令和七年度
「モラル・エッセイ」コンテスト
優秀作品集

福島県教育委員会

令和七年度　道徳教育総合支援事業
「モラル・エッセイ」コンテスト優秀作品

【中学生の部】

最優秀賞	「忘れてはいけない心」	いわき市立田人中学校	二年	田村　優典　さん
優秀賞	「いつかは助ける側に」	いわき市立平第一中学校	三年	鈴木あゆみ　さん
優秀賞	「曽祖母が教えてくれたこと」	本宮市立本宮第一中学校	一年	伊東　怜美　さん
優秀賞	「あいさつでつないだ縁」	郡山市立郡山第三中学校	二年	猪股　さな　さん

【高校生の部】

最優秀賞	「憧れと努力の先に」	福島県立いわき総合高等学校（好間校舎）	三年	根本　美憂　さん
優秀賞	「私のひいばあちゃん」	福島県立湖南高等学校	一年	遠山　依吹　さん

【一般の部】

最優秀賞	「風のなかの親切」	いわき市在住	若松　吉伸　さん
優秀賞	「おくりもの」	福島市在住	小林　瑞穂　さん
優秀賞	「お守り」	いわき市在住	鵜沼　智子　さん

忘れてはいけない心

いわき市立田人中学校
二年　田村　優典

先日、家族みんなで外食に出かけた際、食べざかりの僕は、

「食べ放題の焼肉がいいな」

と、言って希望した。

焼肉店に入ると、早速、タッチパネルを使い、好きなものをどんどん注文し始めた。最近は、タッチパネルでの注文の店も多く、慣れたものだった。その後は、ロボットが注文した品を次から次へと席まで届けてくれた。品物を取ると、ロボットはすぐに戻っていく。その速さには驚いた。

ロボットが行き交う中、僕は、ある光景をふと目にした。それは、床の片隅に落ちていたおしぼりの袋らしきゴミを、店員さんがパッとしゃがみ、拾って自分のポケットに入れたところだ。きっと目についたゴミを、お客さんには分からないように素早い行動をしたのだろう。ロボットでは、決してできない行動だったのではないだろうか。

それから気付いたのは、店員さんが、時折品物を運んできてくれた時には、必ず、

「ごゆっくりどうぞ」

と声をかけていってくれる姿だった。お店はとても混んでいて、忙しく大変な状況であっても、かけてくれる言葉には、優しさを感じた。タッチパネルで、肉を焼く網の交換も注文できるが、まだいいかなぁと考えていたところ、網の状態を見ていた店員さんから、交換しましょうかと声をかけてくれ、素晴らしい気配りだと思った。

これから、世の中はどんどんロボット、ＡＩが発展していくだろう。それが便利で当たり前の世の中になっても、人間にしかできない、思いやりの心は、決して忘れたくないと思った。

その後、帰りの車で、このささいな出来事を家族と会話し、お腹いっぱいになっただけでなく、心もほっこり優しい気持ちに満たされた外食となった。

いつかは助ける側に

いわき市立平第一中学校
三年　鈴木　あゆみ

私の家族の感動した話は、私が産まれた時の事です。私は皆より小さく産まれ、その後すぐに大きな病院に運ばれました。緊急で運ばれた私は、たくさんの管で繋がれとても可哀想だったと聞きました。一時は命も危なかったみたいで、家族は皆無事でいてほしいと思ったそうです。

治療のお陰で私は退院出来、その時は本当に嬉しかったと聞きました。産まれた時の影響で風邪などひいた時、咳が治りにくいと言う事以外、身長も大きくならないかもと言われていたのが今ではお母さんより大きくなりました。日々身長が大きくなる私に家族達は驚いています。

退院してすぐに東日本大震災があり、家で寝ていた私の上に物が落ちそうになってお母さんは私を庇って怪我をしたそうです。痛みより私を守る事に必死で外に逃げてから自分が怪我をしていた事に気づいたそうです。その話を聞いて私は、母親のすごさを知りました。震災の時は水も出なかったし、スーパーなどのお店もなかなか開いてなかったので、おむつやミルクなど大変だったようです。そんな中で人と人の助け合いは大切だと改めて知ったと教えてくれました。

私は今反抗期で親に対して怒ったり、よくない態度をとってしまっている所があります。正直、うざいと思ったりしていた面もあったけど、親は私をずっと大切にしていた事を知り、自分が恥ずかしいと、反省しました。少し態度を改めたいと思います。

