

金賞 小学生の部

ありがとうでえがおを

菊川市立堀之内小学校 四年

新井 陽菜

「いつもありがとう。本当に助かってる」

ふいに言われてびっくりした。これは、私が学校に行く前に言われた言葉だ。私は二年生の時から、学校のある日は毎朝、登校班の一年生をむかえに行っている。私にとっては当たり前のつもりでやっていることだけど、「ありがとう」と言われるとなんだか心がくすぐったくなり、自然とえがおになる。

私がむかえに行くことにしたのは、私が一年生の時、一人で行くことに心細さを感じていたからだ。集合場所は歩いて五分もかからない公園で、大人からしたらこの気持ちにはわからないだろう。私も二年生になるころには心細いと思うことはなくなった。でも、新しい一年生はどうだろうか、「私と同じように心細いと感じている子はいないかな」どうしたら安心して

登校できるかな」と考えたきっかけ、むかえに行くことにした。もしかしたら、必要のないことかもしれないし、「ありがとう」と言葉をかけられることもなかったかもしれない。それでも私は朝のむかえを続けているし、これからも続けていく。私にとっての小さな親切とは、自分がしてもらいたいと思うことを他の人にするることなのだ。

もちろんこの考えはこれからも変わらない。でも、「ありがとう」は必要のない言葉なのだろうか。私は当たり前のつもりでやっていた朝のむかえも、言ってもらうことで心がくすぐったくなるのを感じた。私にとってはこの、「ありがとう」という言葉自体も小さな親切なのだ気づいた。

これまでの自分をふり返ると、思いがけない時や、急いでいる時、わざわざ声に出して言うのがてれくさい時、「ありがとう」という言葉が出てこないこともたくさんあった。小さなことで「ありがとう」と言う言葉が思いうかばなかったこともあったかもしれない。でもその一言を伝えることが小さな親切になり、人をえがおに出来るのかもしれないのだ。

私は、これから「小さなありがとう」をさがしていきたい。今まで、当たり前に感じていたことでも、きつと「ありがとう」にあふれている。お母さんが勉強を手伝ってくれる、妹がいっしょに遊んでくれる、おばあちゃんが心配してくれる。こ

んな当たり前に感じている小さな親切を当たり前と思うのではなく、「ありがとう」と言葉で伝えたら、みんながおどろいた顔をするか、えがおになるか、今からワクワクする。

たくさんの小さな親切と「ありがとう」はきつとみんなをえがおにする。これから、私のまわりは「小さな親切」と「ありがとう」で、えがおがあふれた毎日になるだろう。



おばあちゃんが教えてくれた親切

浜松市立有玉小学校 六年

本山 奈々

私の母は、デイサービスで看護師として働いています。私は時々、母の職場に遊びに行くことがあります。そこで出会った認知症のおばあちゃんの話です。

私が、母の職場に行くときたくさんのおじいちゃん、おばあちゃんとゲームをして遊んだりしています。母は、

「それが脳に刺激があつて、認知症に効くんだよ」

と言います。私が好きになったおばあちゃんは認知症が進んでいて、ゲームもできません。ずっと、

「あんた、かわいいね。かわいい子だね。」

と何度も同じことを言います。

ある時、そのおばあちゃんが、ティッシュを一枚取って私にくれました。私はティッシュがほしいとも思っただけで、必要な様子もなかったのに、

「はー」

と渡してくれました。どうしたらいいのだろうと困っていると、



金賞

母の職場の方が、

「ありがとうね。次使う時にもらっておくね。」
と受け取ってくれました。

認知症の方とお話をする、話や行動が理解できずに困ることがたくさんあります。でも、何かしてあげたいという気持ちからティッシュをくれたのではないかと思うと、すぐに、

「ありがとう。」

と言えなかったことが残念でした。

おばあちゃんの親切は、私にとって必要なものではなかったけど、おばあちゃんの優しさがいっぱいのお親切でした。すぐにありがとうと言えなかった残念な気持ちもあったけれど、後から気づいて嬉しい気持ちになりました。

