令和７年度

中学生の主張
東京都大会

発表文集

中学生の主張東京都大会HP

※発表文集の電子版・
大会当日の動画を
公開しています。

東京都

発表者の皆さん

奨励賞受賞者の皆さん

大 会 の 様 子

発表・審査の様子

発表者紹介

発表の様子②

発表の様子①

奨励賞受賞者の皆さん

発表者の皆さん

最終審査員コメント

知事賞受賞者インタビュー

目　次

1　開会あいさつ　東京都都民安全総合対策本部若年支援事業担当部長　村上　章　……3

2　発表者及び各賞

知事賞

・人とＡＩの間合い　葛飾区立亀有中学校　三年　下田真愛　……4

東京都教育委員会賞〔氏名五十音順〕

・日本語の面白さ　世田谷区立八幡中学校　三年　久保晴子　……5

・言葉で紡ぐ人生の物語　品川区立品川学園　三年　邵春美　……6

優良賞〔氏名五十音順〕

・一人でも多くの人の笑顔を見るために　東村山市立東村山第四中学校　三年　足立唯菜　……7

・今を生きる　世田谷区立八幡中学校　三年　河村志歩　……8

・「誰もが自分らしくいられる環境に」　大田区立大森第二中学校　三年　小泉煌夏　……9

・平和のためにあなたが一番、できること　大田区立南六郷中学校　一年　隅田利奈　……10

・挨拶をしない貴方へ　品川区立品川学園　三年　藤村和　……11

・「障害」とは　町田市立薬師中学校　三年　本堀史穂　……12

・変わらない想いに気づいて　國學院大學久我山中学校　三年　牧野亜衣子　……13

奨励賞〔氏名五十音順〕

・言葉の力、沈黙の力　東京都立桜修館中等教育学校　三年　印出　桜……14
・見えない危険に気付ける人　東京都立桜修館中等教育学校　三年　ウィルソン　瑛奈……15
・身近なところから解決できる世界の分極化　品川区立品川学園　三年　大垣　麻紗……16
・スポーツの力　世田谷区立上祖師谷中学校　三年　金刺　慶一郎……17
・ラグビーをして学んだこと　國學院大學久我山中学校　三年　川越　鉄平……18
・「知ろう」とすること　東京都立桜修館中等教育学校　三年　久保　香琳……19
・ボランティア　西東京市立田無第二中学校　三年　長嶺　百花……20
・今の私にできること　葛飾区立新小岩中学校　三年　藤井　杏奈……21
・ジビエ料理から学んだこと　立川市立立川第二中学校　二年　増岡　丈……22
・ポジティブな私と心配性な私　立川市立立川第六中学校　三年　松本　彩礼……23

3　審査員長講評　十文字学園女子大学教授　冨山　哲也……24
4　最終審査員からの感想……25
5　令和七年度「中学生の主張東京都大会」概要……27
6　【参考】令和七年度「中学生の主張東京都大会」募集概要……28
7　応募状況……29
8　過去の入賞者（直近三年間）……30
9　令和七年度「中学生の主張東京都大会」動画配信及び東京都公式ホームページについて……31

（※掲載作品については、誤字・脱字以外は原文のまま掲載しました。）

開会あいさつ

東京都都民安全総合対策本部若年支援事業担当部長

村上　章

東京都都民安全総合対策本部若年支援事業担当部長の村上でございます。

令和七年度「中学生の主張東京都大会」の開会にあたり、ひとこと御挨拶申し上げます。

はじめに、本日発表される皆さまと、奨励賞に選ばれた皆さまに、心よりお祝い申し上げます。

この大会は、中学生が広い視野と柔軟な発想を持ち、自らの考えを論理的に伝える力を身に付けることを目的として、昭和五十四年から開催し、今回で四十七回目を迎えます。

今年度も、大変多くの作品応募がございまして、五千百十七名の中学生の皆さんから素晴らしい作品が届けられました。

作品には、差別や偏見、戦争と平和といった社会的な課題をはじめ、病気や障害、日本の文化やかけがえのない経験など、中学生らしい様々な視点から、自身の思いや考え、今後取り組んでいきたいことなどが生き生きとつづられており、本日はその中から、事前審査で選ばれた一〇名の皆さんに御発表いただきます。

発表者の皆さまお一人お一人の、思いの溢れるすばらしいスピーチとなることを期待しています。

また、本日の発表を経て決定する、最優秀賞である知事賞受賞者は、国立青少年教育振興機構が主催する「少年の主張全国大会」の東京都代表として推薦されます。

この大会を通して、中学生の皆さんには今後も様々なことに関心をもち、広い視野と柔軟な発想をもって自己や社会と向き合いながら、未来の東京、未来の世界を切り拓いていってほしいと願っています。

結びに、本大会の開催にあたり、審査員の皆様、学校関係の方々をはじめ、多くの皆様に多大な御支援をいただきましたことに感謝申し上げ、開会の挨拶とさせていただきます。

本日はどうぞよろしくお願いいたします。

知事賞

葛飾区立亀有中学校　三年
下田真愛

人とＡＩの間合い

「ＡＩって本当に便利だよね。何もかも任せられて最高すぎる！」「効率化、神！」学校でＡＩについて語り合う授業中のことです。無邪気にそう話した友達の目は、まるで魔法が使える時代がやってきたかのように、輝いていました。けれどその言葉に、私は強い違和感を覚えたのです。

私は、長唄三味線や日本舞踊といった鍛錬を要する芸事を習っています。自分の目で見て、考え、納得し、時間をかけて学ぶ。そうした実体験の積み重ねが、人を成長させると信じています。だから、人の感性や体験が、ＡＩに簡単に置き換えられてしまうような流れに、どこか危うさを感じるのです。便利なのは確かだけれど、本当にそれでいいのか？という問いが心に残りました。

そんな時、ある人物の言葉を思い出しました。それは、ウルグアイの元大統領、ホセ・ムヒカ氏の言葉です。

「生きるための時間こそが本当の豊かさだ」。ムヒカ氏は、大統領の身でありながら清貧な生活を貫きました。社会成長が人間の幸せや尊厳を脅かすような時には、何のための成長か、と問いかけています。また、「貧しい人とは、少ししか物を持っていない人ではなく、無限の欲があり、いくらあっても満足しない人のことだ」という言葉は、私にとって「自分は何を大切にしていくか」を考えさせてくれます。

一方、現代のＡＩは目にも止まらない勢いで進んでいます。もっと速く、もっと効率的に、もっと便利に。ＡＩは生活を驚くほどスマートに変えつつあります。

確かにＡＩは医療や教育、災害対応、環境保全といった社会課題の解決に大きく貢献できる可能性をもっています。とても良いことです。人に代わって作業してくれることで、私たちが「生きることに費やせる時間」が増えます。そう考えると、ムヒカ氏の思想とＡＩは、対立するものではないと思えます。けれど私の疑問は「便利＝素晴らしい」とする楽観的な空気です。ＡＩを否定はしませんが、使われ方や社会の変化の方向には深い懸念を感じます。「道具」であるはずのＡＩが、効率的だからと使われ続けると、いつの間にか「目的」になってしまいます。ＡＩに任せるから人間はやらなくていい、非効率は悪い、という発想になれば、そこからは技術に支配される社会になってしまうのではないでしょうか。

実際、アナウンサーや事務員、薬剤師など、ＡＩによって様々な職業が不要になるかもしれないと言われています。こうした状況は、実は子どもの夢の選択肢を狭めてしまっているかもしれません。友達と将来の夢を語る中で「学校の先生や司書という職業もなくなるのかな。じゃあ何になればいいんだろう？」という声が聞こえてくるからです。

その問いの答えは、私自身の体験の中にありました。

私は芸の稽古で何度もできない自分と向き合います。「努力すれば報われる」という図式が通用しない世界で、乗り越えた時に「努力の意味」を知り、壁にぶつかる時には「無力」を自覚します。涙の中で自問自答を重ね、立ち上がる力を探します。人はいつだって自分の本当の思いや考えを求めているのではないでしょうか。全てを効率で測るのではなく、「手間が人を育てる」という感覚を忘れてはならないのです。だから私は、友達が最初に言った言葉に違和感があったのだとわかりました。それは、私たちが「自ら問い考えること」をやめてしまう不安からきていたのです。

ＡＩがどれだけ進化しても、私たちが「何を感じ、どう進むか」を問う声を絶やしてはなりません。ＡＩには頼りすぎず親しみすぎず、状況に応じた距離感が大切！私は、人とＡＩの「間合い」を問い続けていきたいです。

東京都教育委員会賞

世田谷区立八幡中学校　三年
久保晴子

日本語の面白さ

「まあ別にいいけど。」

喧嘩している相手にこう言われたら、どう思いますか。もう気にしていないんだ、良かった、と捉えますか？それとも、やっぱりまだ気にしているじゃないか、と捉えますか？どちらの捉え方も間違いとは言えません。私はこのような言葉に出会うたびに、日本語って面白いなあ、と感じます。

私は、日本語の面白さとは、曖昧な言葉が多かったり、同じ言葉でも人や場面によって意味が異なったりする点だと考えています。

同じ言葉でも場合によって意味が異なってくる言葉には、「大丈夫」が例に挙げられます。この言葉は否定の意味も肯定の意味ももっているのです。「これでいいですか」「大丈夫です」と「袋はおつけしますか」「大丈夫です」では、意味が一八〇度違うことがわかるでしょう。後者の表現は「いりません」という直接的な表現を避けた言い回しと捉えることができます。

このような回りくどい表現の背景には、日本人の稲作文化があります。農作業は一人ではできませんから、調和が大切でした。和を乱すようなことがあってはならない。直接的な表現で傷つけてしまったら、協力できなくなってしまう。それゆえに、日本人は和を重んじ、相手を傷つけないように、と、遠回しな表現をすることが多くなっていきました。この「直接的な言葉で伝える」のではなく、「言葉の裏を察してくれ」とでもいうような文化のために、日本語には遠回しで、場合によっては誤解を招いてしまうような表現が多いのです。

場面によって意味が変わってくる言葉が多いことや、遠回しな表現が多いこと。それによって、すれ違いが起こりやすいこと。これが日本語の特徴と言えるでしょう。

一方で、伝え方を工夫する、というこの文化によって、言葉選びにそれぞれの個性が出ることになります。それこそが、日本語の面白さといえるのではないでしょうか。

例えば、「藍」「空」「露草」「勿忘草」「浅葱色」「瑠璃色」「紺碧」という表現たち。これらは全て、少しずつ違う「青」を表す表現です。英語では「Blue」を含めた言葉でしか表せないのに、日本語ではたくさんの言葉があって、その言葉の数だけ色があるのです。これは、豊かな表現がある日本語ならではでしょう。言葉が、表現がたくさんあるからこそ、その選び方次第で、その人らしさが表れる。言葉の多さ、表現の幅広さは、日本語にしかない良さと言えるのです。

確かに、表現の多さによってすれ違いが起こることも多々あります。それによって誤解を招いたり、傷つけたりしてしまうこともあるでしょう。日本語の幅広さが、必ずしも良いことだけだとは言えません。

ですが私は、そんな日本語だからこそ、とても面白く、楽しいものだと思うのです。確かに曖昧で似た表現は多いけれど、どれも全く同じわけではありません。先ほど述べたように、言葉を知っていればいるほど、「青」だけでは表せない、自分が見ている「青」を、その景色はもちろん、その感動も、ありありと伝えることができます。言ってしまえば、人の数だけ表現があるのです。かの有名な夏目漱石が言ったとされる「月が綺麗ですね」という愛の告白のように。みんなが同じ表現をするのではなく、その人らしい表現を味わったり、そこから伝わるその人らしさを受け入れたりできる。こんな言語、他にあるでしょうか？互いが互いの言葉を大切にすることは、相手を思いやり大切にするという、日本の心そのものです。昨今、日本への観光客が増え、色々な日本の文化が世界で愛され、認められていることだって、日本語という面白い言語文化があってこそでしょう。

