

## 私の願い

茨城県立つくば特別支援学校 五年

白井 千織

「待てー！負けなごぞー！」

鬼ごっこ。友達を追いかけろ私。誰の力も借りずに遊ぶ自分の姿をいつも夢に見ていた。

四年前、珍しい病気の私は、お母さんの付き添いで近所の学校に入学した。お兄ちゃんやいとこたちのいる学校に通いたかったからだ。二年間、お母さんは仕事を休んで毎日学校に来てくれた。三年生でようやく付き添いはなくなったが、学校生活は課題が多く、学校に行くのが辛くなった。四年生に進級した時、特別支援学校に行こう、と自分で決めた。決心した後は、心が軽くなった。転校まであと三ヶ月というある日、お母さんが私に聞いた。

「ちーちゃん、今の学校でやり残したことはないの？」

「鬼ごっこ……。」

どうせ無理だろう、と思いながら小さな声で言った。それに対して、お母さんは私がそう言うだろうと知っていたかのように、

という間に参加者が五十名以上になった。本当にありがたかった。

三月二十七日、当日。これまで運動会といってもあまりなかったソフソフした気持ちで、早起きしてしまった。

車いす運動会の会場に入ると、障害の有る無しに関わらず、これまで私に関わった人達がたくさん集まっていた。

「ちーちゃん！頑張ろうねー！」

「負けないからねー！」

感じたことのない競争心が自分の中でわき上がっていた。いよいよ始まる。

一番心に残ったのはリレーだった。みんなコーンのカーブで苦戦している。直線も左右にふらふらしていた。私はこれまでスタート地点に立ってもドキドキしたことはなかった。いつも付き添いの人が押してくれるので、自分の力は勝敗に関係なかった。大人が押すときは特に、気を使ってビリになることが決まっていた。でも今日は違う。よーい、というかけ声はこんなにきん張するものなんだ、と思った。私のライバルは車いす仲間だった。それをみた友達が

「おーいー！おーいー！早く走るの？」

と言ってくれた。学校も学年も違うけれど、私の学校の友達と車いす仲間が車いすの操作を教え合いながら鬼

「ちー！その願い、叶えようー！」

と迷わず、笑顔で答えてくれた。私はびっくりしたのと同時にうれしくて、ワクワクした。

お母さんはその日から、学校の先生や病院の先生、同じ学年のお母さんたちにたくさん相談をしてくれた。そして、車いす大運動会を行うことが決まった。種目は、パラバレー、鬼ごっこ、リレー。これらは幼稚園から学校生活の中でやりたかったけれど私だけできなかったことだ。危ないから、という理由でやらせてもらえず、悲しかった。ほぼ見学で、本当はみんなと一緒にやりたいのにどうしてできないのだろう、どうしてこんな体なのだろう、と後ろ向きに考えることばかりだった。しかし、今回は参加者みんな車いすに乗って行うことになった。一緒に運動できるなんて初めてで、考えただけでも楽しくて、毎日その日を指折り数えるようになった。幼稚園の先生、支援級の先生や支援員さん。学校でお世話になった担任の先生達。学級の友達や車いす仲間。あつ

ごっこを始めていた。私は関わりが生まれたことがとても嬉しかった。

その後のバレーンもできる動きを曲に合わせて行うことができた。先生のかけ声で、当時の様子が目に浮かんだ。今はみんなの笑顔の輪の中で、私も一緒にできている。

こんな夢のような時間のおかげで、私は自信を持って転校することができた。もっと障害の有る人と無い人が自分らしく一緒に過ごせるイベントや環境があれば良いと思う。それが私の次の願いだ。そのために私は、障害の有る人と無い人のかけ橋になりたい。

## 楽しむことを諦めない

横浜市立新田中学校二年  
盛田 福

僕の兄には、生まれつきの病気がある。神経伝達が入りにくい病気が多い。世界的にも症例が少ない兄の病気は、病名もなければ治療法もない。そんな未知の病と闘っている。

現在高校三年生の兄が小さかった頃は、皆と同じように歩いたり、走ったり、遊んだりできた。徐々に歩けなくなったのは、小学五年生頃。中学生になってから車椅子を使うようになった。兄が車椅子を使うようになってから、僕達家族は、時々二人家族になる。スタジアムでサッカーを観る時。遊園地に行った時。階段しかないお店に入る時。兄と母。僕と父。一人ずつ別々に過ごす。それは、仕方がない事だと思っていた。しかし、この夏の考えを変える出会いがあった。