困った人がいたら助ける、人には優しくすると教わってきた私はいつの間にか看護師になるのが夢になりました。私が赤ちゃんの頃全力で助けてくれた病院の話を聞き、その夢はより強くなりました。私はまだまだ出来ない事が多く、勉強もまだ足りないです。だけどいつか看護師になれた時に、その時は子供達に夢を与え、あの人みたいになりたいと言ってもらえる様な大人になりたいです。

曽祖母が教えてくれたこと

本宮市立本宮第一中学校

一年　伊東　怜美

家を訪ねると、曽祖母はいつもいすに腰かけながら編み物をしていました。編み物をしている曽祖母の姿は、何とも穏やかで優しく、私はその隣で静かに座っているのが好きでした。曽祖母の手のひらから次々と毛糸が形を変え、編みあがっていく様子をじっと見つめていたのです。まるで魔法のように、毛糸が編み込まれていき、いつの間にかセーターが出来上がるのを見て、私はいつも驚きを感じていました。

ある冬の日、

「私も編んでみたい。」

と言いました。曽祖母は微笑み、私の小さな手に毛糸と編み棒を持たせてくれました。しかし、目を飛ばしたり、少しずつ編み目がきつくなってしまったり、思ったようにいきませんでした。そのたびに曽祖母は自分の手を止め、私の失敗を直してくれました。私が何度失敗しても曽祖母は決して怒りませんでした。私はだんだん申し訳なくなり、

「もうやめる。」

と言いました。そんな私に曽祖母は静かに言いました。

「編み物はね。焦らず、ひと目、ひと目に着てくれる人への思いを込めて編むんだよ。失敗してもいいの。また何度でもやり直しができるんだから。でも、あきらめてしまったらそこで終わりだよ。」

その言葉は幼かった私には少し難しく感じましたが、何となく心に残りました。そして、曽祖母と一緒に、何度も解いては編み直すうちに少しずつコツをつかんでいきました。

曽祖母はもう亡くなりましたが、編み物を通して、編み目のように目に見えないところで努力し完成するまで根気よく続けること、人の手のぬくもりの大切さ、失敗を恐れずにやり直す勇気、そして、編み目のようにひと目ずつ丁寧に進めればやり遂げることができることを学びました。曽祖母との思い出は私の中に今も温かく生きています。

あいさつでつないだ縁

郡山市立郡山第三中学校

二年　猪股　さな

「おはようございます。」

今日、一日の始まりにあなたはこの言葉を誰かにかけただろうか。それとも誰かにかけてもらっただろうか。この一言を自分から口にすれば一日の始まりを気持ちよくスタートすることができる。また、相手から返してもらえるとさらにうれしくなる。しかし、最近の声かけ事案や不審者情報などに注意して登校しようとすると見慣れない人や自分が知らない人に安易に声をかけることにはためらいがある。だからと言って、登校中無言のまますれ違うだけの通学路は退屈でつまらないと思う。そのため私はできるだけすれ違った人には声をかけるようにしている。そして無表情ではなくにっこりとはきはきとした声であいさつするように心がけている。そうするとやっぱりすっきりとした良い気分になる。

私がこのように思うようになったきっかけは、今から七年前の出来事にさかのぼる。当時小学一年生だった私は、引越しをしたばかりで、慣れない場所を一人で歩くのがとても不安だった。何日かその道を通っているうちに学校の近くの大きなお庭がある家に老夫婦が住んでいることが分かった。ある朝、畑仕事をしていたおじいちゃんに思い切って、

「おはようございます。」

と声をかけてみた。すると相手もにっこりと返してくれた。小学一年生の私にはそれがとてもうれしかった。それからは登校するのが楽しくなった。そのうちおばあちゃんも縁側から毎朝手を振って見ていてくれるようになった。小学四年生になって弟が入学してからは毎日一緒にあいさつをした。

中学生になって通学路が変わってしまった今、毎朝会うことはできないけれどお土産を届けたりと交流は続いている。小学校の卒業式の日に受け取った手紙に「おかげでたくさん元気をもらいました。本当にありがとう。」と書かれていた。人を元気にすることもできるあいさつ。これからも積極的に続けたい。

憧れと努力の先に

福島県立いわき総合高等学校（好間校舎）
三年　根本　美憂

「とても素敵でした。」

フラダンスを習い始めてから、初めて言われたこの言葉。私はこの瞬間、喜びと驚き、達成感で胸がいっぱいになった。

私は、フラガールに憧れを抱き、二年前にフラダンスを習い始めた。初めてフラガールのショーを見た時、私は涙が出た。キラキラ輝いていて、表情が素敵で美しくて、こんなにも心を揺さぶられたのは初めてだった。感激するとは、こういうことだと思った。私もいつか、誰かをこんな気持ちにさせる存在になりたいと強く思った。