おばあちゃんのように親切な心が分かりにくいこともあります。親切な気持ちが上手に表わせない人もいます。小さくてみんなが気が付きにくい親切もあります。私は色々な親切に気がつける人になりたいと思いました。



「人を思いやるということ。」

森町立森小学校 六年

山本 花羽

今年の三月、私が忘れられない出来事があった。

私はサッカーをやっていて所属している女子のチームで見事県大会で優勝して東海大会に出場できる事になった。忘れもしない三月二十六日。ぎふ県のかわせみスタジアムで行われた大会。私達のチームは一回戦二回戦と勝ち進み、いよいよ決勝まで進んだ。

大雨の中での試合、グラウンドには大きな水たまりがいくつも出来て、ボールはけつてもけつても前に進まない。いつもなら、ドリブルをして、パスをして、仲間と、自分達のやりたいようなサッカーが出来るのにその日は全くうまくボールを回せなかった。そして、相手チームと0対0で試合は終わりよう。PK戦となった。すぐくん張した。結果は、PKを私が外してしまい負けてしまった。外したしゅん間、頭の中が真っ白になって、だけどすぐに負けたんだ…と分かり、しんぱんの笛の音と同時に涙があふれてきた。すると次のしゅん間、私の肩をトン

とたたきながら誰かが声をかけてくれた。

「一緒に戦ってくれてありがとう。ナイスシュートだったよ。」顔を見ると、相手チームのキャプテンとゴールキーパーが、私に声をかけてくれていた。すぐくんやしくて、すごく辛くていっぱいのは、何も返事が出来ず泣いていた。仲間のところに戻って皆に声をかけてもらおうと、また涙がとまらなくなってしまった。しばらくして、荷物置き場に戻るとさっき、私に声をかけてくれた相手チームのキャプテンがいた。その時、私はくやしい気持ちと同じくらい相手の子に対して、

「すごい子だな。」という気持ちでいっぱいになっていた。ふ通なら、勝ったしゅん間、仲間のところに走って行って、よろこぶのにその子は、まず失敗した私の所に来てくれて声もかけてくれた。同じとしの、同じサッカーをやっている子が、相手の事をまず考えている事に、「すごい」という気持ちになった。私が逆の立場で、できただろうか。

「人を思いやる＝親切」なのかは、分からないけど、私はこの大会で、サッカーは足が速かったり、技術がすごいというのは重要だと思うけれど、もっとも大切な事は、

「人を思いやること。」なのかもしれないと思った。

サッカーでよく「リスペクトを忘れない」という言葉を聞いたりするけれど、スポーツだけでなく、私達の毎日の生活の中



金賞

で、相手を思いやる、リスペクトするそういう事からすこしずつ、小さな親切が自然と出来るようになるんじゃないかなとは思っている。



金賞 中学生の部

小さな親切は大きな優しさ

静岡市立城内中学校 一年

青島 和

私は、大きく深呼吸した。これから、文化祭で合唱の伴奏をする。

「頑張ってるね。」

と、ある友達がカイロをくれた。

これは一か月前のこと。私は合唱の伴奏に立候補した。

「私、負けないから。」

声をかけてきたのは伴奏の座を狙っている、同じクラスのマイさんだった。音楽が好きで伴奏をやっていたそうだ。オーディション当日、私は思うように弾けなかったが、結果は私に決定した。喜ぼうとしたそのとき、

「おめでとう。」

とマイさんが言ってくれた。私はうれしい反面、複雑な気持ち

になった。

実はオーディション前にマイさんから「結果はどうあれ、これからも仲良くしようね。」という手紙をもらっていた。私も、ずっと、マイさんと仲良くしたいと思った。それからのこと、マイさんは今まで通り接してくれた。

そして本番の日、私は震えた手でお守りをギュッと握りしめて登校した。教室には緊張しているクラスメートがたくさんいた。自分の席に着くと、マイさんが私に近づいてきた。マイさんは、

