

【北海道特別支援学校生活体験発表会最優秀作品】
（肢体不自由・病弱特別支援学校の部）

作文部門 小学部（

「キャプテンとしての運動会」

北海道手稲養護学校 小学部 五年一組

遠藤 光

六月十日土曜日に手稲養護学校の体育館で第七十一回運動会が開催されました。運動会には、お母さんと妹二人と、おじいちゃんが来てくれました。

僕が出場した種目は「それ一組にやらせてください！」です。「ストラックアウト」と「ハンドアーチェリー」に出ました。

ルールは、二つのチームに分かれて、四つの種目の合計点数で勝敗を競うものです。

自分が出た「ストラックアウト」のルールは、五球投げ、当たったところの数字の合計が点数となります。

「ハンドアーチェリー」は、的とダーツバレルが磁石になっていて、投げて当たった場所が得点になります。

僕は、白組のキャプテンになりました。キャプテンになろうと思った理由は、四年生の子がやりたいと言ったので、自分で悔しいと思い、希望したからです。

練習の作戦会議では、始まった瞬間に「○○やりたい」と言ってくるのが困りましたが、キャプテンとして、チ

ームメイトの意見もしつかりと聞くようにしました。

本番前は、結構緊張しました。本番は、絶対勝ちたいと思いながらいました。作戦会議で、だれがやったら一番点数が取れるかを話し合い、僕は「ストラックアウト」に出ることになりました。

種目が終わり、練習でいつも取っていた点数より下回って、すごく悔しかったです。

種目後は、小学部全員で「熱烈ソーラン」を踊りました。練習しているときは、本番まで覚えられるかすごく不安でした。朝練がともきつかったです。でも、総練習と本番では、焦らないで落ち着いて作戦会議や「熱烈ソーラン」などをするように心掛けました。

会場から大きな拍手をもらったときは、とても嬉しかったです。

地元の運動会と手稲養護学校の運動会は、体操から種目まですべてが違いました。地元の運動会はグラウンドでやり、低学年、中学年高学年で一種目とリレーがありました。体操やソーラン節も違いました。

手稲養護学校の運動会の種目は、ルールが複雑で驚きました。初めて車いすで出場して、先頭と息を合わせて入退場するのが難しかったです。でも、車いすで出場した運動会も、地元とはまた違うふんいきで楽しかったです。

今年の運動会の目標は、「キャプテンとして、みんなをまとめること」でした。それは、自分的には、作戦会議

や常に本気になってもらう声がけなどをしてチームをまとめることができました。

手稲養護学校の運動会を経験して、リーダーとしてのチームをまとめる力がつき、成長できたと思います。今後も話し合い活動では、ここで学んだことを生かしたいです。

【北海道特別支援学校生活体験発表会最優秀作品】
（肢体不自由・病弱特別支援学校の部）

作文部門 中学部）

「不自由な生活の中で時々思うこと」

北海道真駒内養護学校 中学部 三年

阿部 晟斗

僕は、小学六年生の時に病気で倒れ、肢体不自由の障害者になりました。病院のベッドで目が覚めた時は、左手足が動かず色々なチューブに繋がれていることに、とてもショックを受けました。状況を受け入れるまで時間がかかりましたが、現在では家で生活できるまで回復しました。障害者になったことで、今までの生活では感じなかった事を感じるようになりました。それは、障害者への差別や偏見についてです。

病院から出て初めてショッピングモールに行つたと

きのこと。僕はやけに人の視線を感じました。それはとても不快で、車椅子に乗っている僕を物珍しげに見る、病院では感じない嫌な視線でした。勘違いかもしれませんが、僕にはそれが差別のように思えてなりません。差別でなくても、偏見はあり得ます。いつになれば、障害者への差別や偏見は無くなるのでしょうか。

中学二年生の時、僕は普通校に在籍していました。転校当時は、学校に馴染めるか心配でした。その心配ははずれ、担任が僕を呼び捨てで紹介した時、「よろしく、晟斗」と、クラスメイトのほとんどが親しく優しく接してくれました。しかし、いつしか授業についていけなくなり、僕に対する周りの視線を敏感に感じるように。学校に行くことも嫌になり、登校しない日が一ヶ月以上続くこともありました。

