

第47回

青森県少年の主張大会報告書

# 青い雲



主催：青少年育成青森県民会議 国立青少年教育振興機構

## 目 次

- 第47回「青森県少年の主張大会」概要・・・・・・・・・・・・・・・・ P 2
- 主催者挨拶・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 3
- 発 表・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 4～P10
- 講 評（要旨）・・・・・・・・・・・・・・・・ P11
- 第47回「青森県少年の主張大会」実施要綱・・・・・・・・ P13
- 講 演（要旨）・・・・・・・・・・・・・・・・ P14
- 紹 介  
第47回少年の主張全国大会 ～ わたしの主張2025 ～・・・・・・・・ P17
  - ・内閣総理大臣賞作品
  - ・文部科学大臣賞作品
  - ・国立青少年教育振興機構理事長賞作品
  - ・審査委員会委員長賞作品
- 第47回少年の主張全国大会 ～ わたしの主張2025 ～ 開催要綱・・・ P21

## 第47回「青森県少年の主張大会」概要

### ■次 第

#### 1 開 会

主催者挨拶 青少年育成青森県民会議会長 三戸 延聖  
来賓祝辞 平内町長 船橋 茂久

#### 2 発 表

ありのままの幸せ	階上町立道仏中学校	3年	濱谷 舞香
理想の自分はどこにいる？	青森市立新城中学校	3年	山本 萌衣
確信	青森明の星中学校	3年	若松 紗那
「僕がいるよ」	青森県立三本木高等学校附属中学校	1年	下川原蓮樹
ありのままの自分	平内町立平内中学校	3年	船橋 和花
命と未来に関わる仕事がしたい	弘前学院聖愛中学校	3年	小林 音愛
おにぎり	風間浦村立風間浦中学校	2年	佐々木 岳

#### 3 講 演

「青森でスキを仕事に」

講師 ボーカルグループ「ライスボール」実土里 さん

#### 4 表 彰

最優秀賞1名、優秀賞2名、優良賞4名

#### 5 講 評

青少年育成青森県民会議 委員 木村 洋志

#### 6 閉 会

### ■審査員

青森県中学校長会	常任理事	高井 洋
青森県PTA連合会	会長	棟方 丈博
青森県こども家庭部県民活躍推進課	課長	葛西 広和
青森県教育庁学校教育課	主任指導主事	大西 一史
青少年育成青森県民会議	委員	木村 洋志

# 主催者挨拶

## 青少年育成青森県民会議 会 長 三 戸 延 聖



皆さん、こんにちは。

第47回青森県少年の主張大会の開催にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

本日は、平内町長船橋茂久様をはじめ、ご来賓の皆様には、お忙しい中、本大会にご臨席賜り、誠にありがとうございます。

さて、この青森県少年の主張大会は、1979年の「国際児童年」を記念して始められた大会です。これまで47年間にわたり、その時代時代の多くの中学生が参加し、学校生活での気づきや学び、身の回りの出来事を通して得た感謝の心や感動する気持ち、将来の夢や志など、様々なテーマについて、自分の言葉で思いを届けてきました。

中学生だからこそ持っているみずみずしい感性に触れるにつけて、青森県の未来を担う若い世代の想像力や行動力に、私たち大人は、はっとさせられるような感動を受けてきました。

本日、大会に参加して下さっている平内町立平内中学校の生徒の皆さん。私は、このように皆さんが普段学んでいる学校に発表者が集合して伝えあう形式は、とても良いことだと思っています。それは、発表者の言葉と言葉の間の息遣い、あるいは登壇する人の視線が交差する瞬間など、ライブ感にあふれた発表を聞けるからです。自分ならどう考えるか、自分だったらどう行動するかなど、同世代の仲間の意見について考える機会にしてくれれば、とてもうれしく思います。

また、この大会の協力校として、準備にご尽力をいただいた目時校長先生をはじめ先生方にも感謝申し上げます。

さらに、発表の後には、青森県内を中心にテレビやラジオ番組などで大活躍中のボーカルグループ「ライスボール」実土里さんに、「青森でスキを仕事に」と題して講演していただきます。若い人が若い人の思いを伝えるというのは、とても刺激的で、私は人が成長する原点だと思っており、とても楽しみにしています。

それでは、原稿審査を経て、県内各地から選ばれた7名の皆さんが、それぞれの考えをこれから主張してくれます。これまで悩みながらも主体的に自分と向き合い、作文としてまとめてくれたその努力をたたえ、心から拍手を送りたいと思います。

皆さん一人ひとりの思いや考えは、きっと私たち聞き手の心に響くことでしょう。

結びになりますが、皆さんの健闘を祈って主催者としての挨拶といたします。

# 最優秀賞

## ありのままの自分

平内町立平内中学校 3年 船橋 和花



「人はね、不器用な方がいいのよ。その方が沢山練習するから覚える。器用な人はね、できるのも覚えるのも早いけど、忘れていくのも早いよ。だから和花ちゃん、大丈夫よ。」この言葉は、私が小学生のころ、習い事の先生によく言われた言葉だ。当時の私はこの言葉を聞く度に「やっぱり私は不器用なんだ。」とよく落ち込んでいた。

理想は、何でも器用にこなせる自分になりたい。テストでは常に目標点以上、大会に出ればいつも入賞！そんな、要領よく結果がついてくる自分を思い描くけれど、現実はそうはいかない。

私は、英語がとにかく苦手だ。毎日毎日、どんなに勉強しても目標点に近づくどころか、遠のいていく。習い事のピアノでは、必死に練習しても求められている半分すらできない。私の兄は、ピアノの先生に求められていることをすぐにやってのけ、不器用な自分がどんどん目立っていく。

「お兄ちゃんはこのくらいの期間だともっともっと先まで進んでいたのにな。」

正直、ピアノのレッスンに行きたくない日が続いた。さらに、追い打ちをかけるように、私より後に入ってきた子が先に大会で入賞していく。そんなことが続くと、頑張ることがつらくなっていく。

どうせ頑張っても、結果は出ない。もし、また結果が出なかったら、また次！と頑張れるのだろうか。そんな負の感情が大きくなっていく。頑張ること、努力することを投げ出したくなる。

努力しないとなりたい自分、理想の自分になれないと、頭では理解していた。だが、頑張ろうとすると、もし「次」ができなかったら……怖くてたまらなくなる。そんな私に母がかけてくれた言葉。

「次にできなくても大丈夫。何度も何度も挑戦して、いつかできたら、それでいいんだから。」

私は、この言葉を聞いた時、ふっと心が軽くなるのを感じた。また頑張ろうと思えた。そして、頑張らなくて、心が折れそうになって、それでもまた頑張らなくて、昨年やっとの思いでつかみとった全国大会。入賞することはできなかったが、なぜか心は晴れ晴れとしていた。全国大会を終え、戻ってきた私に中学校の先生が声をかけてくれた。

「でも、全国のすごい人たちを見てこられたんでしょ。それがこれからの和花さんの練習に生きてくるよ。」

この言葉をもらった時、私はなぜあの時自分の心が晴れ晴れとしていたか、気づくことができた。私は、その結果を出した自分ではなく、結果を出すために頑張ってきた自分を認めることができたのだ。習い事の先生に言われていた言葉も、私が不器用だと言いたいのではなく、うまくいかなくても諦めずに続けている私の努力を認め、期待してくれていたのだ。

理想の自分をもつことは、確かに大切だ。だが、そんな結果だけの自分にとらわれ、そこに行き着くまでの、頑張った自分を認めてあげられないのは、悲しいことではないだろうか。

「何かの分野で一流になるためには、一万時間の努力が必要だ。」

これは、心理学者、アンダース・エリクソンの言葉だ。きっと、何かを成し遂げようとする時、そこにたどり着くまでには、うまくいかないことや苦しい事が沢山ある。投げ出したくなることもあるだろう。けれど、結果以上に大切なのは、そこに至るまでの過程なのだ。だから、私は思い通りにいっても、そうでなくても、何かに向き合い、もがいている不器用な自分も大切にしていきたい。そう、「ありのまま」の私を。