「頑張ってるね。」

と言ってカイロを私に差し出した。私は、たまらなく嬉しかった。こんなことは初めてだったからだ。私は感謝して受け取った。

「こんな暑い日にカイロなんて変だけど。」

とマイさんは笑った。私は首を横にふり、ニコッと笑った。私が落ち着いて伴奏できるような気遣ってくれたのだと思うと、涙が出てきそうだった。

本番直前になり、もうすぐ私たちの合唱というとき、私の緊張はピークに達した。落ち着くと自分に言い聞かせていると、マイさんの応援の言葉を思い出した。ポケットの中のカイロは温かい。そのカイロを触るたび、自分の心も温かくなった。私

はステージに上がり、伴奏を始めた。私は弾きながらマイさんの言葉を思い出していた。そうすると落ち着いて弾いていられた。マイさんと目が合った。ニコッと笑っていた。私も笑い返した。マイさんの言葉とカイロのおかげで今までで一番良い伴奏ができた。最後に礼をしたとき、客席から盛大な拍手をもらった。自分で自分が誇らしかった。私は達成感に満ちていた。

マイさんの親切は私にとって大きな優しさだった。また、マイさんの親切は、とっても幸せな時間をくれた。来年、マイさんが伴奏をやることになったら、私が精一杯、応援したいと思った。



思いやりのリレー

磐田市立城山中学校 三年

駒井 綴

私の住む地域にはご年配の方が多いです。そこで、最近自治会によってゴミ捨て場について新しい規定ができました。本来ゴミは公会堂の駐車場で集めています。公会堂は坂の上には位置している為重い瓶や缶のときに坂をのぼるのは大変なのではないか？という意見が出ました。その為、坂の下にも仮のゴミ捨て場を設置し、公会堂まで行くことが困難な人は利用しても良いとなりました。この意見は子供会の方々、つまり私達のお母さんお父さんが出したそうです。私は、自分だけでなく周りに住む人にも気を配れることや、思いやりの心を沢山の人が持っていることに感動しました。そして、私も地域に貢献しもっとあたたかな地域にしていきたいと思うようになりました。ある日、いつも通りゴミ捨てに行っていると、坂の途中で重いゴミを持っているおばあさんに会いました。私は声をかけようか迷いましたが、勇気を出して「持ちますよ！」と声をかけました。おばあさんは、「悪いね。

ありがとう。」と笑顔で答えてくれました。なぜ坂の下にゴミ捨て場が設置されたのにわざわざ坂の上まで来ていたのか気になった私はおばあさんに聞いてみました。すると「ゴミの回収をする人が大変でしょ。元々この地域のゴミ捨て場は公会堂だけだからね。」そう答えました。確かに新たなゴミ捨て場が設置されたことで回収する人は二箇所まわらなければいけなくなります。私は、おばあさんの話を聞いて、この地域は本当に思いやりで溢れているなと思い、胸がいっぱいになりました。人からもらった思いやりをまた別の誰かを思いやる気持ちに変えていく、このような思いやりのリレーが行われているのです。そして、ご年配の方が多地域だからこそ、このような思いやりのリレーを私達がつないでいく必要があると思います。身近なことだと、最近、近所に小学生の子が居る家族が引っ越してきたので困っていたら率先して助けてあげたいです。そして、その子がまた別の誰かに思いやりのある行動をしてくれたら嬉しいです。ささいなことかもしれないけれど、小さな積み重ねがあたたかな町をつくりていくと思います。私自身も人からもらった思いやりを誰かの為に行動に移せる素敵な人になりたいです。そしてこの考えが、世代の垣根を超えて広まってほしいと思っています。



玄関先で。

磐田市立城山中学校 三年

永田 紗亜弥

私は今日小さな親切はとても身近なところに潜んでいたのだと気がついた。私は七人家族であり、洗濯物を片付けるにも、お皿洗いをするにも時間がかかる。大量の家事を毎日毎日母一人で行っている。大変そうだなと思いつつも、自分から手を差し伸べることはできなかった。忙しいにも関わらず、私たち姉妹の対応もしてくれる。母の優しさから躊躇なく無理なお願いをすることもいつもの日常だ。大変なことは十分わかってはいる、しかしきつと対応してくれるだろうという勝手な考えと母への信頼からあたりまえのように頼ってしまう。

