

笑顔で頑張る

上井 梨瑚

青空に照りつく太陽。連続猛暑日が続く危険な暑さだが自然と笑みがこぼれた。〃勝手にひとりぼっちにならない〃そう自分に言い聞かせながら私は再び前を向き、歩き始めた。

「何をしても何か絶対失敗するんだよね、ほら失敗した」心の中でそう呟き自分を否定しているのは小学4年生の頃の私だ。発達障害の診断を受けたのは16歳、高校生の時だったが私の中にある違和感だったその〃何か〃は随分前から感じていた。頑張っても周りはずれているような不器用さ、勉強も出来ない。その〃何か〃はどうやら自分だけでなく周りも感じていたのだろう。出来ない事を笑われたりいじめにも遭った。

私は今まで〃頑張る〃ということを大切にしてきた。結果に繋がらなかつたとしても別に良かった。何よりも頑張ることが好きだったから。「頑張る」ということは今の自分より、もっと上を目指し真剣に取り組まないといけない

時に使う言葉だと思っている。その思いはもろん今も変わらない。それは当時と変わらず「頑張る」という言葉を使うのが多いからかも知れないが、やはり何よりも頑張ることが好きだという気持ちが変わらないというのが一番の理由かも知れない。人と比べて焦ったり自分を追い込んでしまう所は気をつけなければいけないと思いつつも、何かに夢中になれる。頑張りたいと強く思える日々を過ごせる事が本当に嬉しくてありがたいことだと気付けた今がある。当時、笑われるという事は私にとって、ただ本当に悲しかった。そして、悔しかった。上手くいっている人が頑張っている人で上手くいかない人は頑張っていない人という方程式は絶対に成り立たない。頑張ってもどうにもならない事や上手くいかない事はある。それは誰にでもあることだと思う。失敗をしない人なんているはずがない。だからこそ人を応援できる人が増えて欲しい、そして私自身も応援したり支える事ができる存在になりたいと思ってい

る。

私は高校生の頃から福祉センターにお世話になり、中学校の部活で始めた卓球をきっかけに沢山の人と出会い、そこからボランティアなど活動の幅が広がっていった。そんな中、ある出会いをきっかけに知的障がいをお持ちの方の支援がしたいと強く思うようになった。私自身を助けて頂いたからだ。支援と格好良く言ってはいるが明るくて笑顔が溢れるその輪にもう一度加わりたかったから。

そして知的障がい者施設で生活支援員として働き始めた。夢が叶い充実した日々ではあったが、仕事の量や早さなど自分が頑張れる以上頑張ってしまったのか、周りと比べて焦ったり自分を追い込みすぎたのか体調を崩し辞めてしまった。“もう頑張れない”退職から数ヶ月が経ち、頑張ることが好きだった私が本当にそう思った。

けれど、“勝手にひとりぼっちにならないで”と感じるほど温かく支えて下さる多くの方々が周りにいる事に気が付いた。そして再び立ち上がり新たな場所で知的障がいをお持ちの方の生活支援員として働き始めることができた事に本当に感謝をしている。今までと違い自分の障がいを伝えただけで「無理しないでね」「今日一日どうだった？困ったことなかった？」と声をかけて頂いたり相談しやすい環境や、しんどくなつた時のための部屋を考えて頂けた。今まで自分の問題を一人で抱えながら働いていたが、今は負

担が軽減されまっすぐ利用者さんをみる事が出来ている。本当に温かい職場や、ここまで辿り着くことを支援して下さった方々のおかげで笑顔で頑張ることが出来ている。今は、笑顔が良いと言って頂ける事が本当に嬉しい。勝手にひとりぼっちになって無理をしていた過去の自分とは違う。

だから「笑顔で頑張る」この言葉を大切にしたいと思う。夢中になれる“何か”、頑張りたいと思える“何か”がある日々をまた過ごせるようになり嬉しさを噛みしめ生きている。この気持ちを忘れないでいたい。

私は以前、上手くいかなくて落ち込んでいた時やふとした瞬間、もしもの世界を空想することが多かった。頭の中で広がる“もしもの世界”

