

## NO. 6 感動大賞

昨年、父が76歳でこの世を去った。  
胃がんの為、胃全摘出手術後は、肺炎を繰り返し、急激に体力が衰えた。

肺炎になると点滴治療と絶食絶飲という入院生活、もう家に帰してくれと点滴の針を自ら抜き、看護師さんに、娘さんからよく話して聞かせるように、と、お叱りをうけたこともあった。

そんな父の気を紛らせる為、早く退院して「昇龍のラーメン」を食べに行こう、と励ました。

外食嫌いの父が家族で唯一出掛けるところが「中華料理 昇龍」。父は決まってチャーシューを一枚、私のどんぶりへポイっと置く。その儀式が済むとすごい勢いでラーメンをすすり、あっという間にたいらげる。

父にこの話をしても覚えていない。私の記憶違いかと思ったがそうでない。私も同じことを無意識にしているのだ。何十年の時を経て立場を変え、我が子に。

父のさりげない愛情表現、父の気持ちが私に受け継がれているのか。

父が私の中に生きている気がして温かいものを感じた。

NO. 173 幸福賞

私が幼い頃、父はマグロ船の漁師でした。

年に1度、1ヶ月弱の休みにしか父に会えず、帰ってくるのを楽しみにしていた記憶があります。

父が持ち帰る冷凍マグロを見て、尾の無いマグロの絵ばかりを書いていた。その絵を見てニコニコしながら褒めてくれる父や母、家族の笑顔が今でも忘れられません。

その後、父も母も病気を患い、幸せだった頃の生活とは程遠い時間を長く過ごす事になっていきます。

そんな中、震災がおこります。

不安と恐怖に押し潰されそうになりながら父を探し続けた2日間。

これ程までに父を愛しく強く想った事はなかったかもしれません。

避難所で再会できた瞬間の何とも言えない感情。

今思えば、幼い頃に父の帰りをずっと待っていた時の感情と似ていたかもしれません。

生きていてくれて本当に良かった。

あたり前が幸福であると気付いた瞬間でした。

## NO. 11 感動賞

もうすぐ日本に来て3年目になります。  
日本に来てから一人暮らしの生活ができるようになりました。  
最初は日本語もあまり話せなく大変なことや辛いことやいっぱいありました。

私のいる学校には留学生がたくさんいます。だんだん他の国の友だちや日本人の友達と話せるようになりました。

自分は高齢者の面倒を見るのが好きなので関東福祉専門学校で介護の勉強をしています。その勉強の中で介護実習にも入ることができました。そこで高齢者の施設の生活を学ぶようになりました。その中で一番嬉しかったことは、毎朝皆さんに笑顔で挨拶をしたことです。

ある朝私が挨拶をしたとき、おばあちゃんから「あなたの笑顔を見ると私たちも元気になるよ。いつまでも私たちのところにいて下さいね」と言われました。その言葉はすごく心に響きました。今でもその言葉を思い出して介護をするときは「笑顔」でしたいです。

それが私の理想とする幸せな介護福祉士像です。

## NO.13 感動賞

「私の愛する娘、私はとても懐かしいです。外で安全に注意してください。時間どおりに食事をして、ぜひ元気になってください。家の中は安心です。心配しない。

母 ×年×月×日 」

昨日突然、母から手紙をもらいました。私は驚き喜びながら幸せを感じました。

日本に来てもうすぐ2年です。ずっと帰っていません。本当に家族が懐かしい。特に母の健康について、心配していることです。いま、母から手紙をもらったので、あまり心配することはない。すぐ私は幸福と楽しいと思いました。