## ありのままの幸せ

階上町立道仏中学校 3年 濱谷 舞香



「自分は他の人より我慢しないといけない」

私は、幼い頃からそう自分に言い聞かせて過ごしてきました。

私には、父との思い出はほとんどありません。母、祖父母に育てられてきた私は、「自分は他の人とは違う」と思って生きてきました。保育園の親子行事では祖母に来てもらったこともあります。母は、私になるべく寂しい思いをさせないようにと、色々な場所へ遊びに連れて行ってくれました。しかし、私は他の家族連れを見る度に「私だけ父がない」と悲観的に捉え、我慢しなければいけないと感じていました。感情を出せず、いつもどこかで満たされない心の葛藤があったのです。

しかし、その心は少しずつほぐれていきました。

きっかけの一つが、中学校で入部したバスケットボール部での経験です。

「濱谷！遅い！仲間が必死にボールを運んでいるのに助けに来ないのか！」

体育館に響き渡るコーチの声。引退をかけた最後の夏季大会が間近に迫る中、最後の練習試合で私は人生で一番追い込まれていました。

「濱谷がプレーを覚えられるようにみんなが協力しているのに、これだとみんなの時間を無駄にしている！今のままだと練習をやめる。」

シュートチャンスを作れず、コートに立っているだけで精一杯でした。不安に駆られ、頭が真っ白になった初めての感覚。初心者でバスケットを始めて三年。仲間の足を引っ張らないようにと練習に打ち込んできたのに……。

「いつもの舞香と全然違うけど大丈夫？」

コートの外で先生に声をかけられた私は、壁にもたれ座り込み、涙が止まりませんでした。人前で泣いたのは初めての経験です。押し寄せる不安に積み上げてきた自信が一瞬で崩れ落ちました。

「ここで諦めるの？後悔しない？」

そう自分に問いかけた瞬間、ふと頭に浮かんだのが「足るを知る」という言葉でした。母はいつも私に言いました。「今あるものに満足し、感謝することが大切だ」と。完璧を求めて苦しくなるよりも、今の自分ができていることに目を向けてみる、そう考えて深呼吸してみると、少しだけ心が軽くなりました。

先生と話す中で、私は徐々に平常心を取り戻していきました。その後、大会では苦しい試合展開の中でシュートを決めることができ、笑顔で引退しました。

劣等感に悩む私が少しずつ自信をつけることができたのは、自分だけの力ではなく、周りの支えがあったからこそだと強く感じます。

そして、苦境を乗り越える強い気持ち、ありのままの自分を肯定的に受け入れることができるようになったと自負しています。

私は今、中学校生活を心から楽しんでます。それは、過去の経験を通して自己肯定感の大切さを感じたからです。新聞記事で、若者の「自己肯定感」が下がってきているという社会的な傾向があることを知り、深く考えさせられました。「自己肯定感」とは、ありのままの自分を肯定的に捉えることができる状態のことです。将来への希望の薄さや自己肯定感の低さが日本の精神的幸福度を毎年下げ続けているのだそうです。

だからこそ今私が伝えたいことは、自分を他人と比較しない、他人を大切にするように自分も大切にしてほしいということです。

父と離れ十年が経ち、私は沢山のひとと出会い、大切なことを学びました。それは、人と比べず、自分が持っているものに満足し、自分の幸せを見つけることです。

自分の周りのことを当たり前だと思わずに感謝して生きたい、そして、今まで私がしてもらってきたことをこれから出会う人達に与える人に私はなりたいです。

父の日に母の似顔絵を描いた頃の自分に伝えたいです。私は今幸せです。そしてこれから先も自分と周りの人を幸せにしていきたいと思います。

## 「僕がいるよ」

青森県立三本木高等学校附属中学校 1年 下川原 蓮樹



「もう生きていてもしょうがない」

僕はいじめにあっていた。学校に行きたくてもいけなくなっていた。将来の夢のために勉強したかった。だから頑張って学校へ行く。そこで「何故いる?」「臭い」「吐き気がする」「死ぬ」と言われる日々。

だから僕は自分の首に包丁をあてた。その時僕も家族もおかしくなっていたと思う。母だけが冷静に「わかった。車乗って」と一言。

「ひとりで死なせるわけにはいかない、だから一緒に死のう。どこがいいかなあ」

そう言って車を走らせた。経験したことの無いスピードだった。「止めて!」といっても止まらない。

「死にたくない!生きたい!」僕は叫んだ。母は車を止めた。泣いていた。

僕はその時、生きたい!とはっきり思った。そして今、夢に向かって頑張っています。

でも僕の弟は、学校に行くのが苦しくなっている。勉強は常に一番、運動もでき、人に優しく面倒見がいい。信頼され、みんなから相談もされるような弟。そんな弟が学校に行けなくなりました。

弟は「ぼくは何も出来ない。何の力もない。困っている人の気持ちは分かるのに、ぼくはその人の苦しみを楽にしてあげられない。」と言いました。

僕はショックを受けた。嫉妬する程スキルの高い弟。何も悩むことはないのに何を言っているんだ、と。

それから僕は弟とたくさん話しました。弟は誰かのために何かをしたいのに内容を理解してもらえない。それでもわかってもらえるように説明する。理解してもらえない。だんだん話を聞いてもらえなくなる。頭の中では解決法や考えが止まらない。

学校へ行くと授業を聞かなければいけない。頭の中を止めなければと思っても止まらないし、わかっている授業よりも答えを出したい。だから学校に行くのがつらいんだ。

僕の弟は先天的に高い知的能力を持つ「ギフテッド」です。これだけ聞くと、頭よくていいなって思われがちです。僕もそう思っていました。弟が苦しんでいることに気が付けなかった。今もこれからも、もしかしたら弟の本当の苦しみを理解できないかもしれない。そばにいて、話を聞くこと、悩みを吐き出させること、僕に出来る事はそれぐらいだけど、弟に寄り添っていきたいです。

僕と弟には、学校へ行けない時期があった。不登校なりかけ。でも、その理由は全く違うもの。

僕が言いたいのは、学校にいけない理由は人それぞれだということです。結果が不登校になっただけで、その原因や理由は人によって違う。誰でも不登校になる可能性はあります。

弟のように、出来すぎる、わかりすぎる事が原因で行けなくなることもある。

そんな時に必要なのが「心の居場所」

僕も弟も頑張れるのは、味方がいてくれて、心の居場所があるからです。僕にとっては、家族と友達です。家族、友達、どんな事があっても心を開ける居場所が必要です。

テレビで小・中学生の不登校者数が34万人を超えたというニュースを見ました。

不登校でなくても苦しい人、今辛い人を含めたら、もっとたくさんいると思います。

まわりに目を向けてみて下さい。SOSを出している人がいるかもしれません。僕が今こうして生きていられるのは、僕のSOSをキャッチしてくれた人達のおかげです。

僕の夢は、小学校の先生になることです。生きづらさを抱えている子供たちの居場所を僕が必ず作ります。そしてこう話かけます。

「僕がいるよ」

## 優良賞

### 理想の自分はどこにいる？

青森市立新城中学校 3年 山本 萌衣



「なぜ全国大会を目指さないのですか。」

講師の一言に私は心を打たれました。

私達新城中学校吹奏楽部は、東北大会出場を目標に、練習に励んでいました。全国大会なんて考えたこともなく、毎年のように全国大会に出場している学校を見て、「すごい。」というたった少しの気持ちしか抱いていませんでした。そんな私達に投げられた先生の言葉は、一生懸命練習していたつもりでも、どこか逃げ道をつくっていた自分を浮き彫りにしました。先輩方が達成した、手の届きそうな目標を掲げ、それ以上うえを見ようとしなかった自分。言われたことには一生懸命取り組むけれど、率先して行動することのなかった自分。そんな自分を越えたい、そして全国大会に出場したいと思うようになりました。それからは、時間の使い方を見直し、部活動以外の練習時間も大幅に増やしました。