さあ、皆さんも今一度、身近な日本語たちに目を向けてみてください。せっかく日本にいるのだから、楽しもうじゃありませんか。

東京都教育委員会賞

品川区立品川学園　三年
邵　春美

言葉で紡ぐ人生の物語

「わたしにはいつも、最大の幸福とは、少なくともなぜ不幸なのかを知るということだと思われた。」

「作家の日記」にて、ロシア文豪であるフョードル・ドストエフスキーが残した、この言葉。それを初めて目にしたとき、私は思わず息を呑んだ。世間一般的な幸福とは、笑顔や成功を指すものなのかもしれない。けれどそれだけではなく、自分が不幸である理由を知ることだと彼は言う。それは、弱さや痛みと向き合うことを、決して恥ずかしいことだとせず、むしろ人間としての深さの証だと教えてくれるのだ。私にとって、その「不幸を知る」経験は突然やってきた。

ある日、医師に告げられた言葉。「手術をしなければ、右目が見えなくなるかもしれません。」

言葉が出なかった。絶望というには大げさかもしれない。でも確かに、心は凍った。手が震えて、急速に体温が冷えていく感覚を今でも覚えている。ただ、「受け止めきれない現実」が冷たくそこにあった。淡々と計画される手術の日程と、繰り返し何度も行われる検査。そして、あの時に見た母の涙が苦しかった。しかし幸運なことに、手術が成功すれば視力が回復する可能性が高い。手術は今年の五月下旬に行われた。私の場合、成功率は通常よりも一割ほど低いものだった。それでも私は、手術前の両親の同伴を断り、兄にだけ付き添いを頼んだ。それは、とある記憶があったからだ。

小学四年生のとき、母がステージ三の乳がんになった。抗がん剤の副作用で綺麗な髪がどんどん抜けて、痛みで眠れぬ夜を過ごす母に、私は何もできなかった。死んでしまうかもしれないという恐怖でよく泣いていた母に何を言ってあげるべきか分からなかった。黙って見ているしかなかった。あの無力さ。何か言わなければ、と焦れば焦るほど、言葉が喉に詰まって出てこない感覚。だから今回はせめて自分の足で立ちたくて、手術が決定して、退院するその瞬間まで、涙は一滴も流さなかった。

手術後、目が開けずに全身麻酔の余韻で意識がもうろうとしていたとき、ふと脳裏に過ったのは、やはりドストエフスキーの小説の一節の言葉だった。

「人間が不幸なのは、自分が幸福であることを知らないからだ。」

その言葉は、まるで心の奥に隠していた自分の想いを、言葉にしてくれたようだった。

普通に目が見えること。友達とたわいもない話ができること。誰かが、ただそこに居てくれること。そんな当たり前が、どれほど貴重なものだったのか、私は失いかけて初めて気がついた。大切なものが目に見えにくくなっているこの時代。気がついたら、失ってしまうかもしれない当たり前を、それでもみんなそこにあって当たり前だと感じてしまう。私の話は、特別なことじゃない。もっと辛い経験をしている人も居る。けれど、いつかきっと誰しも気づくときが来る。「当たり前」が、どれだけ壊れやすく、かけがえのないものかということに。

だからこそ、私は文学が好きだ。心の奥の、誰にも言えなかったことを、そっとすくい上げてくれるから。今回だって、ドストエフスキーの言葉が無ければ、私はこんな大切なことに気づくきっかけさえ掴めなかっただろう。私は強い人間じゃない。けれど、誰かの言葉に支えられながら、少しだけ前を向ける。誰かの言葉に支えられて、ここまで生きてこられた。文学は、悲しみや弱さ、みっともなさを、見捨てずに拾い上げてくれる。文豪や故人が、命を燃やして言葉を紡いで後世に残していく。それによって人や心が、救われることがある。「言葉」は、いつだって時や場所を飛びこえて私達を繋ぐのだ。

だからこそ今、伝えたいことがある。もし、あなたが誰かに何かを伝えたいと願ったとき、その言葉を届けるためには、あなた自身の命と健康が、まずそこにきちんとあってほしい。その命を抱えて、言葉を紡いでいこう。そうやって生まれた言の葉達が、いつか誰かの心をそっとすくい上げてくれると信じて、私は今日も、明日もその先も、言葉で人生の物語を紡いでいく。

優良賞

東村山市立東村山第四中学校　三年
足立唯菜

一人でも多くの人の笑顔を見るために

生徒会役員。これは私にとって憧れであり、今の私の考え方を作ってくれた、思い出のあふれる大切で、大好きな場所です。

中学一年生の秋。私は小学生の頃から憧れていた生徒会役員の副会長になりました。当時、「副会長は二年生が務める役職である」と多くの人が考えていたこともあり、周囲からは心配されることが多くありました。実際私も副会長としての仕事を進める中で、私よりもはるかに優れた能力や考え方を持った生徒会役員の仲間に圧倒され、本当に私が副会長でよいのか、どんな思いで活動するべきなのか、悩み続けていた時期がありました。

そんな中、服装に関するキャンペーンの企画がきっかけとなり、それまでの私を成長させてくれました。このキャンペーンは、「それまで許可されていなかった冬場のダウンの着用を許可してほしい」という意見がきっかけでした。この意見について生徒会役員で話し合った結果、「現時点で着用が許可されているコートでは校内で保管する際にかさばってしまい、学校で管理することが大変で着て来る生徒が少ない。その点、ダウンであればかさばることが少ないため着てこようと思う人が増えるかもしれない。」となり、先生方に交渉した結果、「現状、服装のルールを守れていない人が多いため、許可することができない。ただ、この現状を変えることができれば再び検討する。」という返答を頂き、「キャンペーンを行うことで、現状を改善させることができるのでは」と私達は考え、本格的にこの服装に関するキャンペーンを企画することになりました。ただ、過去に似たようなことを行ったという情報がなく、尚且つ、私達にとって初めてのキャンペーンの企画でした。そのため、どうすれば全校のみんなに協力してもらえるのか、どうすればこのキャンペーンを成功させることができるのかなどについて、通常は週一回で活動を行うところを毎日集まり話し合いを行うほど生徒会役員の仲間と悩み続けました。そこで、各委員会の委員長や、学級委員などからアドバイスをもらい、「他の委員会とも協力をし、多くの人が興味を持ち、参加しようと思ってもらえるものにしよう。」と方向性を決めてキャンペーンを実施しました。その結果、学校の雰囲気が変わったと感じるほど服装のルールを守れている人が増えました。それをもとに再び先生方にダウンの着用を許可してほしいと交渉しました。先生方からも活動の成果を認めてもらい、ダウンの着用を許可してもらえました。この話を聞いた瞬間、私を含む生徒会役員の仲間はすごく嬉しく、また、キャンペーンに協力してくれた全校のみんなにも笑顔が満ち溢れていました。この時、私はなぜ生徒会役員をやっているのか実感しました。誰かの役に立ちたい、笑顔が見たい。全校の願いを叶えるためのサポートをした、という感覚であったものの、私達が一からどうすればよいのか考え長い時間を使い試行錯誤したことが誰かの笑顔に繋がった瞬間がすごく、すごく嬉しかったです。その後、私は「もっとみんなに笑顔になってもらえる学校を創るために活動したい。」という考えを軸に副会長の仕事を務めました。

その考えを軸に、私を含む生徒会役員の仲間は「これまでの活動にとらわれない私達らしい活動をしよう」と、数多くの活動を行っていました。その途中、生徒会役員の先輩から「生徒会発足時と比べて考え方とか行動とかすごく成長したよね。副会長が足立ちゃんで本当に良かった。」と言葉をかけてもらうことがありました。一人でも多くの人の笑顔がみたい、という自己満足に近いような考えで活動していたため、私の活動を見てくれている人がいてちゃんと思いが伝わっているんだ。私が副会長で良かったんだ。そんな思いが溢れてきました。

その後も私は「一人でも多くの人の笑顔を見るために」という考え方を軸に様々な活動に挑戦してきました。その思いは副会長としての活動を終えた今も同じく、私は常に誰かのためになりたい、そう考えながら過ごしています。そしてその思いは一生なくなることはないと言い切れるほど強いです。そのくらい私は、生徒会役員として、副会長として過ごした一年間が大切で宝物です。この宝物は私が生徒会役員に挑戦したからこそ得られたものです。これから先、どんなところに行ってもこの思いを忘れず、チャレンジし続け、多くの人が笑顔になれるような活動を続けていきたいです。

優良賞

世田谷区立八幡中学校　三年
河村志歩

今を生きる

「人生は、自分が思っている以上にあっという間だよ。」

中学三年生になり、自分の将来について真剣に考えるようになった今、四年前の父の言葉がよみがえってきます。

私が小学四年生の時、私の伯母、知佳ちゃんは突然、白血病と診断されました。家族の誰より笑って元気に過ごしていた知佳ちゃんの何気ない日常が一変してしまったのです。

白血病とは、体内で正常な血液細胞が作られなくなる血液のがんです。健康を取り戻すには大変な治療を受ける必要があります。病気を治すため、知佳ちゃんは、抗がん剤や放射線での治療を始めました。つらい治療を続けてもなかなか回復しない病状。コロナ禍のため、お見舞いに行きたくても会えない日々。

知佳ちゃんが白血病になってから一年程経った時、骨髄移植をすることを決断しました。骨髄移植とは、健康な人の骨髄液を採取して患者さんに移植する治療法です。その骨髄液を提供する人のことをドナーといいます。私の母も、骨髄バンクにドナー登録しました。知佳ちゃんが病気になってから、私たち家族は命の話をたくさんしました。白血病がどんな病気なのか。自分たちにできることはなにか。母のドナー登録は、病気の方々の助けになれば、と考えた結果です。しかし、ドナーになる人にも、手術後にわずかではあるけれど健康を害するリスクがあることを知り、私は少し怖くなったのを覚えています。

その上、骨髄を提供できるドナーは、世田谷区の公立中学校の生徒を全員集めても、一人いるかいないかというとても低い確率でしか見つかりません。知佳ちゃんには一卵性の双子の姉がいますが、型は一致しませんでした。そのくらいドナーを見つけることは難しいのです。それでも、ずっと待ち続け、ようやく見つかったドナー。知佳ちゃんは無事に骨髄移植を行うことができました。

順調に回復していたように思えた知佳ちゃんでしたが、がん細胞は知佳ちゃんを私たちから簡単に奪っていってしまいました。

お葬式の日。私はたくさん泣きました。信じられない、どうして知佳ちゃんが病気になったのか……とても悲しかったです。

お葬式の後、父はこう言いました。

「人生は自分が思っている以上に、あっという間だよ。だから、志歩たちに無駄な時間なんて一秒もないんだ。勉強も遊びも全力で頑張るべきなんだよ。」

いつも穏やかな父の真剣な言葉。とても心に響きました。

私は、勉強や習い事の練習などにあてられたであろう時間を、だらだらと無駄に過ごしてしまうことがあります。誰にでもこのような経験があるのではないでしょうか。この時間は、自分にとって本当に必要な時間か、今の自分がやりたいたいことは本当にこれなのか、考えることを忘れ、時間を無駄にした後、私は必ず後悔します。

