

少子高齢化が進む日本社会において、「福祉」は私たち全員の生活に密接に関わる重要なテーマである。かつて福祉とは、高齢者や障がい者など「特定の人」を支える仕組みというイメージが強かった。しかし現在は、「全ての人が安心して暮らせる社会」を目指す考え方、すなわち、「地域共生社会」の実現が求められている。地域共生社会とは、年齢や障がいの有無、国籍などに関わらず、人々が支え合いながら共に生きる社会を意味する。この理念は、一方的に「支援する側」と「される側」を分けるのではなく、お互いの立場を理解し、協力し合うことを重視している。例えば、高齢者が地域の子どもたちに昔話を聞かせたり、子どもたちが高齢者の見守りを行ったりといった交流がその一例である。

このような地域でのつながり方は、孤独や孤立といった現代社会が抱える問題を軽減する役割も果たす。近年、「八〇五〇問題」や「ヤングケアラー」など、家庭内での支援負担が深刻化しているが、こうした課題に対しても、地域が支える仕組みが必要とされている。

地域共生社会を実現するには、制度や仕組みだけでなく、私たち一人ひとりの意識と行動の変化が不可欠である。「自分には関係ない」と思わず、困っている人がいれば手を差し伸べる、誰もが参加できる活動に関わるといった小さな行動が、地域全体を支える大きな力となる。

また、福祉を支える現場には、介護福祉士や社会福祉士といった専門職だけでなく、ボランティアや地域住民の協力も重要である。福祉の担い手「専門職」に限定せず、誰もが「福祉の一員」として関われる社会が理想的だ。そのためには、福祉について学ぶ機会を広げ、子どものうちから思いやりや多様性への理解を育てる教育が大切である。

私自身、地域の福祉施設でのボランティアを通して、様々な世代の人と触れ合う中で、福祉の本質が「人と人とのつながり」にあることを実感した。制度や技術が進んでも「人の心の温かさは代替できない。だからこそ、私はお互いを理解し、支え合う社会を目指していかなければならない。

福祉とは、「誰かのため」だけではなく、「自分の未来のため」でもある。地域共生社会の実現に向けて、私たちは小さな一歩を積み重ねていく必要がある。福祉を身近に感じ、行動することが、誰もが安心して暮らせる社会づくりの第一歩なのだ。

「福祉」と聞くと、専門的な知識を持った人が高齢者や障がい者を支援する、というイメージを持つ人も多いかもしれない。しかし、今の社会が目指しているのは、「地域共生社会」である。これは、年齢、性別、国籍、障がいの有無に関わらず、全ての人が地域で支え合いながら共に暮らしていく社会のことを意味する。そしてこの社会を実現するためには、大人だけでなく、高校生である私たちにもできることがある。

まず、身近なところから「気づく力」を養うことが大切だ。例えば、学校や地域に困っている人がいないか、周囲に目を向けるだけでも立派な福祉への第一歩である。道に迷っている高齢者に声をかけたり、重い荷物を持っている人を手助けしたりすることは、特別な知識がなくてもできることだ。「誰かを支えよう」という気持ちを持つことが、地域共生社会の基礎になる。

次に、高校生ならではの行動として、ボランティア活動に参加することが挙げられる。地域の清掃活動・福祉施設での交流・高齢者へのスマホの使い方サポートなど、私たちにできることは意外に多い。こうした活動を通して、様々な立場の人と関わる経験は、自分の視野を広げることにもつながる。

さらに、高校生には情報発信という強みもある。SNSや学校新聞、文化祭などを通じて、地域共生社会の大切さや福祉の課題について発信することで、同世代や地域の人々の関心を高めることができる。特に若者の声は、社会を動かす大きな力になる可能性になっている。

福祉というと「特別なこと」「将来の仕事」として考えてしまいがちだが、本当の福祉は日常生活の中にある。他人の立場を思いやる心・困っている人に手を差し伸べる勇氣、それら全てが福祉の出発点である。地域共生社会の実現に向けて、高校生の私たちができることは小さくても、確実に意味がある。