しかし、全国大会への道は厳しいものでした。東北大会には出場するものの、二年連続銀賞という悔しい結果でした。一年、また一年と、頼りになる先輩方が悔し涙を流し、私達に夢をたくして引退していきました。

ついに今年最後の一年を迎えました。全国大会出場のために、私に何ができるだろうか、いろいろ考えて、もっと自分から積極的に活動しようと決めました。それまでの私は、人前に立って話すことが苦手で、いつも先輩や仲間に頼っていました。「もっとこうした方がいい」と思うことがあっても、発言することはありませんでした。ですが、このまま私が変わらなければ、部全体も、結果も変わらないのではないかと。これほど努力しても届かなかった全国大会、この大きな目標を達成するためには、まず私が変わろう、そう心に決めたのです。

それからは、気づいたことは必ず伝え、率先して行動するようになりました。後輩にも自分から声をかけ、早く上達するために、できる限りのことをしました。私が担当するホルンという楽器は、入部して初めて手にする人が多く、ほとんどが初心者です。初心者でも、三ヶ月後には、全国大会に向けた予選に出なければなりません。私は先輩にさせていただいたこと、してほしかったのを思い出しながら指導しました。時には厳しく注意しなければならないこともありました。

こうした苦手だったことが自然にできるようになった頃、たくさんの部員から推薦され、私は副部長になりました。この時の嬉しさはそれまで味わったことがありません。仲間や先生が認めてくれた、信頼してくれたのだと思うと、自信をもつことができました。そして、自分にできることをもっとやろうと、やる気がさらに高まりました。

もちろんリーダーの役割は、簡単ではありません。みんなの思いをまとめることは考えていた以上に難しく、悩みも増えました。それでも、この経験は私の宝物です。

みなさんに伝えたいことは、理想の自分は、ちゃんと自分の中にいるということです。そして、理想の自分を引き出すのは目標です。壁にぶつかって諦めたくなることもあります。その時は、今できることを積み重ねていけばよいと思います。その先には、今までと同じようであり、全く新しい世界が広がっています。

### 確 信

青森明の星中学校 3年 若松 紗那



私たちの生活に欠かせない、食事。ご飯を食べる目的は主に栄養を摂る事だが、友人と一緒にご飯を食べたり家族と食卓を囲む事はコミュニケーションを取る上でとても大切だ。また、それが楽しいと思う人も多いだろう。しかし、それを苦痛に感じる人が居るということを知っているだろうか。

私は、人と食事をする際に恐怖や不安を感じる「会食恐怖症」である。症状は吐き気、動悸、胃痛、体の震えなど。症状や程度は人それぞれで、私は一人分が決められている定食やコース料理が特に苦手だ。お腹の空き具合も関係なく、食べたくても身体が拒絶反応を起こしてしまう。私が会食恐怖症を発症したのは小学生の頃。私は幼い時から聴覚過敏という音に敏感な性質を持っており、給食の時間の友達が笑う声や食器が擦れる音、咀嚼音に耐えられなかった。それからというもの、給食の時間が近づくだけで吐き気と頭痛が止まらず、食べようとすると喉が詰まるようでご飯の匂いを嗅ぐことすらできなかった。誰かが心を込めて作ってくれたはずの食事が倒さねばならない敵に見え、段々と給食以外でも似たような症状が出るようになった。

でも本当は皆と笑ってご飯を食べたかった。逃げているのは自分なのに、周りが「食事すら」できない私から離れていく気がした。でもどうしようもなかった。食事なんて、できて当然だからだ。

そんな中学二年生の冬、私は会食恐怖症に悩む方や克服を手助けする方たちが集まるSNSのグループの存在を知ることになる。きっかけは、日本会食恐怖症克服支援協会の山口さんのブログだった。「会食恐怖症になって良かったと言ってくれる人を増やすことが活動理念の一つ。苦しいときは苦しいと言って、助けが欲しいときはSOSを出せる、私たちはそんな未来を応援している。」これが、勇気を振り絞って当事者の方たちに相談してみることを決める手助けになったのだ。同じ人など居ないと思いついていた小さな世界が、開けていく感触が確かにあった。やっと、やっと否定されない場所があることに気づけたのだ。

今、私はチャットグループで誰かの相談にのることがあるが、相手は顔も名前の知らない人がほとんどである。会食恐怖症の当事者は、一見普通に生活しているように見える。だが、普通に見えることこそ、会食恐怖症の本当の恐ろしさなのだ。社会と食事は深く結びついている。生きていく上で、他人との食事の場面は避けて通れない。食べることに障害があるとは誰も気づかず、「付き合いの悪い小食アピールする人」へと塗り替えられていく。私は会食恐怖症の経験を通じて、食べきれないことを必要以上に咎める人や世間に直面した。それでも、こんな自分を理解してくれる人が確かに存在することを知った。私は将来、理解されるのではなく理解できる人に近づきたいと思っている。皆が会食の場で「食べれる」メニューではなく「食べたい」メニューを頼んで、「おいしい」と言える未来に少しでも貢献できるように、私は会食恐怖症克服支援カウンセラーの道を志している。

弱さを告白しても、それで良いと言ってくれる人がいた。意識が変わったことで、孤独な戦いが終わりに近づいていることを私は確信している。

## 優良賞

### 命と未来に関わる仕事がしたい

弘前学院聖愛中学校 3年 小林 音愛



私には「助産師」になりたいという夢があります。

私は小さい頃に「コウノドリ」という映画を見ました。その映画の中で助産師が妊婦さんを支え、赤ちゃんが無事に生まれる瞬間の緊張感と感動。その手で赤ちゃんを取り上げ、母親に赤ちゃんを渡すシーンに私は心を打たれました。そのシーンは特に何回も繰り返して見えています。でも、助産師になりたいという一番の理由は、最初に新しい命を受け取ることが素敵だなと感じたからです。

実際に、働いている助産師さんの声では、新たな命の誕生を直接的にサポートできるのは、助産師ならではのことで、生まれた赤ちゃんが元気な声で泣いてくれた瞬間は、何度体験してもグッとくるものがあるそうです。でも幸せなお産ばかりではないということが現実。私はこのことを読んだ時、助産師はそんな簡単になることはできないので、相当努力したのだと思いました。

私は、助産師の仕事には大きな尊敬の気持ちを持っています。彼女たちの技術や知識、そして何よりも母親と赤ちゃんへの、深い愛情と思いやりは、ただの医療行為にとどまらず、人々の命を守る尊い仕事であると感じています。出産に関わる助産師の努力があってこそ、命の誕生が安全で祝福されるのだと思います。

助産師になるためには、専門的な教育トレーニングが必要です。医療知識だけでなく、コミュニケーション能力や心理的サポートを行う力も必要です。助産師とは、相手に信頼されて成り立つ職業だと思うので、今から人とのコミュニケーションを多くしたり、仲良くするなどの意識していきたいです。

でも、実は、私の抱いている夢はこれで終わりではありません。「助産師」という名前から、出産の時だけ手伝うという仕事だけで終わらせたくないと思うのです。生まれてきた命をずっと見続けていきたい。そう思っています。だから、「福祉」や「ボランティア」なども勉強していきたいと思っています。テレビや新聞では、世界に食べ物や住む所などがあまりなくて、不自由している人たちがたくさんいます。せっかく生まれてきた赤ちゃんも例外ではありません。そんなふうにいる子ども達を助けたいと思っています。そんな私の「助産師」になるという夢。私にとってはすごく大きな夢だし、「命」と「未来」に関わることのできるすばらしい夢だと、そう思っています。

助産師になるという夢をいつの日にか実現させるために、これからの日々努力し一步一步前に進むつもりです。勉強はもちろん、人と出会ってさまざまな体験をし、美しいものに感動する心と命に対するいたわりの心を大切にしながら大人になっていこうと思います。

