

しみん つく
市民が創る



こころ
まあるいココロ

めっせーじ
あったかメッセージ '16

わたし こころ しーん
～私の心にひびいたあのシーン～



三木市人権・同和教育協議会

ようせい めろでいー
妖精のメロディー

み ひとつ のこ 残された かき き に
実ひとつ 残された柿の木に
きたかぜ ふ に お が ら す
北風に吹かれ 二羽のカラスがとまっています

ゆう ひ て
まばゆい夕陽に照らされ
す す き ほ さんいろ かがや ゆ
ススキの穂が 銀色に輝き揺れています

ひ び なか ふうけい た
日々のくらしの中で なにげない風景に立ちどまるたび
あなた のこころ ちい さい いと めろでいー
あなたの心に 小さな、愛しいのちのメロディーが
ころころ と、なが なが
ころころ と、流れていきます

また ま
すると 瞬く間に
たうめい はね かわい ふうせい う
透明な羽をつけた かわいい妖精が生まれます

ようせい こ つき よ せい
妖精の子どもたちは 月夜に勢ぞろいして
おお き の こ しあわ
大きなキノコのまわりを 幸せいっぱい
いつまでも だんす
いつまでもダンスをしてみせます

きつとあなたも であ
出会えるはず
しあわ ようせい
幸せの妖精たちに
まあるい、まるい月の夜に



入学式で1年生といっしょに入場した時、私と
手をつないだ子が私の手を「キュッ」とにぎっ
た。

「本当の6年生になれたんだ。たよられているん
だ。しっかりしないと」と思うと、うれしくなった。



がっこう とも だち み
学校でけんかをしている友達がいた。それを見
とも だち あいだ はい
た友達が間に入ってけんかをとめた。けんかは
なかなかとまらなかったけど、その友達はとも だちいっ
しょうけんめいとめていた。

ぼくはけんかがきらいです。ぼくはけんかをしま
せん。そして、ぼくはけんかをとめられません。と
はい とも だち
めに入れる友達は、つよくてうらやましいです。



がいしゅつ
外出しているとき、なにかのしょうがい^せで背が
ひく おとな ひと たい わたし へん はは い
低い大人の人に対して私は「変だ」と母に言っ
た。その時^{とき}「そう^い言われる相手^{あいて}の気持ち^{きも}になっ
てん。いややろ」と注意^{ちゅうい}された時^{とき}。

う
生まれたときからしょうがいのある人^{ひと}がたくさん
いるのをわ^わ分^わかっているのに「変だ」とおも^{おも}った自分^{じぶん}が
は
恥ずかしくなった。

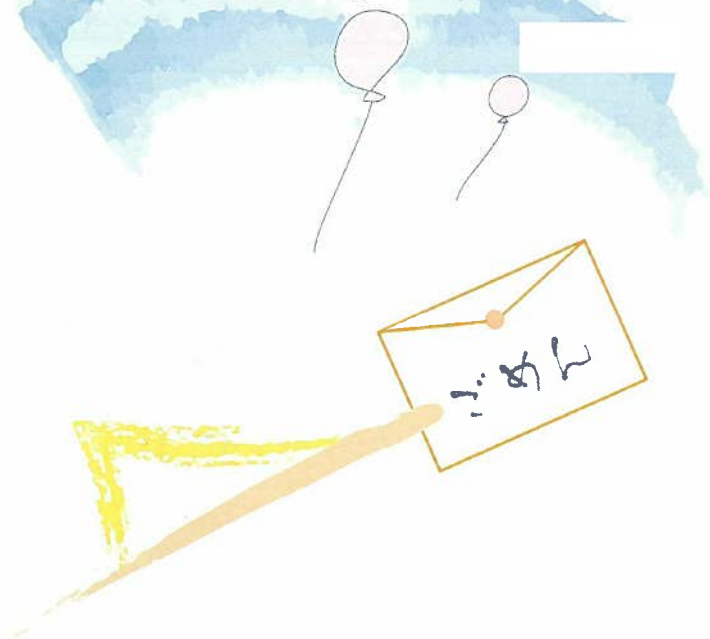


わたし とも だち なか すこし こ
私は友達の中に、少しにがてな子がいました。
その子のことを、すこし、友達に言ってしま
ました。でも、その友達は、「私は、その子が好
き。なぜなら、やさしいし、^き気くばりが、じょう
ず」と言われた時。