中学三年生の春、進学と同時に養護学校に転校して普通学級に入りました。最初の内は、慣れない学校での生活にストレスが絶えませんでした。しばらくして学校の生活にも慣れた頃、中学二年生の時に学校に行かなかった事を後悔しました。国語で習っていない漢字が出たり、数学で聞いたことのない言葉が出たりと、大変でした。現代社会の障害者への差別や偏見により周りの視線を敏感に感じてしまい、学校生活や日常生活に支障をきたす事が時々存在します。将来の社会は、健常者の障害者への理解を深め、障害の有無に関わらず分け隔て無く過ごしやすい社会であってほしいと、僕は思います。

肢体不自由となって二年後の中学三年生の春頃、「自分は障害者であり、左手足が動かなくて何をするにも苦勞しなければならぬ」という事実が受け入れられなくなり、自殺を試みました。自殺は未遂に終わり、運よくやけどで済みました。僕や他の障害者達がどれほど辛い心境か、想像できますか？動けず、しゃべれず、感じることも出来ないことの辛さ、想像してみてください。障害者であることを受け入れて生活している人もいるというのに、障害者への差別や偏見は無くなりません。これを読んで少しでも響いたら、障害者への差別や偏見についてよく考えてみてください。そのうちに理解が生まれることを願います。

【北海道特別支援学校生活体験発表会最優秀作品】
(肢体不自由・病弱特別支援学校の部)

作文部門 高等部)

「職場実習を終えて」

北海道岩見沢高等養護学校 二年

能沢 未夢

私は、十月二日から十月六日までの五日間にかけて「就労継続支援B型 はなび」で実習をしました。

作業内容は、小物製作や畑作業でした。小物製作では

主に手織り、羊毛フェルト、編み物などをしました。私は特に手織りが得意でした。また、畑作業では、ナス、ネギ、ピーマンなどを収穫しました。ネギがスーパーで見かけるものより太く、とても驚きました。

実習を行う前に、四つの目標を上げていました。態度面の目標は、「相手が聞こえる声の大きさを意識して話す」「相手の目を見て笑顔で挨拶を言う」という目標は達成できたのですが、「相手が聞こえる声の大きさを意識して話す」という目標はあまり達成できませんでした。なぜなら、初対面の人と話す時に必ず声が小さくなってしまい、聞き返されることが多かったからです。作業面での目標は、「作業中の環境整備を意識する」「ミスなく、確実に作業が行えるように意識する」でしたが、どちらも達成することができました。

この経験を生かして、今後はたくさんの人と積極的にコミュニケーションを取り、人見知りを克服したいです。そして、今後の学校生活では自分から挨拶をしたり、話かけたりすることを心掛けていきたいと思っています。

「高等部見学旅行はゴージャスでびっくり」

北海道函館養護学校 高等部 三年

伊藤 麻央

わたしは、高等部三年生になって、初めて飛行機に乗って、東京と横浜に行ってきました。

函館空港には父と母、先生たちが見送りに来てくれました。飛行機に乗ると、窓から街が見えました。飛行機の中でりんごジュースを飲みました。冷たくておいしかったです。もう少し乗っていると、飛行機の窓から見えた雲のわたあめがおいしそうでした。

飛行機から降りると、ほかにも飛行機がたくさん見えました。動く歩道は、最初びっくりしたけど、おもしろくてとても楽でした。

東京スカイツリーに着いてから、なかよくみんなで写真を撮りました。スカイツリーの中は、壁は黒くて、天井は赤紫で、エレベーターの中は上の方が金色っぽくて、かっこよかったです。お客さんがたくさんいました。歩いて上ったら一時間くらいかかりそうでしたが、エレベーターだとすぐに着いて楽だったので、びっくりしました。天気がよかったので、景色がきれいでした。床がガラスで下が見える所があって、全然怖くなかったのです。ガラスの上に座って写真も撮りました。売店で、友だちにダイヤモンドみたいキラキラしたキーホルダーを四つ買いました。

旅行での食事は、ホテルでは大好きなハンバーグがほっぺがポロツと落ちちゃうくらいおいしかったです。口の中で肉汁がとろけました。パンはいつもお腹がいっぱいになってしまつて残すのに、コーンスープにつけて食べたので完食しました。

ホテルでの朝食が中華でびっくりしてしまいました。ザーサイや豚の角煮は初めて食べました。ヒレカツ、クラゲ、かまぼこ、マグロのやまかけ、サーモンやマグロのお刺身、エビチリ、しらす丼など、私の好きなものばかりで最高でした。