“もしも、もつと早く発達障害だと分かっていたら…”自分に適した環境で学ぶことが出来ていたのかな。そうしたら馬鹿にされて笑われたり、いじめられる事はなかったのかな。自分を責めたり、傷付ける事もなかったのかな。

“もしも、障害がなく健常者だったら…”普通に高校生活を楽しんで大学に進学していたのかな。沢山友達と遊んで社会人になってもメールやたまに会ったりして繋がっていたのかな。誰でも空想をする“もしもの世界”私はその世界に自分を受け止めてくれるそうだった人の存在を無意識に求めていたのかも知れない。

人と違って出来ないことや上手くない事がある。私にはある。

けれど、人と違った物の見えかた、聞こえかた、感じかたで驚かれる事もある。凸凹で独特な私の世界。職場で小、中学校の同級生と再会し優しく教えてもらいながら一緒に働いている今がある。自分で周りとの間に壁を作っていたのではないかと思う程、勇気を出し一步を踏み出してみたら、周りには優しさや温かさで溢れていた。だから私は頑張ることができると、笑顔でいられるのだと伝えたい。大好きな仕事、大好きな職場。何一つ無駄な事なんてなかった。今日も明日も笑顔で皆と頑張りたい。

◇心の輪を広げる体験作文◇

たくわんの「ありがとう」

きたかまえ
北構

たけとし
健寿

私は視覚に障害がある。視覚障害者のイメージはどんなものだろうか。見えないなんてかわいそう、何をするにも大変そうなど色々あるだろう。だが、本人のやる気と周囲の協力があれば、視覚障害者も何にでも挑戦できるのだ。

中学二年の春、頭の奥をつねられるような頭痛が突然始まった。目の奥の痛みも激しくなり、夏の終わりには人の顔が認識できないほど視力が低下した。ある日は鉄柱にぶつかる。別の日は階段を踏み外し転げ落ちる。一番酷かった事は、

「お前、白い杖も持っていないし、普通に見えてそうじゃん。」

と同級生にからかわれ、視野外からいきなり殴られたこともあった。

その時の唯一の救いが、母が言ってくれた

「絶対、治るよ。」

という言葉だった。私は、その言葉を信じて、治ること

を願っていた。

だが、医師から告げられたのは

「残念ながら、手術をしても直りません。」

という残酷な一言だった。それを聞いた母が、その場で静かに涙を流す姿を今でも鮮明に覚えている。私もその場で眩暈を起こした。

その日以降、家に引きこもるようになり、そんな暮らしが一年半も続いた。体も心も病んでいき、将来の事なんて考える余裕すらなかった。自分が消えれば家族も楽になるのではないか？などと考えた時もあった。

だが、ある映画が私の人生の価値観を変えてくれた。交通事故で失明した主人公が特殊能力を得て、昼間は盲目の弁護士、夜は法では裁けない悪人を裁く物語だ。私もこの主人公のように自分の障害と向き合い努力をしようと思った。引きこもり生活に終止符を打ち、「盲学校」に通い、頑張ってみることに決めた。

盲学校卒業後、化粧品・健康食品の製造販売をしている企業の特例子会社に就職することができた。サンプルを数える業務、名刺印刷業務を任せられ、やりがいを感じていたが、五年経つと視力が再び悪化していった。サンプルの表裏の区別ができないほど視力が落ち、名刺印刷業務も他の人に交代することになった。体調不良も増え、会社も休みがちになり、仕事を続けられるのか不安でいっぱいだった。

ある日、親会社から

「一緒にお仕事をしませんか？」

という話を頂いた。親会社は、社会貢献活動の一環として特別支援学校に通う高校三年生へ「身だしなみセミナー」を実施している。スキンケア・整髪など基本の身だしなみを教えるのだ。そのセミナーの講師をやってみないかという話だった。

