業をしてみると、後半まで体力が持つようになりました。

次に箱の在庫数を数える在庫実査では、自分は計算が苦手で数えるのが遅く、ミスをしてしまうと焦って余計に時間がかかってしまいました。担当者の方に、

「ゆっくりでもいいから間違えず落ち着いて。すべてはおお客様のためだから、焦らず作業しようね。」

とアドバイスされました。私は前までは効率良く作業しようと考えていましたが、アドバイスを聞いてからは、すべてはお客様のためだから遅くても丁寧に作業しようと考えるようになり、計算や他の作業でもミスすることが少なくなりました。

今回の職場実習では、後半体力がなくなり、作業が遅くなることがあったり、集中する場面でミスをしてしまうと慌てて焦ってしまいうことがあったりしたので、後半になってもバテない体を作ることや、最後まで集中する力を付けていきたいと思いました。

私はこれまでの実習を通して、返事の仕方や報告、確認、相談を

することの大切さを学びました。

成長したことは、自分に自信を持って積極的に行動できるようになったことです。中学の頃は自分から積極的に行動することや、話しかけることなどが苦手でできませんでした。しかし、北斗では自分で発言したり、考えて行動したりする場面が多かったので、常に意識して頑張ったら行動できるようになりました。しかし、大事な場面や予想外のことが起こると焦ってしまい、ミスをしてしまうので、予想外のことが起こったとしても、次どうするかを考え、落ち着いて対処していきたいです。

これから頑張りたいことは、実習中、後半体力がなくなり、作業スピードが遅くなってしまうことがあったので、後半になっても作業し続けられる体力を付けたいです。そして、自分にはまだ自信がなく、行動するのに少し戸惑いなどがあるので、もっと自信を付けて学校生活を送っていききたいです。

「函館マラソンボランティアに参加して」

北海道函館高等支援学校 一年

和田 悠麻

私が当日まで取り組んだ学習は、iPadでボランティアのマナーについて調べたことです。挨拶をしつかりするのが基本。友達と

ばかりいっしょにいるのではなく、他に参加してきた人たちとも協力してやる、などです。

自分の役割をこなすために気をつけることは、完走したランナーの方へ、

「おつかれさま。」

などの声出しを大きく言ったり、ランナーの人たちに渡す完走メダルを机に取りやすくきれいにおくなどをしました。しかし、後半から声出しが暑さと疲れにより、思うように声が出せなくなりました。メダルはきれいにならべることができました。

活動を終えた時、どんな気持ちだったか？

一番つよく思ったのは、うかれたということです。最初は、声出しなど大きくはつきり言えましたが、暑さなどにより、途中から声出しがなくなりました。

来年度も参加するとしたら、どんな役割をこなせそうか？

フルやハーフ選手が来たときに、最初から最後まで声出しをしつかりとがんばりたいと思っています。

ボランティア活動の良いところは何か？

自分にとってのメリットは、ボランティア活動に参加することによって、ふだんあまり関わらない人ともいっしょに活動できるし、選手の心の支えにもなるところです。

「見学旅行を振り返って」

北海道小平高等養護学校 三年

岡崎 伸彦

見学旅行を振り返って学んだことは、二つあります。

一つ目はアイヌ人の努力です。アイヌ語が明治以降失われた時期がありましたが、自ら言葉を使えるように努力し、アイヌの文化を守っていることが分かりました。私もこれからの学校生活で何事も努力し、卒業後の就労につなげていきます。

二つ目は、五稜郭の設計について学びました。一八六四年に武田斐三郎という人が設計しました。五稜郭の歴史を深く学ぶことができました。また、五稜郭タワーに友達と昇りました。タワーの上から五稜郭公園を見て、公園の形を立体的に見ることができました。旅行中、楽しかったことは、メロンパンを食べたこととルスツリゾートで遊んだことです。

函館では、「世界で二番目においしいメロンパン」を食べました。店内でガラス越しに、焼いているところやメロンパンにアイスクリームを入れているところを近くで見られたことが新鮮でした。食べてみると、外側は普通のメロンパンよりサクサクしていて、中にアイスクリームが入っていて冷たく、美味しかったです。

