

# 2018年度 国際ユース作文コンテスト受賞者

テーマ：「私が起こしたい変化」

参加国数：162カ国

応募総数：合計 21,705点（子どもの部 7,890点、若者の部 13,815点）

※学校名、年齢等の受賞者情報は、募集締切日（2018年6月15日）時点のもの

## 文部科学大臣賞（最優秀賞）（各1点）

### <子どもの部>

- 「オールディ・ゴールドディ・クラブ」  
シュリーナブ・モウジェッシュ・アグラワル  
(インド) 14歳

### <若者の部>

- 「人々のためのエンジニアリング」  
ケント・ハリー・ペレス・クンピオ  
(フィリピン) 22歳

## 優秀賞（各2点）

### <子どもの部>

- 「私から始める3つの行動」  
田中 紗世（大阪府）12歳
- 「私が学校で変えたいこと」  
イエアツォ・ドーカル・ギエルチェン  
(ブータン) 12歳

### <若者の部>

- 「プラスチック汚染との戦い」  
ケイト・イエオ（シンガポール）16歳
- 「スウィートデュエルズ」  
ネルミン・デリッチ  
(ボスニア・ヘルツェゴビナ)22歳

## 入選（各5点）

### <子どもの部>

- 遠竹 雛実（日本<カナダ在住>）12歳
- ジー・ウォン・ベック(韓国)13歳
- ネダ・シミッチ(ボスニア・ヘルツェゴビナ)  
13歳
- 中山 愛理（広島県）14歳
- ケオンヒー・リー（カナダ）14歳

### <若者の部>

- 堀江 啓介（静岡県）16歳
- 田村 彩恵（神奈川県）16歳
- メリッサ・ジョーンズ（米国）22歳
- サナム・ブカリ（パキスタン）22歳
- ジン・ファイ・フォー（マレーシア）24歳

## 佳作（各25点）

### <子どもの部>

- 片岡 由喜依（東京都）8歳
- トマス・タフル（コロンビア）9歳

### <若者の部>

- マヒカ・ハレペテ（米国）15歳
- フェリシア・ローズ・ダリヨノプトリ  
(インドネシア) 16歳

- エリヤ=メイ・グラハム (オーストラリア) 11 歳
- エール・パリス・ウィルツ (セイシェル) 11 歳
- テンツィン・ワングモ (ブータン) 11 歳
- アンガティーアー・アディティ・デヴィ (モーリシャス) 12 歳
- セリーン・セリン・ジュー (韓国) 12 歳
- イネス・インディラ・レイ (インドネシア) 12 歳
- 小坂 海司 (広島県) 12 歳
- カイリー・ケスト (米国) 12 歳
- 高木 晶斗 (長野県) 12 歳
- 津村 優斗 (和歌山県) 13 歳
- アビラル・ゴータム (ネパール) 13 歳
- アリス・ミン・セオ・キム (韓国) 13 歳
- コロコ・ジェーン・ジャクリン (インド<カタール在住>) 13 歳
- カイル・ガリー (マルタ) 13 歳
- 森田 麻椰 (埼玉県) 13 歳
- バスカル・ミシュラ (インド) 14 歳
- チャイーウン・ジュン (韓国) 14 歳
- 山内 ハル (日本&モンゴル<北海道在住>) 14 歳
- ケレラヤニ・ヴォラキタキ (フィジー) 14 歳
- 内田 瑞姫 (熊本県) 14 歳
- 近藤 成 (京都府) 14 歳
- ペトラ・シトリク (クロアチア) 14 歳
- ヴィエンポウトーン・ポムセングサヴァーン (ラオス) 14 歳
- 阿佐美 佳歩 (東京都) 16 歳
- 新里 紀琳 (沖縄県) 16 歳
- キュー・ウォン・キム (中国) 16 歳
- ミー・スン・レドワバ (韓国) 16 歳
- 内藤 志織 (東京都) 16 歳
- バヤルマグナイ・ビルグーントゥグルドゥル (モンゴル<石川県在住>) 17 歳
- ファブリナ・タヤン・ゲデス・ファリアス (ブラジル) 17 歳
- ファティマ・メレンデス・グティエレス (メキシコ) 17 歳
- 加藤 美羽 (東京都) 17 歳
- オウファン・ハイ (シンガポール) 17 歳
- ユーヘイ・ガオ (中国) 17 歳
- ドモコス・ペテル・コヴァチス (ハンガリー) 18 歳
- ラジ・アーリヤン (インド) 18 歳
- ロシオ・アレハンドラ・クルス (ホンジュラス) 19 歳
- トリシュ・ラリッサ・ミランダ (インド) 21 歳
- ヴィクトリア・オニンイエ・オンイエアチョレム (ナイジェリア) 21 歳
- ダニエラ・マリア・バレン・バリオス (コロンビア) 22 歳
- マウロ・アドリエル・マルティネス (アルゼンチン) 22 歳
- シンティア・チェー・ケン・コー (オランダ) 23 歳
- アスタ・スリヴァスタヴァ (インド) 24 歳
- フォーチュネット・プロスパー・ティリヤ (タンザニア<オーストラリア在住>) 24 歳
- ムバヤ・イザーク・ディオップ (セネガル) 24 歳
- オティム・ニコラス・オジャラ (ウガンダ) 24 歳

## 学校特別賞（2校）

- 広島なぎさ中学校（広島県）
- 昭和女子大学附属昭和高等学校（東京都）

## 学校奨励賞（33校）

- アサンプション国際中学校（大阪府）
- 茨城県立古河中等教育学校（茨城県）
- 大田区立大森第六中学校（東京都）
- 大妻嵐山中学高等学校（埼玉県）
- 沖縄県立具志川高等学校（沖縄県）
- 沖縄県立名護高等学校（沖縄県）
- カルロス・アルベルト・カマルゴ・メンデス学校（コロンビア）
- 京都学園中学高等学校（京都府）
- 近畿大学附属和歌山中学校（和歌山県）
- グアダラハラ大学附属第8高等学校（メキシコ・ハリスコ州）
- 晃華学園中学校高等学校（東京都）
- こくご塾 KURU（東京都）
- シカゴ双葉会日本語学校補習校（米国イリノイ州）
- 常総学院中学校（茨城県）
- 城南学園高等学校（大阪府）
- スリ・ニパー国民中等学校（マレーシア・ジョホール州）
- 筑紫女学園高等学校（福岡県）
- チューリッヒ日本人学校日本語補習校（スイス・チューリッヒ市）
- 帝京高等学校（東京都）
- 東京学芸大附属世田谷中学校（東京都）
- 名城大学附属高等学校（愛知県）
- 半田市立亀崎中学校（愛知県）
- ピースゾーン MA・VI（ネパール・イタハリ市）
- 福島県立あさか開成高等学校（福島県）
- 文化学園長野中学高等学校（長野県）
- 宝仙学園中学高等学校（東京都）
- 本庄東高等学校附属中学校（埼玉県）
- マザーランド中等教育学校（ネパール）
- 松本秀峰中等教育学校（長野県）
- 三田国際学園中学高校（東京都）

- 立教英国学院（英国ウエスト・サセックス州）
- 立命館慶祥中学校・高等学校（北海道）
- 早稲田大学系属早稲田渋谷シンガポール校（シンガポール）

### 国際ユース作文コンテスト選考委員（＊敬称略・50音順）

委員長	千 玄 室	茶道裏千家前家元、ユネスコ親善大使
	西園寺昌美	公益財団法人 五井平和財団会長
	都倉 俊一	作曲家、一般社団法人 日本音楽著作権協会特別顧問
	成田 純治	株式会社博報堂取締役相談役
	服部 真二	セイコーホールディングス株式会社代表取締役会長兼グループ CEO
	松浦晃一郎	一般社団法人 アフリカ協会会長、元ユネスコ事務局長
	美内すずえ	漫画家
	矢崎 和彦	株式会社フェリシモ代表取締役社長
	葉 祥 明	絵本作家

主 催 公益財団法人 五井平和財団

後 援 文部科学省、日本ユネスコ国内委員会、日本私立中学高等学校連合会、  
東京都教育委員会、NHK 日本経済新聞社

協 賛 株式会社フェリシモ、セイコーホールディングス株式会社、プラス株式会社

2018 年度国際ユース作文コンテスト

【子どもの部】 文部科学大臣賞（最優秀賞）

## オールディ・ゴールドディ・クラブ

（原文は英語）

シュリーナブ・モウジェッシュ・アグラワル（14 歳）

インド・ナーグプル市

チャンダ・デヴィ・サラフ・スクール

ぼくの周りにいるお年寄りの中には、寂しそうに若い人たちを見つめる人がいます。別にお金が欲しいわけでも、守って欲しいわけでもありません。若い人たちと少しの間でも一緒に座り、手を握って、話を聞いてもらう時間が欲しいからです。こんなお年寄りを見ると、ぼくはとても悲しくなります。小さいぼくたちを育て、幸せに生きられるようにと、ぼくたちを全力で助けてくれたお年寄りの手が、なぜそんなに震えているのでしょうか。お年寄りが、今のぼくたちのためにしてくれたことへの恩返しをするには、ぼくたちに何ができるのでしょうか。お金を稼いで、介護する人を雇ってあげることだけが、ぼくたちの感謝の気持ちと愛情を表現する方法なのでしょうか。