家族で沖縄旅行に行った時のことだ。今まで見た事もない綺麗な海を目の前にして、「ここ待っているから楽しんで来て。」ビーチの入口でいつものように兄が言った。砂浜を車椅子

子で進む事が出来ないのだ。父と母と僕で車椅子を持ち上げてみたり、砂浜用の車椅子がないか問い合わせたり、と悪戦苦闘していた。やはり、また二人家族か…と諦めかけた時、ビーチスタッフのRさんが声をかけてくれた。

「せっかく沖縄まで来てくれたんだから、一緒に楽しもう。」

何の問題もないよ!!」笑顔でそう言うと、父でも背負うことができない大きな体の兄を背負い、後ろから父が支え、海の中まで連れていってくれた。申し訳なさに、

「ありがとうございます。」

と何度も頭を下げる兄に、

「大丈夫だよ!!いつでも指名待ってるからね。」

と明るく答えてくれた。そして、兄でも出来るマリニアクティビティを楽しませてくれた。Rさんのおかげで、家族一緒に沖縄の海を楽しむことが出来たのだ。兄はとても、嬉しそうだった。七年ぶりに兄と一緒に入った海。

久しぶりに兄と一緒に楽しむことができた。もっともっと沢山の体験を兄にさせてあげたいと思った。そして、兄以上に嬉しそうなお父さんと母の顔が忘れられない。

僕はRさんの振る舞いや言動から人の温かさを感じた。その優しさや気づかひに感動した。心のバリアフリーとはこういう事だと実感した。障害があってもなくても、相手に楽しんで欲しい。笑顔になって欲しいと思う気持ち。そのために、出来ない理由を探すのではなく、出来る方法を一緒に考えること。たとえそれが上手くいかなくても、一緒に楽しもうと前向きに考えてくれることだけで、障害がある人や、その家族が救われることをRさんが気付かせてくれた。

はじめから無理と決めつけていたら気付けない事が沢山ある。だから兄にも、楽しむ事を諦めないでほしい。そして僕がすべきことは、兄と一緒に出来る方法を考え、行動してみること。まずは、僕が心のバリアフリーを実行してみようと思う。

障害がある人も無い人も関係なく、皆一緒に楽しめることが、どれだけ尊い事か気付けたから。

## 言葉を伝える

学習院女子高等学校 三年  
内山 芽衣

私の学校には、手話同好会というクラブがある。中学一年生の時から所属しているため、今ではもう五年目となり、部活動の中でもすっかりベテランの立場となった。この手話同好会に入ることになったきっかけは、小学生の頃に観た映画だった。その作品の中で、手話を通じて登場人物たちが互いにコミュニケーションをとり、心を通わせる様子を深く感動し、手話というものに対して強い興味を抱いたのだ。そこで、受験の際にオープンスクールに参加し、手話同好会の活動を見学した時、私の心はさらに惹かれた。手話が形そのものを表しているという面白さや、目で見る言語という新しい感覚に、私はすぐに夢中になった。

中学生になってから、私は迷わず手話同好会に入部した。そこでは、優しい先輩たちが指文字や名前の手話などの基本を丁寧に教えてくれた。初めて触れる手話の世界は、私にとって新鮮であり、毎日のように新しい発見があった。特に、歌詞に合わせて手話をつける活動や、

体でその感情を表現し、とてもリアルに伝えていた。

その表情豊かな手話を目の当たりにした時、私は自分がこれまでいかに表面的な理解しかしていなかったかを痛感した。学校で手話の単語を覚える時、私はただ形を暗記するだけで、その背後にある感情や意味を十分に考えていなかったのだ。ろう者の方々の手話を通じて、表情も手話表現の一部であり、感情を含めてこそ本当の手話が完成するのだということを学んだ。そして、それは私たちが普段話している日本語と何一つ変わらないうい、立派な一つの言語であるという認識が深まった。アメリカ人が英語を話すように、ろう者は手話を使って自然にコミュニケーションをとっている。その事実を知り、手話を日本語の一部としてではなく、独立した言語として尊重し始めた。