病気が知佳ちゃんの命を奪ってから、知佳ちゃんのように、生きたくても長く生きられなかった人はたくさんいると私は考えるようになりました。風邪を引いてしまっただけでも、怪我をしてしまっただけでも、思うような生活ができないこともある。事故に遭ってしまったら、災害が起きてしまったら…考えればキリがありません。明日がいつも通りにやってくるとは限らないのです。学校に行って勉強をすること、友達とくだらない話で笑い合うこと、おいしいご飯を食べること、朝起きて家族におはようと言えること…

「人生は自分が思っている以上にあっという間だよ。」という父の言葉を胸に、しっかり今を生きていきたい。いつかまた知佳ちゃんと会う日がきたら、胸を張って「私も一生懸命、精一杯生きたよ。」と言えるように。

優良賞

大田区立大森第二中学校　三年
小泉煌夏

「誰もが自分らしくいられる環境に」

私達は、毎日いろいろな人と関わって生活しています。家族、友達、先生、地域の人、見知らぬ人まで出会う人は様々です。でも、その中で「何となくこの人は変わってるな」「あの人とは合わなそう」と思ってしまうことは誰にでもあるのではないのでしょうか。私も、気づかないうちに人を見た目や第一印象で判断してしまうことがあります。そうした思い込みや偏見が知らないうちに差別へとつながっているかもしれないと考えると少し怖いと感じました。

最近では、外国人や障害のある人、ＬＧＢＴＱなど様々な立場の人が少しずつ社会の中で声を上げられるようになってきました。私の学校にも外国にルーツをもっている友達や個性的な考えを持っている友達がたくさんいます。みんなそれぞれ違っていて、その違いこそが大切なはずなのに周りがその違いを「変だ」「気持ち悪い」と決めつけてしまう場面を見たことがありすごくショックを受けました。そのたびに私は「どうしてお互い理解する前に否定的なことを言ってしまうんだろう」と思ってしまいます。

差別や偏見は生まれつき人の心にあるものではないと思います。たいていは、周りの人の言葉やメディアからの影響、育った環境の中で自然と身についてしまうものだと思います。だからこそ、子供のうちから「いろいろな人がいて当たり前なんだ」と学ぶことが大切だと感じました。

では、私達は差別や偏見をなくすためにどのような取り組みができるでしょうか。私がまず大事だと思うのは、「自分と違う人を知ろうとすること」です。ある日ＬＧＢＴＱの人が社会からの否定的な意見に対して話している動画を見た時、「あのヒトたちは特別な存在」などではなく「私達とは何も変わらないただの人間」と気づきました。知らないことは不安や誤解につながりますが、知ろうとすることで、理解や共感が生まれるのだと思います。また、周りで差別的な言葉や行動を見た時、何も言わず見て見ぬふりをするのではなく、「それはよくない」とはっきり伝える勇気も必要なはずです。たとえ小さな声でもそういう行動が差別を少しずつ減らしていく力になると信じています。そして、もし自分が何気なく言ってしまった言葉が誰かを傷つけてしまったことに気づいたときには素直に謝り、次から気をつけることで仲も深まると思います。

さらに、学校などでもっと「多様性」や「人権」について学ぶ機会を増やすのもいいんじゃないかと感じました。授業の中で差別のことについて学ぶだけではなく、実際にいろんな立場の人から話を聞いたり、意見を言い合ったりすることで私達はより深く考えることができます。話を聞くことで、頭で理解するだけではなく、心で感じることができると思います。「どうせ関係ない」ではなく、「これからの社会を作って行く自分たちの課題なんだ」と感じられる学び方が必要だと思いました。

ＳＮＳやネットでは顔が見えないからこそ、心無い言葉が簡単に飛び交います。特に匿名のコメントや短い動画のコメント欄などには、差別的な発言や偏見に満ちた言葉がたくさんあります。でもそこで私たちが何を信じて、どう行動するかを選び、情報に流されず、一つ一つの言葉に気をつけて、自分と違う立場の人の気持ちを想像できるようになることが、差別や偏見をなくす第一歩ではないのでしょうか。

差別や偏見をなくすことは、すぐにはできないかもしれません。しかし人はみんな違って当たり前です。性格も、見た目も、生まれた場所も、考え方も。私は実際に自分とは全然違う人と関わってきて助けられたことが数え切れないほどあります。それぞれの違いを大切にしながら、一緒に生きていく社会を作るために、私達一人ひとりが考え、行動していくことが必要だと思います。差別や偏見を「自分とは関係のない問題」と思わずに、身近なところから少しずつ、理解と優しさを広げていきたいです。

優良賞

大田区立南六郷中学校　一年
隅田利奈

平和のためにあなたが一番、できること

日本は今、戦争をしないことになっています。だから今、私もこうして、ここで話せるのです。空だって、晴れの日はきれいな青色です。そして、その空から爆弾が落ちてくることは決してありません。飛行機も、怖がる必要はありません。

今、私が述べたことは、日本では八十年前に当たり前でなかったことです。この他にもいくつかあります。例えば、お腹いっぱいにご飯が食べられること。毎日、お風呂に入れること。安心して、眠れること。そして、意味のある教育を、受けられること。これらのほとんどは、私達の「当たり前」です。でも、世界には未だにその「当たり前」が保証されていない子供が、沢山います。世界中の子供の、五人に一人がそういう暮らしをしています。そして、その理由には「戦争」があるのです。

過去にも、戦争によって「当たり前」が保障されなかった子供は多くいます。その内の一人は、小さな作家さんでした。私達に多くのことを遺してくれた、アンネ・フランクです。

アンネが書いた日記は、八十年経った今でも世界の多くの人に読みつがれています。彼女の考えは、今も生き続けているのです。私も彼女の日記を初めて読んだとき、彼女がとなりにいる気がしました。それほど、文章が生き生きとしていたのです。しかし、アンネが日記を書き始めたのは、今の私と同じ十三歳のときです。戦争の中にいても、今の中学生の皆さんと同じように、色々難しい年頃です。家族と意見がぶつかったり、誰かに気持ちを分かって欲しかったり。考えることは今の中学生と同じです。でも、戦争を経験しているのです。そして、もういないのです。八十年前のある日、アンネは自分の夢を叶えることなく、星になりました。でもその二年後、彼女の父によって、アンネの夢は叶えられました。

一方、戦争によって亡くなり、夢を叶えられなかった子供達も大勢いるでしょう。いや、夢すらも、見つけられなかった子もいると思います。全ての、生まれてきた命には、意味があります。その命、一つ一つが、等しい価値を持っています。だから、一人一人の存在に意味があるのです。何かをするために、何かを成しとげるためにあるのです。それは、どこの国でも、どの時代でも、どの人でも、同じです。それが、わからなくなっているのではないでしょうか。それを、見失ってしまったから、人を傷つけられるようになったのではないのですか。一人一人が等しい命の価値を持っていることを、忘れないで下さい。

戦争によって亡くなった子供もいる一方で戦争を生きて、大人になった子供もいます。日本では、今の八十代から九十代の方が、そうだと思います。私の祖母も、その一人です。祖母が生まれて二年で太平洋戦争、そして、六歳の時に終戦、祖母が住んでいたのは、山梨県の田舎でした。だから、家が直接空襲にあったことはなかったそうですが、近くの都会が空襲にあったのが見えたといいます。夜だったから、はっきりと赤く燃えていたのが分かったそうです。今の、甲府の辺りです。また、生活も大変だったといいます。家にはもともと、着物が沢山あったけれど、それをすべて売って、食べ物に替えたほどです。「あの頃は、食べ物がなかった……」と、祖母から何度も聞きました。戦争を生きた人の心にも、戦争はいつまでも刻まれるのです。八十年経ったって、祖母は忘れていません。他の戦争を経験した方々も同じです。幼い頃を思い出すと、戦争の記憶も思い出されるのです。その時代を、生きていたから。

皆さんの祖父母の方々、または曽祖父母の方々も戦争を経験していらっしゃると思います。そして、その方々が一生懸命生きてくれたから、私達はここにいます。戦争の中でも、生きることを、あきらめなかったから。

では、この命で、私達は何をするべきなのでしょうか。それは、人によって違うと思います。世界を救う、大発見をしたヒーローになる人もいれば、誰か一人を、精一杯幸せにする人もいます。それでいいのです。誰かを幸せにするために、一生懸命生きればいいのです。それを、世界の一人一人が意識したら、何かが変わるはずです。今、あなたのとなりにいる人を幸せにするために、あなたには何ができるのか、考えてみて下さい。きっと、それが、世界を平和にするため、今最もあなたができることです。どこの国にどの時代に生まれても、自分の意味を見つけて生きていたいものです。

優良賞

品川区立品川学園　三年
藤村　和

挨拶をしない貴方へ

「おはようございます。」
そのたった一言で、貴方の何気ない日常が少し色鮮やかになるかもしれません。
私は去年の冬から生活委員会に入っています。生活委員会には「あいさつ運動」という活動があります。登校時間に生活委員が校門のそばに立ち、登校してくる生徒達に「おはようございます」と声をかける活動です。普段より早く登校しなければならないのは少し大変だけど、その分とてもやり甲斐のある仕事だと思います。でも、挨拶を返してくれる人は多くありません。ほとんどの人は友達との会話に夢中で、挨拶をしても目を逸らされてしまいます。普段あまり話したことがない人はもちろん、仲良くしている友達でも挨拶を返してくれない人が多いです。生活委員の間ではそれが当たり前の光景になっています。一生懸命挨拶しているのに、まるで誰にも聞こえていないみたいだと私はいつも思います。そんな時、私は友達に冷たい態度をとられた時のような、言葉にできない悲しい気持ちになります。
実は、最近若い世代の間で「挨拶は不要だ」と考えている人が増えてきているそうです。ＳＮＳで「あいさつ不要論」という言葉が大きく話題になったこともありました。あいさつ不要論は、名前の通り挨拶は意味のない事だという考え方です。この考え方を支持する人が想像していたよりもはるかに多いことに、私は衝撃を受けました。この事実は、人々の間で挨拶に対する価値観が変化してきている証拠だと思います。また、あいさつ不要論を支持する人達の中には、「なんとなく恥ずかしい」「なんとなくめんどくさい」という理由で挨拶をしないという人も多くいました。あいさつ運動の時に挨拶を返してくれなかった人達も、もしかしたら同じように考えていたのかもしれません。
でも、私は挨拶を「不必要」と決めつけて切り捨ててしまうこの考え方にあまり共感できません。確かに挨拶を必要と考えるかどうかは人それぞれで、個人の判断を尊重するべき事なのかもしれません。しかし、そうやって誰もが人に挨拶しなくなったら、周囲の人と接する機会も減り、冷たくつまらない社会になってしまうのではないでしょうか。挨拶は相手が誰であっても気軽に行うことのできるコミュニケーション。形式的な側面ばかりが意識されがちですが、決してそれだけではなく、普段あまり接点がない人と関わりを持つチャンスなのだと私は思います。何より、周囲の人達と挨拶を交わして何気ない会話をする時間は、私にとってかけがえのないものです。だからこそ、「なんとなく」の理由だけで挨拶を疎かにしてしまうのはとてももったいない事だと感じます。挨拶をしない人達、不必要だと考えている人達は、挨拶の形式的な側面ばかりに目を向けているのではないでしょうか。私はその人達に、挨拶はその人の捉え方次第で多くの可能性があるという事を伝えたいです。
最近、私には新しい夢ができました。私は誰かに「あの人の挨拶が素敵だな」と思われるような人でありたい。挨拶をしない人達が「挨拶してみようかな」と思えるようなきっかけになりたいと思います。決して簡単な事ではないかもしれないけど、日常に挨拶が飛び交うにぎやかで過ごしやすい社会を自分の行動で作っていきたいです。そんな未来の実現のためにも、まずは自分にできる小さな一歩から。私は今日も、大きな声で挨拶をします。
貴方も挨拶をしてみませんか。