その仕事や優れた知恵で長年にわたり尊敬されてきたその道のプロの人たちが、年を取って定年を迎え、自分たちの存在に少しでも気づいてくれそうな人を求めているのを見ると、ぼくは悲しくなります。頭の中にはあふれんばかりの豊かな知識の泉を持ち、悩み、苦しむ若い人たちの道しるべになることができるのに、そうした英知を受け取れる若者は一体どこにいらっしゃるのでしょうか。国の政策を考え、この上ない発展へと導いてきた人たちの指先が、なぜ暗がりの中で、他の人の指先を求めているのでしょうか。その人たちには、国を明るい未来へと導くためのエネルギーがまだ残っています。これを生かすには、ぼくたちに何ができるのでしょうか。

孫たちのために美味しいものを作ろうと嬉しそうにキッチンに行こうとしても、「座ってゆっくりしていればいい」と言われ、静かに涙を流すおばあさんがいるのを見ると、ぼくは悲しくなります。孫たちだけでなく、友人も喜んでくれた食事を作ることが、なぜいけないのでしょうか。そうしたおばあさんたちが、これまでどおり普通に生活し、家族の大切な一員であることを実感してもらえるようにするには、ぼくたちに何ができるのでしょうか。

ぼくは、世界中のお年寄りの、こうしたやるせない状況を変えたいと思っています。ぼくは自分が考えていることを何か結果につながる行動に移すことで、町に小さな変化を起こそうとしました。これ

が成功して「グランドペアレンツ（おじいさんとおばあさん）」が、その名の通り、自分を“グランド（誇らしく）”に感じている様子を見た時、ぼくは果てしない幸福感を覚えました。

ある晴れた日、ぼくが友だちの家を訪ねると、その子の妹とその友だちがおじいさんの周りに座って楽しそうに笑っていました。ぼくの友だちによると、毎晩 1 時間、おじいさんのところに近所の子どもたちが集まってヨガやめい想をしたり、おじいさんからお話を聞いたり、一緒に単語の勉強をしたりしているそうなのです。驚いたぼくは家に帰ると、行動計画を書いて、町にある 16 カ所の図書館に行き、毎週 1 回「ライフスキルを学ぶ会」を開催させてほしいとお願いしました。インターネットが使われるようになって以来、日に日に来館者が減ってきていたため、図書館の人たちはすぐに賛成してくれました。それからぼくは、町に住む定年を迎えた人たちに連絡を取り、毎週末に子どもたちと過ごす時間を作ってくれるようお願いしました。最初は少しとまどう人もいましたが、大きな笑みを浮かべてわかってくれました。これで二つの大きな課題は解決しましたが、最後に最も難しい課題が待ち受けていました。子どもたちが会に参加できるよう、両親を説得することです。でも、信じられないかもしれませんが、皆さんすぐに賛成してくれました。そして大切な初日を迎え、一回目の会が始まりました。会場は幸福感で満ちあふれ、ぼくが「オールディ・ゴールドディ（輝けるお年寄り）」と呼んでいる人たちは 10 歳も若返って見えました！ もう一度、自分自身を取り戻したからです。

ぼくは、こうした変化を世界各地に広めたいと思っています。まだ知らないことの多い若い世代の人たちも、きっと進むべき道が見つかることでしょう。定年を迎えた科学者が、10 代の若者や大学生たちを指導してイノベーションに取り組んだり、幸せな結婚生活にそなえておばあさんたちが若い女性に様々なことを教えたり、芸術家が若い人たちの生活に彩りを与えたり、いろいろな「オールディ・ゴールドディ・クラブ」が考えられると思います。

ぼくは、高齢の人たちが健やかで幸せな生活を送ることができるようにするだけでなく、ストレスを抱えて道に迷っている若者や自己中心的で思いやりのない若者が心の中に満足感を覚えながら生きていけるよう手助けするために、世界中で「オールディ・ゴールドディ・クラブ」を始められたらいいなと思います。人生経験豊かな人たちこそ、未熟な若者を育むことができるのです！

2018 年度国際ユース作文コンテスト

【若者の部】 文部科学大臣賞（最優秀賞）

## 人々のためのエンジニアリング

（原文は英語）

ケント・ハリー・ペレス・クンピオ（22 歳）

フィリピン・レイテ島

フィリピン大学

私の国では皆、私が国を出ていくことを望んでいます。私の両親や友だち、親戚は皆、同じことを言います。「卒業したらフィリピンを出て、海外で賃金の高い仕事に就きなさい。才能を無駄にしてはダメだ。この国にはチャンスはない」。そして、フィリピンの若者は皆、次のアドバイスを聞いたことがあります。「マニラで一番の大学に入れるよう一生懸命勉強すれば、この国から出ていきやすくなる」。

私も貧乏だったため、このアドバイスを重く受け止めていました。両親が肉を買うお金がないために、お昼にお米しか食べられない気持ちを私は知っています。学校のクリスマスパーティーで他のクラスメイトは新しい服を着ているのに、自分だけ着古したシャツを着て出なくてはいけない時の気持ちも知っています。幼い頃、私は、より良い生活に対する根深い願望を持っていたため、先生が一生懸命勉強して、試験でいい成績を取れば、いつか裕福になれると教えてくれた時、私は彼女の言葉を信じました。

それ以来、私は勉強に情熱を注ぐようになりました。小学校では卒業生総代になり、たくさんの賞も受賞しました。その後、卒業生の多くがフィリピンのトップクラスの大学に進学することで有名な、国内最高レベルの科学高等学校に入学することができました。私は自分の目標に近づくことができたという誇らしさでいっぱいでした。何のためにこれらのことをしているか、つまり、この国を出てより良い生活をするために勉強しているということを毎日、自分に言い聞かせました。

しかし、大学で自分の人生の選択を考え直すことになります。そこで、自分の考えが試されるような様々な考え方に直面しました。社会科学の教授が言ったことがずっと忘れられません。「ここで学んだ人たちがこの国を支えていくことを目的に、この大学は公的資金を受けています。しかし、多くの卒業生は卒業証書を受け取った瞬間にこのことを忘れてしまいます。この国の貧しい人々を救うのではなく、高給を得るために外国に出て働くのです。彼らは、私腹を肥やすために自分の知識を使っています。そして、フィリピンに戻ってくると、この国がまだ貧しいことにすぐ文句をつけるのです！ でも考えてみてください。あなたはこの国を助けるために何をしましたか？ あなたたち全員がこの国が



ら出て行ったら、誰がこの国の貧しい人々を助けるのですか？」

この時が私の人生の転機でした。教育にはもっと重要な目的があることに気づいたのです。教科書に載っている問題の解き方を学ぶことや試験でいい成績を取ることが教育の目的ではありません。その目的は、物質的な富で私腹を肥やすことではなく、そもそもなぜ物質的な富に執着しているのかということをも自分たちに問うことなのです。私たちはより大きな視野で物事をとらえ、厳しい問題と向き合えるようにならなくてははいけません。社会における私たちの役割は何なのでしょう。そして、私たちの知識をどのように役立てることができるのでしょうか？

自分の工学知識をこの国の貧しい人々を助けることに役立てたいと思い、私は「Engineers Without Borders - Diliman (国境なき技師団ディリマン)」の創設メンバーの一人になりました。これは大学構内に設立された、初めての人道主義に基づくエンジニアの組織になります。エンジニアの仕事とは大きな工場で働くことだけではなく、農村部に浄水施設を設置したり、汚染された川をきれいにするためのより優れた道具を設計したりと、様々な側面があることを人々に分かってもらいたいと思っています。私が担当していたのは、生ゴミを料理や暖房に使えるガスへと変換させる小さなバイオダイジェスターを作るプロジェクトでした。人々の生活を変えるためには複雑な概念は必要ないということを実証したかったのです。シンプルな科学概念を適用するだけでも大きな影響を与えることができるのです。

今はもう国を出たいとは思いません。卒業したら、バイオダイジェスター製作に関する専門知識に磨きをかけ、この技術がどのように機能するかを地域の人々に伝えていきたいと思っています。また、すぐに国家バイオダイジェスタープログラムができるよう、自分の文章力を生かして、元老院議員の一人に立法案を提出したいとも思っています。このプロジェクトは農家や一般家庭の経費節約に役立ちます。高価なガスを購入する代わりに、生ゴミや動物の排せつ物を使って、家庭で自分たちが使う燃料を作ることができるのです。

私の市民活動を通して、私と同じ若い人たちをこの国に残るよう説得し、人生には金銭を追い求めるよりも大切なことがあるということを伝えたいと思っています。私たちには奉仕すべき人々や造らなければならない国があるのです。そして、自分たちに問うべきなのです。私たちがいなくなったら誰がこの国の貧しい人々を助けるのかと。



## 私から始める三つの行動

(原文)

田中 紗世 (12 歳)

大阪府

大阪医科薬科大学 高槻中学校・高槻高等学校

「私なんかこの世の中にいなければ、みんなが幸せに暮らせるのに。そうしたらあの子が私をいじめする必要もなくなる。私さえいなければ」

私はこの言葉をずっと頭に思い巡らせていた時期がある。そして私は、まだあの恐ろしい出来事を覚えている。

小学生の時、転校した学校で私はいじめられた。あの子は私に敵意を持っていたのだろう。先生や周りに人がいる所では何もしないのに、帰り道や放課後に一方的に責められた。その言葉はナイフのようで、私の心を痛めつけた。その傷は今でも残っている。私は何も言えず、ただその時が過ぎるのを待った。心の中では言い返したいが、もっといじめられるかもしれない、という怖い思いに加えて悔しい、そんな気持ちがあった。次第に夕食が食べられなくなり、最後には朝食も食べられなくなった。見かねた母が先生に相談し、いじめはなくなった。