誰もが暮らしやすい社会は、誰かに「つくってもらおう」のではなく、私たち一人ひとりが「つくっていく」ものだ。高校生である今こそ、社会とつながる意識を持ち、身近な行動から共生社会への第一歩を踏み出していきたい。

私が「福祉」という言葉を意識するようになったのは、小学校で認知症について学んだこと、お父さんが老人ホームに勤めていることから大変さ、難しさを知ったことからです。

福祉というと、専門の人や施設だけが行う特別なものと思われがちです。でも、私は、「困っている人に手を差しのべること」が、福祉のはじまりなのではないかと思います。だから、電車やバスで席をゆずること、学校で友達が困っていたら声をかけることなど、「小さな気づき」や「思いやり」が、社会全体の福祉につながっていくと思います！

私は、このことから、学校や公共施設のバリアフリーについて調べてみました。例えば、車椅子利用者は、階段が使えないから、スロープにしたり、エレベーターを設置したりするそうです。また、多目的トイレも増加しています。近年は、文部科学省が「学校のバリアフリー化」を進めているそうです。

私は、小学校の頃、車椅子と、目を隠して、白杖を使って歩くというのを体験したことがありました。車椅子は、先日の職業体験でも乗ったのですが、押すのはとても難しく、押される側も、坂だとあまり安定感が無く怖いと感じました。白杖を使うのは、目を隠すので、目から入る情報がゼロだったから、これも怖いと感じました。二つの体験から、どちらも「怖い」と思いました。私はそんな人を助けられるような人になりたいです。

先ほどの職業体験からは、実際に働いている方から話を聞いて「家族のヒーローになれた」という言葉が強く心に残りました。この仕事をやっていたからこそ、誰かを救えたというのは、とっても素敵なことだと思うのでそんな仕事が出来たらいいなと思いました。

私が、小中学校で活動したことから感じたことは、「誰かのために動くこと」は、絶対に、その人のためになること、自分自身も成長できることです。そして、その行動は、相手だけでなく、自分も温かい気持ちにしてくれます。それがまた別の思いやりへつながっていくと思います。

これからの社会では、高齢化が進行し、障がいや経済的困難を抱える人も増えていくと言われていきます。そんな中でまずは、誰かが誰かを支え助け合いながら生きていくことが大切になってくると思います。初めに言った通り福祉とは、特別なものではなく、私たちが困っている人を助けること、私たちみんなが関わるべき社会の土台なのだと思います。

私は将来、介護や障がい者支援の仕事に関わりたいとも考えるようになりました。人の生活に寄り添い、共に悩み、共に喜びながらみんなが笑顔で、「幸せ」でいられる社会をつくっていききたいです。そのためにも今私にできることを一つずつ行動に移していこうと思います。

誰かが困っていたら、誰かが不安だったら誰かの笑顔が消えてしまっているとき、少し手を差し伸べる。ほんの一言でも声をかける。そんな「少し」でも、誰かの支えに絶対になると私は思います。だから、これから福祉の心、少しの思いやりを大切にして、生きていきたいと思います。

そしていつか、誰かにとっての「支えになれる人」になります！

わたしは、六月に岩手県立しよ雲しえん学校のみなさんと交流会をしてきました。三年生のときにも一度、しえん学校のお友達と交流したことがあったので、今回交流する二人のことは前から知っていました。「今年はどんなことをするんだろう」と、わくわくしていました。

わたしのお母さんはしよ雲しえん学校で働いています。今年はお母さんの働いている学校に行けることがとても楽しかったです。「しえん学校のみなさんと遊べるかな、どんなことをお話しようかな」と考えていました。去年は、平田小学校の体育館を使って交流しました。チームに分かれて、じゃんけんをして、ボールを集めるゲームをしました。