## 優良賞

### おにぎり

風間浦村立風間浦中学校 2年 佐々木 岳



皆さんが思うおにぎりの具、NO.1は何ですか？私は即答で、「塩にぎり」だと答える。塩にぎりの魅力はなんと言っても塩の塩味と米の甘みが混じり合い、一つのおにぎりで2つのうまみを味わえるところである。さらに、コストパフォーマンスが良い。最近は物価高で様々な食材の値段が高騰しているが、米と塩さえあれば完成する。それなのに、食べた時の満足感は何ともいえないものがある。以上のことから私は、おにぎり界の頂点は「塩にぎり」だと思う。

私が「塩にぎり」を好きになったのは、2つの「塩にぎり」を食べたことがきっかけである。1つ目は、母がつくる「塩にぎり」だ。それまで私は鮭のおにぎりが好きだったが、ある日母が何気なく作ってくれた「塩にぎり」を食べた衝撃を受けた。「塩と米だけで、これだけおいしいものをつくることのできるなんて。シンプルだからこそ母からのぬくもりや愛情をより感じられる」と幸せな気持ちになった。

2つ目は、コンビニの「塩にぎり」だ。母の「塩にぎり」に衝撃を受けて以来、コンビニでも「塩にぎり」を食べるようになったが、違うおいしさがあつた。今までは、「コンビニでわざわざお金を払って塩にぎりを買う人なんているのか、鮭やツナマヨを買った方がいいに決まっている」と思っていたが、母の手作りとは違い、均等に塩味を感じ、素材本来の味をより感じられた。

何度も言っているように、「塩にぎり」は塩とお米があれば完成する。このようにシンプルな食材で満足できるのに、世の中では「フードロス」という私には信じがたい問題がある。「フードロス」とは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことをいう。私なりに「フードロス」の原因を考えてみたが、「食べ物には何人もの思いが込められているという意識の薄さ」ではないかと思う。私の好きな「塩にぎり」も、塩を丹精込めて作った人、米を一生懸命育て収穫してくれた人、そして、愛情込めて握ってくれた母、と多くの人々の気持ちが込められて私の気持ちを幸せにしてくれている。私は弁当で「塩にぎり」を食べるたびに、こういった食べ物に込められた思いを感じている。そうすると、いつも以上においしさを感じることができる。

「フードロス」をなくすために、特別なことをする必要はないと思う。食べきれない分買う、つくりすぎない、あるものを食べきる、そして、「食べ物に込められている何人もの思いを感じる」ことなのではないだろうか。当たり前にも身のまわりにある食べ物だからこそ、食材を育てる人、運ぶ人、売人、作る人、全ての人のことを思って、改めて感謝しなければならないと思う。

「フードロス」をなくすことは、食べ物を大切にすることだけではない。きっと、人を思いやること、自分の生き方や考え方を見直すことにもつながるのではないだろうか。皆さん一人一人が、食べ物の向こう側にいる人たちを想像してみてください。今日の「いただきます」「ごちそうさま」の言葉が、より一層心がこもったものになるのではないのでしょうか。

## 【講 評】

### 青少年育成青森県民会議 委員 木村 洋志



7人の発表者の皆さん、お疲れ様でした。発表内容はもちろん、一人一人精一杯自分の言葉で表現する姿は、とても新鮮で感動を覚えました。皆さん一人一人の主張すべきものが、ちゃんと伝わってきました。とてもよかったです。それでは、講評に入ります。

濱谷舞香さん。中学校での部活、バスケットでの練習、落ち込んでいたとき、お母さんがよく言っていた「足るを知る」という言葉を思い出した舞香さん。今あるものに満足し、感謝するということが、人と比べるのではなく、今ある自分を好きになること、自分を受け入れることを、強い思いで話してくれました。これからも、他人を大切にし、そして自分を大切にすること、感謝の心を伝えて欲しいと思います。まさに、ありのままの幸せですね、ぜひ、父の日の時にお母さんの似顔絵を書いた頃の舞香さんに、笑顔で「私は幸せです」と、大きな声で言ってみてください。

山本萌衣さん。萌衣さんの発表には、自分という言葉が10箇所以上出てきます。否定的な自分から肯定的な自分へと変わってきた萌衣さん。吹奏楽部全国大会を目指し、練習を通して葛藤しながら、自分に問いかけ頑張ってきた様子がわかります。自分がいなければならぬ場所を見つけたからこそ、理想の自分はどこにいる？という題をつけたのではないかと思います。仲間や先生が認めてくれた、そして信頼してくれたことが自信に繋がった。そのころから、理想の自分はちゃんと自分の中にいる、ということを確認した萌衣さんです。どうかこれから目の前に広がってくる新しい世界に飛び込んでいってください。

若松紗那さん。確信というタイトルから、自分の心の中で信じることを確かなものにするという強い思いが、発表の中に現れていました。紗那さん自身が、会食恐怖症という不安障害と向き合うまでのことを今までの経験を通して語ってくれました。なかなか周りからは理解されない、受け入れられないと悩みながらも、前向きに進んでいくきっかけを見いだしました。同じ悩みを抱えている人たちのサイトを知る事で、自分の意識が変わった紗那さん。そこから社交不安に悩んでいる人を救いたいという思いが確信に繋がったのです。将来は会食恐怖症の克服を支援するカウンセラーを目指したいと言っています。夢の実現に向け、頑張ってください。

下川原蓮樹さん。いじめを受け、死のうとまで思いつめ、おかしくなっていた自分にお母さんがとった行動で、死にたいという気持ちから、生きたいという気持ちがはっきり見えた蓮樹さん。そしてそこから立ち直った経験を元に、学校に行けなくなった、ギフテッドの弟のことを思い、どんなことでも語り合う心の居場所の必要性を強く語ってくれました。自身が経験してきた、様々なことをもとに、将来は小学校の先生になるという夢を持った蓮樹さん。是非とも教員になって、思い悩んでいる子供たちに声掛けしてください。僕がいるよ。

船橋和花さん。結果以上に大切なのは、そこに至るまでの過程なのだ、もがいている不器用な自分を大切にしていきたい、そう「ありのまま」の私を、と最後に結論づけた和花さん。かつては何でも、器用にできない自分に落ち込み、習い事のピアノも他の子に先を越され一生懸命練習するのに結果が出ない、どうせ頑張っても、という負の感情が大きくなっていて、そんな和花さんにお母さんがかけてくれた、「次にできなくても大丈夫。何度も何度も挑戦して、いつかできたらそれでいいんだから。」この言葉をきっかけに頑張って、とうとう全国大会へ。入賞できなかったけど、晴れ晴れした。これからもありのままの和花さんを出しながら、いろいろなものにトライしてください。ありのままの自分、いい言葉ですね。

小林音愛さん。コウノドリという映画を見て、将来は助産師さんになるという夢を抱いた音愛さん。新しい命の瞬間に立ち会える仕事ですね、幸せの出産ばかりでもないという現実も踏まえながらも、助産師という仕事をリスペクトしながら、次に繋がる福祉やボランティア活動なども勉強していきたいと言っています。世界では貧困やさまざまな困難な状況が続いています。そんなところにも目を向けてるからこそ、命と未来に関わる仕事をしたいという提案してきています。助産師さんになる夢、きっと実現すると思います。頑張ってください。

佐々木岳さん。まず、おにぎりというタイトルにびっくりしました。読み進めているうちに、なるほどとわかりました。フードロスを考えるきっかけとして、お母さんが愛情をこめてにぎってくれた、塩にぎりのうまさに感動し、コンビニでも塩にぎりをチョイスする岳さん。素材までこだわる、そのうまさを追求していく、すごいですね。そういう自分の体験から、作り手から、流通、そして作る過程でもたくさんの方が係っていることを考えること、そして感謝する気持ちを持つことが、フードロスをなくすことに繋がると岳さんは言っています。そこから人への思いやりの見方や考え方まで広げてくれました。塩にぎりを食べている岳さんの顔、是非見てみたいです。