優良賞

町田市立薬師中学校　三年
本堀史穂

「障害」とは

「障害」「障害者」人生でこの言葉を一回は聞いたことがあると思います。でも、「この言葉の意味を説明して」と言われると、私はすぐに答えることができませんでした。それは、本当はこの言葉を知らないから、理解していないからだと、私は最近気づきました。

「障害」とは何だろうと考えた時、「何か自分とは違うもの」だということが頭に浮かびました。この自分の考えが正しいのかを知るために、「障害」について調べたところ、私は一本のＹｏｕＴｕｂｅ動画と出会いました。その動画はノーサイドという障害者の支援を行う民間企業を取材していました。障害者の方がどのようなことをやって、どうやって社会で働いているのか、結局、「障害」とは何なのかを社長の中西良介さんが明快にお話されていました。

この動画を見る前、私は正直、障害をもっている人はどのような仕事をして生活しているのかを全く知りませんでした。でも動画を見て、野菜の袋詰だったり、絵を描いてそれを他の会社に渡しに行ったりなど、障害を持っていても働けるという可能性をその動画から強く感じました。できないことがあっても、それをマイナスなことだとは思わず、ポジティブに考えて行動していた中西さんたちを見て、私はとても勇気をもらえました。

同じ動画で中西さんが語っていたことで強く印象に残っている言葉があります。それは、「障害とはできないことが多いだけのことです」です。この言葉が私の障害、障害者に対しての誤解を見事に崩してくれました。障害がない私だってできないことなんてたくさんあるし、完璧だなんて言葉には到底及びません。私だけではなくて、友達もみんなそうです。完璧な人なんていない。誰でも、必ず一つは不得意なことがある。ただそれが少し多いのが、障害のある人なのだと気づきました。

でも、もう一つ私の中で腑に落ちていないことがあります。それは障害者の方との接し方です。地球にはたくさんの人間が住んでいます。その中には、障害の有る無しに関係なく、「自分を受け入れている人」と、「受け入れられていない人」がいます。私は初めての人に話しかけるとき、自分が勝手に決めつけて嫌な思いをさせてしまったらどうしようとか、間違っていることや余計なことを言いたくないと勇気が出ず、一歩引いてしまったり、距離を取ってしまったりしたことが何度もあります。人の心は読めないし、もし失敗してしまったら、時は戻せません。

それをふまえて、私は解決策を考えました。それは、障害のある人に話しかけるときは、自分が友達、家族と接するのと同じようにすることです。好きな食べ物とか、趣味とか。特別な気遣いはしなくてもいいのではないのかと、私は考えました。

これらの考えをもてたのは、自分が今まで知らなかったことについて知れたからです。知らないことがあると、ブラックホールの中にいるのと同じで未知の世界に恐怖を感じ、知らないうちに逃げようとしてしまう。それが以前の私です。でも、今はこの作文を書くことを通して自分なりの考えをもつことができました。未知の世界に一歩踏み出すことができました。

でも、私が一歩踏み出せただけではこの世の中は変わりません。みんなが理解を深める必要があります。何事においても少数の人が考えることだけで終わり、それを周りに伝えないから差別や勘違いは一生消えていきません。そのためにも私は、障害のことだけではなく、自分が疑問に思ったことはそのままにはせず、きちんと調べて考える。理解することがとても大切だと思います。

優良賞

國學院大學久我山中学校　三年
牧野亜衣子

変わらない想いに気づいて

私には、同じ年の自閉症の従姉妹がいます。従姉妹は住んでいる県が違うため、毎年数回しか顔を合わせられなかったのですが、それでも私達は会うといつも一緒に過ごすほど仲良しでした。公園で鬼ごっこをしたり、家の中でゲームをして遊んだり。何をしていても楽しくて、ずっと笑っていたことを今でもよく覚えています。

昔は自閉症の症状があまり無かった従姉妹ですが、小学六年生辺りから症状が徐々に重くなっていきました。そしてとうとう中学生に上がる頃には、私と喋れなくなってしまいました。あれほど仲が良かったのに、私が何を話しても返事は返ってこないし、目も合わせてくれなくなってしまったのです。私は「症状が悪化しても、きっとこれからも仲良く出来る」と思っていたので、とてもショックを受けました。それから段々とどう接していいのか分からなくなってしまい、少しずつ距離を取るようになりました。そうしていく内に「もう、以前のようには仲良く出来ないかもしれない。」と、自分の中で思い込むようになっていきました。

しかし、中学二年生の夏休みに、私の考えが間違っていたことを知りました。お盆に親戚で集まる機会があり、私は久しぶりに従姉妹に会うことになりました。私は、「また上手く話せないかもしれない」と不安を感じながらも、一緒にゲームをすることになりました。やはり、話しかけても返答はほとんどなく、表情もあまり変わりません。従姉妹が本当に楽しめているのかと不安は益々大きくなっていきました。そんな中、ゲーム内のチームを選ぶ時に、従姉妹が私と同じチームになるようにしていることに気がつきました。試しに私がチームを変えてみても、それに合わせて従姉妹もチームを変えてきました。最初は偶然かと思いましたが、何度も続くうちにこれは偶然ではないとはっきり感じました。その瞬間、私は従姉妹から一緒にいたいという想いが伝わってきました。言葉はなくても、従姉妹は変わらず仲良くしたいと思ってくれていたのです。私は、自分で勝手に「もう前みたいに仲良くは出来ない」と思い込み、決めつけてしまっていたことに気付かされました。

障害があるだけで、私達はつい「分かり合えない」と思い込んでしまいがちです。言葉が通じない、表情が読み取りにくい、反応が少ない、そんな理由で距離を置いたほうが楽だと感じてしまうこともあると思います。しかし、私はこの経験からそれは大きな誤解だと思いました。見た目や話し方、行動などにちょっとした違いがあったとしても、誰の中にも想いがあり、それを伝えたいという気持ちは私達と何も変わらないのです。また、私は「気づこうとする姿勢」が大切なのではないかと強く感じました。言葉がなくても、表情や仕草、行動にはたくさんの想いが込められています。私たちがそれを受け取ろうとしなければ、心はすれ違い、分り合うことは出来ませんが、逆に「知りたい」「分かり合いたい」という思いを持って向き合えば、必ず何かが伝わり、心が繋がる瞬間があるはずです。従姉妹の行動から、私はこのことを学ぶことが出来ました。

私は、障害がある人と障害がない人がこれから先、一緒に生きていくためには、障害についての理解を深めることが大事なのではないかと思っています。そして、「分かり合えない」と決めつける前に、「分かろうとする努力をする」ことを大切にしていって欲しいと思います。まずは自分とは違うからといって拒絶するのではなく、違うからこそ寄り添い、理解し合おうとしてみる。その一歩が、きっと優しく温かな社会を作る鍵になるのだと、私は信じています。

奨励賞

東京都立桜修館中等教育学校　三年
印出　桜

言葉の力、沈黙の力

「そんなこと、言わなければよかった。」

そう思ったことが、私は何度かあります。言葉は自分の気持ちを伝える大切な手段ですが、ときには人を傷つけてしまうナイフになることもあります。一方で、何も言わずにそばにいるだけで、誰かの心が救われることもあります。最近私は、「言葉」と「沈黙」にはそれぞれ違う力があり、それらをどう使うかが人間関係に大きく影響することに気づきました。

まず、「言葉の力」とは何でしょう。言葉には人の心を動かす力があります。誰かに「ありがとう」と言われるだけでうれしい気持ちになったり、「頑張ってるね」と声をかけてもらうと、もう少し頑張ろうと思える原動力になったりします。言葉は、相手に安心感や勇気を与えることができると考えています。

しかし、言葉には反対の力もあります。少しのひとことで、人を深く傷つけてしまう場合もあります。「きもい」「うざい」などの言った本人は軽い気持ちでも、言われた人にとっては大きな心の傷になってしまうことがあります。特にＳＮＳでは、冗談のつもりでも、相手の表情が見えないため、言葉の影響が強く出てしまいます。だからこそ、言葉はよく考えてから慎重に使わなければいけないと思います。一方で、「沈黙の力」もあると思います。沈黙には、言葉では伝えられない優しさや思いやりを表す力があります。誰かがつらいときに無理に言葉をかけずに、ただ静かに寄り添うことで、「わかってくれている」と感じてもらえることがあります。また、自分が怒っているときに何も言わずに一度落ち着いて心を整理することで、余計なトラブルを防ぐことができます。沈黙は、感情をコントロールし、人との関係を守るためにも大切なものだと考えています。

私が中学一年生のとき、仲の良かった友達に軽い冗談のつもりで言った言葉で、相手を傷つけてしまいました。私はその場では気づかず、友達が黙ってしまっていた理由もわかりませんでした。次の日、友達から「昨日の言葉、ちょっとキツかった」と言われ、やっと自分の言葉の重さに気づきました。それ以来何気ない一言にも注意しようと自分自身の意識が変わりました。その後、ぎこちない雰囲気のまま数日が過ぎました。私は「ごめん」と言いたかったのに、うまく言葉にできませんでした。ある日、たまたま二人きりになったとき、私は何も言えずにそばに座っていました。沈黙の中で、友達が「もう気にしてないよ」と笑ってくれました。その友達の一言で、言葉では伝えきれなかった気持ちが通じたように思えました。

この経験から、私は言葉にも沈黙にもそれぞれの力があることに気づきました。言葉には人を励ましたり笑顔にしたりする力があります。しかし、使い方を間違えると相手を傷つけてしまいます。だから、言葉は「伝えるため」ではなく「伝わるように」使うことが大事だと考えます。

そして沈黙は、決して「何もしていない」というわけではありません。ときには何も言わずにそばにいることが、一番の思いやりになることもあります。言葉が必要なときもあれば、沈黙が必要な時もある。その違いを見極められるようになりたいと私は思います。

これからも私は、人との関係の中で、言葉と沈黙の使い方を大切にしていきたいです。そして誰かの心をあたたかくできるような言葉を選び、時には沈黙で寄り添える人になりたいと思います。

奨励賞

東京都立桜修館中等教育学校　三年
ウィルソン　瑛奈

見えない危険に気付ける人

ある日、私は学校からの帰り道に大きな交差点で白い杖を持ったおじさんを見かけました。点字ブロックの上を歩いていたので、目が不自由な方だとすぐに分かりました。何気なく赤信号で止まっていた私ですが、次の瞬間、そのおじさんが赤信号にもかかわらず道路に進もうとしていることに気付きました。車が行き交う中、とっさに「赤信号ですよ。」と声をかけました。おじさんは立ち止まり、「ありがとう。」と言ってくれました。

もし気付かずに通り過ぎていたら、大変なことになっていたかもしれません。点字ブロックがあっても信号は見えませんし、周囲の音が大きければ音の出る信号機の音も聞こえにくくなります。このとき、私たちの身のまわりには「見えない危険」がたくさんあるのだと気付きました。

私たちが安全だと思っている場所も、目の不自由な方にとっては危険でいっぱいかもしれません。点字ブロックや音の出る信号も大切ですが、それだけでは守れない命があります。だからこそ一人ひとりの気付く力や声をかける勇気が、命を守る大きな支えになると感じました。