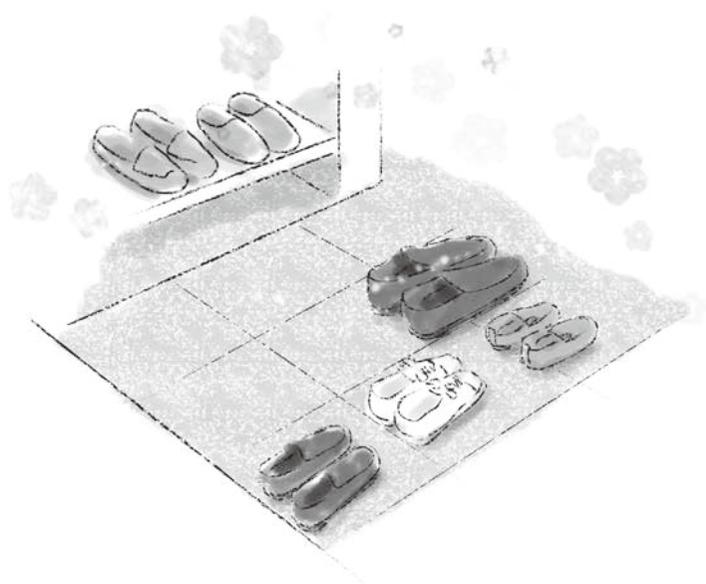
私が朝学校に行くとき、家族の靴はいつも縦に並んでいる。家の中からの視点で、一番前に妹と父の靴があり、その次に私の靴、一番手前に姉の靴が並び、棚の中に祖父母の靴が整頓されている。この靴の並びは日常的になっていて、私は特に何も感じていなかった。ある日の夜、母が一人で玄関先にいるのに気がついた。よく見てみると、いつもの順番に靴を並べていた。

なんでいつもこの順番なのか聞いてみると、母の返答に私は深く感心した。

「早く家を出る人が一番前、遅くに家を出る人が一番手前。並べておいた方が忙しい朝でもスムーズに出られるでしょ。最後の仕事。」

その発言で私は洗濯や食事の準備など目立った家事にしか目を向けられていないことに気がついた。母自身、仕事もして、家事もして……。自分の時間が取れていないにも関わらず些細なことにまで気を遣ってくれて、家族の対応もしてくれる私の母がかっこよく見えた。それと同時に何も手伝えていない自分がとても情けなく、申し訳なさでいっぱいになった。また、自分自身の家での行動や日々の生活について考えさせられるきっかけにもなった。

靴並べは家事の中でも目立たない仕事だ。些細なことでも第一に家族のことを考えて、自分の時間を削ってまで気を遣ってくれる私の母は本当に世界一のお母さんだと思う。毎日大変でつらいはずなのに、私たちには一切嫌な顔を見せず、いつも笑顔で元気に話してくれる母に尊敬でいっぱいになる。みんなが安全に過ごせるように、靴を整頓してくれる母の小さな親切が何よりも親切で、優しさと気遣いで溢れている。私もいつか家庭をもったら、母のような素敵なお母さんになりたい。これからは母



を楽にさせてあげるためにも恩返しのお気持ちも込めて、自ら母に手を貸せるような自分になりたい。そして、家族を陰で支えられる母の自慢の娘になりたい。小さな親切に気がついたからこそ、母の娘として生まれてきて良かったと心の底から思えた。

銀賞 小学生の部

地球は丸い

藤枝市立西益津小学校 四年

宇田川 晟南

ぼくが、三年生の時の事です。下校と中に、どこからか、ビニールぶくろが飛んできました。ぼくは、そのビニールぶくろを拾い、周りを見わたしました。近くに、手に荷物をたくさん持ったおばあさんが、こまった様子で他のビニールぶくろを集めていました。