今年は、しよ雲しえん学校におじゃまして交流会をしました。早く着いたので、しえん学校のお友達が学校の中を案内してくれました。外から校しゃを見たことはあったけれど、中に入ったのは初めてで、ドキドキしながらたんけんしました。わたしは先頭で旗を持ちながら、しえん学校のお友達といっしょに歩きました。わたしが、

「楽しいね。」

と話しかけると、お友達もうなずいて楽しそうに歩きました。学校内をたんけんして、しよ雲しえん学校の広さにびっくりしました。まわりの教室を見ると、車いすで行動している人がいました。「いろいろな方法でろう下を移動できる広さになっているんだ」と思いました。

しよ雲しえん学校のプレイルームで交流会が始まりました。

はじめに、平田小学校のじゅ業のことや校しゃのことについてしようかいました。

次に、平田小学校の四年生のみなでソーラン節をおどりました。しえん学校のお友達は、さい初、楽しそうでしたが、大きな音が苦手で、びっくりして、「キヤー」と声をあげました。そのすがたを見て「次に発表するときは、音や声を小さくしないといけない」と思いました。来年は相手に合わせた発表ができるようにしたいです。

その次に、しっぽとりゲームをしました。しえん学校のお友達と同じチームになったので、お友達を守りきろうと必死にがんばりました。守ったり、しっぽを取ったりと、切りかえがたいへんでした。しっぽとりを通して、お友達とたくさんお話することができました。

さいごに、みんなでバルーン遊びをしました。みんなでね転がって、バルーンを見ると、バルーンに当たったライトの光がはんしゃして広がったり、いろいろな色に変わったりしてとてもきれいでした。お友達もとても楽しそうで、みなでゆったりすごす時間はとても心地がよかったです。ゆつくりすごすことができ、今回の交流会で一番楽しい時間になりました。

交流会がおわって、さようならのあいさつをするときには、お友達とハイタッチをしてきました。「また来年も、みんなでなかよく楽しい時間をすごせるといいな」と思いました。

しよ雲しえん学校に通っているみなさんは、病気をかかえていたり、体の一部が不自由だったり、さまざまな理由があるそうです。でも、まちがいなくわたしたちのお友達です。いっしょに遊んだ楽しさや見た景色、すごした時間の大切さはかわらないと思っています。これからも交流をつづけて、もっとなかよくなりたと思います。そのため、お友達のことをもっと知ろうと思います。そして、お友達のことをもっとよく考えて、すきな物の話をしたり、とくいな事を見せあったりして、みんながより楽しくすごすことのできるような交流会を作りたいです。

来年が楽しみです。

「さつきもその話聞いた。」

おじいちゃんがよくおばあちゃんに、

「ご飯まだか、ご飯まだなのか。」

と言っていた。おばあちゃんは毎回、

「あれ、今さつきご飯を食べたばかりじゃない？」

と優しく問いかけていた。おじいちゃんは不思議そうな顔をして、

「あーそうだっけ。」

と言って部屋に戻っていく所をたびたび見かけた。初めは、かまってほしいから、遊び心で言っていると思っていた。しかし、日に日におじいちゃんの様子がおかしくなっていた。妹のことを

「あいる、あいる。」

と私の名前を呼んだり、一緒に話している時、同じ話を三回以上繰り返す。私は気になっておばあちゃんに、

「最近のおじいちゃん、様子が変じゃない？」

と聞いた。そうしたら、

「『認知症』という病気になった。」

と言われた。私は当時四年生だった。当時私は、「えっ、じいちゃんが病気なの!？」と不安でいっぱい気が気でなかった。私なりに認知症について調べてみたら、「いろいろ原因によって脳の細胞が障害されて記憶や判断力など、認知機能が障害された状態が続き、生活する面での障害が出ている状態のこと」と出てきた。主に、もの忘れが多くなったり同じ話を繰り返すようになる。今のおじいちゃんに全部あてはまった。切なさを感じた。