私は結局、誰にも相談できず我慢し続けたのだが、今、冷静になると、果たしてそれはよかったのだろうかと考えてしまう。私がいなくなっても、いじめはなくならなかったのではないか。むしろ別の子をターゲットに変え、エスカレートしていたかも知れない。

私は今まで、誰かがいじめているのを見たことがある。だが、見て見ぬふりをしてしまう。指摘したことで今度は自分がいじめられてしまうのを恐れているからだ。見て見ぬふりも間接的ないじめで、彼らを見捨てているのだと思う。

いじめている人は何か心に大きな不安を抱えていて、八つ当たりをしたり、寂しくて仲間が欲しいからいじめているのだと思う。そして、一人でもいじめ出したら、周りの人は合わせなくてはいけない雰囲気になり、広がってしまう。

いじめられている人は決して悪くない。その状況を我慢したり、無視して、無理に強くならなくていい。それよりも誰でもいいから相談して欲しいと思う。

もし、いじめられている人がいることに気付いたら、その子を信じて何度でもかばう。かばって自分が仲間外れにされるか、かばわずにその子が苦しんでいる姿を見続けるか、どちらがいいか、一人一人考えて欲しい。いじめは絶対に許されないと認識し、その場に出くわしたら、手を差し伸べてあげることが忘れてはいけないと思う。

そして、自分の何気ない一言が相手を傷つけていないか、気付いたらいじめの側にまわっていないか考えて欲しい。自分はそんなことは言っていない、関係ないと目を背けていないだろうか。私のように一度傷ついた心は元通りになることはない。

命には何にも変えられない価値がある。誰もが安心して毎日を過ごし、貴重な経験を重ね、素晴らしい人生を生きる権利がある。

私はいじめをなくしたい。いじめは人を死に追いつめる恐ろしい凶器だ。私の学校では絶対に起こしたくない。自分の学校だけでなく、他の学校、社会でもなくしていきたい。

まずは私から、三つの行動を心掛けようと思う。一、挨拶する時は、笑顔を加える。二、友達のいい所をほめる。三、少しでも親切にしてもらったら、感謝の気持ちを伝える。そんな小さなことを積み重ねるだけで、いじめはなくせると思う。信頼関係を私から広げることで、私につながる全ての人を伝えて私の思いが届くと信じている。一人一人の心掛けや、「相談にのるよ」の一言が、不安を抱える人を少なくさせると思う。次第にいい影響が、私のクラスから学校、さらには社会全体に広がっていったら欲しい。相手の気持ちを想像する大切さ、苦しんでいる子が目の前にいるかも知れないということ。小さな心掛を発信して、それを頑丈な太い束にして、必ずいじめの許されない社会にしていきたい。

## 私が学校で変えたいこと

(原文は英語)

イエアツォ・ドーカル・ギエルチェン (12 歳)

ブータン・パロ県

ドゥルクギエル・セントラル・スクール (小学部)

ブータンは山の多い平和な国です。国民は互いに調和して生活しています。ですが、平和な国だからといって何の問題もないわけではありません。どの国にも問題はあって、時代の移り変わりと共に変化が必要とされています。

ブータンにある問題の一つに「廃棄物」があげられます。この国の廃棄物は目にあまる状態です。空きビンやプラスチック、紙くず、古い布切れなどがいたるところに捨てられています。廃棄物のせいで、別の汚染が発生し、人間と動物の生活がおびやかされ、ブータンの昔からの自然が破壊されています。

廃棄物が森に捨てられると、動物がそれを食べて病気になったり、死んでしまったりします。森は汚染され、木や植物がうまく育たなくなり、生態系が破壊されます。雨が降る時や、モンスーンの時期になると、廃棄物にふさがれて雨水が地面にしみこまなくなります。廃棄物は分解されないの、森のあちこちで悪臭が漂います。これが空気汚染につながり、その結果、動物たちが新鮮できれいな空気を吸うことができなくなります。

廃棄物が捨てられると、私たちの多くが心配しなければならない問題がもう一つ起こります。水中に捨てられた廃棄物はそこに暮らす動物にも影響を与え、水質汚染や病気、感染症といった多くの被害をもたらす、動物の命を奪います。水が汚染されると、水中の動植物が暮らす環境がひどくなり、やがて清潔な飲み水がなくなる時が来ます。

町ではどの店でも店先にゴミ箱を置いていますが、ゴミが散らかっている場所はなくなりません。イベントなどがあっても、ゴミをゴミ箱に捨てる人はいないので、イベントが終わるとその場所はゴミのじゅうたんのようです。捨てた後にどうなるかも知らずに、自然に分解されるゴミもそうでないゴミも捨てていきます。

私は、小さな一人の子どもとして、ゴミの管理の大切さを訴えることで学校内に変化を起こす、変化の担い手になりたいと思っています。そのためにはまず、私が入っている「ピア・ヘルパー・クラブ」の仲間に私が考えるゴミ管理計画を手伝ってくれるようお願いしようと思います。そしてゴミを処理することの良い点と悪い点を説明します。朝礼でゴミの管理について自分からスピーチをして、自分が出したゴミは、自分で捨てることの大切さに気づいてもらおうと思います。保健のコーディネータ

ーさんたちに助けをもらって、毎月クリーン作戦を行い、自分たちの地域をいつも清潔に保つ活動に全員が参加して、一人ひとりが責任を持つようにしたいと思います。

また、クラブの仲間に助けをもらって、校内のいたるところに回収容器やゴミ箱を置き、そうしたゴミ箱をうまく使うよう他の生徒たちに働きかけます。それから、クラブの皆でペットボトル回収競争を計画して毎月実施します。ペットボトルを集めて学校に持ってくるよう呼びかけるのです。そして先生たちの助けをかりて月に1回、集まったペットボトルを売り、売上げの10%を一番多く集めた生徒にプレゼントします。残りのお金は、ゴミ管理運動の実行費用にあてます。ペットボトルだけでなく、古本の回収も呼びかけようと思います。

学級委員にお願いして、飲み物やお弁当を持ってくる時には、繰り返し使える容器や袋を使ってもらうよう生徒に呼びかけてもらいます。包装されたファストフードやプラスチック製の袋でお弁当を持ってこないように働きかけ、ゴミは正しい場所に捨てるか自宅に持って帰ることを習慣にします。

一人ひとりがゴミを管理する規則をしっかり守れば、手遅れになって国の問題になる前に、ゴミ問題を解決して、この国の森や水、環境を昔のきれいなまま残すことができると私は強く信じています。だからこそ、もう一度言います。私は、変化の担い手になって、学校をゴミゼロ地帯に変えたいのです。

## プラスチック汚染との戦い

(原文は英語)

ケイト・イエオ (16 歳)

シンガポール

プラスチックは安くて丈夫なため、素晴らしいものです。

プラスチックは安くて丈夫なため、恐ろしいものです。

実は、プラスチックはあまりにも丈夫なため、分解するのに 1,000 年ほどかかることがあります。

この 10 年間でプラスチックの生産は猛スピードで増加しました。「ミラクル素材」と呼ばれるプラスチックは、人類の歴史の中で最も素晴らしく、広く使われている発明の一つです。安くて軽く、丈夫で作るのが簡単。飲み物のペットボトルからコーヒーのマドラーまで、現代の私たちにとって、使い捨てプラスチック製品は日常生活に欠かせないもので、どこにでもあります。

残念ながら、このことが現代における最大の環境害毒の一つを起こす原因となってしまいました。私たちの土地や海は、現在その被害を受けています。私たちが無知で怠け者だったために、土地や海は廃棄場やプラスチックごみの回収プールとして扱われているのです。また、プラスチックはこれ以外の多くの問題の原因にもなっています。排水路を詰まらせることで、洪水や媒介性感染症の発生率を高めたり、食べ物と間違えて食べてしまった運の悪い海洋生物たちを窒息させたり汚染したり、私たちの食べ物や飲み物に密かに溶け出して私たちの健康を害しています。ほんの少しの便利のためにこれだけのことを犠牲にしているのです。それなのに、これまでに製造されたプラスチックのたった 9% しかリサイクルされていません。このままのペースで続けると、2050 年までに埋立地には 120 億トン以上のプラスチックごみが埋められ、海には魚よりも多くのプラスチックが浮かぶこととなります。プラスチック汚染はもう迫り来る大惨事ではないのです。今まさに起きていて、私たちはこの戦いに勝たなければいけないのです。

問題はプラスチックそのものにあるわけではありません。私たちがそれをどう使うかが問題なのです。ですから、私はこの社会で消費される使い捨てプラスチックの量を減らしていきたいと考えています。

この問題を解決するために欠かせないものは、国民の意識の向上です。シンガポールにおける消費者のプラスチックに対する考え方を換え、廃棄物を最小限に抑える文化を作ることです。だからこそ、飲み物をテイクアウトする時は、再利用できるマイカップまたはマイボトルを持ってこよう消費者に呼びかける「BYO (Bring Your Own) Bottle Singapore (マイボトルを持ってこようシンガポール)」運動を始めることにしたのです。インスタグラムのアカウント (@byobottlesg) のフォロワーは毎日平均 5 人ずつ増えています。少ないと思われるかもしれませんが、これによって毎週海に流さ