「大丈夫ですか？」

ぼくは、心配になり、おばあさんに声をかけました。どうやら荷物と、大きな花束を入れるために出したビニールぶくろが、風でまっってしまったようです。

「家まで運びましょうか。」

ぼくは、おばあさんの荷物を持って家まで付いて行きました。おばあさんは、「今、あげられる物が何もないのよ、ごめんね。本当にありがとう。」と言いました。

ぼくは、それから、お母さんに帰りがおそいとおこられないかドキドキしながら、走って家まで帰りました。

おそくなった訳を、お母さんに話すと、

「すごいじゃん。おばあさんによるこんでもらえて良かったね。」と、え顔で言ってくれて、ぼくは、少しホッとしました。

次の日、学校で先生にその事を話すと、先生は、おどろいた顔で「すごいじゃん。」と言ってくれました。そして休み時間に、校長室に呼ばれました。ぼくは、おこられるのかなと思いつながら校長室に向かいました。

すると、「とても素晴らしい事をしましたね。」と昨日のことをほめてもらいました。ぼくは、まさか校長先生にほめてもらえるとは、思いませんでした。

そしてなんと、全校だよりにまで、のせてもらったのです。

初めは、そこまでしなくてもいいのと思っただけの気がもちになったけど、友達や、友達のお母さんに、「すごくカッコイイ。」とか、「なかなか出来る事じゃないよ。」とか、たくさん声をかけてもらって、ぼくはだんだん自分のしたことが正しかったんだと思えるようになりました。

そしてぼくは、思い出しました。

「地球は丸いから、自分のした事は、良い事も悪い事も必ずいつかめぐって返ってくるよ。それが明日かもしれないし、十



銀賞

年後かもしれないよ。」と、いつもお母さんが言っている事を。本当に、その通りだと思いました。

いつだか、こっそりアイスを二個食べた時、すぐにバレて一週間アイスきん止になった事もありました。

あの時、おばあさんは、「あげられる物は何も無いの。」と言ったけど、ぼくは、みんなからのたくさんうれしい言葉と、自信をもらう事が出来ました。

ぼくには、プロ野球選手になるという夢があります。これからもまわりの人や、社会のために自分出来る事をたくさんして、将来、たくさんの人におうえんしてもらえる選手になります。

やさしくしたい

浜松市立有玉小学校 二年

望月 迅

ぼくのお母さんは、なき虫です。くやしい時や、いたい時や、うれしい時に、よくなきます。そんな時、ぼくは、お母さんの頭をよしよししてあげます。ぼくは、

「大じょうぶだよ。」

と言ってあげます。すると、お母さんは、

「ありがとう。」

と言ってくれます。ぼくはうれしくなります。ぼくの家には、お父さんがいません。だからぼくが、お母さんをまもります。弟には、やさしくします。ぼくは、お母さんと弟には、しんせつにしてあげます。

学校で、友だちがころびました。ひざから血が出ていました。ぼくは、

「どうしたの。」

と聞きました。ほんとうは、ほけん室にいっしょに行きたかったです。そしてバンソコウをはってあげたかったけど、なにもできませんでした。少し、ドキドキしてしまいました。やさしくできませんでした。友だちのひざは、なおったけど、ぼくは、しんせつにできませんでした。次に、友だちがけがをしたらバンソコウをはってあげたり、ほけんしつに、つれて行ってあげたいです。こまっている人がいたら、やさしくしたいです。お母さんや弟、学校の友だちにやさしくしてたくさん守ってあげる人になりたいです。

やさしいきもち

掛川市立横須賀小学校 一年

横山 咲月

わたしは、こどもえんのねんちょうさんのときに、ころなにかかりました。十がつでした。ねつがでて、びょういんでしらべてもらいました。ころなとわかって、いえにもどると、へいねつにもどっていました。おかあさんは、

「ねつがひいてよかったね。五かいねるあいだ、こどもえんはおやすみしようね。」

といました。おとうさんは、

「こまった。こまった。」

とくりかえしました。わたしもおなじきもちでした。ねえねは、だまっていました。

おとうさんとねえねは、おとうさんのしごとばがあるいえにいくことになりました。五かいねるあいだ、べつべつにくらしました。六かいめから、いっしょのいえにもどりました。