その時、目が覚めた、自分で夢を見ていました。母は4年前に亡くなった……

夢であるにもかかわらず、私はとても幸せです。

「母、安心してください」

私は知らないうちに、涙がでていました……

## NO. 61 感動賞

私は、この夏に実家のある秋田県に帰省した。私の姉が福島県で働いていることもあり、福島県から一緒に自家用車で半年近く前までずっと家族と共に過ごした実家へ帰省した。

約5時間かけて辿り着いた実家は、ノスタルジーを感じさせる風貌に一変しているように思えた。

玄関に入ると、徐々にこれまでに過ごしてきた実感が湧出し、日々の出来事の記憶が鮮明に蘇り始めた。

私は、このとき初めて親の存在の大きさに驚嘆した。

実家とは、自分が生まれたときから住んでいた場所ではなく、久しぶりに帰省した際に親との繋がりを再認識させてくれる場所だと私は強く思ったのである。

同時に、私は現在、埼玉県で一人暮らしをしているが、このことが成立するのは親の存在が有ってこそであるから、感謝の気持ちを胸に強く刻んだ。

幸せとは、自分一人だけの力により手に入れられるものではなく、人に感謝する気持ちを持つ者だけが手に入れられるものだと、このひと夏に思った。

## NO. 85 感動賞

私の幸せな思い出はある日の家族全員そろっての食事でした。

6年前、今まで経験したことのない強い揺れを感じ、日本中が不安と恐怖に包まれました。のちに東日本大震災と呼ばれる大地震です。

当時小学生だった私は通学の関係で、母と妹、弟と離れ、祖母と同居し、さらに電車で通学していました。

地震の影響で交通機関は停止し、電話やメールなどの連絡手段にも障害を与え、私を含め多くの人達が家族や恋人と互いの無事を確認することが困難でした。

やっと帰宅し、家族の顔を見たとき安心し涙が出たほどです。

その夜、家族全員そろって食べた晩ごはんはとても幸せでした。

震災により大切な人を失った人は沢山います。そんな中でいつも一緒に居て顔を合わせ、食事が出来るということを決して当たり前にも思っただけでいいと感じた特別な時間でした。

## NO.150 感動賞

1年前、私のお腹に小さな命が宿りました。  
その日から健康、食事に気を遣い過ぎました。  
それでも切迫流産などで自宅安静が多く不安と様々な気持ちで出産の日を迎えました。想像を絶する痛みで一睡もできず、飲食も禁止され、心身共に疲労がピークの時、母子共に危険な状態と言われました。  
その状態で何度も心が折れそうになりながらも医療スタッフや家族に励まされ、支えられ無事元気な男の子を出産しました。  
初めて我が子を抱いた時、感動で涙が溢れ、愛おしく感じ「産まれてきてくれてありがとう」と思いました。  
10月20日は、親子で頑張った日でもあり、この子を一生守ろうと決意した日ともなりました。  
萎んだお腹を見るたび寂しさを感じ、長いようで短かったマタニティライフを懐かしく感じます。その子も1歳になり活発な男の子へと成長しました。  
子育ては、悩みや不安もありますが、それ以上に、日々成長する我が子の姿を見る度、喜びと幸せを感じています。

私の幸せな思い出は、毎年お盆休みに家族や親せきが父のために集まってくれることです。

父は、私が13歳の時、この世を去りました。

その時は、全く現実を受け入れる事が出来ず、悲しさのあまり父の話をする事も聞く事もできませんでした。

父との楽しい思い出を思い出すのも嫌でした。ですが、時が流れるにつれ、自然と受け入れる事ができました。

今では、6年経った今でも、毎年家族が集まって、父の話をしたり、父の好きだった物を食べたり、毎年、父の事を思って集まってくれる事が、とても嬉しくて幸せです。

そして、命の大切さを改めて教えてくれると供に、勉強などの辛い事、苦しい事を出来るのも生きているからこそ経験できるので、お盆休みは、大切な時間であり、幸せな思い出です。