留寿都では、ルスツリゾートカントリーランドに行き、たくさんの絶叫マシーンに乗りました。特にスペースショットでは、スター

トは絶叫な気分を味わえて、止まった時には、遠くの景色をながめることができて、とても楽しかったです。

旅行中を振り返って大切だと感じたことは、時間を意識し、周り協力して行動することです。課題としては、落ち着いて話を聞けていないことがあったことです。

今後の学校生活では、人の話を落ち着いて聞き、慌てず行動することを意識して生活していきます。

「見学旅行の思い出」

北海道紋別高等養護学校 三年

不破 雪乃

私は、五月十六日から二十日まで東京に見学旅行に行きました。

紋別空港から羽田空港まで飛行機で移動しました。紋別は晴れていましたが、東京は雨が降っていて少し残念な気持ちになりました。

一日目は、東京スカイツリーに行きました。家庭総合科は展望デッキまで行きました。天気はあまり良くなかったでしたが、ガラス床から東京の景色を見られてうれしかったです。高いところが好きなのですごく楽しかったです。

二日目は、国会議事堂と八景島シーパラダイスに行きました。国会議事堂では、参議院を見学しました。参議院議場や御休所など

色々などところを見られて良い勉強になりました。思っていたより広くて驚きました。

八景島シーパラダイスでは、たくさんの魚や動物、イルカショーなどを見ることができてすごく楽しかったです。八景島シーパラダイスとかいけつゾロリがコラボしていてびっくりしました。イルカショーでは、シロイルカやセイウチがたくさんの技をしていてすごいなと思いました。一番見たかったカワウソが見られてうれしかったです。

三日目は、自主研修でした。私たちのグループは、渋谷方面に行きました。友達とプリクラを撮ったり、いろいろなところに行ったり、たくさん買い物をしたりすることができました。私が行きたかった渋谷109に行けてうれしかったです。たくさん歩いて疲れたけど、すごく楽しかったです。地下鉄に初めて乗れてうれしかったです。

四日目は、東京ディズニーランドに行きました。一番行きたかったところだったので、すごくうれしかったです。同じグループのみんなとたくさんさんの乗り物に乗りました。一番楽しかった乗り物はスプラッシュマウンテンです。天気が良かったので、水がかかって涼しかったです。最近できたベイマックスのハッピーランドにも乗れてうれしかったです。一番楽しみにしていたエレクトリカルパレードも見られてうれしかったです。すごくきれいでまた見たいと思いました。たくさんさんのキャラクターとも写真を撮ることができ、良い

思い出になりました。

五日目は、飛行機に乗って東京から紋別に帰ってきました。東京は天気がよかったのに、紋別は雨が降っていてすごく寒かったです。が、先生方に

「おかえりなさい。」

と言われてうれしかったです。見学旅行を通してたくさんのことを学び、思い出を作ることができました。今回、私たちが見学旅行に行けたのも先生方や保護者の皆様のおかげです。本当にありがとうございます。これからの学校生活も悔いの無いよう一日一日を大切に過ごしていこうと思います。

「白桜祭の思い出」

北海道札幌養護学校白桜高等学園 二年

阿部 まどか

白桜高等学園では、十月十五日（土）に「白桜祭」という学校祭が行われました。

白桜祭は、オープニングセレモニーからはじまり、作業学習で作った製品の販売を行います。私は手芸班で、おそうじミトン、小物入れ、刺し子のランチョンマットとコースター、さらしふきんを作って販売しました。

作業学習では、ピンクと黄緑の模様の刺し子や、ブロッコリーやトマトの野菜の刺し子に取り組みました。他にもおそうじミトンのミシンがけをたくさん頑張りました。夏休みが明けてから、一ヶ月半くらい、みんな準備に取り組みました。

私が一番頑張ったのは、ミシンがけで難しいカーブを上手にぬったことです。最初は上手にできなかったですが、先生と一緒に練習をしてできるようになりました。

白桜祭のとき、私は会計係でした。電卓を使って計算の練習をして当日をむかえました。当日は家族が製品を買いに来てくれ、私が作ったおそうじミトン、さらしふきん、コースター、小物入れを買ってくれました。私は値段をしっかりと見て、電卓で計算して、お金を受け取って、おつりを渡すことができました。家族とても喜んでくれて、私も頑張って良かったと思いました。うれしかったです。

準備のときに、iPadを使ってチラシを作ったり、接客の練習も頑張ったり、勉強になった白桜祭となりました。

来年は、ミシンがけ、刺し子、織り機をもっと練習して、もっと良い製品を作りたいと思います。三年生最後の白桜祭は悔いなく頑張りたいです。

「秋葉原への思い」

北海道中標津支援学校 高等部三年

S・R

「ここが秋葉原か」

視界に広がる二次元の海、どこを見ても見知ったキャラクターがビルに貼り出されていた。しかし呆けている場合ではない。時間は有限だ。一刻も早く目当ての場所に向かおう。歩くこと数十分、私が一番行きたかった場所のひとつ、アキバホビーだ。ここには七月くらい前から友と行きたいと思っていた。