改めて、7人の発表者の皆さん、そして最後まできちんとした態度で聞いてくれた平内中学校の生徒の皆さん、今の気持ちはいかがでしょうか。うなずきや、疑問そして感動、いろいろあったと思います。そう思えることが、これからも皆さんの物の見方や考え方を広げていきます。一度テーマで感じたことや、社会問題について、みずからの言葉で発表するのが、この少年の主張大会です。

普段からいろいろなことに、興味関心を持つことが何より大事です。スマホの保有率が98%を超えている現在、是非、自分の言葉で、思いや考えを伝える、そんな瞬間があってもいいのではないかと思います。皆さんの今後に大いに期待しています。今日は本当にありがとうございました。

## 第47回「青森県少年の主張大会」実施要綱

### 1 趣 旨

少子高齢化、国際化、情報化が急速に進み、環境が目まぐるしく変化する現代社会において、次代を担う子どもたちには、心身ともに健康で他者を思いやる心を持ち、社会的に自立していける、健やかな成長が求められている。そのためには、広い視野と柔軟な発想や創造性などと共に、物事を論理的に考える力や、自らの主張を正しく伝え、理解してもらう力などを身に付けることが大切である。

未来に向けての夢や希望、社会との関わりで感じていること、心に響いた出来事から生じた思いなどを中学生が発表することにより、自分の生き方や社会との関係を考えるとともに、同世代や大人の、青少年に対する理解と関心を深めることを願い実施する。

### 2 審 査 日

令和7年9月25日（木） 13時30分から15時30分まで

### 3 主 催

青少年育成青森県民会議、独立行政法人国立青少年教育振興機構

### 4 後 援

青森県、青森県教育委員会、青森県中学校長会、青森県私立中学高等学校長協会、青森県PTA連合会、平内町、平内町教育委員会

### 5 審査会場

平内町立平内中学校 体育館  
（東津軽郡平内町大字小湊字新道46-26 電話：017-752-1256）

### 6 実施方法

所定の内容で県内中学生から募集し、原稿審査で選考された8名による主張発表を行う。

### 7 次 第

- (1) 開会
- (2) 主張発表
- (3) 審査
- (4) 結果発表及び表彰
- (5) 閉会

### 8 表 彰

主張発表を行った8名の中から最優秀賞1名、優秀賞2名、優良賞5名を選考し、賞状と記念品を贈る。

### 9 そ の 他

最優秀賞を受賞した者は「少年の主張全国大会」（以下「全国大会」という。）出場候補者として推薦され、ブロック代表を選考する審査委員会による審査の結果、北海道・東北ブロック代表（2名）として選考された場合は、全国大会に出場する。

## 【講 演】

### 「青森でスキを仕事に」

◇  
ボーカルグループ「ライスボール」実土里さん



皆さんこんにちは。

今日この校内に入った瞬間、みんなの元気な挨拶に本当に心を打たれてしまいました。こんな元気で明るいみんなの前でお話することができて、とてもうれしく思います。

今日は、「青森でスキを仕事に」というタイトルでお話をさせていただきます。

私は、2001年にこの地球に誕生し、現在24歳ですが、ちょうど11歳のときにリンゴミュージックという芸能事務所に入所して、2015年、14歳の時にライスボールのグループのメンバーになりました。だいたいみんなと同じぐらいの年の時にこの芸能というお仕事を始めました。

ライスボールっていう三人組ボーカルグループに所属していて、今年活動を始めて10年目になります。

まずは私の普段している活動ですが、ライブだったりイベントに出演したりしています。青森県内の市町村のイベントだったり、保育園とか病院とか施設でもライブを行ったりしています。平内町にも何回かイベントで来させてもらったりしています。そして、メディア出演、ラジオ、テレビだったり、YouTubeでいろんなことを発信するお仕事をしています。

あとはSNSでの発信、InstagramとかXとかで、青森の魅力を自分の言葉で発信するお仕事もしています。グッズショップの「me-dream」というサイトを運営してまして、私は、絵を描くことがとても好きで、その絵を描くことを生かして、何かできないかなあという思いで、グッズショップを始めました。

グループのコンセプト、ライスボールってみんな、何のことかわかる？

おにぎり、大正解！塩にぎり私も大好き。美味しいよね。

いつもプロフィールには、好きなおにぎりの具は、塩むすびって書いているから、一緒だって思いました。おにぎりっていうのはやっぱり、お米からできているから、青森県のお米だったりとか、お米農家さんを応援するグループとして活動しているの、お米農家さんのお手伝いなども行っています。

じゃあ、みんなの中で、将来の夢あるよっていう方いますか？

じゃあ、まだ決まってないよっていう方は？

私はですね、中学生の頃を振り返ると、やりたいこともなければ、なりたい将来の夢も全くありませんでした。ここから私の幼少期、子供の頃のお話をちょっとしたいと思います。

まず、生まれたての実土里です。私は保育園の頃や小学校の時は、人見知り・内気で、本当に人前に立つのが嫌だ、発表したくない、逃げ出したい、というタイプだったんですよ。で、うまくいかないとすぐに泣いてしまうぐらい、泣き虫で、目立たないように、目立たないように、と思って生きていました。だからさっき廊下でみんなが挨拶してくれたのが、本当にみんなってすごいなあって思いました。

そこで転機が訪れます。

小学校5年生のときに、須藤先生と出会います。須藤先生は、私の担任の先生だった方で、私のことを第7希望に選んだ委員会に入れて、全校集会で司会をさせたり、手を挙げていないけど、授業中、必ずあてたりと、何故か目をつけられていて、今まで自分がしたことのない司会だったりとか、発表するっていうことも本当に嫌だったのに、当てられたから嫌だけど発表するしかないか、というふうに、須藤先生のおかげで、人前に出るっていう機会が増えていきました。そして、それを続けた結果、あ、自分でも意外とできるんだ、ということに気づきました。それまでは、人前に立つのも恥ずかしいなあと思っていただけ、意外とできるかもしれない。ちょっとここで新たな発見がありました。誰かに褒められた言葉だったり、「自分、できるじゃん」という小さな成功体験が、少しずつ自分の

自信になってきました。

しかし、中学生になり、またここで新たな問題が起きました。

実土里は中学校、高校時代、何か変な声だね、とか、からかわられることがすごく多くて、特徴的な声だねって言われるのは嬉しかったんですが、隣のクラスの男の子に、変な声だねって、すごい馬鹿にされて、それが自分的に、あ、やっぱり変な声なんだ、自慢できないんだ、とネガティブになってしまったりとか、あとは絵がすごく苦手で美術の成績がいつも悪い、関節がこっちに曲がるはずが、こんな風に曲がっちゃう絵しか描けなかったり、一生懸命やってもバカにされるという日々が続いていきました。ここで、自分は、やっぱりできないんだ、悔しいって、一度ネガティブな気持ちになりました。

その次、専門学校に入りました。

入学したとき、ちょうどコロナ禍で、家にいる時間がすごくたくさんあったので、いろんなことに挑戦してみようということで、イラストだったりとか、動画編集、作詞作曲、この他にも、例えば些細なこと、お料理とか、お掃除とかも何でもいから、たくさんいろんなことをこの時間にやろうということを決めました。

そして、そのイラストだったりとか、動画編集したものをSNSにアップしたところ、家族とか、友達とか先輩からすごく褒めていただいて、あれいいねって言ってもらえる機会がたくさん増えました。

ここで気づいたのが、自信は、小さい成功体験の積み重ねでついていくものなんだ、ということです。

さっき発表をしてくださった方の中にも、自己肯定感っていうお話が、あったんですけど、やっぱり自分でできないんだって思えば思うほど、どんどんネガティブな方向に私も進んでいってしまったんですね。だから、例えば、1日1回でも部屋の掃除を綺麗に出きたとか、ご飯を美味しく食べられたとか、そういう些細なことでもいいんですが、小さな成功体験を自分自身で積み重ねていこうと決意しました。