私のおじいちゃんは自慢の存在。誰よりも優しくくて親切。いつもまめに

「あいる、いつてらっしゃい。」

「あいる、おかえり。」

と誰よりも一番にあいさつをしてくれる。

でもある日、学校から帰り、いつも通り玄関を開けて、

「おじいちゃん、ただいま。」

と言ったら、おじいちゃんに

「どちら様ですか？」

と初めて会うかのように返された。とてもショックだった。おじいちゃんの認知症は悪化していく一方。このままだと、おじいちゃんがおじいちゃんじゃなくなってしまうと思った。認知症は、完全に治ることはないけど遅らせることはできると聞いた。私の中で強い願望を感じた。私のできる範囲でおじいちゃんを支えようと思った。

おじいちゃんのために二つのことを取り組んだ。一つ目は、話し方。認知症の人は、会話の中で同じ話を繰り返してしまう。ほとんどの人は、「しつこい、何回言わなきゃいけないの。」と思うかもしれない。でも、認知症の人は悪気があって話を繰り返しているわけではない。話したことをすぐ忘れてしまうので、認知症の人にとっては一回目の話をしているんだと思った。なので、おじいちゃんに

「今日は、〇月〇日だよ。」

とおじいちゃんが納得するまで、優しく繰り返してあげた。おじいちゃんは前よりも笑顔が増えていった。

二つ目は、安心できる環境づくり。具体的には、笑顔での声かけ・一緒に楽しむ事。笑顔での声かけでは、笑顔で優しく話しかけることで、安心感を与えて、心穏やかに過ごせるようにサポートした。一緒に楽しむでは、学校が終わってお家に帰ってきたら、すぐおじいちゃんの部屋へ駆けつけ、妹と三人でよく遊んだ。おじいちゃんは足が悪かったので、お絵かきやランプなどをした。特に、縄跳びでは、おじいちゃんは見えているだけだったが、私が二重とびを何度も連続でとんだ時は「すごい、すごい」とニコニコ笑っていた。

二つの取り組みを通して、おじいちゃんが安心して過ごしやすいようにサポートをして、症状の進行を遅らせることができた。二〇二二年八月、脳梗塞によって亡くなった。私は将来医療系の仕事に就いて、おじいちゃんと同様に誰かの支えとなり幸せに貢献したい。

佳作 たくさんの人を笑顔に

岩手県立釜石商工高等学校

一年 阿部 瑠奈 あべ るいな

「福祉」という言葉を聞いたとき、多くの人は介護やボランティア活動を思い浮かべるかもしれませんが。私も最近までその考えを持っていました。しかし、私の将来の夢である「ヘアメイクアーティスト」という仕事について考えた時、それもまた人を支える大切な「福祉」の一つなのではないかと思うようになりました。

私は昔から髪型やメイクで人が変わっていく姿を見るのが大好きで、雑誌や動画で紹介されるメイクのビフォーアフターを見て、「こんなに表情が明るくなるんだ」と驚いたことがあります。見た目が整うと、人は心まで前向きになれる。そんな瞬間に立ち会える仕事が私にとっての夢であるヘアメイクアーティストです。けれど、この夢はただ「おしゃれを楽しむ」だけのものではありません。私は美容の力で悩みや不安を抱えている人に寄り添いたいと考えています。例えば病気の治療で髪を失ってしまった方に似合うウィッグを提案すること。年齢を重ねて自信を無くした方にメイクをして「まだまだ自分らしく輝ける」と思ってもらうこと。結婚式や成人式といった人生の節目で、その人が一番きれいに輝けるように支えること。どの場面も、相手の心を支える大切な瞬間だと思います。

私は、福祉とは特別な施設や制度のことだけを指すのではなく、「人が安心して、自分らしく生きられるように支えること」だと考えています。そう考えると美容という仕事もまた福祉の一部なのではないかと気づきました。外見を整えることは、単に見た目を変えるのではなく、相手の気持ちに寄り添い、笑顔を引き出すことにつながるからです。