この出来事以前は点字ブロックのことをあまり気にしていませんでした。その上を歩いてしまったり、立ち止まってしまったりしていたかもしれません。しかし点字ブロックはただの黄色い線ではなく、目が見えない人にとっては命綱なのだと気付かされました。

駅では点字ブロックの上に自転車が止まっていたり、スマホを見ながら立ち止まっている人をよく見かけます。そうした行動が目の不自由な人の安全をうばっていることをもっと知るべきだと思います。

あの日の体験を通して、私は思いやりとは何か特別なことをすることではないと学びました。誰かの立場になって考えること、困っている人に気付いて声をかけること。そんな小さな行動こそが本当の思いやりだと思います。

私がここで提案したいのがこうしたことを学校でもっと学ぶべきだということです。点字ブロックの意味や支援の方法などを道徳や総合の時間に学ぶことで、社会全体が優しくなると思います。知ることで気付き、気付くことで行動が変わります。

そしてこれは障がいのある人に限った話ではありません。高齢者、小さな子どもを連れた家族、外国から来た方など、体が不自由な人や言葉が通じずに戸惑っている人もいるかもしれません。私たちが当たり前と思っている場所やルールが誰かにとっては大きな危険になることがあるのです。

例えばエレベーターのない駅で困っている人、案内が理解できずに立ち止まっている旅行者など周りを少し気にかけるだけで助けられることがあります。小さな気付きや一言の声かけが安心や笑顔につながるのだと思います。そうした違いに気付き、想像し、行動にうつすこと。それがこれから社会を誰にとっても過ごしやすいものにする第一歩になると思います。

私はこれからも、あの日と同じように勇気を持って声をかけられる人でいたいです。一人ひとりが少しずつ気を配れば、きっと社会も変わっていくはずです。

奨励賞

品川区立品川学園　三年
大垣麻紗

身近なところから解決できる世界の分極化

ＳＮＳを開くと、アメリカがイランの核施設を空爆したニュースやイランがカタールの米軍基地を報復攻撃したというニュースで溢れていた。私の父はイランとペルシャ湾を挟んで向かい側のアラブ首長国連邦（ＵＡＥ）で仕事をしています。ちょうどイスラエルがイランを攻撃したというニュース速報が流れた時、父は出張先からＵＡＥに戻る飛行機の中にいました。トルコ上空を飛んでいたところ急きょ航路を変更してアテネに着陸しました。不安げにニュースを検索する母の姿に私も落ち着かない気持ちになりました。ＵＡＥにも米軍基地があります。何が起こるかわかりません。避難するかしないのか、そんな話をする両親の会話に益々不安が募りました。

私も中学二年生の夏まで父と一緒にＵＡＥに住んでいました。今なお解決していないパレスチナ問題もすぐそばで起こっている身近なものでした。中東での生活は平和な日本にいた頃には気がつかなかった世界の争いごとについて考えるきっかけとなりました。世界各地で起こっている争いごとは、長い歴史においてそれぞれの意見や立場があるので私は安易にコメントすることはできません。しかし、なぜこの世界で争いごとが絶えないのかということは私達でも考えることができます。

多くの人は自分の慣れ親しんだ環境から出ることにためらいがあります。自分と同じ宗教、民族、価値観を持った人々の輪の中にとどまろうとします。なぜか。それは居心地がいいからです。でも、その輪は時に周りの人を排除し、人々は輪の中の人とだけしか関わろうとしなくなります。その環境の中にいると気づかないうちに自分達の当たり前がみんなの当たり前だと勘違いしてしまうのです。そして互いに対話をすることがなくなると、ひどい場合には、その輪同士は分極化し、意見の対立を招くのです。それが今まさに世界で起きていることなのだと思います。

私達も普段学校生活を送る中で、気心知れた仲間とできるだけ一緒にいたいと思うものです。そういう仲間といると、言葉を交わさなくても理解し合えることもあります。楽しいこともたくさんあります。修学旅行の行動班決めや、宿泊部屋を決める時に仲の良い友達と一緒になりたいと思ったことがある人はたくさんいると思います。クラス、部活、そして委員会で仲の良い子と一緒になれなくて残念な気持ちになった経験はありませんか。しかし、自分の居心地が良いと思う仲間の輪の中だけにいることには負の側面もあるのです。それは新しい気づきから遠ざかってしまうことです。なぜなら、私達は自分のコンフォートゾーンから抜け出した時にこそ新しい発見があり、そして多くの学びが得られるからです。仲間うちの守られた安心できる世界から勇気を出して一歩踏み出し、積極的に自分とは異なる考えを持った人と関わってみて下さい。相手の話に耳を傾け、できるだけたくさんの人と対話をし、そしてその人がどのような考えを持っているのか、どうしてそのような考えを持つようになったのか、相手の立場になって考えてみて下さい。このような自分の輪の外の人との対話は自分の考えを見つめ直す良い機会にもなります。

世界で起こっている紛争は遠い世界で起こっていることで自分には解決できないことのように思うかもしれません。しかし、私達一人一人が自分以外の輪にいる人々と繋がる機会を積極的にもち、異なる意見に耳を傾け、心を開いて対話する。そして、その輪と輪を繋ぐ役割ができたら、その小さい輪同士は分極化することなく、大きな一つの輪になるのではないでしょうか。そんな身近なところから意見の対立や分極化を防ぐことができたら、もしかしたらそれが世界の紛争を解決する糸口となるかもしれないと思うのです。

奨励賞

世田谷区立上祖師谷中学校　三年
金刺慶一郎

スポーツの力

「スポーツの力は素晴らしい」

僕はスポーツが大好きだ。部活やクラブチーム、プロリーグ、オリンピックなど僕たちの日常にはいつもスポーツがあり、スポーツの素晴らしさを身近に感じることができる。僕自身もフェンシングをやっていて、フェンシングを通じて色々なことを学んだり様々な人と繋がったりすることができている。

昨年の三月に、僕の両親が一時期タイに住んでいたことがあった縁で、タイのフェンシングリーグに参加する機会があった。タイの試合に参加することが決まってから、両親から色々とタイについて聞くことができ、その中で、タイは貧富の差が激しく、まだスラム街で生活している子どもたちがたくさんいることを知った。僕と同じくらいの子どもたちはどんな生活をしているのだろう、打ち込めるスポーツはあるのだろうか、と考える中で、生活が苦しく、兄弟の面倒を見なければならない子どもたちがいるという話を、以前母から聞いたことを思い出した。僕は、少しでも多くの子どもたちが、明るく大きな声を出して楽しめるように、何かできることはないか考えてみた。そして、生活が苦しい中でも、みんなでスポーツを楽しめる道具をプレゼントすることができたら、子どもたちが笑顔になれるのではないかと思い、タイの国技であるサッカーボールをプレゼントしたいと思った。

でも、僕は働いてお給料がもらえる年齢ではない。そこで、小学生の頃から集めているダイヤスタンプを使うことにした。地元で買い物をした時に貰えるダイヤスタンプは、台紙一枚分貯まると換金してもらえる。そのお金でサッカーボールを二つ購入して、タイに持っていくことにした。

初めての海外の試合はアウェー感たっぷりでかなり緊張したが、言葉がほとんど通じない中でもフェンシングを通してたくさん友達ができ、とても良い経験になった。

そして試合の翌日、タイの日本人会に行き、購入したボールと手紙を手渡した。手紙には、僕自身がスポーツを通じて成長できたと感じられたように、大好きなタイの子どもたちにも同じように感じてもらえたら嬉しいという内容を書いた。本当は直接手渡したかったのだが、中学生の僕がスラム街へ行くことはできなかったので、ボランティア活動をされている方にお願いした。

帰国してしばらくして、ボランティア活動をされている方から手紙と写真が届いた。そこには、感謝の言葉とボールを囲んだ子どもたちの笑顔があった。中学生の僕にできることは限られているけれど、多くの子どもたちの笑顔を見ることができてとても嬉しく思った。

僕にできることは本当に少なく微力ではあるけれど、大好きなスポーツを通じて僕だからできること、僕にしかできないことを今後も続けていきたいと思う。

「スポーツの力は素晴らしい」スポーツを通じてたくさんの人たちと繋がって高めあって、たくさんの子どもたちに笑顔が生まれるといいなと思っている。

奨励賞

國學院大學久我山中学校　三年
川越鉄平

ラグビーをして学んだこと

僕はラグビーが大好きです。しかし、ラグビーの印象を聞くとみんな揃って「怖そう」といいます。でも、そう思っているのは少し勿体無いと思います。僕はラグビーを通していろいろなことを学びました。だから、魅力を知って欲しいと思います。

僕が学んだ一つ目のことは感謝の心です。ラグビーでは「ノーサイド」というものがあります。「ノーサイド」とは、ラグビー用語で試合終了の事です。試合が終われば自陣と敵陣のサイドはなくなり、勝った側も負けた側もない、という意味です。そのため、実際に試合が行われた後には「アフターマッチファンクション」という、相手選手との交流が行われます。激しくぶつかり合った相手と笑い合って話せるのはラグビー特有の文化ではないかと思います。ここから学んだことは、相手を認め、そして感謝をすることです。ラグビーの試合では相手がいないと成り立ちません。そのため、試合後は戦ってくれてありがとうという気持ちを伝えます。その気持ちは普段の生活にも生きると思います。例えば誰かが自分のために少しだけ、何かをやってくれたとします。そこでしっかりとお礼を言うか、適当に言うかではすごく差があると思います。なので僕はラグビーをプレーして人に感謝するようになりました。

僕が学んだ二つ目のことはコミュニケーションの必要性です。ラグビーをはじめたての頃、僕はぶつかることが怖く、内気な性格もあり、練習でも緊張して静かでした。しかし、コミュニケーションをとらないとパスも回ってこないし、試合後の反省もできません。そのため、徐々に話すようになりました。そして、今では試合でも練習でも、一番声を出すように心がけています。コミニュケーション能力が高いと普段の生活にも生きると思います。例えば困っている人を見つけたら、どうしたのか聞き、助けることができます。道に迷っている人がいたら案内することができます。電車で席を譲ることができます。このように、たくさんのことが出来るようになります。

僕が学んだ三つ目のことは犠牲の精神です。僕は今まで「ワン・フォー・オール、オール・フォー・ワン」といわれる言葉の意味はなんとなくわかっていたけれど、試合の人数が増えていくに従ってそれをすごく実感していくようになりました。試合の人数が増える、という意味は、僕は幼児の頃からやっていたので最初の試合でグラウンドに入ってプレーする人数は五人でした。小学生になるにつれて、七人、九人、中学生になって十二人制になっていきました。最初の方は、上手い・下手、は、ほぼなかったけれど、中学生になるとボールを持ってスルスルと抜けていくスタープレイヤーが出てきました。しかし、自分はそれになることはできなかったが、その子が活躍する裏には体を張って地味なプレーをする人たちがいます。僕も一緒です。そのことを知り、より「ワン・フォー・オール、オール・フォー・ワン」の精神が理解できました。このことから目立たなくてもチームのために動く精神を学びました。

僕がラグビーで学んだことは今の生活に生きていると思います。

この作文を読んで、ラグビーに興味を持ってもらえると嬉しいです。

奨励賞

東京都立桜修館中等教育学校　三年
久保香琳

「知ろう」とすること

「障がい」と聞くと、どんな事を思い浮かべますか？最近はＳＮＳも普及し、話題になることもあるので、「自閉症」や「ヘルプマーク」といった言葉が思い浮かんだ人もいると思います。しかし、その一方で「何となくは知っているけれど、よく分からない」と思った人も少なくないのではないでしょうか。実際、私も少し前までは障がいのことをよく知らずに、ただ漠然と「大変そうだな」「何かあれば助けてあげたいけど、関わることは少ないだろうな」などとどこか他人事に捉え、自分から知ろうとしていない部分がありました。しかし、そんな考えが変わるきっかけがありました。