そして、気づいたのが、苦手なこととか、欠点って、強みや個性になるんだということです。

先ほどお話しした通り、私は中学校のときに、この声が、ぶりっこしているとか、わざと出している声だと言われたりとか、あとは、その絵が下手くそだって馬鹿にされたりとかして、上手いことは普通にできると思うんですけど、苦手な事とか欠点って、人と違うからこそ注目されることだと思うんですよ。だから、苦手な事とか、欠点こそ、自分にしかできない強みになるんだということに、ここで気づくことができました。

だからこそ、今、できないなあとか苦手だなんて思って、悔しいとか苦しいっていう気持ちがある子に伝えたいんですが、そういう悔しいとか苦しいっていう気持ちは何より一番のエネルギーになると思います。みんなも出来ないこととか、お勉強とか、習い事とかもやっぱり得意不得意、できるペースも違えば、苦手なこともあると思うんですけど、そういう悔しいとか、苦しい思いをしたらしただけ、私は強くなれたなって思いました。

そして、スキを仕事にする、今回のテーマですが、このスキを仕事にするって難しいかなあと思う人もいるし、私も実際に、大人の人に難しいよって言われた経験たくさんあるんですが、スキを仕事にするっていうことは、そのついた職業の中で、スキなことを生かすっていうことだと私は思っています。例えばなんですけど、私も、ちっちゃいときは、みんなの前でこうやって発表しているなんて、想像もしていませんでした。

だけど、例えば、スキなこと、絵を書くことだったり歌うことを通して、ライスボールっていう活動をしていて、今ここにも立てている。いろんなことがそうやって繋がっていくと思います。

だからこそ、今は、つきたい職業がまだ決まってない子もたくさんいると思うし、決まっている子も今後、変わってももちろんいいと思うんですが、今、自分がスキなこと、そしてこれは絶対に嫌だなんて思うものを、自分の長所と短所をとにかく今は集める、知っておく時期だと思います。中学生の時って、何か私はすごく自分の嫌なところだけを見ていたなあって思うんですけど、みんな周りの人に自分のいいところってどんなところ？と聞くと、きっといっぱいあると思うし、それを見つめ直す期間でもあると思います。

だからこそ、スキなこと、嫌いなことを今しっかり知っておいて欲しいなって思います。そうすると、チャンスが来たときに、自分は、これできますとか、やりたいですって言いたくなると思います。

絵を書くことが好きな人、一般的には、例えばこういう仕事、画家さんだったりとか、Webデザイナーだったり、漫画家とか、絵から連想されるものって、こういうものが多いと思うんですが、例えば、雑貨屋さんに勤めましたっていうときは、その雑貨を紹介する、手書きのPOP、文字を書いたりしたりとか、パティシエになりましたってなったら、デコレーションケーキのそのイラストを書く人だったり、あとはカフェ店員になったら、メニュー表を作成したりとか、ラテアートとか、絵をかくことっていうスキなこと一つで、いろんな方向に繋がっていくと思います。

だから、今スキなことって、必ずどこかで生きてくると思うので、今スキなことはしっかり持ち続けて、いつか、役に立つ時が来るまで、その時までぜひ持ち続けて欲しいなって思います。

ここからわかることですが、青森県でできることって、意外とたくさんあります。

青森県じゃできない。とか、1回、青森県外に出てお仕事をしたいって考えている子ももちろんたくさんいると思います。県外に1回出てみたいっていうのもすごく応援します。だけど青森県でできることって本当にたくさんあって、私みたいに、青森で芸能の仕事ができるなんて思ってもなかったけど、探してみると、意外とあったりとか、あとは今、青森県にないものを自分で作っちゃうっていうのも一つの手なのかなって思うし、自分の工夫次第で、青森県にしながらできることってたくさんあると私は思います。

最後に、私が今一番大切にしている言葉があります。

「1回」っていう言葉です。何かそんなにいい言葉に感じないかもしれないのですが、今一番大事にしている、「1回」っていうのは、「1回やってみる」っていうことです。

迷ったら、1回やってみる。やらずに終わるっていうのが一番もったいないことで、スキなことを見つけるためにも挑戦する、1回やってみるっていうことは、やっぱり大切だなあって思います。

やってみたい習い事とか、お料理とか、この人と話してみたいなとか、県外にでてみたいなとか、どんなことでもいいんですけど、ちょっとでも迷ったら、1回やってみて欲しいなと思います。

私も人見知りとかを直したくて、この芸能事務所に入る、オーディションを受けるって決めたので、その1回の勇気が、きっとみんなの将来のすてきな出来事に繋がってくると思います。

なぜ3回でも10回でもないかっていうと、人それぞれ合う合わないとか、好き嫌いとかあるし、嫌いなものを無理やり好きにするとかじゃないです。食わず嫌いと一緒にだと思っていて、1回食べてみて、美味しかったら食べ続ければいいし、自分は美味しくないなって感じたら、そこで食べるのをやめてもいいと思います。

中学生のときは、やっぱりこの「1回」というのを大切に、いろんなことに1回チャレンジしてみて、自分の好き嫌い、合う合わないを、ぜひ自分の貯金としてためていって欲しいなと思います。きっと挑戦したもの勝ちで、楽しいことはやってくるなあって、私は思いますので、みんなもよかったら、私と一緒にこの「1回」という言葉を唱えて欲しいなと思います。

ぜひ「1回」を胸に、これからも、みんながスキなことをスキなお仕事としてできることを楽しみにしています。

青森県で生まれ育ったのは、私もみんなも一緒だし、青森県で頑張ろうって思っているのも同じだと思います。これからもそんなみんなを応援しています。また、お会いできることを楽しみにしています。今日は本当にありがとうございました。ライスボールの実土里でした。



# 第47回 少年の主張全国大会～わたしの主張2025～ 内閣総理大臣賞

## 伝える

鳥取県 鳥取市立桜ヶ丘中学校 三年 谷口 鉄馬

手を挙げた瞬間、みんなの息を吸う音が聞こえる。そして合唱が始まる。穏やかに始まった合唱が坂を登るように盛り上がっていく。僕はどんなふうに歌ってほしいかを、手で、そして全身で表現する。音楽が弾ける。僕が好きな瞬間のひとつだ。

僕は中学校で、合唱コンクールの指揮者を三度務めた。今年の曲は「心の瞳」。練習はまだ始まったばかりだ。

僕が指揮をするのは、口唇口蓋裂という病気の影響がある。僕の唇では、歌う時に上手に発音をすることができないが、指揮者なら、みんなの役に立つことができるからだ。

僕は生まれた時、唇と上の顎が裂けていた。このままでは、母親の乳を吸うことができずに死んでしまう。成長しても唇の隙間から息が漏れてうまく話すことができない。僕は、生まれてすぐに手術を行なった。

顎と唇の隙間は一応塞がったものの、鳥取の病院では、それ以上の対応はできなかった。両親が必死になって探した岡山の病院で、赤ちゃんの僕はまた手術を受けた。手術を何度も繰り返し、何年も通院を繰り返した。今でも年に一度、岡山に通っている。そのおかげで、今では食事を取ることもできるし、会話することもできるようになっている。

しかし、人と話す時に心に引っ掛かりがあるのも事実だ。発音がしにくいので、僕の言葉がどう受け止められているのか、相手の表情を気にしながら話すこともある。実際、何度も聞き返されることや、発音のことをからかわれることがあった。何度も聞き返される時は、相手に対して申し訳ない気持ちになる。からかわれた時は、馬鹿にされたことに苛立ちを覚える。何を言っても無駄だと感じて諦めるときがある。

小さい頃、口元にマスクをつけた僕のことを、見知らぬ女性が「かわいいねえ」と言った。しかし、マスクをとった僕の口元を見た女性は、僕のことを「かわいそうな子」と言ったそうだ。「かわいい」と「かわいそう」。わずかな違いかもしれない。けれど母にとっては大きな違いだった。「かわいそう」という言葉に、「不幸な子」という意味を感じたのかもしれない。母は「鉄馬は可哀想な子じゃない!」と強く言い返したという。