ある日、手話サークルでフリートークの時間が設けられた。健聴者一人とろう者二人の四人グループに分かれ、一人ずつ手話を始めたきっかけを話すことになった。私の右隣に座っていた方が最初に手話で話し始め、「私」「仕事」「福祉」「興味」「持つ」という単語を使って、自分の手話を始めた理由を語った。知っている単語がいくつもあり、大体の意味を掴むことはできたが、周りがスムーズに手話を理解し、「なるほど」という意味の手話をしているのを見て、私は自分が同じようにできるかどうか

文化祭での発表の際に歌と一緒に手話を披露する機会は、手話を通じて感情や思いを表現する楽しさを教えてくれた。表現できる手話の単語が増えていくとともに、私はますます手話にのめり込んでいった。

学年が進むにつれて、私は手話の基本だけでなく、実際に使われている手話にももっと深く触れてみたいという思いが強くなった。そこで、地域の手話サークルに参加してみることにした。そのサークルでは、日常生活の中で手話を使ってコミュニケーションをとっている耳の聞こえない人々、いわゆるろう者の方々が何人かいた。彼らの手話は驚くほど速く、一つの単語を読み取っているうちに文章が流れてしまい、私は会話についていくことが全くなかった。しかし、もっと驚いたのは、ろう者の方々が手話を使って表現する時の表情だった。例えば、嬉しい時には、彼らはまるで本当にその瞬間に嬉しいことがあったかのように、心からの笑顔を見せて手話を行っていた。また、悲しみや苦しさを表現する際には、顔全

不安で仕方なかった。

次は私の番だった。緊張しながらも、「私」「中学生」「から」「学校」「手話」「部」「入る」というように、覚えている単語を組み合わせて何とか自分の思いを伝えようと努力した。すると、ろう者の方が笑顔で「へえ！すごいね！」とゆっくりと分かりやすく返してくれた。その瞬間、やった！伝わった！と初めて人に手話で思いを伝えられた喜びが心に広がった。この体験を通じて、私は手話が単なる形ではなく、生きた言葉であることを再認識した。

手話サークルに通い始めたばかりの頃は、自分の手話が本当に伝わるのか不安で、ずっと緊張していた。しかし、徐々にサークルの雰囲気にも慣れ、ろう者同士の会話も少しずつ読み取れるようになってきた。今では、日常的な世間話や趣味の話も手話で楽しめるようになり、ますます手話の魅力に引き込まれている。

手話に出会う前の私は、言葉が伝わるのが当然のことだと思っていた。友達に「ねえねえ」と話しかければ、「なあに？」と返ってくる。しかし、手話を学ぶことで、言葉を伝えるという行為がとても貴重で、人と人を繋げる大切なものだとすることを深く理解するようになった。手話も日本語も関係なく、伝える言葉を一つ一つ丁寧に選び、相手にどう伝わるか、どうしたらより伝わりや

すいかを常に考えるようになった。これからも、ろう者や難聴者など、手話を使わないとコミュニケーションが難しい人々に対しても、自分の言葉を届けられるように、手話という一つの言語をさらに深く学び続けていこうと思う。そして、手話を通じて、もっと多くの人と繋がりたい、豊かなコミュニケーションを築いていきたいと強く感じている。

## 2回目の人生、精神障害者11歳。

赤岩 真詠

「え?!まなえ銀行員になったの?!」

と高校時代の友人が、驚きの表情を浮かべる。「そんなんだよ、銀行の事務員になったの」と彼女の勢いに驚いて、少し笑ってしまった。

高校時代、私は豪放磊落な性格で知られ、「困っている人の声を拾うジャーナリストになる」と、そう公言してはばからなかった。友人の驚きは、夢を追うのをやめ、真面目なイメージがある銀行員になったことへの当然の反応であった。私のこの変化には、私が精神障害者になったことが大きく影響している。

19歳の春、突如障害者となった。疾患名は双極性障害I型。異常に気分が減退し落ち込む鬱状態と、異常に気分が高揚し跳ね上がってしまう躁状態を繰り返す精神障害である。「普通の人でも気分の浮き沈みはあるよ」と思われるかもしれない。しかし、躁状態の気分の昂進は、病的なものだ。