思い返すと、私自身も「外見を整えることで心が軽くなった」経験があります。学校の行事でヘアアレンジをした時、友達から、「かわいい」や「似合ってる」などと声をかけてもらい、少しでも自分がするヘアアレンジに自信を持つことができました。その時私は「ちよつとしたことでこんなに自信を持てるんだ」と実感しました。この経験があるからこそ、将来は美容の力で誰かを支えたいという気持ちがより強くなりました。

もちろん、ヘアメイクの技術だけではなく相手の気持ちを理解する姿勢が大切だと思います。人それぞれに抱えている悩みやコンプレックスは違います。その声をしっかりと受け止め、「こうなりたい」という思いに寄り添うこと。それこそが、私の考える「思いやりの心」であり「助け合いの心」なのだと思います。

将来、私はヘアメイクアーティストとして多くの人の笑顔に出会いたいです。そして、たとえ小さなことで目の前の人に寄り添い支えることができる存在になりたいです。私が届けたいのは、外見の美しさだけでなく「自分は大切にされている」という安心感や前を向く勇氣です。そうした一人一人の笑顔の輪が広がっていくことこそ、私が考える「福祉」の形です。

佳作 身近なところから始まる福祉

岩手県立釜石商工高等学校

一年 舘洞 愛実

たてほら あいみ

「福祉」と聞くと、私は最初、介護施設や病院などでの専門的な活動を思い浮かべていました。けれどもインターネットを通して学習したとこと、それだけが福祉ではないことを知りました。福祉は「誰もが安心して生活できるための仕組みや思いやり」であり、その対象は高齢者や障がいのある人だけでなく、子どもや病気を抱えている人、災害で被害を受けて困っている人など全ての人に広がっているということなのです。

インターネットで調べたことによると、「福祉」という言葉はもともとは幸せや豊かさを意味するそうです。その意味を知ったとき、私は福祉をもっと身近に感じるようになりました。例えば、家族や友達との会話の中で相手を気遣うことや、地域で困っている人を助けることも、広い意味での福祉だと思います。

ある日、休日に従兄弟の近所の公園で遊んでいました。ボール遊びをしていると、少し離れた場所で小さな子どもが走っていて、つまずいて転んでしまいました。私はその様子を見て、一瞬どうしようか迷いましたが、従兄弟と一緒に駆け寄り、「大丈夫？」と声をかけました。子どもは膝をすりむいて泣いていましたが「お母さんのところまで一緒に行こう」と言うと、少し落ち着いたようでした。その後、近くにいたお母さんが駆け寄り、「ありがとう」と笑顔で言ってくれました。その出来事はほんの数分のことでしたが、助けることができ、私の心も温かくなりました。このようなちよつとした行動も、福祉に繋がると 생각합니다。

私の通学路には信号のない横断歩道があり、朝は車の通りが多く、近所に住んでいる高齢者が渡るのに時間がかかります。そこで町内の人達が協力をして旗を持って立ち、車を止めて渡らせていたりする姿をよく見かけます。その様子を見て、資格や特別な能力がなくても、地域の安全を守る行動が誰かの生活を支えているのだと感じました。

私はこれからの学校生活の中で、もっと積極的に福祉を意識して行動してみたいと考えています。例えば、文化祭や体育祭の準備でクラスの人々と協力する時、作業が遅れている人や困っている人を見かけたら、声をかけたり手伝ったりすることも大切だと思います。それはただの「協力」ではなく、相手の気持ちを思いやっで行うことなので、立派な福祉の一步だと感じます。小さな積み重ねを意識すれば、学校全体の雰囲気ももっと温かくなるのではないかと期待しています。