視覚に障がいがあり、大勢の人の前で話した経験も無い自分に務まるのか不安だった。だが、せっかくなってきたチャンス。新しい仕事に挑戦したいと思った。

セミナー講師になるには、「見えにくいこと」、「大勢の人の前で、相手に分かりやすく話をする」という大きな壁を乗り越えなければならぬ。

まずは、台本を丸暗記しようと思った。台本を暗記してそのまま読み上げれば大丈夫だと思っていたが、その考え

は甘かった。先輩に練習に付き合ってもらい、いざ声を出してみると、声が小さい、途中全て忘れて無言になるなど、相手に伝えることの難しさを痛感した。

「台本を暗記するのではなく、内容を理解して、自分の言葉で相手に伝えてもらえん。」

と先輩から助言をもらった。先輩に毎日毎日練習に付き合ってもらい、血のにじむような特訓の日々が始まった。

実際のセミナーを見学に行くと、講師は台本をただ読むのではなく、笑顔を絶やさず、受講者の障害の程度に合わせてできるだけ簡単な言葉でゆっくり話す、など様々な工夫をしていた。その時、台本をただ読めばいいのではない、相手を思いやり寄り添う気持ちが一番大切なのだ気づかされた。台本を分かりやすい言葉に修正し、自分の体験談を追記するなど、自分なりの工夫をした。帰宅後は自室や風呂場で、大きな声で練習を重ねた。

地道な練習の甲斐もあり、一回、二回と講師をする度に、自信をもって、笑顔で話せるようになっていった。

三回目のセミナーの休憩時間、受講者が私に話しかけてきてくれた。

「さっき使ったこの商品いくらですか？」

私が、値段を伝えると、

「使用感も好きだし、説明もとても分かりやすかったので今日買ってみようと思います！ありがとうございます」

た！」

と明るい声で感謝の言葉を伝えてくれた。

改めて思い返すと、人から「ありがとう」と言われた事がなかった。誰かに助けてもらい、「ありがとう」と言うばかりの私が、人の役に立ち、「ありがとう」と言われた。自分が人の役に立っていると実感できて、心の中がじんわりと温かくなるのを感じた。