八景島シーパラダイスでは、イルカドームに行ったり、イルカのショーを見に行ったりしました。初めて見た白イルカは、まるくておもちにそっくりでした。ドームを友だちと一緒に歩いていると、海に入ったような気がしました。私は、おもちゃみたいな白イルカと茶色いあんこかチョコレートと白い雪のようなかき氷のイメージの「こつめかわうそ」がお気に入りになりました。ショーでは、イルカがジャンプしたり、ぐるっと回ったりしていたので、集中して見てしまいました。売店では、「こつめちゃん」を買いました。家族やお友だち、先生たちへのお土産はたくさん迷ったけれど、みんなに合ったものをなんとか買うことができました。あんなにお金を使つて買い物したのは初めてです。A組は、三人で記念写真をたくさん撮れたので、仲よしでいい感じです。一緒に行くことができて楽しかったです。

しかったです。

今回は、ズームで初めて参加しました。ズームでも一階のホールにあった稲やお米の種類を先生が説明してくれたので、よくわかりました。また、お米の作り方も学べました。

今度はパールライス工場に行つて、もう一度、見学やクイズに挑戦したいです。

来年の社会見学では、水族館でシロナガスクジラやシヤチのショーを見てみたいです。

【北海道特別支援学校生活体験発表会最優秀作品】

（肢体不自由・病弱特別支援学校の部）

朗読部門 中学部）

「初めての入院」

北海道手稲養護学校 中学部 一年

荒谷 優月

六月二十一日に、初めての入院をしました。最初は、ドキドキしてなみだ目になりながら、家族と一緒に学校に入つて泣きそうになりました。

一番怖かったことは、初めての手術です。なぜかという、元々両足のひざが悪いからです。手術が一番怖かったです。井上さんとリハビリをしたときは、少し両足

の傷口が痛かったです。そして初めての車いすの登校はちよつとだけギブスがじゃまだったし、しんどかったです。でも、学校の友達もできました。

今も病棟や学校は、楽しいです。でも少しさびしくて家族に会いたいです。退院したときは、色々なところに行きたいです。

【北海道特別支援学校生活体験発表会最優秀作品】

（肢体不自由・病弱特別支援学校の部）

朗読部門 高等部）

「緊張した社会見学」

北海道手稲養護学校 高等部 一年

渡部 蓮

九月二十一日に高等部で社会見学に行きました。行先はA O A O S A P P O R Oという水族館です。

事前学習では、水族館で調べる内容を考えました。ペンギンの大きさや体重、エサなどです。その他に電車や地下鉄の乗り方の勉強もしました。ぼくは入院前、釧路に住んでいて、いつもはお母さんの車で移動するので、地下鉄や電車に乗ったのは修学旅行の時だけです。券売機で切符をかうと聞いた時には、うまく買えるかなあとドキドキしました。ほかにドキドキすることがたくさ

んありました。ぼくは、車いすで移動するので電車や地下鉄に乗るときにはスロープが必要であることがわかりました。そのスロープは、事前に駅に電話をして駅員さんに伝えなくてはなりません。先生と伝える内容を考え、何回か練習し、いよいよ電話をかける当日になりました。電話すると想像していたのと違って音声ガイダンスが流れてボタンを押したり、なかなか駅員さんとお話しすることができませんでした。ここであきらめないで何回も試してみようと思いました。そして、ついに電話がつながり、駅員さんに伝えることができました。「どの駅からどの駅までですか」「時間はいつですか」などいろいろ質問されましたが、しっかり答えることができて、うまくいったので、ワクワクしました。

いよいよ社会見学の日が来ました。天気にも恵まれて、先生と3人で出発です。はじめに向かったのは星置駅、切符を買うためにまずは券売機を探しました。駅の中を探していると改札口の前にあったので、近くに行つて買うことにしました。お金をつかんで投入口に入れようと思いました。高すぎて届きません。切符を買うパネルも高くて操作できませんでした。このままじゃ行けないと思います。先生にお願いして手伝ってもらい、切符を何とか買うことができました。その切符をもつて、窓口で駅員さんに渡しました。すると、駅員さんは「スロープを準備するのでついてきてください」と言ってホームまで案内してくれました。ホームに電車がやってきま

した。駅員さんは持っていたスロープを電車とホームの間に設置してくれました。そのおかげで、ぼくはスムーズに電車に乗ることができました。「駅員さんありがとう」ぼくは感謝の気持ちをもつて電車に乗ることができました。