れるペットボトルが 20 本減ったかもしれません。それにまだ運動は始まったばかりです。

もちろん、消費者だけがこの問題の原因ではありません。小売業者から業界の代表者や政府まで、その他の全ての利害関係者もこの問題に参加させる必要があります。そこで、50 社を超える食品・飲料業界の企業に向けて、BYO 運動の支援、当然のようにストローを配布する方針の変更、またはプラスチックストロー自体の廃止など、大胆かつ重要なリクエストを書いたメールを送りました。16 歳の学生の私にとって、これらの企業に働きかけることは大変な挑戦でしたが、幸いなことに、自分の一途な気持ちは報われました。いくつかの企業が、私の提案を検討または実行してくれると約束してくれたのです。少しの決断と勇気があれば、ここまで現状を変えることができるということです！

いずれは、例えば消費者に小さなインセンティブを提供するなどして、BYO ボトル運動を支援してもらえるよう、より多くの食品・飲料店に働きかけたいと思っています。同時に、友だちの影響というのも変化を引き起こす強力な手段の一つだと思っています。一緒に食事をする時にプラスチックストローを断るなど、友だちに手本を示すことで、シンガポールで廃棄されるプラスチックの量を減らすことができると考えています。

プラスチック危機は一晩で作られたものではなく、もちろん一日で解消できるものでもありません。しかし、私たちが消費するプラスチックがどのように累積していくのかを理解することは重要です。例えば、1 日 1 本ストローを使う、または毎朝コーヒーカップを 1 つ消費することで、海にフランスの国土の 3 倍ほどの巨大なゴミの渦を作るほどの膨大な量が溜まるのです。同じように、毎日の小さな活動がプラスチック汚染との戦いにおいて大きな違いを生むのです。

このような変化を私は起こしていきたいのです。地球は私たちが搾取していいものではないこと、自然の恵みを当たり前だと思ふことを止めるべきであること、そして、私たちにはこの戦いに勝つ力があるということを知ってほしいのです。これはもうできるかどうかの問題ではなく、やらなくてはならないことなのです。

2018 年度国際ユース作文コンテスト

【若者の部】 優秀賞

## スウィートデュエルズ

(原文は英語)

ネルミン・デリッチ (22 歳)

ボスニア・ヘルツェゴビナ

ほとんどの人は、バルカン半島諸国と言えば「紛争」を思い浮かべるでしょう。そんな「死の地」と呼ばれるこのヨーロッパの半島に私は住んでいます。ここにある全ての国々は激動の過去を持っています。それぞれの国の人々は憎しみや怒り、悲しみをあらわにし、それによって世界中の人々はこの地に本当の平和が訪れることはないと思っています。実際、最後の紛争の終結から 23 年が過ぎているにも関わらず、私の国はいまだに厳しい状況です。

多くの人が家族または自分の体の一部を失いました。不幸なことに、私の父はどちらも失くしています。3 年という長い期間続いた戦争の最後の数カ月のほんの数日の間に、父は兄と右脚を失ったのです。父はお腹を空かせた幼い娘のために梨を拾おうとした際に対人地雷を踏んでしまいました。紛争が始まる前、父は将来有望なサッカー選手でした。当時、イタリアのサッカークラブの一つからスカウトを受けていたほどでした。今でも、この地域史上最も才能のあるサッカー選手の一人として知られています。しかし、父はイタリアでサッカーをする代わりに、身体障害者として車イス生活をする事になったのです。

街には同じような状況の人が何千といます。そのため、外に出るとたくさんの目の見えない人や耳が聴こえない人、身体障がい者、精神的に不安定な人に遭遇します。ほとんどの場合、彼らは同じ診断を受けています。「戦争病」です。

このコミュニティを変えるために何かできることはないかと考えましたが、正しい方法が分かりませんでした。そこで、熱心に勉強し、小学校や高校では好成績を収めました。そして、母国の人々を助ける一番の方法だと考え、医学部に入ることに成功しました。現在、私は大学の医学部の 5 年生です。この国の医師には、より良い収入を求めて、他の裕福なヨーロッパの国々に出ていく傾向が見られますが、私は残ることを選びました。母国の人々を助ける方法を学ぶことこそが、私を変えたい唯一のことであり、彼らを残して国を去ることは私にとって「変えること」ではなく「降伏すること」になるからです。

また、健康というのは、身体の状態だけではないことも私は知っていました。そのため、自分の文才とコミュニティにおける人気を使って、永続的で拭い去ることのできないダメージや損失、弱さを全て抱えたまま前を向く方法を人々に教えることにしました。バルカン諸国の悪い関係を改善するため、この国の有名な若手アーティストの一人として、このコミュニティの中で新しいことを試みることに

しました。ですが、皆それぞれ異なる文化を持っていて、人生に対する考え方も様々であり、何よりも紛争に対する立場が違うため、大変な挑戦となりました。紛争に関わった人物が、ある人たちにとっては英雄でも、他の人たちにとっては殺人者になるのです。しかし、皆に共通することを見つけました。それは「寛大な心」です。実際、私がこの地域で起こしたいと思っている変化を起こせるのはアーティストたちだけであることも知っていました。

大きな決断でしたが、私は「スウィートデュエルズ (Sweet Duels = 善意の決闘)」というバルカン諸国において初となる詩のオンラインコンテストを設立しました。SNS で見られる憎しみのコメントの代わりに、平和の言葉を詩としてつづり続けるコンテストを始めることにしたのです。6 年経ちましたが、1,000 人を超えるバルカン諸国の詩人が参加するグループへと成長しました。とても人気があり、参加したい詩人がどんどん集まってくるため、毎年自信を持ってコンテストを開催しています。また、既に一冊の詩集をまとめ、それを販売しています。

他の人々の手本として、これを世界に広めたかったのです。なぜなら、芸術は必ず勝つからです。今となっては、文化の違いは私たちの強みになっています。

将来、世界の新聞で、「スウィートデュエルズ」をバルカン諸国の人々がその才能を表現し、その知識や経験をお互いに交換し合うためのプロジェクトとして取り上げた記事を読めたらと思っています。過去を変えることができなくても、未来を変えることはできるのです！ 私は詩人として、私の国の人々を「戦争病」から救いたいと思っています。そして、未来の医学博士としては、真の感情や知識、共感がその他の全ての病気を治すことができるということを知っています。私の方法でバルカン諸国を「死の地」から「スウィートデュエルズの地」へと変えていけると確信しています！



## 私が起こしたい変化

(原文)

遠竹 雛実 (12 歳)

日本<カナダ在住>

バンクーバー補習授業校

自然。これほど私に身近で大切なものはないだろう。しかし年々、自然破かいが進んでいることは明らかだ。それが私たちの生活にどのようなえいきょうを与えるのか、私たちの住む地球はどうなっていくのか、そんなことを考えると、私の胸がぎゅっとしめつけられる。

私たちは自然の一部だと思う。だから自然にふれるといやされる。iPad をいじるのが大好きな私でも、キャンプで Wi-Fi の届かない島へ行くと、不思議といやされ、五感がびん感になる。普段は車の音などで聞こえない風や波の音、小鳥の鳴き声が聞こえ、草のにおいや木の香りを感じ、空にはたくさん星が散らばり、私も自然の一部なんだと感ずることが出来る。そんな環境の中にいると世の中の争いがなくなるのではないかとさえ思える。自然にふれると、不便さの中にも心地よさを感じるから不思議だ。

ではなぜ、私たちは自然を破かいしてしまうのか、私なりに考えてみた。一番の理由、それは便利さの追求だろう。私たちは少しでも生活を便利にしていこうとする。例えば、日本は、電化製品やおもちゃ、生活雑貨など、種類が豊富だが、カナダよりも速いペースでどんどん進化している。それはとても便利なことだが、その結果、まだ使える物をすててしまったり、必要以上に物があふれ、ゴミが増えていくのではないかと思う。生活が便利になればなるほど、自然は失われていくのだ。

私は小さい頃からカナダに住んでいる。カナダと日本の違いも、それぞれの良さも私なりに感じている。私は日本に帰るといつも、人々が忙しく、イライラしているように感じる。それを象ちょうするかのよう、人工的な光や音がピカピカかがやき、車の音や、どよんとした空気が息苦しく感ずることがある。一方で、日本はなんて便利で快適なんだろうと思う。だが、この便利さを追求しすぎるにより、自然破かいが世界中で起こっていることも事実だ。私たちは少しでも生活を便利にしたいと思、心の豊かさよりも、お金の豊かさを選んでいるとしたら、これから先、どうなっていくのだろうか。私たち人間に本当に必要なのは、「心の豊かさ」と「お金の豊かさ」のどちらなのか、私たちはしっかり考えて今を生活しているのだろうか。

人間は、自然と共に生きていくべきだと私は思。一度破かいされた自然は元には戻せない。そうだとしたら、これ以上自然を破かいしないために、私たちに何ができるのか。それは、便利さを求めすぎないことではないかと思う。カナダは日本に比べると不便だと思う。でも、カナダでは人々が十分幸せ

に暮らしている。便利じゃなくても幸せで楽しく暮らせるのだ。そう気づけたのも、カナダと日本の両方で暮らしている経験があるからこそだ。そして、それに気づけたからこそ、便利さばかりを追求し続ける今の世の中を、私は変えたいと思っている。便利であることは楽しいけれど、その代わりにとても大切なものを失っていることを、また、便利さを追求しなくても楽しく幸せに感じられることを、私たちは心から認識しなければいけないのではないだろうか。自然破かいをこれ以上進めないためにも。