少し前、私は学校の職場体験活動として、特別支援学校に行く機会がありました。正直なところ、一番最初に希望していた職場は特別支援学校ではなかったのですが、福祉に関わる仕事に興味があったので行くことになりました。私は小学三年生のクラスのお手伝いをすることになったのですが、最初はすごく緊張していました。今まで、障がいのある子達と関わったことが無かったのでどう接すれば良いのか分からなかったからです。しかし、クラスのみんなは温かく迎え入れてくれました。私が手を貸してあげると、可愛い笑顔で「ありがとう。」と言ってくれたり、まだ言葉が出なくて、口でのコミュニケーションがとりづらい子も、そばに寄ってきて手を握ってくれたことがとても嬉しく、すぐに仲良くなれました。授業では、一人一人個別の課題が配られて、まだひらがなが書けない子はひらがなの練習を、文を上手く組み立てられない子はその練習を、とそれぞれ違った学習をしていました。みんなが自分のペースで一生懸命頑張っている姿は、私にとって大きな刺激になりました。また、私たちが普段何気なくやっていることも障がいがある人にとっては大きな挑戦なのだということにも気づきました。障がいを持つ子たちが、できないことや難しいことに直面しても、それを乗り越えようと努力している姿に私は尊敬の気持ちを持ちました。この体験は二日間でしたが、色々なことを学び、自分にできることは何か、考えることができました。今となっては、職場体験活動で特別支援学校に行くことができて本当に良かったと思っています。

このような体験から、私は「知ろうとすること」はとても大切なのだと思いました。もちろん、介助できるだけの体力面での力を付けることであったり、金銭面での援助なども大切です。ですが、それはまだ中学生である私たちが今すぐにできることではありません。それよりも、私たちには「知ろうとする」姿勢が大切なのではないでしょうか。残念なことに、現在、障がいを持った人が差別されたり、偏見を持たれて酷いことを言われることがあります。「障がい」というのは、デリケートな話で、どうしても触れてはいけないような気がする、と思っている人もいるでしょう。普段、障がいを持っている人に関わりがない人たちは、それでいいと思うかもしれません。でも、本当にそうでしょうかと私は問いかけたいです。今の社会は人と人が助け合うことで成り立っていて、それには障がいの有無は関係ないと思います。そして、障がいがある人たちをサポートしながら、みんなで社会は作り上げていくものです。だから私たちは、障がいを遠ざけず、少しでも理解しよう、知ろう、と歩みよるべきだと私は思います。日本の未来を担う私たち。今、私たちが「障がいについて知ろうとすること」は、日本の未来を変えるきっかけになると私は信じています。

奨励賞

西東京市立田無第二中学校　三年
長嶺百花

ボランティア

私はボランティア部という部活動に所属している。そこで花壇の整備や枯葉拾いなど、様々なボランティアに参加してきた。

ボランティアに行くと時々、

「ボランティアするなんて偉いね。」

と言われることがある。褒められるのは嬉しい。しかし、私は私のことを偉いとは思わない。なぜなら、私はそこで何ができるのかという好奇心からボランティアに参加しているからだ。昔から物事の裏側を見るのが好きで、裏側のスタッフをすることのできるボランティアは私にとってちょうどよかった。だから、様々なボランティアに参加しているのだ。

そんな私は、

「ボランティア精神なんて持ってないから、ボランティアは無理だよ。」

という声を聞くととても不思議な気持ちになる。ボランティア精神とは、自分から誰かの助けになろうとする精神のことだ。しかし、最初から「誰かの助けになりたい！」とボランティアに参加する人は少ないと思う。ボランティア部の人も、ボランティアに参加した友達も「興味があった」「面白そうだから」という理由でボランティアを始めた人が多い。そこから、様々なボランティアに参加して、積極的に活動しようとしている。

このことから私は、きっかけはなんでもいいから、ただ一度ボランティアに参加してみようと言いたい。一度参加してみることで、これからの人生が少し変わるかもしれない。変わらなくとも、「ボランティアに参加した」という経験は自分にとって良いものになるに違いない。

私が一番最初に参加したボランティアは、祭りの運営だった。小さい頃に何回か行ったことがある祭りで、「祭りのスタッフやってみたい！」と思い参加した。私は受付担当で、とても楽しかったのを覚えている。また、最初と最後のボランティアの集まりさえもわくわくして楽しんでいた。

このように、一番最初のボランティアが楽しかったから、今まで続けることができた。このボランティアがなければ、今の私はいないだろう。しかし、ボランティアは楽しいことだけではない。私は祭り以外にも、ゴミ拾いや壁のペンキ塗りのボランティアをしたことがある。どちらも楽しいだけではなかった。真夏で暑い中ゴミを探して疲れたり、体育着が汚れてしまい、洗濯しても落ちなかったりした。何度もやめたい、帰りたいと思った。それでも、私は最後までやり切っていた。どれだけ疲れても、大変でも、一度参加したら責任を持ってやり切ることを大切にしていた。

私にとってボランティアとは楽しいものだ。それを途中でやめたら、つまらないものとして記憶に残ってしまう。また、中途半端な仕事は、ボランティアを募集した主催者の方々にも迷惑をかけてしまうだろう。そうなっては、ボランティアに参加した意味がない。そう思ってから私は「ボランティアは楽しいものだからこそ、他の人に迷惑をかけないようにするべきであり、最後までやり切るのが重要だ」と考えるようになった。

改めて、私は一度ボランティアに参加してみようと呼びかけたい。ボランティアには様々な種類がある。その中で、自分が興味あるものでいいから、一歩ボランティアの世界へ踏み出してみてほしい。そうすることで、新しいものや考えが得られるだろうから。

私は来年高校生になる。参加できるボランティアの幅がぐんと広がる。そうなれば、きっと興味が赴くままに様々なボランティアに参加するだろう。苦しいことも辛いことも経験するはずだ。その時に、きちんとボランティアに向き合ってやり切るようにしようと改めて決意した。

奨励賞

葛飾区立新小岩中学校　三年

藤井杏奈

今の私にできること

皆さんは「消防少年団」についてご存じですか？消防少年団とは、小学一年生から中学三年生までの防火防災に興味や関心を持つ団員と、団員の育成に熱意をもった指導員で構成されるボランティア団体のことです。私は現在、本田消防少年団で副隊長として日々活動に励んでいます。消防少年団では、規律訓練や結索訓練、消火訓練などの様々な活動を通して、仲間と共に成長し、地域の安全を守るために力を尽くしています。

消防少年団の活動は、単に消火技術などを学ぶだけではありません。私たちは、規律や仲間との協力の大切さを学びながら、地域の防火防災意識を高めるために活動しています。

消防少年団では、年に一度「全国少年消防クラブ交流大会」が開催されます。この大会は、全国各地の少年消防クラブが集まり、消防の実践的な活動を通して、交流を深めることを目的としています。今年は、十九都道府県から六十クラブ、四百十七名が参加し、合同訓練を実施しました。大会では、「クラブ対抗リレー」や「クラブ対抗障害物競走」が行われ、各クラブが合計点で競い合います。

この大会は、私にとって特別な意味をもっていました。昨年、私はこの大会の代表選手に立候補しましたが、選ばれず、とても悔しい思いをしました。その時、心に誓ったことは「来年こそ絶対に代表に選ばれる」ということでした。今年、再び立候補することを決意し、期待と不安が入り交じる中で、無事に代表選手に選ばれたときの喜びは今でも忘れられません。しかし、大会までの道のりは決して簡単なものではありませんでした。

初めての全国大会の練習では、ルールの細かさや競技の難しさに圧倒され、「私には無理かもしれない」と弱気になってしまいました。そのとき、指導員の方が「大丈夫、藤井さんならすぐにできるようになるよ」と励ましてくださいました。その言葉で、「初めからできる人なんていない。弱気になっている暇はない」と前向きに考え直すことができました。最初はうまくできなかったことも、努力することで少しずつ上達し、自信をもてるようになりました。それでも、練習中には失敗を繰り返し、落ち込むこともありました。そんなとき、チームのメンバーが「大丈夫だよ！一緒に頑張ろう！」と優しく声をかけてくれました。その言葉に支えられ、少しずつ自分の気持ちも楽になり、仲間との絆が深まっていきました。練習を重ねるごとに、私たちはお互いの強みや弱みを理解し、「助け合うことの大切さ」を実感しました。そして、「仲間と共に協力する大切さ」に気づくことができたのです。

大会当日、私たちは今までの練習の成果を発揮することができました。特にクラブ対抗障害物競走では、なんと全国四位という素晴らしい結果を収めることができました。仲間との絆が、私たちを支え、励ましてくれたからこそ、このような成果を得ることができたのです。

今回の大会を通して、私は「努力する大切さ」「諦めない大切さ」「仲間と協力する大切さ」を深く学びました。そして、何よりも「防火防災の大切さ」を改めて実感しました。競技だけでなく、全国で活動している他のクラブ員との交流や、開催地である兵庫県の「阪神・淡路大震災」について学ぶ中で、災害の対策や「今の自分にできること」を考える貴重な機会となりました。私が出した「今の自分にできること」の答えは、「より多くの人に防火防災について知ってもらい、被害を減らすこと」です。災害はいつ起こるかわかりません。その時に自分や周りの人をどう守るかを考えることが重要です。これからも消防少年団の活動を通して、私は一人でも多くの方に防火防災の知識を広め、災害や火災の被害を減らすために全力を尽くしていきたいと思います。

私たちの活動は、地域の安全を守るだけでなく、自分たち自身の成長にもつながります。消防少年団の仲間たちと共に、互いに支え合いながら、これからも防火防災の知識を広めていきたいと思います。皆さんも、ぜひ防火防災について一緒に考えてみてください。そして、私たちと共に地域の安全を守るために、少しでも関心をもっていただけたらなと思います。

奨励賞

立川市立立川第二中学校　二年
増岡　丈

ジビエ料理から学んだこと

今年の夏休み、僕は長野県にある農家民宿に泊まりに行った。その民宿のオーナーである壬生さんは、狩猟をやっていて、夕食ではいろりを使ったろばた焼き料理のほか、壬生さんが捕獲した鹿を使ったジビエ料理を振る舞ってくれた。僕はこの民宿に来て初めて鹿肉を食べたが、鹿肉のたたき、スープ、焼き肉など、どれもクセのない牛肉といった感じで、特にスープは美味しくて何杯もおかわりしてしまった。

壬生さんが狩猟を始めたのは、今から約十年前。きっかけは、親が猟師だったとか、狩猟が好きだからという理由ではない。「鹿肉を食べることで社会を変えていきたい」という非常に興味深いものだった。

実は、日本の山間部では、鹿やイノシシなどの野生鳥獣が増え、農作物に被害を及ぼしている。その被害額は約百六十億円。こういった状況から、国や地方自治体は、鹿やイノシシの数を調整する「有害鳥獣駆除」を進めている。しかし、駆除を推進するもののその後の処理は猟師任せになっているそうだ。また、農林水産省が発表したデータによると、令和三年度に捕獲された鹿は約七十二万頭である。一方で、捕獲された鹿が食用として利用されるのはわずか一割で、残りの九割は廃棄処分となっている。壬生さんはこの現状に胸を痛め、駆除した鹿を食べる社会を作っていきたいと考え、この活動をスタートしたとのこと。