A O A O S A P P O R O で一番心に残っているのはキタイワトビペンギンが想像していたよりも大きかったけどかわいかったことです。ほとんど動かなくて本当に生きているのかなと思いました。ときどき、体をブルブルしていたので寒いのかなとも思いました。A O A O S A P P O R O ではみんな笑顔で楽しそうに見学できていたので楽しかったです。今度は家族みんなで来てみたいと思いました。

【知的障がい特別支援学校の部 小学部】

「あきのいきものくいず」

北海道紋別養護学校 小学部 二年

辻村 恭佑

あきには、いきものをみつけて、くいずにできました。だいいちもん、いきものはどこにいますでしょうか？

せいかいは、ここです。からすです。

だいにもん、いきものはどこにいるでしょうか？
せいかいは、ここです。
はちです。

みなさんいかがでしょうか？
これで、くいずをおわります。

【知的障がい特別支援学校の部 中学部】

「夏のおもいで」

北海道東川養護学校 中学部 二年
ライオネル・マルフェル・ジュニオ

8月3日にあさひばしに花火をみにいきました。
ピンクいろやあかいろの花火がきれいでした。
ドーンドーンとおおきなおとがだいすきです。
らいねんの夏もだいすきな花火をみたいです。

【知的障がい特別支援学校の部 高等部】

「描いた夢を叶える」

北海道千歳高等支援学校 環境流通サポート科
三年 小櫻 くれは

みなさんには目標がありますか？

私には将来の目標があり、そのために高等部を卒業した後、専門学校に行って製菓の勉強をします。ですが、受かるまでにもものすごい苦労がありました。最初は親も先生方も反対していました。

「パティシエ？国家試験もあるし、支援学校からなんて難しいよ。」と、言われて毎日進路について考えました。自分でも、趣味を職業にするには甘い考えではいけないということにわかっていました。でも、私がパティシエになりたい理由がもう一つあります。アレルギーのある子が食べられる美味しいお菓子を作るということです。私は、アレルギーがたくさんあって、お菓子やケーキを食べられない時があり、小さい頃、悲しい思いをしました。みんなと同じ物を食べたいという気持ちがよくわかります。だから、工夫してアレルギーの食材を使わずに美味しいお菓子を作るパティシエを目指すという夢は諦めてはいけなと思います。

二年生の時に現場実習があり、私が行った場所は、チョコレートを作る会社でした。たくさん甘い匂いに囲まれ、チョコレートを作ることができ、とても充実した2週間でした。評価表をもらって、店長さんから

「すごい、あなたはできることが多いので、ここは良い意味で向いていないから上をめざせるよ。」と、言ってもらい、自信を持つことができました。

その後、すぐに進路を確定しなければいけない時期に

なりました。本当にできるだろうかと思ったり、不安になって沢山泣いたりしましたが、二年生の終わりには、進学に決め、絶対やり遂げる気持ちで挑むことを決意しました。

三年生になってから、専門学校進学の準備を本格的に始めました。AO入試の面談があり、自分がどれだけパティシエになりたいのか意思を伝えました。ですが、その時に専門学校の先生から、

「支援学校から入るのは、本当に難しいので学力テストをします。」と、言われました。私は、それを聞いて、ものすごく自信がなくなりました。中学生の頃から勉強がものすごく苦手になり、学習についていけなかったからです。中学校卒業レベルのテストでは、絶対に無理ではないかと不安になり、進路の先生に相談しました。その時、

「諦めるの？」と、聞かれましたが、私はそれでも自分のやりたい好きな道に進みたかったので諦めませんでした。

その後も、時にはネガティブになり、先生方に話を聞いてもらうこともありましたが、どうしていいかわからなくなり、泣いてしまうことが多々あり、気持ちの切り替えができなくて、注意されてしまうことも多かったです。「やっぱり、自分は、普通の人と同じようになんて無理なんだろうな。専門学校に行ってもどうせだめなんだ。」という思いで胸がいっぱいになることが何度もありました。

た。でも、人と比べてしまうことがあっても、自分の未来の夢のために頑張ろうと心に言い聞かせるようにして過ごしました。

現在、無事に合格し、パティシエに必ずなるために、一生懸命勉強したりお菓子をたくさん作っています。周りについていけるように、今のうちに特訓をしないと苦労すると思うので、わたしなりに努力をしています。

2月には専門学校の制服であるコックコートの採寸があるので、楽しみです。ここまで、沢山いろいろなことがあり、悩んだりしてきたけど、私はこれからも乗り越えながらやっていこうと思います。きっと、有名なパティシエになります。