私は今、学校の授業で宇宙について学んでいる。まだまだわからないことだらけの世界だが、地球もその一部であり、宇宙から見た地球は、こんなにも美しいのに、地上では、さまざまな変化が起きている。世の中が便利になればなるほど、失っていくものがたくさんあるとすれば、必要以上のことはしない、求めない意識が大事なのではないかと私は思う。一人一人の意識が変わり、努力をすれば何かが変わっていくことを私は信じている。

## 教育の格差

(原文は英語)

ジー・ウォン・ベック (13 歳)

韓国ソウル市

チュンダム・インスティテュート

人間の知的能力は私たちにほぼ平等に与えられていますが、機会は平等ではありません。能力がないから貧しいという人は多くはいません。貧しい人たちのほとんどは、貧しい家庭に生まれ、両親にお金がないという理由だけで一生貧しいまま生活します。経済的な格差は、教育を受ける機会の格差にはじまり、やがて大学進学や就職・転職をする時の格差につながります。こうして、教育の格差が次の世代でも繰り返されるのです。複雑な問題ではありますが、解決する手段はすでにそろっています。私は、経済的な不平等から生まれる教育の格差を、テクノロジーと知力、人への思いやりで解決したいと思います。

貧しい家の子どもは、裕福な家の子どもほど勉強する時間がありません。たいていは家計を支えるために働かなければならなかったり、お金がなくて塾などに行くことができなかったり、質の劣る学校に行かざるをえなかったりするからです。差別が理由である場合もあります。裕福な家の子どもは勉強だけに集中することができますし、成績を上げるために家庭教師を雇うこともできます。お金を払って学校以外の場所で勉強を助けてもらえるので、だいたい学年水準を上回る学力を身につけることができます。貧しい家の子どもはお金を稼ぐために働かなければならないので、勉強できるのは仕事が終わった後です。それでも学力がある子もいますが、ほとんどの子たちは取り残されていきます。

こうした格差なくすために、私は友だちと協力して、同じ年か年下の生徒たちのために最新のテクノロジーを利用したインターネット授業を作って、無料で提供しようと思います。今日のスマートフォンは画質が良いので、授業の撮影にはスマートフォンを使い、編集には、無料アプリケーションがたくさん提供されているので、これを利用して字幕や画像の処理をします。完成した授業の動画は YouTube のような動画サイトに掲載しますが、掲載しても、観てもらえなければ意味がありません。そのため SNS を利用して動画チャネルの宣伝をします。10 代の子たちは毎日でも SNS を利用しているので、作った動画はすぐに広がると思います。

たいていの生徒は、楽しいことはやりたがりますが、つまらないものは嫌います。そのため、たくさんの生徒にインターネット授業を受けてもらうには、有名人を教材として利用します。10 代の子たちは有名人が好きなので、これで授業の人気が高まります。例えば、K ポップの曲を使って国語を教えた

り、人気の映画の一部を編集して授業がもっと面白くなるようにしたりすることもできます。

教える科目ですが、私がミドルスクール（訳注：韓国では12歳から3年間通うのが平均的）の2年生に国語と社会を教えます。教える必要のある部分は、教科書を読んで私が選びます。そして教科書の中にある問題を簡単なものから応用問題まで解いて回答を準備します。これが済んだら、重要な部分を書きだして、どうすれば授業が面白くなるのかを考え、自分が書いたノートをもとに授業を撮影します。「一番効果的な勉強方法は自分が教えること」といいますから、こうして授業を作ることは、他の生徒たちの役に立つだけでなく、私の勉強の役にも立ちます。私の活動に参加してくれる人にボランティア活動の単位をあげれば、友だちやクラスメイトを募集して、手伝ってもらえます。生徒たちはボランティア活動で決められた単位を取る必要があるため、授業を作る活動に参加してもらえば単位を取ることができます。こうすればたくさんの生徒が私の活動に参加してくれると思います。そして、優秀な生徒に多く参加してもらえば、教える科目の幅が広がります。

インターネットは楽しいことをしたり、SNSにアクセスしたりするためだけに利用する人がたくさんいますが、ならば教育の格差をなくすためにもインターネットを利用してみてはどうでしょうか。そうすれば、勉強に問題を抱える多くの10代の子たちの役に立つと思います。インターネット授業を観ることで学校の授業についていくことができれば、多くの生徒の成績が上がり、教育の格差の問題も改善されると思います。

2018 年度国際ユース作文コンテスト

【子どもの部】 入選

## 未来からの手紙

(原文は英語)

ネダ・シミッチ (13 歳)

ボスニア・ヘルツェゴビナ・モドリチャ市

スベティ・サバ小学校

2025 年 4 月 12 日

読んでくれる皆さんへ

この手紙の日付を見て「変だな」と感じる人もいるでしょう。皆さんを怖がらせるつもりはありません。ただ、大切なメッセージを伝えたいのです。私は今、2025 年の世界から皆さんにこの手紙を書いています。私の時代の地球は危険にさらされていて、皆さんの助けが必要です。おそらく皆さんは「自分に何ができるだろう」と問いかけてみるでしょう。でも、その答えを見つけるのはそんなに難しくありません。問題の原因を作ったのは皆さんなのですから。問題の解決の前に、まず、そのことを知っておいてもらわなければいけません。それでは、私がどのような問題に直面しているのかをお話しします。

青く美しい「海」と呼ばれる世界が危険にさらされています。皆さんの時代の人たちは、この海に大量のプラスチックを捨てています。プラスチックは海の生きものにはとても危険です。プラスチックを工サと間違えて食べて死んでしまったり、プラスチックの容器に捕まってしまったりするからです。皆さんの時代の科学者は言いました。「2015 年までに、海に漂うプラスチックの量が 155 トンになるおそれがある」と。その科学者たちは間違っていました。本当はその 2 倍です。これをくい止める方法を見つけなければならないのは皆さんです。解決方法は身近なところにあります。皆さんはモノを消費しますね。ですから、まず買い物のときにリサイクルバッグを使うようにしてください。それから、ペットボトルに入った飲みものを買うのもやめましょう。ペットボトルは汚染の 5 大原因の一つです。代わりに、繰り返し使うことのできる水筒のほうがいいと思います。

私からもう一つ提案があります。音楽家や芸術家、俳優、ファッションデザイナーといった有名な人たちの力で、人々のものの考え方を換え、これまでにない工夫をこらした新しい製品を生活に取り入れるきっかけを作るのです。海を漂うプラスチックは着るものに作り替えることができます。すでにいくつかのスポーツウェアの会社では、海から回収したプラスチックで製品を作ることができています。ならば、ほかの会社もこれにならってはどうでしょうか。より早く海をきれいにして世界中の海岸からプラスチックをなくすことができるでしょう。

人間が排出した二酸化炭素の30%は、海が吸収していることはよく知られています。この影響はまもなく皆さん自身が感じるようになると思います。それがどんなに危険かを知り、どのような結末を招くのかを理解し、この問題が広く認識されるようにする必要があります。車以外の手段として歩くことを考えてください。自転車でもいいですし、公共の乗り物を使ったり、友だち同士で車をシェアしたりしてもいいと思います。

皆さんは、海にはたくさんの魚がいると考えているかもしれませんが、私たちが思うほどそんなに多くはありません。違法な漁でたくさんの魚がとられているからです。海のもの生活を糧にしている人たちは世界中に何百万人もいます。ここで考えなければならないのは、高級レストランで食事をする人たちのことではなく、海で魚をとって生活している貧しい人たちのことです。こうした人たちが行う漁は大した問題ではありません。本当の問題は、機械や装置を使って大量の魚をとる水産業にあります。小さい魚までとってしまうので、魚が繁殖できません。皆さんの時代に、自然繁殖する魚の数よりもたくさんの魚がとられてしまいました。これが海の生きもののバランスに影響を与えただけでなく、海の近くで暮らす、魚を生活の糧にする人たちにも影響を与えました。法律を破ってたくさんの魚をとる水産会社を監視して厳しく対応するよう、皆さんは自分たちの政府にもっと働きかける必要があります。

「海は世界の下水道だ!」。有名な海洋学者ジャック・イヴ・クストーの言葉です。皆さん、今の状態を変えるためにできるかぎりのことをしてください。皆さんの日ごろの行いや、それが海とそこに住む生きものにどのような影響を与えているのかを考えてください。海が死んだら、私たちも死ぬことに気づいてください。誰かが何とかするだろうと人まかせにしないでください。海と海の生きものを守る取り組みをしている団体はたくさんあります。そうした活動に皆さんもぜひ参加してください。すべての問題を解決できるわけではありませんが、まず皆さんに行動してほしいのです。そして、もの考え方を変え、周りの人たちにも同じように働きかけてください。自分たちの力でより良い未来を創るには、それしか方法はありません。

未来の友だち、ネダより

## 変わる第一歩

(原文)

中山 愛理 (14 歳)

広島県

広島なぎさ中学校

朝、学校に行く時に私は電車に乗る。毎日同じ時間で同じ車両。そして、私と同じ時間で同じ車両、同じイスに目の不自由な男性がいつも座っている。私とは降りる駅が違う。一番人が多く乗って来る駅でその男性は降りる。アナウンスでその駅の名前が呼ばれるとピクッと反応してバッグの中から折たたみ式の白杖を取り出して、まるで見えているかのように大勢の人々をぬって下車をする。私は毎日同じ光景を目にする。その男性が通るとき、その男性を迷惑といわんばかりに見つめる人達がいる。私はいつもそれを見て胸がキュッとしめつけられて、違う車両に乗ろうといつも思う。なぜ目の不自由な方をそんな冷たい目で見るのか、その男性は全く悪くないのにどうして大勢から避けられないといけないのか。私はその度にその冷たい心と、ただ見て何もできない私を変えたいと思った。