わたし じぶん こ はな
私は、自分から、その子に、まえよりいっぱい話し
かけたり、いっぱい遊んだり、そうしたら、だんだ
んとその子のいい所が^{あそ}見つかったです。今で
は、大の仲よしです。

ねえ
お姉ちゃんとけんかしたとき「ごめん」と書い
か
た紙飛行機が飛んできた。

すぐに、なかなかおれできたし、いいにくい時は文章
とき ぶんしょう
にしてもいいとわかった。



ぼくが習っているサッカーのことでなやんでいるとき、お母さんが、「自信もってがんばり。お母さんは、あんたが失敗しても、いつまでもおうえんするから。かんぺきな人なんておらへん」といつてくれたとき。

お母さんがこんなにも思っているから、なやまずに自信を持ってしたいと思った。



わたし はし おも
私は、走るのがにがてだと思っていました。な
ので陸上りくじょうをやるか、やらないか、まよっていて、
お父さんとうに、「なやんでいるならやったら？や
らんかったら後こうかいするかもしれへんで」と言
われたとき。

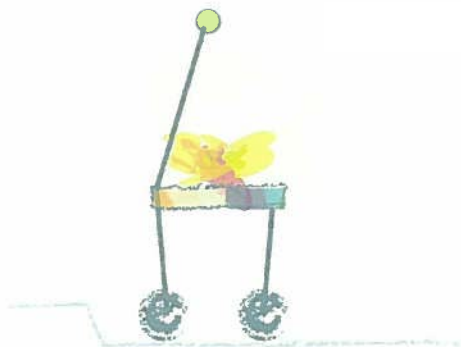
そして、やると、とても速はやく走れるようになり、大たい
会かいにも出ることができた。これから、なやんだら何
でもちょうせんしてみようと思おもいます。



くるま の とき くるまい す の
車に乗っている時、車イスに乗ったおばあさん
が おうだん 歩道のわたりきる所で、歩道のだん
さで いけなかつた とき くるま だいくらい
た。私 の 乗っていた くるま は 3 台目 で、4 台目 の 人
が くるま を おりて、その おばあさん の くるま い す
を おし
て あげて いた とき。



わたし おも くるま
私は「おそいなあ」と思っていたけど、うしろの車
ひと たす わたし はや たす
の人が助けてあげたとき、私が早く助けてあげれ
ば良かったとおもった。



かいだんの前で、足の不自由なおばあちゃんが
こまっていたとき、20才さいぐらいの男おとこの人ひとがお
んぶしたとき。

こまっているのに、たすけられなかったことが今いま
でもこうかいして心こころの中なかがいっぱいになった。だ
から、こまっている人ひとをみたら、たすけてあげたい
です。



うわさで、^{ちゅうがっこう}中学校で^{いっしょ}一緒に^{ともだち}なる友達は、^{きつい}きつい
^こ子^{あぶ}だったり^こ危ない子ばかりだと聞いて^{ふあん}不安に
なっていたけど、^{はな}話しかけてみると^{みな}皆^{やさ}優しく
て、^{なかよ}とても仲良^こくできる子ばかりだったこと。

うわさとかで^き決めつけるのは^よ良くないと思った。
それに^{みな}皆、^{にんげん}人間は^{だれ}誰もが^{やさ}きつと^{さも}優しい気持ちを
持っているから、^{わたし}私からも^{せっきよくてき}積極的に^{なか}仲よくしてい
きたいと思った。



お店のレジで、お金をはらっていたおばさんが、500円玉を落としたのに気がついていませんでした。ほかのお客さんもいたし、だれかが言ってあげるかなと思ったけど、だれも言わなかったの、ぼくは、はずかしかったけど、500円玉をひろって、おばさんに「落ちましたよ」と言って渡しました。そしたら「あっ、ありがとうございます」と、すごくうれしそうに言ってくれました。


だれかが言ってくれるだろうと思っていたら、もしかしたら500円は、そのままだったかもしれないし、おばさんが困っていたかもしれません。だから、自分が気がついた事は、その時にきちんと伝えるのが大事だと思いました。ぼくがうっかりおとし物をした時も、そんなふうにしてもらうとすごく助かるし、うれしいです。ちょっとした事で、みんながきもちのよい世の中になると思いました。

きゆうしよく お じ かん きゅうにゆう ば け つ かた
給食の終わりの時間に、牛乳のバケツが片づけ
られていなかったとき、Dくんが当番ではない
でいー どう ばん
のに何も言わずに一人で片づけていた。