中は少し狭く、しかし大量のグッズが所狭しと並んでいた。まさに宝物庫。ここまで心が乱れたのは久しぶりだろうか。他人から見ても私は無邪気な子供のように見えただろう。いろいろなグッズを手に取り吟味する。しかし、ここまで物が多いとどれを買うか迷ってしまう。しばらく考えたのち二つのタペストリーを買うことにした。

アキバホビーを出た時、少しの寂しさと感動の余韻を楽しみながら私は次の目的地へと歩きはじめた。

「がくしゅうはっぴようかい」

北海道真駒内養護学校 小学部五年

こし戸 ここな

がくしゅうはっぴようかいでオズのまほうつかいをします。わたしはおんがくたいをします。

キーボードをいろいろなてでひくのがむずかしいです。

「見学旅行の思い出」

北海道真駒内養護学校 中学部三年

熊本 惺

一日目、バスを出発し、三十分ぐらいに後ろのタイヤがバーストしました。大きな音にみんなびっくりしました。止まってしまいました。やっとミングルについて、ご飯を食べました。美味しかったです。ホテルに着いて休みました。温泉が気持ちよかったです。夜ご飯を食べ終わって、部屋に戻って、友達三人と遊び、青春をしていると感じました。そのあとみんなと一緒に寝ました。

二日目、朝ご飯を食べて、動物園に行きました。シロクマを見て、迫力がすごいと思いました。次は旭川空港へ行きました。網走のみんなに会いました。いろいろな写真を見せてもらってうれしかった

です。ホテルに戻ってお風呂に入り、やっぱり二日目は疲れたなあと思いました。

三日目はサイパルに行つて雲作りが難しいと感じました。見学が終わり、砂川サービスエリアでお土産を買つてから、お昼ご飯を食べました。帰りのバスで体力の限界で爆睡しました。学校について安心しました。みんな安全に帰つてこられたことがよかったなあと思いました。

「秋の楽しみ」

北海道手稲養護学校 小学部四年

関澤 睦斗

今、理科で月の勉強をしています。

月は、東から西に少しずつ動くことを知ったので、とてもたのしいです。

満月は、三十日かけて満月になります。とてもきちょうなので、おかしを食べながら見てみたいです。

「こんなものみつけたよ」

北海道拓北養護学校 小学部二年

井上 碧十

ぼくの学校のげんかんホールの青いピアノがすごかったです。青いピアノは高とうぶのげんかんホールにあります。

時計がついていて、ピアノの音がなります。

ピアノの上でどうぶつが、がつきをもっています。パレードみたいなのをやっています。

ながお先生にうごくかきいてみました。

「こわれてて、うごかないよ。」

とおしえてくれました。

みなさんもぜひ、青いピアノをひいてみてください。

「見学旅行自主研修について」

北海道白糠養護学校 高等部三年

高坂 悠輝

僕は見学旅行二日目の自主研修でアクアシティお台場に行きました。

アクアシティお台場に決めた理由は、僕の好きなアニメのグッズ

があるジャンプショップに行ってみたいなと思ったからです。どんなグッズが売っているかわからなかったのですが、実際に行ってみました。

僕が想像していたより、行ってみるといろいろな商品がありました。僕は、どんなグッズを買うか迷いましたが、自分の買いたいグッズを買えてよかったです。お金を使いましたが、楽しい自主研修になりました。

卒業後またいつか行けるときがあれば行きたいです。

「甥っ子たち」

市立札幌山の手支援学校 高等部一年

松金 心美

私には、お姉ちゃんがいて、「蒼橙」三歳と「緋翠」生後一か月の甥っ子がいます。私は甥っ子二人いるので、一緒に蒼橙とユーチューブを見たり、一緒にお風呂に入ったりしています。

生後一か月の緋翠はミルクをあげたり、寝かしつけたりしています。甥っ子たちに会うと疲れがとれて、私は癒されて幸せです。緋翠が生まれて、蒼橙がお兄ちゃんになったので、急にいろいろなことができるようになってきているので、蒼橙が家族みんなに

「蒼橙ね、今日〇〇できたんだよ。」

とみんなに報告し、家族みんなで褒めることが増えてきました。私もうれしいです。

私は最近、お姉ちゃんの家泊まることが増えたので、お姉ちゃんの家にいるときは、なるべく蒼橙と緋翠の面倒を見たり、家のお手伝いをしています。龍飛（弟）がいるときは分担して面倒見たりしています。

少し大変ですが、感謝を伝えてもらったりすると、やってよかったなと感じます。

なので、私は、どんどん成長していく蒼橙とこれからの緋翠が楽しみです。