わたしが、一ねんせいになって、はじめてのなつやすみのあさごはんのときでした。

「さつきが、ころなになったときのあさごはんは、こんびにおにぎりだけだったな。」

と、ねえねがいました。おかあさんが、

「おとうさんは、ごはんをつくらないもんね。おべんとうを、かつたりしていたの。」
と、ききました。

「そうだよ、おべんとうや、おにぎりだったよ。でも、たべものより、がつこうにいけなかったことのほうが、つらかったな。」

と、ねえねがいました。

「あのときは、たいへんだったな。しょんないことだけど。」
と、おとうさんがいました。

「それだと、たいへんで、しょうがないというおもいになるから、さつきがかわいそうじゃんね。だから、かぞくみんなが、ちよつとずつやさしいきもちでのりきったとおもおうよ。」
とねえねがいうと、おかあさんも、

「それ、いいじゃん。」

と、あさごはんのしょつきをかたづけながら、わらっていいました。

わたしのかぞく四にんの、ちよつとしたやさしいきもちが、ちよつとずつあつまったおはなしです。



銀賞

銀賞 中学生の部

「親切」に壁はない

静岡県立浜松西高等学校 中等部 三年

中川 はるか

「困っている人がいたら助ける。」

私は小さい頃から、家庭でも学校でもそう教わってきた。そして、それは当たり前前にするので、当たり前前に受け入れられるものだと思っていた。

ある日、私が電車に乗っていると外国人の女性が二人乗ってきた。そのうち一人は具合が悪そうで、もう一人に背中をさすられながら俯いていた。車内の席が空いていなかったの、私は立ち上がり、

「良かったら座ってください。」

と話しかけた。けれど、二人とも日本語が分からなかったのか戸惑った表情をし、席に座ることはなかった。私は「言葉が通

じなかったのかな。迷惑だったのかもしれない。」と不安に思った。誰かのために思ってしまった行動が受け入れられないこともあると体験した。それから困っていきそうな外国の方を見かけても話しかけようか迷ったり、話しかけられて言葉が分からなかったらどうしようと思うようになった。

けれどその後、その考えが変わる出来事があった。学校からの帰宅途中、駅で外国人の方から話しかけられた。彼女は片言の日本語で、

「〇〇駅に行きたいです。どの電車に乗りますか。」

と言った。難しい日本語が伝わらなかったらと不安に思った私は英語で答え、案内した。

ホームに着くと、彼女はお礼を言って頭を下げた。それから英語で、

「お互いの国の言葉で話しているのが面白い。あなたのような日本人に会えて良かった。」

と笑ってくれた。私はとても嬉しくなり、

「お互いに言葉が伝わるか不安でしたが、役に立って良かったです。」

と答えると彼女は驚いた顔をした。そして、

「人を助けるのに言語は問題じゃない。あなたはあなたの行動に誇りをもって。」

と優しく肩を叩いてくれた。

私は、彼女のこの些細な言葉に感動した。「親切」に壁はない。国も言語も関係なく、誰かを助けたいという気持ちは間違いではないし、届くものだ。名前も国籍も知らない彼女からそう学んだ。前回のようによくいかないこともあるかもしれないけれど、私は私の行動に自信をもちたいと思った。これからも困っている人がいたら、まっすぐ行動できるようにしたい。



思いやりのある世界へ

静岡市立清水第六中学校 三年

松井 幸花

バスや電車でお年寄りや妊婦さんを見かけたとき、あなたは席を譲ることができるだろうか。

私には席を譲ることができなかった苦い思い出がある。それは、まだ小学生だった私がバスに乗っていたときのことだ。バスなどの公共交通機関に乗ることが少なかった私は、バスに一人で乗っているという状況に緊張していた。いくつかめのバス停に止まったとき、おばあさんが乗車してきた。バスの席は埋まっていて、教科書などでよく見るような状況だった。咄嗟に「席を譲ってあげなきゃ」と思った。しかし大人がたくさんいる慣れないバスの中で、少し離れたところにいるおばあさんに声をかける勇気がそのときの私にはなかった。人が集まっている揺れるバス。ふらつきながら手すりにつかまっているおばあさんを見ると、なんだか悪いことをしているような気がしてきた。周りの人にも咎められているような気がして、窓の外を見たり意味もなく自分の荷物をあ