はずもなかった。さりとして人生は続く。なんとか就活生となった私は、現実を見なくてはいけなくなった。

2018年に障害者雇用枠の法定雇用率に、精神障害が追加された。これを受け、私は障害者雇用枠での就活を始めた。就活を進めていくと、そこで初めて自分以外の障害者の人々と、リアルに触れ合うこととなる。そして障害には「分かりやすい」障害と「分かりにくい」障害があることを知った。

障害者雇用のインターン会場に行く。まず目に入ったのは、白杖を手に行っている人、手話で会話する人、車椅子で移動する等、外見から「分かりやすい」障害の方だった。外見からは「分かりにくい」学生と話していると、「内部障害なんです」と教えてくれた。

帰り道で思いを馳せた。この世には様々な障害があり、様々な闘い方があるのだと。そして私は、外からどう見えているのだろうか。内部障害の彼女のように、私の障害もきっと外から分かりにくい。ならば、積極的に外に発信していかねければ、私の障害は、私の困っているは、きつくないものになってしまう。それだけは、絶対に嫌だと思った。そして、私の「困っている」は、きつと私だけのものじゃない。そんな直感があった。

普通の人が、公園の花壇の鉢植えから花を抜き、下着姿でそれをハンマー投げよろしく投げやるだろうか。そして、普通の人とその現場を通報され、警察沙汰となるだろうか。これは、私が躁で引き起こしたことの一例だ。恐ろしいことに、ここまで異常なのに病識がない。むしろ自分のことを天才だと思ひ込む。心配する家族や友人を、この天才を理解できないとんでもないアホだと思っていたのだ。

鬱状態では、躁でやらかした全てのことを猛烈に後悔した。希死念慮に襲われ、自室のベッドに引きこもった。

そんな浮き沈みを経験して11年。この間に、計4年間の引きこもりや、閉鎖病棟への長期入院を複数回経験した。大学在学中も、休学を繰り返した。「困っている人を助けるジャーナリストになる」どころか、自分自身が「困っている人」そのものになったのである。毎日闘病することと精いっぱい私が、当然将来の夢など思い描ける

とある銀行に入行した。決め手は「人」であった。説明会での障害者雇用担当の方が纏う温かい雰囲気。そして障害を持つ行員が実際の体験談を話していたことに、興味を抱いたからだ。面接を重ねていくうちに、会社全体も温かい雰囲気であるところに惹かれていった。障害者の仕事に対して配慮はしても遠慮はしない方針にも共感を覚えた。「この会社の人たちと、私は頑張りた」。そう思った。

入行して4年が経った。この間メンタル面の調子を崩して休職することもあった。しかし、「長い人生、4か月のブランクなんてどうとでもなるから。焦らないで」と温かい言葉と配慮をしてくださる上司に恵まれた。

同じチームには、視覚や聴覚障害の先輩がいる。拡大読書器や補聴器を使うその仕事ぶりは、健常者に全くひけを取らない。

オープン就労している同期は、肢体不自由だが車椅子を使わない。「車椅子の障害の方は、車椅子モテがあるんだ」とぼやく彼は人間味あふれていて、つい笑ってしまう。先天性障害の彼の半生に私が興味を持つように、彼も中途障害の私の半生に興味を持つようだ。

「人生の途中から急に障害者になるってどういう感じ?」

と、ある飲み会で彼に聞かれた。私もそれ気になる、と視覚障害の先輩もこちらを見る。言語化難しいなと思いつつも、

「えーと、2回目の人生が始まった感じかな」と答えると、なるほどね、と2人は頷いた。障害者になる前には戻れない。でもそこで人生が終わったかというところでもない。そう伝えたかった。2人の顔を見てほっとした。

入行のきっかけとなった方は、障害の有無のバリアを越えて分かり合おうと歩み寄り続けている。キャリアコンサルタントの資格取得であったり、視覚障害の歩行体験への参加であったり。彼女が声掛けしてくれる「歩まずついきましょう」「は、時に「生きましょう」とも私の耳には聞こえている。

「分かりにくい」精神障害が法定雇用率に追加されて6年。まだまだ少ない特例を、誰かにとっての前例にしたい。職場で触れ合う皆さんのように、私もポジティブな影響を誰かに与えられるようになりたい。ジャーナリストになれなかったけれど、少しでも「困っている人」を減らしたい。「分かりにくい」障害になったからこそできることを探す私の2回目の人生は、精神障害者として11歳。まだまだ始まったばかりである。