また、地域の人たちとの関わりについても考えるようになりました。私の住んでいる地域では、年に数回清掃活動やお祭りがあります。そのときに大人の人たちが協力して準備や片付けをしている姿を見ると、地域全体で支え合っているのだと感じます。私はまだ参加する機会が少ないのですが、これからは積極的に参加して、人との交流を深めたいと思います。

さらに、これからの将来について考えた時、福祉の考え方はどんな職業にも役立つと思います。例えば、スーパーの店員さんがお年寄りに優しく接することも福祉に繋がります。どんな場所でも「相手を思いやる心」があれば、それは社会を明るくする大きな力になるはずです。

福祉を学んで気づいたのは、結局のところ「人は一人では生きていけない」ということです。私自身も家族に支えられて学校へ通い、友達に支えられて楽しい時間を過ごし、先生に支えられて勉強を続けています。その一つひとつがすでに福祉の中にあるのだと知った時、これからは「してもらおう」だけでなく「自分も返していく」ことを意識しなければならぬと強く感じたのでこれからの学校生活に活かしていきたいです。

私は、中学校の二年間福祉についての授業を受け、学んだことを生かした劇を中学校生活の最後にしました。私が学んだ福祉の授業の内容は、認知症の方とその家族のお話でした。段々と分かっていたものを忘れていってしまう怖さ、家族に迷惑をかけてしまっているという罪悪感を募らせていくおばあちゃん。

日に日に知らない人のように変わっていくおばあちゃんを見ていることしかできない家族。そこからクラス全員で、それぞれの立場になって意見をたくさん出し合いました。

出た意見をまとめて、劇の登場人物のイメージを固めていきました。その時の皆の熱意は今でも忘れられないほどでした。時間があれば演技の仕方、感情の込め方を工夫して練習をしたり、音響や舞台セットの確認をしたりしていました。この劇は二回公演することになっていました。一回目は文化祭、二回目は公民館で高齢者の方に見てもらおう「つながるカフェ」でした。

一回目は年齢層が低いことから、ギャグ要素の場面での笑いが多く、二回目では、高齢の方のあるあるが劇中にあつたようで、「私なんか毎日だよ」という声や「よくできてる」という声が聞こえてきて、楽しんで見てもらっている、認知症について理解してくれているという安心感と皆でたくさん準備してきて良かったという気持ちでいっぱいになりました。

この中学校での福祉の授業では、まず症状について詳しく知ること、家族や周りの人だけでなく本人も苦しんでいるということ覚えておくことが大切だということが分かりました。

中学校での経験を経て私は、少しずつ福祉について興味を持つようになりました。

まず、「福祉」という言葉について調べてみることにしました。福祉とは「しあわせ」や「生活の安定や充足」、「人々の幸福で安定した生活を公的に達成しようとする事」。

また、福と祉で分けた場合、どちらも幸せを意味することが分かりました。この福祉という言葉の通り人の幸せのために何か出来ることをしたいという気持ちは高校生になった今でも無くなることはありませんでした。

そのため、高校生になって初めての夏、教室で子供食堂のボランティアを募集する旨が書かれたポスターを見つけた時「これだ！」とすぐに応募をしました。

一度目の応募者を集めた時の会議では一年生から三年生の十三人でどうしたら子供から高齢者の方まで一緒に楽しめるか一から意見を出していきました。

二度目の会議ではチームの名前が「PEACE」に決まり、子供食堂で何をするかという内容もどんどん決まっていきました。一から企画していくのは楽しかったです。

当日、うまく立ち回ることができるとも不安だったけれど同じ班の友達と連携して最後まで動くことが出来ました。高齢者の方とお話をしたり、子供達の笑顔をたくさん見ることができ、大成功で子供食堂が終わりボランティアの私達も楽しむことができました。

中学校で学んだ認知症の授業、高校生になってボランティアで学んだことは、一人一人の力は小さくても、少しでも何かをしてみようという想いが集まれば大きな力になり、世界をも変える一歩になるということです。私はこれからも、自分のできる小さな福祉をやっていこうと思いました。