この十一年間、視覚に障害があることで、悔し涙を流した日も、眠れぬ夜もあった。だが、周りの人に支えてもらいながら再び立ち上がることができた。

ある人の、

「自立は、一人で全部やることではない。周りの人が助けてくれる、周りとうような関係を築いていくことが、自立。」

という言葉が心に残っている。私が現在セミナー講師を務められるのは、私一人の力ではない。数えきれない人たちの助けの上で、私は成り立っている。

今はまだ「ありがとう」と伝えることが多いが、人の役に立ち、これからも様々な事に挑戦していき、たくさんの人からたくさんの「ありがとう」をもらえる人間になりたい。

◇心の輪を広げる体験作文◇

青^{あお}いって、なに？

三^み浦^{うら}
博^{ひろ}子^こ

世の中にまだ、コロナウイルス感染が無かった時の話です。

岩手から千葉に嫁いで三十年を過ぎた頃、高齢となった実家の両親は、それぞれ別の病院に、入退院を繰り返すようになりました。

七夕も近いある日、I病院の主治医に、

「お父様の余命は、一ヶ月です」との宣告を受けました。

頭の中が真っ白になり……

「病気の母に、何と伝えたら良いのだろう」

母の入院するK病院まで、バスに飛び乗った時の出来事です。

乗り慣れないバスには、降車場を聞いたたり標識が良く見えるように、運転席近くに乗るのが常で、自然と足が向かっていました。

タクシーではなく、あえて乗るバスのユックリした走行や、見知らぬ人と乗車する緊張は、今にも大泣きしそうな

私の心を静めて、母への言葉選びの手助けに、なってくれそうに思えました。

バス停も、五〇六ヶ所を過ぎた頃でしょうか、中高生のバス通学仲間と思われる、黒い人影が一列になって一瞬見えませんでした。

最初にトントんと、元気に乗って来た男子学生さんの声、

「おい、みんな！バスに乗る時は、二段だからな、気をつけろよ！」

「うん、わかった」

父の余命宣告で、ボーとしていた私は思わず「えっ！」と、入口から聞こえた声に、耳も気持ちも動かされていました。

皆が乗り込むと、女子学生さんが、

「私は足が上がないから、タイヤの所には座れない」

「俺もいやだ！」「俺もいやだ！」と、

ガヤガヤし始め、皆が座ったと思われた時、

「ねえ、バスのタイヤの所って、どうなっているの？」と、弱々しい声……

それに答えて、例の元気な男子学生さんが、

「バスの中には、四ヶ所タイヤの所が盛り上がりつつ狭くなっている所があるのさ」

「えっ！ そうなんだ」

「なんだお前、何も知らねんだな、よくし、今から皆で前に、分からない事を教えてやるから、何でも聞いてくれ」
弱々しい声の男子学生は、暫く無言……

女子学生さんが突然、

「あれ〜この道、三km行くとS町に行けるんだ……ふんこの先は工事で一方通行か」

と、暫く黙っていた弱々しい声の学生さんが、

「なんで、そんなに行先の事が分かるの？」

「やだ！ 標識で分かるの」

「え〜と、標識って何？」

「道端に町の名前とか、そこまで何kmとか書いてある棒が立っているんだよ、ねえ」

「そう、通行禁止の道や、美術館や図書館の名前とかも書いて道に立ってる棒が、標識」

「そうだったんだ、人に聞かなくても分かるんだ……いいな……」

標識の見える所に座っていた私は、思わず、「ゴクリ」と、

唾を飲み込みました。

もうすっかり、彼らの話で心を奪われていました。

「なんか暑くなってきたな、今日はいい天気だから窓を開けようぜ」と、

私の背中にも、硬くなっていた心や体を癒すように、やさしい風が吹き込んできました。

「気持ちいいな……晴れて空も青いし、今日は最高だな」

「うん」「うん」「うん気持ちいい……」

また、弱々しい男子学生さんの声が、

「ねえ、いい天気は分かるけど、青いって、なに？」

「え〜、青いから青いけど……」

「え〜、分からない」

「何と言えば青を教えられるのかな？」

ああでもない、こうでもない、青を語り合い、おそらく弱々しい声の主が一度も見ることが無いであろう青色を、何という言葉で伝えたら良いのか……

いつしか私も、言葉探しをしておりました。やがて「次、止まります」というチャイムで停車、後ろで何かコツコツと音がしたと思うと、松葉杖をついた女子学生さんと、その子の荷物も一緒に持ってやさしく寄り添う、友人らしき女子学生さんでした。

運転手さんも、降車までゆっくり待って、やさしく発車しました。

更に、次も停車のチャイム……

「まあ、コツコツという音が……でも、さつきとは少し違うような……」と思っていると、音は白い杖を持った男子学生さんと、あの元気な声の、男子学生さんたちでした。

「大丈夫か？」と、声を掛け合い、

「運転手さん、ちよつとゆつくりだけど、もう少し待って下さい」

運転手さんも、

「は、はい大丈夫、ゆつくりで良いですよ」と、この場に流れる、何とも言えないやさしい空気に、私までもが包まれ、守られたようで、胸が一杯になりました。

気がついたら、K病院の車椅子に乗った、母の前に立っておりました。

この先の不安と恐怖の中、やつれた母の乗った車椅子を「力いっぱい」握りしめて、自分の気持ちを抑えながら、ゆつくり、ゆつくり押しました。そして、明るく元気な学生さんのように、尋ねてみました。

「お母さん、何かして欲しい事無いの？」と。

後日、父もK病院に転院させて頂き、両親は笑顔の再会を果たし、旅立ちました。

あの日のバスの中での出来事は、今でも忘れられない、心の指針になりました。

私は自らに、時折問いかけてみます。

「あなたは、本当に見えていますか？」

「あなたは、本当に聞こえていますか？」

言葉にならない思いもあるけれど、それでも一歩前に進むために……

あなたは、本当の青をどう伝えられますか？

◇心の輪を広げる体験作文◇