しかし、そう簡単にはいかなかった。フラダンスの先生からよく、「表情から何も伝わってこない。」「歌詞の意味を理解せず、ただ踊るだけではだめ。」と言われた。フラダンスのハンドモーションには、ひとつひとつ意味がある。振り付けを覚えるだけで精一杯な私は、意味を完璧に理解した上で踊り、表現するということが心底難しかった。なかなか上手くできず、私は自分に落胆した。フラガールのように踊ることは、自分にはできないのかもしれないと思った。けれど、毎日ひたむきに練習した。

最近、地域のイベントでフラダンスを披露する機会があった。私は感情が観客に伝わるよう、思いを込めて踊った。この日は、いつもより上手にできた気がした。終演後、一人の女性に声をかけられた。「とても素敵でした。口ずさみながら楽しそうに踊っていて、曲の意味が伝わってきた。目で追ってしまった。」この女性は、私がずっと誰かに言って欲しかった言葉を全てくれた。やっと、努力が報われたような気がした。

自分の踊りを見て感動してくれる人がいる。頑張ってきて良かった、そしてもっと頑張ろう、と思えた瞬間だった。周りで支えてくれている人への感謝の気持ちを忘れず、これからも沢山の人に感動を与えられるよう、思いが伝わるフラを踊り続けたいと思う。

私のひいばあちゃん

福島県立湖南高等学校
一年　遠山　依吹

私には春に亡くなってしまった曽祖母がいます。ここでは、ひいばあちゃんと呼ばせていただきます。

私がまだ幼い頃の、若い時のひいばあちゃんはとてもパワフルで強い人でした。私が赤ちゃんの時は、母が手を離せない事をしていた時は子守歌を歌って、ずっとあやしてくれていたそうです。他にも幼い私と一緒に散歩へ行ったり、私の好きなお菓子を買ってきて食べさせてくれたり、いつも気にかけてくれていました。今改めて思い返すと、とても愛されていたなと感じます。

そんなひいばあちゃんも歳を重ねていくと体の不調も増えて、認知症の症状も出てきていました。日付や日常生活の事が分からなくなっていってしまったり、家族の名前が出てこなくなっていってしまいました。名前を忘れられてしまってすごく悲しかったけど、

「いー？」

とヒントを出すと、

「いぶきだ。」

と思い出してくれることが、なにより嬉しかったです。たまにトンチンカンなことを言っている時も家族で、くすっと笑って

「ばあちゃん、それは違うでしょ！」

と笑い合っている時間も好きでした。

だけど、そんな時間も長くは続かず、介護施設に行くことになってしまったので、あまり会うことができなくなり、コミュニケーションも取れなくなっていた時に亡くなってしましました。もっと会える時に、たくさんいろんな事を話したかったなと心残りがありますが、一緒に過ごした大切な思い出がたくさんあるので、これからは後悔のないように一日一日を大切にして生きていきたいと思います。

風のなかの親切

いわき市在住
若松　吉伸

旅先では、言葉よりも親切が身を助けてくれる。

初めての台北。飛行場を出て、スーツケースを引きながら、目的地へ向かうべく路線バスのバス停を探していた。スマートフォンの地図は通りの喧騒の中で頼りなく、私はたまたま近くを歩いていた若い母親に声をかけた。乳母車には赤ちゃんが乗っていた。

彼女は私の片言の問いかけに耳を傾け、「一緒に行きましょう」と言ってくれた。

「ご迷惑ではありませんか」と遠慮すると、「気になさらないでください」と、微笑んで応じてくれた。彼女は乳母車を押したまま一緒に歩いてくれた。大通りをしばらく歩くと、目的のバス停が見えてきた。

「ここ」と指さし、軽く会釈して去っていく姿を、私はしばらく見送った。旅の不安が、ふっとほどけるようだった。

数ヶ月後、日本。春。満開の桜の下で、カメラのシャッター音が聞こえた。そこには、台湾から来たという四人組がいて、そのうちの一人がランナーだった。私もランナーであり、自然と会話がはずんだ。互いの走った大会の話で笑い合い、私はＬＩＮＥを交換した。