【全国盲学校弁論大会北海道代表作品】

「もういちど」

北海道札幌視覚支援学校 高等部普通科 二年

関本 航輝

みなさんは、どんなときに、涙が出そうになりますか。心に残る映画を、見終わった後。退屈で仕方がなく、つい欠伸をしてしまった後。大切な誰かと、お別れをした後。何か大きな目標を、達成した後。人の数だけ、涙が出そうになる理由は、異なってくると思います。私も、

いろいろな場面で、涙が出そうになる経験をしてきました。その中には、今も忘れられない、大切な場面もあります。それは、「白杖」とも関係しています。

中学部へ進学後、「白杖」を使って本格的な歩行練習を始めました。単独帰省練習で自宅にたどり着く頃には、その日の練習内容で、頭が、もうパンパンです。寄宿舎への到着報告電話も忘れ、先生方にご迷惑をお掛けしてしまうほど、心も体もクタクタでした。

電車好きな私にとって、単独帰省練習で利用する、路面電車でのひとときは、確かに心を励まし勇気づけてくれましたが、「白杖」の取り扱いには、いつも頭を悩ませていました。

路面電車の車内は混雑もしやすく、一度折り畳んだ「白杖」を広げる時にも、周囲に気を遣わなくてはなりません。ほんの少しの「段差」や「隙間」も、「白杖」を使い確認しなければなりません。

「白杖って何？」「僕に必要な？」「役に立つかな？」「片手が塞がるから邪魔だな」と、疑問や、抵抗感が渦巻いていました。

そんな毎日の中、忘れられない出来事が起きました。中学3年のある日のことでした。その日も、やはり路面電車の車内は、ひどい混雑でした。降車駅が近づき、私はいつものように「白杖」を取り出しました。前側の扉はとても混雑していました。混雑時のみ開放されている、真ん中の扉から降りようと決めました。いつもは、電車

とホームとの間に隙間のない「低床車両」を好んで乗っていたのですが、その日の車両は古い車両で、電車とホームの間には、大きな「段差」がありました。私は、うつかり、それに躓きそうになったのです。「あわや、大怪我！」という、ちょうど、その時。ホームにいた、路面電車の係員の方が、私を抱くようにして支えてくださり、力強く、そしてはつきりと、こう語り掛けて下さいました。

「大丈夫ですか？」

私は、「大丈夫です、ありがとうございました」とだけ返事をしました。

そして、いつものように、地下鉄の駅まで向かいました。その時、涙が出そうな程、嬉しくなりました。すぐに、路面電車の営業所に行き、その方にお礼をしたと思います。ですが、お名前も確認できていなかったため、それは叶いませんでした。

歩きながら私は、こう考えていました。

なぜ、あのとき係員さんは、とっさに私を抱き支えて、「大丈夫ですか？」と声を掛けることができたのだろう。

係員さんの片手は、降車時に乗客のICカードをかざすカードリーダーで、塞がっていました。さらには、ひどい混雑で、とても忙しかったはずです。係員さん自身、ご自分のことで精一杯であつたはずです。

なのに、臨機応変に乗客の立場にたち、「大丈夫ですか？」と、優しく声を掛け、体を支えて下さいました。

瞬時に相手の立場に立ち、対応できる姿に、私は、強く心打たれました。

そしてこうも考えました。

この係員さんは、日々のお仕事の場面に限らず、人と生きてこられた様々な場面の中で、このような実践を積み重ねてこられたのではないかと。

この係員さんと、出会えたことで、一つも怪我をすることもなく、今元気に、こうして、感謝の気持ちを、弁論の形を通して、伝えさせて頂けていることを、私は、とても誇りに思います。

私にとって、「ありがとうございました」だけでは伝えきれないほど、忘れられない出来事となりました。あの時、私を助けてくれた係員さんとの出会いは、私にとって「一生、忘れない」、いや、「一生、忘れてはいけない」ものとなりました。私はこれまで、「あなたは、どんな人になりたいですか」と聞かれたときに、「人に尊敬される人」など、いろいろなことを言ってきました。ですが、私になりたいのは、あの係員さんのような「優しい人」です。あの係員さんがかけてくださった、「大丈夫ですか？」という優しい言葉は、私の心の中に、「永遠」に残り続けます。

もういちど伝えたい。「ありがとうございました」。
ご清聴ありがとうございました。