わたし ば け つ ほう だれ
私は、バケツなどがあっても放っておいて、誰かが
やってくれるだろうとおもっていただけで、Dくん
こどう み みず ちい
の行動を見て、水がおちていたらふくなど、小さな
ことからできるようになった。



「おはようございます」^{おお こえ い へんじ}大きな声で言った。返事はなかった。そのおばあさん^{なに お}は何かを落とした。^{ひろ おも}拾ってやるもんかと思った。すると、小さい^{ちい}子^こがおばあさんに、その何かを大きな声^{なに おお こえ よ}で呼んでわたした。



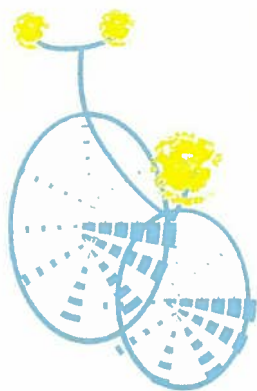
もしかしたら、そのおばあさんには私の声^{わたし こえ き}が聞こえていなかったのかもしれない。こういう事^{こと}が差別^{さべつ}などにつながってしまうのかもしれないと、心^{こころ}から深く反省^{ふか はんせい}した。

おはよう!



あめ　とう　こうちゆう　みち　ま　なか　じ　でん　しゃ
雨の登校中、道の真ん中で、自転車でころんで
しまったとき、とお　ひと　だいじゆう　ぶ
しまったとき、通りすがりの人が「大丈夫？」と
こえ　に　もつ　い　なお　じ　でん
声をかけて、荷物をかごに入れ直したり、自転
しゃ　て　つだ
車をおこすのを手伝ってくださったとき。

じ　ぶん　まった　かんけい　き
たとえ自分と全く関係のないことでも、気につ
たす　やさ　ところ　じ　ぶん
て、助けてくれる優しさに心をうたれ、自分もそん
ひと　おも
な人になりたいと思った。



バスに乗っている時に、泣き止まない赤ちゃんに、周りの人が悪口を言って、お母さんが、バス停じゃない所で運転手さんに「降ろしてください」と言ったが、運転手さんがアナウンスで「赤ちゃんは泣くのが仕事です。もう少し乗せてあげても良いですか」と言ったとき。

その時、私はすごく頭がいたかったのですが、運転手さんのおかげで、すごくスカッとした。それから、赤ちゃんが泣くのは当たり前と思うようになった。



わたし があ にゅういん わたし ちようじよ
私のお母さんが入院しているときに、私は長女
だから、夜遅くまで家事をして、朝は早く起き
てご飯を作るような生活をしていたら、お父さ
んに、「もうちょっと皆を頼りや。お父さんもお
るねんから」と言われたこと。

め した おそ べんき巧
目の下にくまができるまで遅く、かつ勉強もして
いて、大変だったけど、「あんたが体壊れたらあかん」
って言って、普段あまり見ないような親の顔
みて、かっこいいなと思った。



しょうがくせい ころ きんじょ しょうがくせい た お
小学生の頃に、近所の小学生が田んぼに落ちた
わたし かあ たす いえ かえ た おる
のを私のお母さんが助けて、家に帰ってタオル
も かあ
まで持ってきて、そんなお母さんに「なんでそ
こまでできるの？」ときいたら「あたりまえの
ことやから」と言われたとき。

ちい わたし かあ ことば
まだ小さかった私が、お母さんのその言葉をきい
て、「自分のことだけしてちゃダメだ」「助けて、助
けられて生きていかないといけない」と思って心
うご
を動かされた。



ばす で、まつりから帰ろうとし、バス停に行く
と、思っていた以上に人がいた。友達とどう
やって親に遅れることを報告するかでなやん
でいたとき、後ろのおじさんが「これ、つか
う？」と携帯を貸してくれて、感謝を伝えると
「そのぐらいいいよ。でも、もし、こまっている
人がいたら助けてあげて」と言われたとき。

いままで自分に関係がないことは無関心だったけ
れど、周りをしっかり見るようになり、「助ける」と
いうことができるようになった。



とも だち な とき わたし となり こ
友達が泣いていた時に、私の隣にいた子が、そ
こ こ い り ゆう き お
の子のそばにすぐ行き、理由も聞かず落ちつく
まですつと抱きしめてあげていた。

ほんとう ともだち
本当の友達がいるということは、とてもすばらし
いことで、そんな友達を大切にしないといけない
ともだち たいせつ
なと感じ、私も、すぐに行動できるようにしたいと
かん わたし こうどう
おも
思いました。