その日の午後、彼からメッセージが届いたのだ。

「東北本線が火災で止まっています。新白河駅までバスで行きたい。どうしたら？」

私は思った。あの駅は無人だったはず。ならば、バスなど来ないのではないか。

「今からそこへ行く」と返信し、私は車を走らせた。

予想どおり、駅では四人が困惑した様子で立ち尽くしていた。

私は彼らを社用車に乗せ、新白河駅へ送った。別れ際、「この車をバックに記念撮影をしたい」と言われた。むろん断る理由などなかった。笑顔でシャッターを切る彼らを見て、心が温まった。

親切は、国も言葉も超えてゆく。

あの日、台湾で受けた親切と、日本で返した小さな案内と。

どちらも、風のようにさりげなく、でも確かに、心に残り続けている。

おくりもの

福島市在住
小林　瑞穂

「先生、これあげる。」そう言われて貰ったのは、白いシロツメクサと淡い紫色の花のかわいい花束。広場のお花を摘んで私にプレゼントしてくれたのです。私は、教育実習などで子ども達と関わることがあり、子ども達のやさしさに触れることで心がぽかぽかしています。他にも、ダイヤモンドの折り紙に「せんせいだいすき」と書いてくれたり、一所懸命に折った立体的なこまを渡してくれたりしました。物だけではなく朝の元気な「おはようございます。」の声、授業で積極的に手をあげて発表する姿、友達を応援する姿、協力し合う姿、給食で苦手なものが出ても頑張って一口チャレンジをする姿、勉強を教えたときに目をまん丸にして「わかった」と目をキラキラと輝かせる姿など、次々と子ども達の良いところがあふれてきます。これらは全て私にとって最高の「おくりもの」なのです。

また、この間クラスで卵から育てていたモンシロチョウがさなぎから蝶になり、外へ飛んでいきました。子ども達は蝶が飛ぶ準備をしているときにじっとまっすぐに見つめ、ようやく飛んでいくときには「ばいばい」と小さな手を大きくのばしてからだ全体で見送っていました。生き物を大切にし、命の尊さを学ぶ子ども達の姿に感銘を受けました。

最後に、私は子ども達の姿を見て教師になろうと決意しました。理由は、子ども達のやさしさや素直さに触れることで心が和んだからです。また、子ども達と関わる中で教師は子ども達に教えるだけではなく、子ども達からたくさんのことを学べると実感したからです。授業の中で、この瞬間でしかきくことができない新たな意見に出会えたり、この発言にはどのような背景があるのだろうと考えたり、子ども達と共に問題解決をしたりすることで教師自身も子ども達と一緒に成長することができる点が魅力だと感じました。これからにこにこ笑顔で子ども達に寄り添える教師になれるように日々努力していきたいです。

お守り

いわき市在住
鵜沼　智子

「明日のお弁当、何にしよう?」

四月の一ヶ月間、この言葉が常に私の頭の中を回っていた。春から長女が高校生になり、毎朝のお弁当作りが始まったからだ。夜まで部活をしてくることを考えると、お腹にたまる、栄養バランスのとれた、そして見栄えのするお弁当を…等々と考えていると、前の晩から常備菜やおかずの下準備が必要だ。一ヶ月経った頃には手を抜くことも覚え、調理時間も短くなったが、たまには学校で売っているお弁当、買ってくれないかな…とも思い始めた。

「今日のお弁当どうだった?」と聞いても、新しい環境に精一杯な長女からは、何の返事もない。帰宅後に空っぽのお弁当箱を回収できるだけで、よしとしなければいけない。母親業の報われなさをかみしめていたら、たまたま手に取った雑誌の記事に“子どもへのお弁当は、お守りのようなもの”という言葉があった。

子ども達が小さかった頃、長女と二女を後部座席に乗せ、毎朝慌ただしく保育園まで車を走らせた。タオルを忘れた、体がかゆい、足が痛い、保育園で習った歌を合唱…そんな子ども達を乗せていた通勤の時間。余裕０で働く私に、職場の先輩が、「今が一番大変な時期だけど、一番良い時間だよ。」と声をかけてくれたことを思い出す。確かに、小さかった子ども達も、あっという間に小学生、中学生、高校生となり、もう自分達の世界を楽しむ年齢だ。部活や習い事で、家族皆で食卓を囲める時間も、いつの間にか少なくなっている。騒がしかった食事の時間がなつかしい。

そんな現在を考えれば、娘への毎日のお弁当は、子ども達が巣立つ前に親ができる、最後の愛情表現であり、だからこそお守りであるのかもしれない。まだまだ続くお弁当作りへのモチベーションを保つべく、こんなことを考えた。さて、明日の“お守り”に今日も頭を悩ませるとするか。