では、なぜこんなに鹿が増えてしまったのだろうか。インターネットで調べたところ、次のような複数の要因があることがわかった。①猟師の減少により、捕獲数が減少してしまった②鹿を食べていたオオカミが絶滅してしまった③過疎化により耕作放棄地が増え、鹿にとって格好の生息場所になっている④地球温暖化により積雪量が減り、雪に弱い鹿が生息できるようになった。

これらの要因に対し僕が感じたのは、鹿にまったく罪はないということだ。鹿は人間に対して、被害を出そうとして農作物や樹木を食べている訳ではない。ただ生きていくために食べている。鹿が増えた理由も、減らす理由も、結局は人間の都合によるものではないか。人間の事情で鹿が増え、増えたから「駆除」として命を奪い、ゴミとして扱う。このような現状を知り、人間はなんと身勝手なのだろうと考えさせられてしまった。

「訳あって奪った命、食べてこその供養」という信念をもって活動している壬生さん。動物好きの壬生さんは、鹿を殺すことに抵抗があり、悩みながらも、現状を変えるために日々向き合っている。

ジビエ料理をきっかけに、害獣駆除の現状や命をいただくことのありがたみを考える、とても良い機会を持つことができた。今は食べることでしか応援できないけれど、壬生さんの目指す、「駆除をしたら食べる、それが当たり前の社会」をつくるためには、どうしたらよいだろう。そして、人間と野生鳥獣が共存していくためには、何が必要なのか、自分には何ができるかを考えていきたいと思った。

奨励賞

立川市立立川第六中学校　三年
松本彩礼

ポジティブな私と心配性な私

皆さんは心配なことや不安なことはありますか。一人一人重さは違くてもあると思います。私は基本ポジティブなのですが、心配性で物事を考えすぎてしまうことがよくあります。そんなとき、私はこっそり声に出す言葉があります。それは「大丈夫」です。

私は不安なことを考えている時間は無駄だと思っています。なぜなら、「心配事の九割は起こらない」と言われていますし、実際に起こってもいないことを心配しても何も解決しません。しかし、考えないようにすることは難しいことです。

きっかけは覚えていないのですが、私が心配性になったのは小学校一年生の頃からです。毎朝、出かける前に母に「忘れものないよね。大丈夫だよね。」と聞いていました。そして、母に「大丈夫だよ。いってらっしゃい。」と言ってもらえると安心して、なんだか大丈夫になっていました。もちろん忘れ物もしますし、大丈夫ではない日もありますが、言ってもらえるだけでいいのです。今でも学校に行きたくないなと思ってしまうときや、テスト前、行事があるときは聞いてしまいます。毎日「大丈夫」という言葉にとても救われています。そのため、前向きになれる曲が好きで、歌詞に「大丈夫」と入っている曲を見つけると惹かれます。不安なことがあるときは、お気に入りの元気が出る曲を聞いています。

私が最近考えてしまうことは、合唱コンクールの伴奏についてです。練習はほぼ毎日するようにしていますが、「失敗したらどうしよう」「みんなの足を引っ張っていないだろうか」と不安になってしまいます。不安になると練習に集中できなくなってしまいます。このようにネガティブに考えると悪い方向にいってしまいます。だから、「大丈夫」「どうにかなる」と成功をイメージしながらポジティブに考えるとことだまになると信じるようにしています。ことだまとは言葉に宿ると信じられている霊力や不思議な力のことです。声に出した言葉は、現実に起きる事柄に影響し、良い言葉を発すると良いことが起こり、不吉な言葉を発すると良くないことが起こると信じられてきました。ことだまの性質には、口から発した内容を目に見える形にすることで良い意味の言葉には良い方に、悪い意味の言葉には悪い方にことだまがはたらくと言われています。歌にもことだまの力があると思っています。

私が不安に思うことは些細なことばかりで大抵どうにかなることです。成功をイメージしてポジティブに考えると不安で怖かった未来が明るく楽しみになります。だから、考えすぎるもったいない時間を過ごさずに今目の前にあることを努力した方がいいという考え方に直していきたいです。これからも「大丈夫」という言葉を大切に、みんなに「大丈夫」と言える自分になれるように頑張っていきたいです。どうしても自分で「大丈夫」と思えないときは、周りの人に「大丈夫」と言ってもらいたいです。皆さんも不安になったときは「大丈夫」と声に出してみてください。

審査員長講評

十文字学園女子大学教授
冨山哲也

本年度も、多様なテーマで発表が行われ、大変質の高い大会になりました。まず、本日発表された主張について、発表順に簡単に講評を述べさせていただきます。

足立唯菜さんの「一人でも多くの人の笑顔を見るために」では、生徒会の副会長としてダウンコートの許可を得た経験を中心に、活動を通じて成長する自分が捉えられていました。

河村志歩さんの「今を生きる」では、亡くなった伯母様の闘病の記録から、白血病の治療の困難さを実感するとともに、今を大事に生きていくという強い決意が伝わりました。

久保晴子さんの「日本語の面白さ」では、多様な表現ができる日本語の特性を様々な具体例を挙げて整理し、言語文化として大事にしていこうと提言されていました。

小泉煌夏さんの「誰もが自分らしくいられる環境に」では、差別や偏見のない社会にするために、知ること・学ぶこと・情報に流されないことの重要性が強調されていました。

下田真愛さんの「人とＡＩの間合い」では、芸事の稽古を通じて得ている感覚からＡＩによる問題解決に違和感を抱き、ＡＩとの距離感が大事と論じている点が新鮮でした。

邵春美さんの「言葉で紡ぐ人生の物語」では、目の手術という大変な経験の中で、ドストエフスキーの言葉の深さと文学の尊さを再認識していく過程がよく表現されていました。

隅田利奈さんの「平和のためにあなたが一番、できること」では、アンネやご祖母様の戦争体験も受け継ぎつつ、戦禍に苦しむ子供たちに思いを馳せ、一人一人の命を大切にすることを強く訴えていました。

藤村和さんの「挨拶をしない貴方へ」では、「あいさつ不要論」が支持されがちな風潮の中で、実体験を通じて感じた挨拶の大切さの訴えが、切実感をもって伝わってきました。

本堀史穂さんの「『障害』とは」では、動画の視聴を通して得られた「障害」や「障害者」についての自身の意識の変容を捉え、「知る」ことの重要性について論じていました。

牧野亜衣子さんの「変わらない想いに気づいて」では、自閉症の従姉妹さんに対する気持ちの揺れ動きが丁寧に話され、「分かり合おうとする努力」の大事さが伝わってきました。

さすが本大会に出場されるだけあって、どの発表もとても素晴らしく、審査は大変難航いたしました。その中で決め手となったのは、作文と音声表現の両方で高水準にあるという点でした。審査員からは、ある発表について、「作文を読んだ時点では少し主張が弱いと思ったが、今日の発表では実に力強く思いが伝わってきた。」という声がありました。一方、他の発表に対して、「文章はいいのだが、もう少し聞き手に伝わる工夫がほしい。」という意見も出ました。これらは、「書くことの力」と「話すことの力」の両方が求められていることを示しているようです。作文を書く段階では、何度も読み返してより良くすることができるわけですから、言葉の選び方はこれでよいか、エピソードと主張は結び付いているか、全体の構成はこれでよいかなど、文章を見直して練り上げていくことが大切です。次に、話す段階では、聞き手が音声によって内容の理解ができるよう、発声に注意したり、強弱や緩急、間の取り方などを工夫したりすることが重要です。知事賞、東京都教育委員会賞を受賞された発表は、このような「書く力」と「話す力」が共に充実していたという点で、特に優れていました。

さて、例年申し上げていることですが、今回の発表に至るまでに、ご家庭で、あるいは学校で、生徒と家族の方々、先生方で様々な会話があったことと拝察します。その会話が今日の素晴らしい主張の基盤になっているのだと思います。この会をきっかけにして、発表した生徒さん同士も知り合いになり、ますます豊かな会話の輪を広げていく機会にしていただけたら幸いです。

以上、大変雑駁ではありますが、私からの講評とさせていただきます。

最終審査員の感想

作家

汐見　夏衛

皆さんが今、何を大切にしているか、何を大切にしたいと考えているか、とてもよく伝わってきました。

大人になるにつれて、どんどん心が鈍くなってきているのを感じます。苦しいことや悲しいことに対していちいち心を動かされていては生きるのが大変なので、鈍くなることで強く賢くなったとも言え、良い面もある。でも私は今、学生の頃に感じていた思いや拾い上げた感情を思い出せないことを残念に思います。

皆さんは今、人生の中で最も色々なことを感じ、気付き、考えることのできる年代です。その柔らかく繊細で敏感な心で感じ取った素晴らしいものたちを忘れないように、言語化して、文字にして、どうか形として残しておいてください。

そうやって形に残した感情や気付きは、皆さんが大人になって、心が強く鈍くなってきたときに、大切なことを思い出すきっかけになるでしょう。

東京都私立中学高等学校
父母の会中央連合会副会長

秋山　政二郎

溢れんばかりの様々な情報、便利なツールが当たり前に渦巻く現代社会。この社会に生き、まさにこれからの未来を担っていく中学生の皆さんの真っ直ぐな思いが表現されていたと感じました。

今回の皆さんの主張を直に聞き、今を生きることの大切さ、人としての心の在り方や、日本語の表現の豊かさゆえの難しさや面白さ、何よりもこの時代だからこそのＡＩとの向き合い方、便利であることに対するジレンマ。皆さんが置かれた視点に改めて大人の私も気付きがありました。

そして何よりも、堂々と壇上に立ち発表している姿はとても輝かしく、心打たれるものがありました。

これから先の目覚ましい皆さんの活躍が目に浮かぶとともに、この主張を描写した時の思いと、この発表をした時の緊張感と達成感を糧に、臆することなく学び、挑戦し、壁を超えて成長していってもらいたい。そして、それぞれが自分らしく輝ける場所を見つけ、活躍する姿が目に浮かび、未来を明るく照らしてくれるだろうと信じてやみません。

人生一度きり。皆さんの思いが詰まったこの大会に参加させていただき、貴重な経験をさせてもらえたことを大変嬉しく思います。

東京都公立中学校ＰＴＡ協議会会長

関口　哲也

力強く、そして真摯な思いが込められた主張を拝聴することができ、大変よい時間を過ごさせて頂きました。

今回、皆さんが取り上げたテーマは、ＡＩとの共存、国際的な争い、多様性の尊重、そして身近なコミュニケーションのあり方など、まさに現代社会の大きな潮流そのものです。中学生である皆さんのもとにも、この時代の波が確実に届いており、その潮流の中で歓喜し、悲しみ、悩み、そして深く考えを巡らせたことが、言葉の端々から強く伝わってきました。

事前に活字文章で主張内容を拝見していましたが、壇上での発表では活字と異なり、皆さんの主張内容が活き活きと聴衆に向かってくる迫力がありました。自分の言葉で語りかける力は、主張内容を何倍にも増幅させます。

今後の長い人生において、大きな歓喜に包まれることもあれば、苦悩に満ちた機会に遭遇することもあるでしょう。どんな時も、その出来事から目を背けず受け止め、自分自身のしっかりとした思いと考えをもって人生を歩んで欲しいと願っています。皆さんの限りなく広がる未来を応援しています。