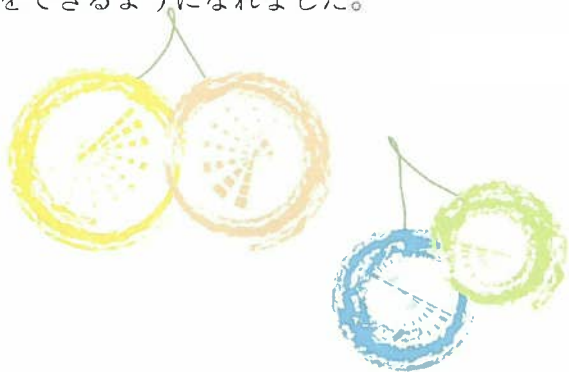
ば す うん てん し よ てい じ かん おく ば
バスの運転士さんが、予定の時間より遅れてバ
す てい どうちやく ば す と き あつ なか
ス停に到着し、バスをおりる時に、「暑い中また
せてごめんね。きをつけて かえ こえ
かけてもらった時。

き おも
ささいな気づかいをしたいと思った。

きをつけて...

そうたい だぶる す じぶん みす ま
総体ダブルスで、自分のミスで負けてしまって
くや なみだ なが とき せんぱい さいしょ さいご
悔し涙を流していた時、先輩に「最初で最後の
だぶる す さいこう たの や つづ
ダブルス、最高に楽しかった。辞めずに続けて
よかった。ほんまにありがとう！」って言われ
たとき。

だぶる す きら いや い
ダブルス嫌いで「嫌」とかたくさん言ってきたし、
じぶん みす
自分のミスでおわったのに「ありがとう」という
ひとこと もんく い かんしゃ
一言で、もう文句言わずにだれとくんでも感謝で
きる人になりたいと思った。そのおかげで、今は部
ちよう
長をできるようになりました。



病気びょうきになって、病気びょうきが治なおったものの、病気びょうきになる前まえにしていたようには仕事しごとができなくなつてしまった父ちちが、七夕たなばたの日のたんざくに「普通ふつうの父親ちちおやになりたい」と書かいていたこと

父ちちのそんな気持きもちちも知しらずに、家いえの通路つうろをゆっくり歩あるいている父ちちに向むかって「邪魔じゃまだ」とか、ベッべっどドで休やすんでいる時ときには「少すこしは動うごいたら」とか、ひどいことばかり言いってしまつていたと後悔こうかいしました。父ちちは父ちちなりに精せい一杯いっぱい頑がん張ばっていることを考かんがえて、父ちちを応おう援えんできるようになりたいと思おもいました。



わたしの祖母は、たくさんの人に慕われ愛されています。そして、自分より相手の幸せを考えています。そんな祖母に中学のとき「なんでおばあちゃんってそんなに優しいの？」と質問したとき。

祖母は「毎日毎日生かさしていただいでる。ありがたい、ありがたいって感謝していたら自然と周りや人のことを大切に思えるし、自分より相手のことを考えたら、いつか自分が困ったときにいいようにかえってくるよ」と言いました。それを聞いてわたしは、今までの自分の行動や言動を深く反省しました。そして、それと同時に、そのことに気づかしてくれた祖母に感謝し、祖母のような人間になりたいと思いました。

少し年配の方が電車に乗ってきたとき、知らないお兄さんが自分の座っている席から離れているにもかかわらず、おばあさんの側にいき、席をゆずっている様子を見たとき。

私も他の乗客も優先座席に座っている人がかわるからいいだろうと他人任せにしていたが、困っている人がいたり、大変そうな人がいたりしたら積極的に声をかけて手助けをするのが大切だと思った。他人任せではなく、自分から行動を起こしたい！！



とうじ さい むすめ う むすこ せわ
当時、3歳の娘と生まれたばかりの息子の世話
でいっぱいだった私わたし、ちょっとしたこ
とでもイライラしていたおもと思います。そんな
とき さい むすめ い
時、3歳の娘に「おかあさん、わらって」と言わ
れました。



しゅんかん ことば ずきん むね め
その瞬間その言葉がズキンと胸につきささり、目
まえ かかみ み えがお じぶん わら
の前にあった鏡を見て、笑顔のない自分、笑ってい
なかつた自分に気づかされた。子どもに申しわけ
なく、なみだ ぼつ
涙がバツとあふれでた。たくさん、あやまっ
た。でも、その言葉ことばによって、いっぱい
だった心こころの中なかが、スーッすーっと風かぜが通とおるように楽らくに
なっていくのを感じた。かん