私がまだ2年生の時、「共に生きる」という授業があり、目や耳が不自由な方々の気持ちになってその人達のことを理解して、私達に何ができるか考えるという視点の授業があった。その授業で一番心に残ったことは、郡さんという耳の不自由な方の講話を聞くという授業だった。郡さんは女性の方で、今現在ほぼ毎日世界を飛びまわって様々な国の手話を英語、日本語などに訳し、国と国とを結ぶという素晴らしい仕事をしている。私はきっと、この大きな仕事に就くまでの人生の中で、耳が聞こえないということから逃げたかったこともあっただろうと思った。しかし、郡さんは、耳が聞こえないということ誇りに思っていて、むしろ耳が聞こえなくて良かったといっていた。私はとても驚いて、今まで耳や目が不自由な人に対して「かわいそう」などという言葉掛けていた自分が郡さんの誇りを「かわいそう」といっているようで、郡さんに申し訳ないと思った。郡さんだけではない。世界中の耳や目が不自由な人々に私はしばしば謝罪をした。また、私は郡さんから学んだことがある。郡さんの講話の題名は、「だから、大丈夫！！」という言葉だった。私はその言葉をこう解釈した。「どんなに不自由があっても大丈夫。心配しなくても勇気を持ってつながろうとすれば、どんな人でもつながってお互いを理解することができる」と。この解釈が、正解か不正解か分からない。でも、私は郡さんから学んだことは、そういうことなのではないかと思う。郡さんは私の心にぽっかりと空いた穴の中に、耳や目が不自由な人達に対する新しい考えを埋めて下さったような気がする。

最近よくみんなが口にする「平等」という言葉。平等、平等と連呼している人々の中には、前までの私と同じに目や耳が不自由な人に対して「かわいそう」という言葉で済ませて、一種の偏見を持ってい

る人がたくさんいる。そのような人々全てに郡さんの話を聞かせるのはとても無理がある。そこで、郡さんの話を聞いて変わった私が、どこか勘違いをしている人達に教えてあげたいことが数えきれないほどある。私達は同じだ。見た目が違って同じ地につき、同じ空を見て、同じ人間として生きている。そのようなことに気づいていない人を私は変えたい。一気に変わらなくてもいい。自分自身が行動を起こして、周りの人々に少しでも伝わって、次々にその人達が変わっていけばいいと私は思う。私はまだ中学生で少しの行動しかできない。でも、少しずつの行動から大きな変化が起きれば大成功といえるだろう。一つ考えているのが、どこか不自由のある人でも安心して乗れる電車の車両を作れば、よりよく生活できるのではないかと思う。

朝、同じ時間で同じ車両。いつもの光景だった。あの目の不自由な男性が、人が詰まって降りられない状態になっていた。私は周りに「降ります」と言って男性をホームまで誘導した。すると男性は笑顔で「ありがとう」と言った。私はこれが変わる第一歩だと感じた。



## ちょっとした会話

(原文は英語)

ケオンヒー・リー (14 歳)

カナダ・ブリティッシュコロンビア州

大学移行プログラム在籍

ぼくは昔、電車で家に帰ることがありました。ラッシュアワーで多くの車が行き交う道路の上を高架鉄道でスムーズに進んでいきます。勢いよく流れていく外の世界をぼくが窓から眺めている間、多くの乗客が乗り込んで来てはあふれ出るように降りていきます。ぼくが住んでいたバンクーバーではよく雨が降ります。驚くほど規則正しい低音を響かせながら雨粒が電車の車両にあたり、車両の側面を灰色の水が予想もしなかった方向に筋を描きながら流れ落ちていきます。乗客は皆、パツとしないブルーのシートに座りながら、その低い雨音を静かに聞いています。時々、立ちっぱなしの隣の乗客に礼儀から席をゆずる人もいます。ぼくたちは無言で、通り過ぎる外の景色を眺めながら、忙しい通りの上を高架鉄道に乗ってゆるやかに進んでいきました。

一見すると、ぼくにはすべて普通の光景に見えました。人々が電車に乗り、電車を降りていく——。皆、よほど遅れがでないかぎり、目的の駅に到着すればそれで十分でした。周りの乗客のことなど気にも留めずに到着を待つばかりです。車内では、携帯電話をじっとのぞき込んでいる人もいれば、音楽を聴いたり、ぼんやり考えごとをしたりしている人もいます。ほとんどの乗客がそれで満足していることをぼくは疑いもしませんでした。そうして、ほぼ何の問題もなく、全員が目的の駅に到着します。ですが、ある日、二人の知らない人同士の会話を耳にしました。この会話を聞いて、ぼくと同じように思った人は少ないと思います。

その会話は儀礼的に交されたものではありませんでした。座をゆずるのでもなく、ちょっと親切にしてもらったことに対してそっけなく「ありがとう」というのとも違いました。一人は年配の女性で、もう一人は中年の男性だったのですが（会話を立ち聞きしてしまって、すみません）、会話をしているうちにお互い移民であることがわかりました。女性は 1990 年代にバンクーバーに移り住み、男性は香港から小さな子どもたちを連れてやって来たばかりでした。ぼくは、男性が自分や家族に対する希望と不安について語るのを、相手の女性がうなずきながら、自分自身の話も交え、男性に心から共感している様子を見ていました。そしてぼくは、二人が大切になつなかりを築いていくのを見ました。互いへの本当の理解があつてこそ成り立つ、ふだん目にする事の少ないつながりです。二人は偶然乗り合わせた電車の車両で知り合い、おそらく再び会うことはないでしょうが、ほんの一瞬でも、相手への真の思いやりがなければ生まれることのない、人と人との絆を二人は分かち合ったのです。相手からの

共感は、誰もが強く求めるものです。その共感によって、その二人が短い間であってもつながりを持つことができたのに対し、それとは正反対の自分が孤独に思えました。

この時、ぼくは自分たちが互いにどんなに孤立しているかに気づきました。乗客は皆、金属でできた細く長い空間にすし詰めになり、家に帰るといふ共通の目的で結ばれているのに、まるで全員が一人ぼっちであるかのようにふるまい、互いの関係といっても席をゆずってもらって儀礼的に「ありがとう」ということが時々あるぐらいです。こんなに薄っぺらで何の意味もない関係に、ぼくたちはどうしたら満足なんかしていただけるのでしょうか。自分が世界をどのように変えたいのか、この時気づかされました。

ぼくは世界の人々に、もっと互いにコミュニケーションを取り、たとえ小さくても本当の意味でのつながりを築いてほしい、自分たちの境界を越えて互いに手を差し伸べてほしいと思いました。世の中には、道ですれ違うだけの人、スーパーで同じ列に並んでいる人、後から入ってきた人のためにドアを支えてくれる人がいます。ぼくたちは今、そうした自分たち以外の人々とのつながりをおろそかにした孤立した集団となっています。ぼくたちが持つ交流といえ、人間同士の接触をほんの一瞬感じる時だけです。

二人の乗客がそれぞれの駅で電車を降りていった時、ぼくは再び自分が座っている青いシートで先ほどの鈍い雨音を聞きながら黙って座っていました。そして、ぼくが毎日の生活の中で何ら思い返すことなく見過ごしてきた人々の豊かな知識や個性について考えました。きっとたくさんの刺激と影響を与えてくれたはずなのに、見知らぬ人たちが持っているものだから、自分の世界に閉じこもっている人間には手が届かないのです。たくさんの孤独な人たちの周りには、同じように孤独な人たちが大勢います。ですが、ぼくたち一人ひとりが鍵を握っています。互いに自分にはないものを求め合うこと、ほんの少し手を伸ばしてみることです。必要なのは、今の時代には古くさいと思われるかもしれない勇気と「お元気ですか？」の一言だけなのです。

ちょっとした会話にどんなに多くの意味があるのか、想像してみてください。

## 天城の森を守る

(原文)

堀江 啓介 (16 歳)

静岡県

静岡県立田方農業高等学校

「ドーン………」静けさの中に、大きな太鼓の低音が響きます。

これは、天城の自然をテーマに制作された「山鳴り」という曲の始まりで、地震が起きる予兆に山がゴーという音を立てる濃厚な自然の深さを表します。

私が所属する伊豆市天城地区の有志によって結成された天城連峰太鼓で、父は打頭を務めています。メンバーの多くは、林業に携わり、自然の営みの中で仕事をし、日常で感じる自然の情景を曲に落とし込みます。そして、それぞれの意見と感性を大切にしながら、活動を続けてきました。

父は、背中で語るタイプの間人で、太鼓の活動でも森林組合でもメンバーから慕われ、人望のある、カッコいい、憧れの存在であり、私の目指す存在でもあります。

物心がついた頃から父とともに山野を歩いてきた私にとって、天城の山に颯爽と分け入り、段取りよく伐採の準備に取り掛かる。そして、的確に伐採し、高性能林業機械を操縦し、次から次へと伐出していく姿は、まるで魔法のようでした。父が地域に導入したこのシステムは、低コストで加工木材を量産でき、天城の森を守るものでした。

日本人は古くから森のめぐみを受けて生活してきました。天城の森も同様です。

資源としての木材生産やきのこなどの林産物を生産する場となるだけでなく、国土保全機能や水源涵養機能などの多面的な機能を果たし、長く私たちの生活の基盤を支えてきたものです。