そんな母も、「こんな体で産んでしまっでごめんね」と口にしたことがある。そのとき僕は「気にしないで、大丈夫だ」としか返せなかったけれど、両親にとっても感謝しているのだ。この病気を治してくれるためにたくさんのお金をしてもらった。歯の矯正をするにも、僕の場合は特別な処置が必要なので、岡山の歯科医に毎月通わせてもらっている。ほとんどの場合、父が送迎してくれる。こんなふうに、お金も、時間も、愛情もたくさんかけてくれた。僕の唇は、その証だから。

そんな僕が、中学一年生で合唱の指揮者になった。未経験のこの役割に強くひかれ、すぐ立候補した。実際にやってみると、どうやったら歌い手に的確に伝わるか、手で伝える面白さを知った。自分なりに指揮をアレンジして、どの部分をどう歌ってほしいのか、楽しみながら伝えることで、今までにない達成感を得られた。正しい発音は一つだけど、人を感動させる音楽は無限にある。僕は、僕の指揮でそれを表現できることに、言いようのない喜びを覚えた。指揮することで表現できる世界の広さは、僕が歌うことで表現できる世界を大きく飛び越えていった。

口唇口蓋裂の子供たちは、話すこと、表現することを躊躇しがちだ。でも、自分のことを伝えたい、表現したいと強く思っている。諦めずに伝えてほしい。言葉でも、それ以外でも、自分を表現する方法は、きっとある。伝えたい思いを受け止めあえたら、病気や障害、色々な違いにかかわらず、お互いの世界はもっと広がるはずだ。

今年の合唱曲「心の瞳」はこう始まる。

「心の瞳で君を見つめれば、愛すること、それがどんなことだか、分かりかけてきた」

言葉で言えない胸の暖かさを、見つめ合うことで伝えるという詩だ。

伝わる。きっと伝わる。だから伝えることを諦めないでほしい。言葉でも、音楽でも、見つめ合うことでも、自分らしいやり方が、きっとあるはずだ。

## 教育の光と私の願い

岐阜県各務原市立蘇原中学校 三年 イクバル ラリナ

私の名前はイクバルラリナです。パキスタンの北にある、スワートという美しい谷から二年半前に来ました。はじめに、私の父が言ってくれた言葉を紹介させてください。

「たとえ声がふるえても、真実を話しなさい。あなたの声は、だれかの希望になるかもしれない。」

この言葉があるから、今日、わたしはここに立っています。小さな声ですが、大きな夢をもっています。

スワートはとてもきれいなところですよ。春になると、谷には色とりどりの花が咲きます。川の水は青くて冷たく、山には白い雪がのっています。人々はやさしく、笑顔であいさつをしてくれます。でも、わたしの子どもの時代は、ずっと平和ではありませんでした。小さいころ、音楽が禁止され、テレビも見えてはいけないと言われました。そして、いちばん悲しかったのは、「女の子は学校に行ってはいけない」と言われたことです。わたしはとてもこわかったです。でも、「わたしも勉強がしたい」「わたしにも夢がある」そう思っていました。

マララ・ユスフザイさんもスワート出身の女の子でした。彼女は「教育は私の権利」と世界に向けて声を上げました。その声は、大きな力になりました。私もこの言葉に大きな勇気もらいました。私も教育の力を信じています。教育は、光です。教育があれば、自分の力を知ることができます。夢を見ることができます。そして、自分を大切にできます。わたしの家族はわたしを応援してくれました。

「勉強すれば、なんにでもなれるよ」と父と母から言われました。

日本に来た時、新しい世界が待っていました。言葉・文化・食べ物もすべてが違っていました、同じことが二つありました。

それは、尊敬することの大切さと教育の力です。日本では、いつも私が夢を見ていたものが見られました。それは、女の子と男の子が、一緒に学ぶ学校です。みんなに教科書があり、きれいな教室があります。やさしい先生たちがいて、自分が成長できる安全な場所です。私は、クラスのみんなが考えたり、疑問をもったり、創造したりすることを教えられているのを見ました。そして、何よりも自由を見ました。学校は安心で、心強い場所です。日本は、すべての子供たちに平等で自由になれる教育を与えてくれました。そして、どんなこともできると私に教えてくれました。

私は将来やりたいことが見つかりました。それは、英語の先生になることです。英語が好きだからというだけではなく、他の人が世界中に向けて話せるよう手伝いたいからです。英語は教育やたくさん人のチャンス、そして世界中の人と友達になるきっかけを開くドアです。

いつかパキスタンに帰り、すべての女の子が安全で自由になれる学校をつくりたいと思います。私は、パキスタンの女の子に「あなたは大切な人です。あなたの声大切です。あなたの夢はかないます。」と言いたいんです。そして、私の村の親たちに言いたい。「女の子たちに教育を受けさせましょう。女の子が教育を受けることは、家族全員の希望だからです。」と。

私はまだ十四歳です。しかし、私の夢は大きく、希望で満ちています。世界を変えるのに、若すぎることはないと思います。若いからまだまだできることがあります。

私は自分のために話しているわけではありません。今も学校に行けるように待っているスワートのすべての女の子たちのために話しています。教科書を隠さなければならないすべての子供たちのために話しています。

そして、私はここで、どこに生まれたかに関係なく、すべての子どもが学ぶ権利をもつ世界を信じている、すべての人々に語りかけています。

私の人生に光を与えてくれた日本に感謝します。そして、スワート、私に力を与えてくれてありがとう。

私の両親、特に私の声を信じてくれた父に感謝します。

# 国立青少年教育振興機構理事長賞

## JOIN ME

大阪府 泉大津市立小津中学校 三年 中村 詩織

「私がやります。一人でできます。」そう言って私は、何でも一人で抱えこんでいました。クラス劇では音響も舞台背景も一人で担当。校則見直しのための原稿づくりも、全部一人で引き受けました。

一人の方が、自分の思う通りのものができる。そう思っていたけれど、いつもみんなの輪から少し離れた場所で、黙々と作業をしている自分がいました。私は根本的に、人のことを、仲間のことを信頼できなかったのです。でも本当は寂しかった。