なかなか言うことをきかない4才の息子に「言うこときかれへん子は嫌い!!」と言ってしまったところ、息子が泣きながら「ぼくは好き～!」と言ったこと。

ほんとう　むすこ　だいす　いら　いら
本当は息子のことが大好きなのに、ついイライラして「嫌い!」と言ってしまったことを反省した。
こころ　こそだ
心にゆとりをもって子育てしていきたい。



しょうがくせい　ころ　ほら　んで　いあ　はきんほこ　も
小学生の頃、ボランティアで募金箱を持って
すーぱー　の　まえ　に　た　っ　て　い　た　と　こ　ろ　、　い　っ　た　ん　と　お
スーパーの前に立っていたところ、一旦通りす
ぎ　た　は　し　め　の　お　ねえ　さん　が　「　ご　め　ん　ね　、　こ　ま　い　お
かね　が　な　か　っ　た　か　ら　、　く　ず　し　て　き　て　ん　」　と　い　い　な
金がなかったから、くずしてきてん」と言いな
が　ら　1　、　0　0　0　円　も　は　き　ん　し　て　く　れ　た　と　き　。　
えん　ばきん

わ　ざ　わ　ざ　お　か　ね　を　く　ず　し　て　ま　で　は　き　ん　し　て　く　れ　た　お　ねえ
わざわざお金をくずしてまで募金してくれたお姉
さん　の　しん　せつ　こ　ろ　こ　ろ　か　ん　ど　う　に　は　で　ねえ
さんの親切な心に感動するとともに、派手なお姉
さん　は　た　ぶ　ん　は　き　ん　に　は　き　ょう　み　に　お　も　い
さんは、多分、募金には興味ないやろなと思ってい
た　じ　ぶ　ん　が　と　て　も　は　ず　か　し　く　な　っ　た　。　ひ　と　み　
自分がとてもはずかしくなった。人は見かけで
は　ん　だ　ん　お　も　
判断してはいけないと思いました。

ごめんね!



しょうがっこう ねんせい こみ おも きんじょ せんとう
小学校4年生の頃だと思ひます。近所の銭湯で
ゆ とき とな じゅうしよく
湯をかぶっていた時に、あやまって隣りの住職
さんにかけてしまいました。すぐしゃがひ ことば
さんにかけてしまいました。すぐ謝罪の言葉が
で じゅうしよく わたし たいど
出ました。住職さんは、私のあやまった態度が
ほめ くだ きみ せなか あら
いいとホメて下さり、君の背中を洗ってやろう
といわれ、私の小さい背中を温かいタオルで
わたし ちい せなか あたた たれる
洗って下さいました。



わたし ごじつ ちち せんとう いっしょ
私は、このことから後日、父と銭湯で一緒になった
とき おも き ちち せなか なが むごん
時に、思い切って父の背中を流しました。無言では
ありましたが、かたご ちち うれ がおみ
ありましたが、肩越しに父の嬉しそうな顔が見え
ました。じゅうしよく み おやこうこう たの
ました。住職さんは、身をもって親孝行の楽しさを
おし くだ
教えて下さったのです。



あとがき

第5回目となりました「市民が創る まあるいココロ あったかメッセージ'16」は、テーマを「わたしの心にひびいたあのシーン」と題し、誰かのひとことや何かのできごとをきっかけにあなた自身の考え方や行動が変わった体験をお寄せいただきました。

メッセージは学校関係者をはじめ市民の皆様から、3,666点もの応募をいただきました。どのメッセージも他の人を思いやるやさしい気持ちが伝わってくる素晴らしい作品でした。本当にありがとうございました。

今回、メッセージは小学生から84歳の方まで、幅広い年代の方から応募いただきました。その中から28点を選び、「じんけんリーフレット」に掲載しました。

このリーフレットが皆様の手元に届き、あなた自身の行動を変えうる勇気や、明日への希望へとつながりますよう心より祈っています。

市民が創る

まあるいココロ あったかメッセージ '16

～ 私の心にひびいたあのシーン ～

発行 2016(平成28)年11月
メッセージ 三木市在住・在学・在勤の皆さん
イラスト・デザイン 小塩 雅子
編集・発行者 三木市人権・同和教育協議会





あ・あ・る・し
あ・た・か・メ・ッ・セ・ー・ジ・'16