その中で、父や祖父、地域の方々に今の現状を質問してみると、天城の森は、人工林であるため、次世代のため、管理作業をしていくことが重要で欠くことのできないものだとなりました。しかし、木材価格の下落や後継者不足などにより、人の手が入らない状態が続き、野生動物が生息している山（場所）と人々が生活している里山との距離が近くなってしまいました。

特にシカによる被害は深刻で、樹皮は剥ぎ取られ、植物は食べつくされ、その現場は見るに堪えません。

樹木が枯れ、表土が無くなった山は悲惨です。保水力が低下し、森林の持つ機能が失われ、台風などの土砂被害に耐えることができない状態となり、大規模な災害を引き起こす場となってしまうのです。

私たちはどうすればいいのでしょうか

森林に人の手が入り、正しい管理をしながら、木材を利用し、「天城の森」を守ることは喫緊の課題

であり、今自分がやらなければならないことの思いを父に話し、将来について語り合いました。

現在、木材業界では、端材や間伐材を有効活用すべく、さまざまなアイデアで製品を誕生させています。

そのひとつが、ペレット燃料です。端材や樹皮を粉碎し、固めたものを、ストーブなどの暖房器具の燃料にするのです。このような「バイオマスエネルギー」を化石燃料の代わりに可能な限り使用すれば、環境負荷を軽減することに繋がり、山は宝の山になるはずです。その他にも、木材をチップ化して再び固め、自由な大きさの素材を作り、その密度によって強さも調整できる「パーティクルボード」があり、木材利用の可能性が広がりをみせています。地方に埋もれている資源を見出し、活用していくところ、私のやるべきことだと決意したのです。

今日まで、継承された文化にこそ価値があるものなのだと、私は思います。

「天城の森を守りたい!!」。父の背中を追った私の夢は、少しずつ具体的になってきました。

将来は地域林業を支え、「天城の森」の守り人として自然を活かし、太古から人々を守り育てた森や文化を次世代に繋げていきます。私の一歩はわずかであっても、この一歩を踏み出すことで地域や国が変わっていくものとなればと思います。

私の一歩が、天城連峰に響く一番太鼓になることを期待します。

## 理解すること

(原文)

田村 彩恵 (16 歳)

神奈川県

聖ヨゼフ学園高等学校

なんてカラフルなパレードだろう。第一に思った。そして、そのパレードが行われているのが渋谷のド真ん中である事に気がついた。見た事もない程のカラフルなパレードに目も心も奪われた。

中学 2 年生の春、こうして私は LGBT に出会った。何度か行った事のあった大都会渋谷で見た、初めてのパレード。いつもなら目についた言葉が気になって、家に帰ってまで調べることは無かったが、今回に限っては、印象的なレインボーカラーが忘れられなかった。レズビアン、ゲイ、バイセクシャル、トランスジェンダー。聞いた事のある言葉が二つ。初めて見た言葉が二つ。この四つの言葉に私はどんどん興味を持っていった。

そこから一気に詳しくなっていた。中学 3 年の春、品川区で開催された 30 人程の LGBT の集会上に私は参加した。その頃には、LGBT の人々が世間一般で受けている不適切な扱いや差別についても多少は知っていた。だからどれほど暗い集会なのかと身構えていた。けれども実際は私の予想と裏腹に参加者全員が笑顔だった。そして当事者でもその家族でもない私を受け入れて、自分たちの現状を話してくださった。初めてお話しした当事者の方々。全然気持ち悪いなんて思わなかった。むしろ素敵だった。自分のやりたい事を貫いている姿に憧れの念を抱いた。けれども、笑顔だけでは語れない悲しい事もたくさんあった。涙も見た。この現状を変えたい、LGBT の人たちが世の中で当たり前に入れられるようになるためのお手伝いがしたい、そう思った。

今、私はそのための第一歩と二歩を踏み出した。第一歩は周りの人に LGBT の事を知ってもらうこと。そのために学校内外の二つの英語スピーチコンテストで LGBT の現状について違う視点から発表した。私が嬉しかったのは、学校内のスピーチコンテストの後だった。友人たちが私に LGBT について聞いてくれたことだ。きちんと知ってもらえた実感出来た初めての出来事だった。

第二歩は、アメリカに留学すること。私は今年の 8 月からアメリカに留学をする。アメリカでは同性婚が法律的に認められていて、多くの著名人が、自分が LGBT であることをカミングアウトしている。そして驚くべき事にアメリカの高校には LGBT が集まって活動するクラブが存在するのだ。日本じゃまだまだありえない事が既に当たり前になっているアメリカに行き、行政面や司法面からアメリカでの当たり前を日本でも当たり前にするために何をすべきか考えたいと思っている。

まだまだ知識不足の私だが、まず世間の人に、自分の知らない事に対して気持ち悪いと思わないよ

うになって欲しいと思っている。実際、私の母も詳しく知るまでは、LGBTの事を良くは思っていなかった。むしろ集会に行くなと言われていた。でも、集会に参加した時の事を事細かに伝えると、母は私たちにも他の人と違う所はあるものね、多少の違いで悪く思っていたことが恥ずかしいと言ってくれた。だから私は母のように多くの人にLGBTについての真実を知ってもらいたい。ニュースで得るだけの情報ではなく、当事者の人の身で起こっている事、それを聞いて受け入れられない人はいないのではないかと思う。

今はスピーチコンテストという方法でしか活動できていない私だけけれども、アメリカ留学で得た事、そして大学での司法の勉強を通して、これから先もっとたくさんの可能性を当事者の方と作っていきたいと思っている。

## 精神疾患に対する偏見を無くそう

(原文は英語)

メリッサ・ジョーンズ (22 歳)

米国・ニューヨーク州

現在、世界、特に私が含まれるミレニアル世代は負の感情や憎しみ、批判であふれています。現代多くのスティグマ (烙印) が付きまとっているトピックの一つで、私にとって重要なものに精神疾患があります。残念なことに、この病気は現代ではよく見られるものになっています。実際に、毎年アメリカ人の 5 人に 1 人がなんらかの精神疾患に苦しんでいて、私自身もその 1 人です。だからこそ変化を起こしたいと思っていますのです。

5 年ほど前、高校卒業後に私は慢性不安障害およびパニック障害と診断されました。しかし、自覚していなかっただけで、生まれてからこれまでずっと症状は出ていたのです。不安障害やパニック障害は身体の全てに影響を及ぼしますが、特に脳が標的になります。私の場合、発作が起きると、呼吸機能が低下し、光の速さで思考が増加して、全ての感情が極度の速さで体中を駆け巡ります。ですが、私は精神疾患にはさまざまな形や重さがあり、患者それぞれが異なる目に見えない複数の症状を抱えていると考えています。私自身も病気が原因で、友だちや人間関係、そして仕事を失い、もう少しで自分の命も失いかけてました。

私の自殺未遂から 1 年ちょっと経ちました。どん底からなんとか這い上がることはできましたが、まだ毎日戦い続けています。症状は常に私の中に残り続けているため、日常生活だけでなく、仕事をこなすことも大変です。最近、夢だったジャーナリストになることができましたが、皮肉なことに、この仕事は、私が最も恐れる「人と関わること」と切り離すことができないのです。精神疾患はこのような理不尽な恐怖をたくさん作り出し、ほとんど全てのことを難しくします。

私は、自分が経験している苦しみを理解してくれない世界にいら立ち始めました。私の症状は複雑で目に見えないため、自分の状態について話しても第三者や「非患者」は真剣に受け止めてくれませんでした。私が体験していることはとてもリアルで苦しいものなのに、周りの人にそれが伝わらないのです。そこでブログを始めました。

2017 年 12 月にブログを開設し、「Coffee with a Side of Xanax (コーヒーに向精神薬ザナックスを添えて)」というタイトルにしました。最初は、悩みの多い 20 代女性の日常に起きた小さな出来事について書いていました。面白い記事もあれば勇気を与える記事も書きましたが、それがどんな結果につながるか分かっていませんでした。そのうち、地域の人々から、私が書いた記事に共感したと、プライベート・メッセージをもらうようになりました。その時初めて、ブログを書くことが自分自身だけ

でなく、私と同じような立場の人にとっても癒しになっていることに気づきました。

もっと大きな影響を与えたいと最初に突き動かされたのは、アメリカ人の5人に1人が精神疾患に苦しんでいるのに、その半数しか治療を受けていないことを知った時です。その人たちが解決策や助けを求めない理由として考えられる3つの原因がすぐに思い浮かびました。それは、「この特定の病気について知識がなく、自分がその症状を抱えていることに気づいていない」、「この病気に対する偏見が多いため気後れしている」、そして「正しい治療を受けるために必要なお金がない」でした。どうすることもできず、治療も受けられていないこれらの患者のことを考えれば考えるほど、私の気持ちはどんどん深く沈んでいきました。そこで、「You Are Not Alone Movement (あなたは独りじゃない運動)」を立ち上げることにしたのです。偏見を無くし、病気で苦しんでいる人たちをサポートする方法を提供し、できたら何人かの命も救えたらと思ったのです。

5月に運動の第1フェーズを立ち上げ、ストラグレッターズ (StruggLetters=Struggle「苦闘」とLetters「手紙」を合わせた筆者の造語) と名付けました。精神疾患を抱えている人が、匿名で日常の苦闘や障害について投稿できるシステムです。私の住んでいる町に私書箱を開設し、完全に匿名になるよう差出人住所なしでそれぞれのストラグレッターズを送ってもらうよう人々に呼びかけました。また、自分のブログにも匿名でコメントを残せるようにし、そちらからもストラグレッターズを投稿できるようにしました。このフェーズの次のステップでは、毎週日曜日に、届いたストラグレッターズからいくつか選んで自分のブログにその苦闘に対する私からのコメントと一緒に掲載するつもりです。ストラグレッターズを投稿してくれた人たちが私のコメントを読んで、苦しんでいるのは自分だけではないこと、「大丈夫」じゃなくても大丈夫だということに気づいてくれたらと思っています。