東京都教育庁指導部義務教育指導課長

毛利　元一

今年度も、「生徒会・言葉・挨拶・ＡＩ・平和・偏見・障害」など、興味深いテーマが多くあり、わくわくしながら作文を読ませていただきました。どれも中学生らしい新鮮な主張や視点があり、具体的な提案がなされていました。文の構成も工夫が見られ、何度も何度も書き直しながら、よりよい表現となるよう努力した様子が伝わってきました。

当日のスピーチでは、登壇した皆さんの堂々と自信に満ち溢れた態度、身振り手振りを交えながらの説得力ある話し方など、聞く人を圧倒する力を感じることができました。素晴らしい主張の数々のため、審査も長い時間を要しましたが、無事に知事賞、東京都教育委員会賞、優良賞を決めることができました。

今回の主張を終え、皆さんは今どのような気持ちでしょうか。未来の社会を作っていくのは皆さんです。これからも、皆さんが感じた日常の疑問や課題などにどのように向き合い、解決に向け行動していくのか、大いに期待をしています。

東京都都民安全総合対策本部
若年支援事業担当部長

村上　章

はじめに、本文集に掲載された皆さん、心よりお祝い申し上げます。

この大会は、中学生が広い視野と柔軟な発想を持ち、自らの考えを論理的に伝える力を身に付けることを目的として、昭和五十四年から開催し、今回で四十七回目を迎えました。

今年度も、五千百十七名の中学生の皆さんから素晴らしい作品が届けられました。

作品には、社会的な課題をはじめ、日常で感じたことなど、様々な視点から、生徒自身の思いや考え、今後取り組んでいきたいことなどが生き生きとつづられており、その中から、事前審査で選ばれた作品を掲載しています。

大会当日は、本作品集に掲載された発表者の皆さんお一人お一人の、思いの溢れるすばらしいスピーチを聞くこともできました。

この大会を通して、中学生の皆さんには今後も様々なことに関心をもち、広い視野と柔軟な発想をもって自己や社会と向き合いながら、未来の東京、未来の世界を切り拓いていってほしいと願っています。

令和７年度「中学生の主張東京都大会」概要

○ **日　　時**　令和７年９月７日（日曜日）午後２時から午後５時まで
○ **場　　所**　東京都庁第一本庁舎５階　大会議場
○ **主　　催**　東京都・独立行政法人国立青少年教育振興機構
○ **次　　第**

開　会

1　開会

（1）開会あいさつ　　東京都都民安全総合対策本部若年支援事業担当部長　　村上　章

（2）審査員の紹介

（3）発表者の紹介

2　発表　　発表者 10 名

― 休憩（審査）―

3　表彰式

（1）奨励賞受賞者賞状贈呈

（2）審査結果発表・講評　　審査員長　　冨山　哲也

（3）賞状等贈呈

（4）最終審査員コメント　　作家　　汐見　夏衛

（5）知事賞受賞者インタビュー

閉　会

○ **審　査　員**

《審査員長》冨山　哲也　（十文字学園女子大学教育人文学部児童教育学科教授）
汐見　夏衛　（作家）
秋山 政二郎　（東京都私立中学高等学校父母の会中央連合会副会長）
関口　哲也　（東京都公立中学校ＰＴＡ協議会 会長）
毛利　元一　（東京都教育庁指導部義務教育指導課長）
村上　　章　（東京都都民安全総合対策本部若年支援事業担当部長）

○ **審査基準**

（1）作文審査

以下のアからオまでの基準により、作文審査を行う。

ア　中学生らしい新鮮な主張や新しい視点があるか。
イ　個人の感想や体験にとどまらず、一般性・社会性があるか。
ウ　提案や提言を実現・実践する意欲が感じられるか。
エ　論旨が一貫し、構成がしっかりしているか。
オ　表現が適切であるか。

（2）スピーチ審査

以下のカからケまでの基準により、スピーチ審査を行う。

カ　聴衆に共感と感動を与えているか。
キ　説得力があるか。
ク　熱意と迫力があるか。
ケ　主張の内容に合った伝え方・態度であるか。

【参考】令和７年度「中学生の主張東京都大会」募集概要

1　応募資格

令和７年４月１日現在、東京都内に在住または在学の中学生及びそれに相応する学籍又は年齢の者

※国籍は問わないが、応募作品については日本語で発表できること。

2　テ ー マ

（１）　社会や世界に向けての意見、未来への希望や提案など。

（２）　家庭、学校生活、社会（地域活動）及び身の回りや友達との関わりなど。

（３）　テレビや新聞などで報道されている少年の問題行動、大人や社会の様々な出来事に対する意見や感想、提言など。

上記のような内容で、心からの思い、考えたことや感銘を受けたことなどを、少年らしい自由でユニークに、飾り気のない言葉でまとめたもの。

3　締　　切

令和７年７月９日（水曜日）

4　審査及び表彰

主催者において、大会の前に中学生の主張東京都大会発表者 10 名及び奨励賞 10 名を選考し、８月中に在籍校に結果を通知する。大会当日は発表者 10 名が、応募した原稿に基づいて５分程度の発表を行い、審査員の協議で知事賞（１名）、東京都教育委員会賞（２名）、優良賞（７名）を選考した後、表彰を行う。

5　そ の 他

（１）　知事賞受賞者を、独立行政法人国立青少年教育振興機構が主催する「第 47 回少年の主張全国大会～わたしの主張 2025 ～」（令和７年 11 月 16 日開催）の出場候補者として推薦する。

（２）　応募者全員に、参加賞として記念品を贈呈する。

（３）　受賞作品を発表文集にまとめ、学校等へ配布する。

（４）　受賞者の写真、氏名、学校名、学年及び作品名を、東京都のホームページと発表文集に掲載する。

応　募　状　況

1　今年度の応募状況

（単位：人、団体）

応募者数				応募団体数
1 年生	2 年生	3 年生	計	
969	1,636	2,512	5,117	47

2　過去の応募状況

（単位：人、団体）

年度	応募者数	応募団体数
昭和 54	219	-
55	184	-
56	265	37
57	454	40
58	142	27
59	169	39
60	230	40
61	289	58
62	509	79
63	527	80
平成元	742	102
2	326	70
3	355	67
4	472	69
5	385	36
6	280	53
7	259	48
8	230	40
9	500	58
10	739	45
11	491	37
12	639	42
13	797	41

年度	応募者数	応募団体数
14	562	37
15	736	48
16	1,961	60
17	1,552	58
18	2,230	84
19	1,919	86
20	2,276	79
21	4,105	105
22	3,153	98
23	1,864	77
24	3,316	93
25	3,739	72
26	8,446	97
27	9,983	95
28	8,620	95
29	7,781	70
30	6,878	62
令和元	5,784	52
2	6,482	65
3	5,932	57
4	5,647	39
5	5,297	50
6	5,466	59

過去の入賞者（直近３年間）

令和４年度（第44回）　令和４年９月11日・東京都議会議事堂１階都民ホール

賞	学　校・学　年	氏　名	作　品　名
知　事　賞	大田区立大森第八中学校・３年	向井　琴羽	理解のある未来を信じて
東京都教育委員会賞	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	辻谷和香奈	欲望と幸せ
	東京学芸大学附属世田谷中学校・３年	戸田　幹子	あなたのそばに
優　良　賞	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	吾妻　真希	見えない壁を越えて
	立川市立立川第二中学校・３年	片山　菜緒	壁をなくす
	國學院大學久我山中学校・３年	金子　智春	実店舗とネット通販
	東京電機大学中学校・２年	鈴木　月菜	買い物難民
	立正大学付属立正中学校・１年	ソン　楽人	キャッサバ
	中村中学校・１年	中嶋　乃菜	チャレンジド
	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	藤田　紗帆	優しさの輪

令和５年度（第45回）　令和５年９月10日・東京都議会議事堂１階都民ホール

賞	学　校・学　年	氏　名	作　品　名
知　事　賞	吉祥女子中学校・２年	山中　彩帆里	人生の通過点？ ～十代（adolescence）の自分とどう向き合うか～
東京都教育委員会賞	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	神村　雛子	ことば溢れる社会を目指して
	東京都立桜修館中等教育学校・３年	堤川　琉凪	防災への意識
優　良　賞	東京都立桜修館中等教育学校・３年	小林　杏珠	会話の本質
	立川市立立川第四中学校・３年	近藤　寧々	祖父から教わった農業
	葛飾区立本田中学校・１年	櫨山　瑠斗	僕の将来の夢
	立川市立立川第一中学校・２年	三島　穂紀	SNSと気持ちのコントロール
	十文字中学校・１年	毛利　日鞠	「青春取扱説明書、規則改正を添えて」
	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	吉川　鳴海	心を彩る年中行事
	あきる野市立増戸中学校・２年	渡邊　一太	「いじめ」と向き合う「人」と向き合う

令和６年度（第46回）　令和６年９月８日・東京都庁第一本庁舎５階　大会議場

賞	学　校・学　年	氏　名	作　品　名
知　事　賞	東京都立立川国際中等教育学校・３年	中川　絢心	みんなって誰ですか。
東京都教育委員会賞	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	鈴木　葵	今できることは、今やろう。
	江戸川区立春江中学校・３年	村松　美來	生きること
優　良　賞	普連土学園中学校・３年	岡田　悦子	国際親善委員会を通して見えた私
	立川市立立川第一中学校・３年	坂本　絢菜	地域との繋がり
	立川市立立川第二中学校・３年	田島　侑弥	夏休みの宿題に作文が三つ出た中学生の主張
	東京都立武蔵高等学校附属中学校・３年	角田　知佳	海外移住で得た力
	東京都立大泉高等学校附属中学校・１年	長島　奈央	誰かへ私ができること
	東京都立大泉高等学校附属中学校・２年	物井　優希	ゴルフボールと砂
	立正大学付属立正中学校・２年	安田　みと	私たちの明日。

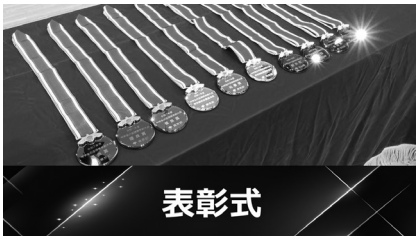
令和７年度「中学生の主張東京都大会」
動画配信及び東京都公式ホームページについて

今年度も、中学生の皆さんから、たくさんの素晴らしい作品をお寄せいただき、ありがとうございました。
応募された方々、大会に参加された方々及びご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。
大会当日の様子を東京都公式動画チャンネル「東京動画」で公開しています。ぜひ発表者の皆さんのスピーチをご視聴ください。
また、この文集は東京都公式ホームページからもダウンロードできます。詳細は、東京都公式ホームページをご覧ください。

【令和７年度「中学生の主張東京都大会」動画配信（令和８年 10 月末まで公開）】

https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/uzzgkt-kzh0.html

https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/0dwckoahk2o.html



https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/shdthpqusik.html

【中学生の主張東京都大会　東京都公式ホームページ】

https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/tomin_anzen/jakunenshien/chiiki-ikusei/ikusei-jigyou/syucyou/index.html

受賞おめでとうございます

受賞者と審査員の皆さん

奨励賞受賞者と審査員の皆さん

発表者と審査員の皆さん

登録番号（７）23

令和７年11月発行

令和７年度 中学生の主張東京都大会　発表文集

編集・発行／東京都都民安全総合対策本部総合推進部若年支援事業課
〒163-8001　東京都新宿区西新宿二丁目８番１号
東京都庁第一本庁舎北塔34階
電話（03）5388-3098
印刷／正和商事株式会社
〒161-0032　東京都新宿区中落合一丁目６番８号
電話（03）3952-2154

R60
古紙パルプ配合率60%再生紙を使用
VEGETABLE OIL INK
リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。