さったりして、立っているおばあさんに気付いていないふりをしていた。

今考えればあのとき、おばあさんも周りの人も私のことを責めてはいなかったと思うし、私以外の人が席を譲るという選択肢もあったのだと思う。けれどそのバスを降りたあと、私はとても後悔した。勇気を出して声をかけてみればよかったと何度も悔やんだ。そのことから、次にバスで立っている年配の方を見かけたときには必ず声をかけようと誓った。

そしてそのときがやってきた。席が埋まっているバスにおばあさんが乗り込んできたのだ。私は席に座っていた。やはり勇気は必要だったが今度はちゃんと言うことができた。

「ごどうぞ。」

私がそう言うのと、その人は、

「あら、ありがとう。」

と嬉しそうに笑って座ってくれた。自己満足かもしれないが役に立てた気がした。それに、自分が勇気を出して言った言葉を受け入れて嬉しそうにしてもらえて本当に嬉しかった。

しかし、席を譲られるのを嫌がるお年寄りの方もいる。私の友達で、お年寄りに席を譲ろうとしたら「年寄り扱いするな！」と怒られたと言っていた子がいた。そのお年寄りの気持ちもわからなくはないが、年配の方を配慮する気持ちはと

ても素敵なものだし、そういった思いやりがなければ、この世界は冷たく荒れたものになってしまう。

また、席を譲られるのが当たり前のような態度の人もいるらしい。せっかく思いやりのある行動をしても、そのような態度をとられたら気持ちの良いものではない。

席を譲ることに限らず、多くの人が思いやりを持った行動ができ、配慮された側もその親切を感謝の気持ちを持って素直に受け入れられる社会になったらいいなと思った。



健康は心の鏡

掛川市立大浜中学校 一年

松下 徹心

よく言われるワクチン。そもそもワクチンって何だろう？僕はその意味をあらためて調べることにした。調べてみると、病気にならないようにする仕組み、つまり、免疫をつくること。または、かかっても重症化しないようにするためのもの、とあった。

それを知った時、僕はすぐに結び付いた。それは、僕にとつてのワクチンは、家族なのだ。「いってらっしゃい。」と、毎日家族みんなで見送ってくれる朝。その一言が、僕の背中をグツと押し、「今日も頑張るぞ。」と太陽に向かってグングン歩き出す。そして、「ただいま。」と帰って来た僕を、温かく迎えてくれる。楽しかったことや辛かったことなど、一日のエピソードを沢山話す。話したくなる。家族と話すと、楽しかったことが家族のおすそ分けに、辛かったことは、みんなが半分にしてくれる。家族が僕にくれる愛情と温かさが、僕にとっての心のワクチンだ。ある日、用事で、夕食の時にいつも一緒にいる祖父

がいなかった。僕はすごく違和感があり、変な感じがした。やっぱり家族は皆一緒がいい!!家族は、みんなそれぞれ予定や用事、事情があるのだから、いつもみんなと一緒にいることはとても難しい。母は、毎日仕事に行っているし、祖父や祖母も忙しい日々を送っている。だからこそ、一緒にいる時間は貴重だ。

そして、僕は思った。僕は家族のために、何ができるのだろうか。僕も家族のワクチンになれるのだろうか。そんな時、ふと思いつく。

「徹心(僕)が元気だと、家族がみんな元気だね。」

と家族はみんな言う。逆に、僕が風邪などの病気にかかると、家族の雰囲気少し暗くなり、みんなあまり元気がない。だから、僕が健康でいることが、家族のワクチンになるだろうと感じる。僕が常に健康で元気であれば、家族みんなが明るくなり、雰囲気も、もっと良くなるだろう。

体の健康も大切にしていきたいが、僕は、心の健康も大切にしていきたい。一日の全てが、楽しいというわけではない。辛いことだって悲しいことだってある。それを分け合える家族の中にいることを幸せに感じている。これからは僕がもっともつと家族の人だけではなく、多くの人に元気のワクチンを届けられるように心と体を丈夫にしていきたい。