今のところはまだストラグレッターは届いていませんが、一つずつ取り組むことで世界を変えていきたいと思います。



## 自分の人生を私は生きていきたい

(原文は英語)

サナム・ブカリ (22 歳)

パキスタン・カイバル・パクトウンクワ州

国立 AKL 大学院大学イスラム学部

私が生まれた時、生まれたのが息子ではなく娘であることを母は嘆き、悲しみました。少し大きくなると、私は学校へ入ることができましたが、兄のように入ることが名誉である私立学校には行けませんでした。高校に入学すると、母の助言を受けて、父は私にブルカを着せました。ブルカに目や鼻や口を覆われた私は楽に呼吸ができなくなり、視界も悪くなりました。目の前の世界がブルカによってぼやけてしまったのです。顔を覆われることでアイデンティティーを奪われました。ブルカを身に付けたことで、私は周りにいるつまらない女性の群れに加わらなくてはならなくなりました。一言も口を利きませんでした。そして、ブルカは私の権利をもう一つ侵害しました。文化的考え方に反してブルカは私を守ってくれるのではなく、私の体に何千もの飢えた男性の目を引き付けたのです。私はこの文化に起因する飢えに耐えることができませんでした。私は消極的になりました。自分のために声をあげること是一切ありませんでした。

私の母は、私が学校に通うことに大きな不満を感じていました。「家にいなさい。学校に行くことに何の意味があるの。すぐに結婚して旦那さんに尽くすことになるのに」というのが彼女の主張でした。母はある意味正しかったのです。彼女は、私のことや私の将来を心配し、社会から私を守ろうとしていたのです。でも私は学校がとても好きだったため、母の言うことに従うことができませんでした。しかし、どうしても勉強を続けたいという私の主張は家族の命令に屈してしまいました。

大学入学後、私は勉強をやめなくてはならなくなりました。家に引き止められた私は、両親や兄弟姉妹に仕える家政婦のような気持ちになりました。私は家族の命令に従わなくてはならず、投獄生活を過ごす私を見て家族は満足そうでした。

1年という長い間、私は家族に奉仕しましたが、心の中では他者によって決められた自分の境遇について、常に考え、苦しんでいました。また、この期間中に私は一度も会ったことのない人と婚約させられました。どのみち私は「ハイ」と言うしかなかったため、受け入れました。

私にとって、それは奴隷のような無意味な生活で、納得のいかないものでした。私はこの生活に全く向いていなく、心が壊れかけていたのです。そこで、自分のために声を上げなくてはと思いました。私がやらなければ他の誰がやるというのでしょうか。私は家族の前で再び勉強がしたいと小さく震える声で主張しました。でも彼らは、私の真剣な主張を笑い飛ばしたのです。「1年も家にいたのに、今さ

らまた始めるのは無理でしょう」。家族の心の片隅にある情に訴えかけるよう、私は勇気を出して、より強く主張しました。でも、聞いてもらえませんでした。私が繰り返し主張しても、家族はそれを無視し、私が叫ぶと彼らは顔をしかめました。でも、私がそのしかめ面に抵抗し続けると、彼らは少しずつ私のことを考えてくれるようになりました。私は、消極的になっていたものの、女性の資質として最も望まれない「反抗的で無礼な娘」と呼ばれる覚悟で内なる自分を引き出しました。

私は婚約を破棄したいと考え、とても大変でしたが、なんとか解消することに成功しました。でも、多くの人からのひどい批判に耐えなくてはなりません。そして、近年男女共学となった大学院に入ることができたものの、そこでも男性たちは、私たち女性を教室の中に閉じ込めようとするのです。女生徒にはスポーツを楽しむ機会は与えられず、男性に対して敬意と恥じらいを持って目を伏せることが求められ、女生徒が課外活動に参加することは推奨されていません。

私は自分のために声を上げます。そして、女性のクラスメイトたちにも、差別されることなく平等に扱われるよう自ら主張するよう勧めています。

私を委縮させていた恐れを私は克服しました。もう怖くはありません。私は私であり、一人の人間であり、正当な評価を受けたいのです。また、社会構造から私を抹消したい人々や自分の娘や姉妹、母親のことを恥ずかしいと思っている人々の考えを変え、私の意見を支持してくれるよう説得したいと思っています。私は、これまでに周りの考えを変えてきましたが、これからも変えていきます。

2018 年度国際ユース作文コンテスト

【若者の部】 入選

## 夢の車輪

(原文は英語)

ジン・ファイ・フォー (24 歳)

マレーシア・セランゴール州

「あはは！ 何をしているんだ。馬鹿じゃないのか！」

歩道にできた穴に私の車イスの車輪がはまってしまったのです。私は絶対に車イスから立たずに穴から抜けだそうと心に決めていました。しかし、近所の人たちの馬鹿にしたような笑いに屈辱を覚えました。

「ああ、友人たちはこんな気持ちだったのか」。車イスの車輪を恥ずかしさでより強く握りながら、私はため息をついて心の中でこのように思いました。

現在「ザ・ホイールパワー (The WheelPower)」という個人プロジェクトを進めていて、2 週間断続的な車イス生活を送っています。私たちの仲間である車イス利用者の視点から世の中を見、彼らが経験する痛みを理解し、都市環境をより障がい者に優しいものに設計し直す効果的な方法を見つける良い機会となるため、このプロジェクトには意義があると強く信じています。

発展途上国である私の国では、障がい者市民が置かれている状況はよく無視されます。私自身も昔は、無意識のうちに車イス利用者全体を障がいと結び付けて不当に定義づけていました。長い間、私たちの冷淡な態度がこの現代的問題に対する偏見を増殖させてきました。今では、障がいそのものよりも「障がい者」というレッテルの方がより大きな障がいとなっています。目は見えているのに、私たちの特別な友だちのニーズに対して盲目になってしまうほど、偏見は私たちの判断を鈍らせているのです。

ザ・ホイールパワープロジェクトを始めるきっかけになったのは私の叔父でした。太り過ぎて足を引きずって歩く 54 歳の気難しい男だったサンシャインおじさんは、1960 年代に脳の感染症によると思われる部分的な知能障がいを負っており、「障がい者市民」というレッテルを貼られていました。いつもイライラしていた彼は、その存在自体が村人を怖がらせていたため、村人からは「村の狂人」と呼ばれていました。そのため、2017 年の終わり頃に私の家族は彼の面倒を見ることを決め、一緒に住むために彼をクアラルンプールに連れてきました。

それから 3 ヶ月間、私はサンシャインおじさんとコミュニケーションを取り、彼が自立できるよう手助けすることに専念しました。毎日朝食の時には、彼は新聞のトップ記事を朗読することで問題を分析する方法を学び、記事の内容について私と話し合いました。日中の彼の役目は、家事を細かく調整することでした。叔父は少しずつ自分の感情を適切に表現できるようになっていきました。夕方には

彼が転ばないように、歩き方を直す簡単な運動を一緒に行いました。そして、夜には彼の集中力を鍛えるために英語のアルファベットや幾何学を勉強し、計算の復習をしました。

結果は衝撃的なものでした。常に褒められ、良い方に導く環境を与えられることによって、サンシャインおじさんのマナーは良くなり、人に共感できるようになったのです。彼は礼儀正しく、社会の輪になじむことができ、友だちと会話を楽しみ、人々に広く受け入れられています。今では自己管理もできるようになり、健康のために自制によってかなり体重を減らしました。素敵な話し相手へと生まれ変わった彼の新しく素晴らしい評判を伝えに、村人たちが私たちの元に押し寄せてきました。サンシャインおじさんは転ぶことなく歩けるようになり、そして何よりも幸せで独立しています。現在、彼はレストランのウェイターとして社会復帰する準備をしています。

サンシャインおじさんと過ごしたこの3ヵ月間は、特別な支援を必要とする人たちに対する考え方を見直すきっかけになりました。もし、彼らのためにもっと何かしてあげることができたらどうでしょう？ もし、車イス利用者が家を出て、自立し、仕事に就くことができるような都市に設計し直すことができたらどうでしょう？

ふと頭をよぎったこの記憶が自分の動機を思い出させてくれたため、私は落ち着くことができました。

「そこの近所のおじさん。私はケガが理由で車イスに乗っているのではなく、車イスを利用している人たちが外出する時にどんな気持ちになるかを理解するために乗っているんです。私はこの街を設計し直すことで彼らの生活を良くしたいんです」。そう言って私は微笑み、穴から出るために車輪をくねくねと動かし続けました。

すると突然体が軽くなりました。誰かが車イスを持ち上げて穴から出してくれたのです。近所の人々が手抜きのでこぼこ道を進めるよう手助けをしに来てくれたのです。

「君がやっていることは、素晴らしいことだ」と、彼は静かにつぶやきました。「次は何か一緒にできたらいいな、車イスを使って」

その瞬間に、たとえ小さな変化でも自分が社会を変えることができたことを実感しました。私たちは、このような身近な人に意識を芽生えさせることで、自分の社会や特別な支援を必要とする私たちの友だちの幸せについて責任を担うことができるのです。一緒に私たちの友だちに「夢の車輪」を与えましょう。