そんな私が変わったのは、放送部の活動がきっかけです。毎年、全国放送コンテストに出す作品を制作しています。この時の番組のテーマは「通知表」。

日本全国の通知表を集めてみると、どれも数字やABCが並ぶ、似たようなものばかりでした。

「通知表って、そもそも何のためにあるんだろう。」

そんな疑問から、私たちは泉大津市の教育委員会を訪問しました。

「通知表はね、自分の学びを振り返って、次の学びにつなげるためにあるんですよ。」

えっ、本当に？私はずっと、成績を数字で表すだけのものだと思っていました。

「通知表はね、決まった形はなくて、学校ごとに自由に作り変えていいんですよ。」

「通知表って、変えられるんですか。」

通知表の形なんて、ずっと変わらないと思っていました。

「だったら、私たちが考えてみようよ。今の時代に合った、理想の通知表。」

番組作りメンバーの一人が言いました。

「AIとか使ってみない？デジタルの通知表にしようよ！」

「通知表=紙」と決め込んでいた私は、その一言で一気に世界が広がった気がしました。

小さい頃から「自分の意見が正しい」と思い込んでいた私。しかし、他の人の意見に耳を傾けると、自分の「正解」がぐらっと揺らいで、新しい答えが見えてくると知りました。

完成したテレビ番組の中の「通知表」は、AIのアバターが、

「大丈夫。次はここをがんばればできるよ。」

と、温かい言葉をくれるものです。私たちはその案を、番組として校長先生に提案しました。この動きが広がり、小津中学校では通知表の見直しが動き出しています。

その後、OECD主催の通知表についての国際ワークショップにも参加することに。そこでは、私がどんな意見を言ってもみんな頷いてくれて、認めてくれました。

私の学校の校則見直し活動はルールメイキングと呼ばれています。そこには私の意見を

「それいいね。」

と受けとめてくれる仲間たちがいます。ただ認めるだけでなく、

「それってどういう意味？」

「本当に自由にして大丈夫かな。」

といった、たくさんの自分とは違う意見も伝えてくれます。そんな仲間といることで、私も少しずつ変わっていった気がします。

ある日、母がこんなことを言いました。

「自分と違う意見でも相手を理解しようとする。それが多様性ってことなんじゃないかな。」

その言葉が私の「かたさ」をさらにやわらかくしました。まるで、木の幹のように固かった私の考え方に、たくさんのやわらかい枝や葉っぱが生えてくるように。

通知表は「変わらないもの代表」だと思っていたけれど、実は変えられるものでした。そして、仲間との対話が、私自身の心も変えてくれたのです。

「変えられない」と思っているものは、自分の思い込み。

あなたの中にも、変えたいけどあきらめている何かはありませんか。それはきっと、変えられます。私を変えたのは、たくさんの人との対話です。

最近になって、私ができるようになった言葉があります。

「一緒にやろうよ。」

変えられないと思っている日本中のみんなに、伝えたい言葉があります。

「一緒に、変えようよ。」

# 審査委員会委員長賞

## 見えないからこそ、見えたこと

福島県 福島市立岳陽中学校 三年 高橋 美衣

あの一瞬。油断したあの一瞬が、私の人生を大きく変えてしまったのです。

四歳のある日。私は、道路に飛び出しました。「ドン！」目の前が、一気に真っ暗になりました。「痛い、痛い。」私は泣き叫んだそうです。次の日の新聞に載るほどの事故でした。頭蓋骨と鼻の骨折、そして、左目の眼球破裂。私の左目は、全く見えなくなりました。そしてもう、二度と治りません。

あの日から、左目に注目される毎日が始まりました。何度も何度も、「目、どうしたの?」「目、大丈夫?」と言われるたび、「私は人と違う」という感覚が大きくなりました。

そして小学校に上がった頃。私は決定的な言葉をかけられました。

「目、変じゃない?」

体中に衝撃が走って、息が苦しくなって、涙が止まらなくなりました。ずっと気にしていた人と違うことが、悪いことだとはっきり突きつけられたのです。私は人と違うことが怖くなって、鏡を見ることもできなくなりました。

でも、私には一つだけ、誰にも負けない特技があります。それは、ピアノです。母が、ふさぎ込んでばかりだった私に、ある動画を見せてくれました。ショパンの「別れの曲」でした。あの時の感動は、今でも忘れられません。とたんに、ピアノの世界にぶわっと引き込まれたのです。

そして、ピアノを弾いていた辻井伸行さんは、生まれつき目が両方とも見えないと知りました。私は四歳までは見えていたし、片目は今でも見えている。そう思ったら、私にもできる気がしてきたのです。弾いてみたら楽しくて、楽しくて、私はピアノが大好きになりました。

そして小学五年生の発表会の時のこと。演奏の後、知らないおばあちゃんが、「素晴らしかったね」と褒めてくれたのです。ピアノの演奏だけを、褒めてくれたのです。

人生で、一番嬉しかったです。私は一瞬、「目が見えないのにすごいね」と言われていると思いました。しかしおばあちゃんは、私のピアノだけを聴いて、褒めてくれました。それが、何よりも嬉しかったのです。左目を失って、ピアノと出会えたからこそ、私は本当の「私」を、みんなに表現できるようになったのです。

「多様性を認める社会に。」いい感じの言葉です。しかし私は、「認めない」多様性が、たくさん隠れていると思うのです。もし、ピアノを弾けなかったら?もし、一人で動けない障がいがあったら?私はこれほど、みんなに支えてもらえたのでしょうか。

多様性は、認めるものではありません。ただ、そこにあるのです。左目が見えなくて、外見が人と違うのも多様性。ピアノが得意なのも英語が苦手なのも多様性です。私は毎年、クラス合唱の伴奏をします。近くに英語が得意な子がいたら、私は教えてもらいます。

会場の皆さんだって、同じです。料理が苦手な人。運動が得意な人。しゃべるのが苦手な人。みんな違うから、お互い助けたり、助けられたりする。何も、特別なことはないのです。

私は人と違って、左目が見えません。しかし、いや、だからこそ、見えない人の苦しさを、助け合うことの素晴らしさを、みんなに伝えることができるのです。

そう。私は、障がい者ではありません。私は、皆さんと同じ、「多様者」です。

# 第47回少年の主張全国大会 ～ わたしの主張2025 ～

## 開催要綱

1. 趣 旨 少子高齢化、国際化、情報化が急速に進み、環境が日まぐるしく変化する現代社会において、次代を担う子どもたちには、心身ともに健康で他者を思いやる心を持ち、社会的に自立していける、健やかな成長が求められています。  
そのためには、広い視野と柔軟な発想や創造性などと共に、物事を論理的に考える力や、自らの主張を正しく伝え、理解してもらう力などを身に付けることが大切です。  
少年の主張全国大会は、子どもたちにとって、これらの契機となることを願い実施するものです。
2. 開催日時 令和7年11月16日（日）13時～16時
3. 開催場所 国立オリンピック記念青少年総合センター カルチャー棟大ホール  
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3番1号
4. 対 象 日本在住の中学生及びそれに相応する学籍又は年齢にあるもの。  
※国籍は問わないが日本語で発表できること。なお、作品は未発表、自作のものに限ります。
5. 主 催 国立青少年教育振興機構
6. 協 力 都道府県、青少年育成道府県民会議、全国青少年育成県民会議連合会、全日本中学校長会、日本私立中学高等学校連合会、公益社団法人日本PTA全国協議会
7. 後 援 こども家庭庁、文部科学省、東京都教育委員会、日本放送協会、一般社団法人日本民間放送連盟、一般社団法人日本新聞協会、社会福祉法人全国社会福祉協議会
8. 主張発表者（出場者）・発表内容
  - (1) 主張発表者 各都道府県より推薦された地方大会（都道府県大会）優秀者1名、計47名の中から、ブロック代表として選ばれた12名が主張発表を行います。
  - (2) ブロック代表定数 全国を5ブロックに分け、ブロック毎に出場者数を定め、それぞれの数のブロック代表者を選出します。  
○北海道・東北ブロック：2名 ○関東・甲信越静ブロック：3名  
○中部・近畿ブロック：3名 ○中国・四国ブロック：2名 ○九州ブロック：2名
  - (3) 発表内容  
ア. 社会や世界に向けての意見、未来への希望や提案など。  
イ. 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。  
ウ. 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。  
また、商業的な固有名詞の使用は極力避けるようにしてください。  
(悪い例：○○県にある○○旅館 良い例：○○県にある旅館 など。)
  - (4) 発表時間 5分程度（400字詰原稿用紙4枚程度）
9. 表 彰
  - (1) 全国大会出場者全員(12名)に国立青少年教育振興機構理事長より奨励賞、全国大会出場者に選考されなかった都道府県代表者全員(35名)に同理事長より努力賞を贈ります。
  - (2) 全国大会の審査委員会で審査の上、内閣総理大臣賞・文部科学大臣賞・国立青少年教育振興機構理事長賞を選考し、賞状を授与します。また、審査委員会の審査過程によっては、審査委員会委員長賞及び審査委員会特別賞が選考される場合があります。
  - (3) 全国大会出場者全員(12名)に、記念品が贈呈されます。また、内閣総理大臣賞・文部科学大臣賞・国立青少年教育振興機構理事長賞・審査委員会委員長賞・特別賞を受賞された方には、副賞が贈呈されます。

～育てよう 未来を見つめる かがやく瞳～



## 青少年育成青森県民会議

〒030-8570

青森市長島1-1-1 青森県県民活躍推進課内

TEL：017-734-9224

FAX：017-734-8050

E-mail：[katsuyaku@pref.aomori.lg.jp](mailto:katsuyaku@pref.aomori.lg.jp)