最後に、父がいないのは寂しいけど、いない事で特別な事が無くてもごく普通の日々が幸せだという事を改めて感じた時間でした。

私が思う幸せとは、今を生きていることだと思います。  
そう思うきっかけとなった出来事があります。  
それは、私が中学卒業を控えたころに起きた東日本大震災です。  
当たり前だった日常が、この震災で一気に変わってしまいました。  
避難場所での食事は1日におにぎり1個だけで、お腹はあまり満たされませんでした。たまに出る雑炊はとてもおいしかったのは、今でも覚えています。  
他にも、電気や水道が止まっていたので中々お風呂に入ることが出来なかったけど、自衛隊の人が用意してくれたお風呂に友達と行って入ったのもいい思い出です。  
震災によって失ったものはたくさんあったけれど、失って気付いたこと、改めて大切だなと思ったこともあります。食べ物を粗末にしてはいけないこと。人は支えられて生きているということ。この震災から学んだことを忘れずに、私は今という時間を大切にして生きていこうと思います。

介護福祉士になった時幸せです！！  
1年間に介護福祉士をやったことがあります。  
毎週末はお年寄りを会う時、私は幸せになりました。  
始める時、私は全然知りませんでした。ベトナムで年寄りと一緒に家族に住んでいるので、介護福祉士がありません。  
でも、家で皆はお年寄りにお世話をしました。日本で生活が違うのでお年寄りが一緒に済まないです。毎週末に病院に行ったり、オムツの交換を行ったり、入浴の介助を行ったりします。  
お年寄りの顔を見ると笑顔があります。私の心は幸せになります。  
日本でお年寄りは80歳以上います。お年寄りがとても元気で頭がよくて面白いと思います。毎日、病院へ行く時、毎日楽しみの日です。毎日、私はお年寄りに話を読んで、一緒にゲームを行って食事の介助を行っておやつを召し上がって手伝います。私は介護福祉士になった時、みんなに手伝えることはとても幸せだった。

## NO. 2

今、私は介護福祉士の養成専門学校に通って2年生に在学中です。来年に国家試験と就職を控えています。

私は専門学校に入るまでは人前だととても緊張してしまう性格でした。しかし、入学後、私の人生を変える大きな出会いがありました。それは、多くの留学生との交流です。

留学生は、分からないことが沢山あります。日本での社会のしくみ、日本語や介護についての知識、生活知識と様々な課題に直面します。

また、1人暮らしでは、家賃、光熱費、自炊、生活用品と沢山の費用がかかるので、バイトをしながら忙しい学校生活を送っています。最初、私は留学生と関わることに不安を抱いておりました。

しかし、アクティブな留学生のおかげでとても明るい生活に変わることができました。

また、忙しい留学生のために、一緒に勉強したり、食事をしたり、遊んだりするようになりました。

そのおかげで私はより積極的に行動できるようになりました。私はとても幸福であります。

人間は感情を持っている生物だ。私たちは日常の中で毎日1回以上は幸せを感じている。

私が幸せを感じる時は、「ありがとう」という一言を言われた時だ。

ちょっとした一言をなにげなく言われただけでも嬉しくなったり、笑顔になる。

つまりたった「ありがとう」の一言だけで気持ちが変わるということだ。

海外では、日本とは違い「ありがとう」を様々な場面で使う。例えば、学校の授業で出席を確認するときだ。教師が生徒の名前を呼び、生徒がそれに対し返事をする。

ここまでは日本と同じだが、その後、海外の教師は thank you と言う。

私がこれを体験したとき、驚いたが笑顔になれた。

つまり海外の人は「ありがとう」という言葉にためらいがないのだ。

私がこの体験から伝えたいことは一つだけだ。どんなときでも人に対して、気遣う心を持つということだ。たった一言で人の気持ちを変えられる手段を持っているのだから。

私は先日、17歳の誕生日を迎えました。  
誕生日の前日が文化祭だった為、私は早めに寝てしまったのですが、朝起きると、仲の良い友人だけでなく、あまり話したことのない人達からもたくさんのお祝いのメッセージが届いていて、とても幸せな気持ちになりました。  
家族や特に親しい友人からは普段は聞けないような言葉もかけてもらい、自分はこんなにも“愛されている”と実感することが出来て、特別な日となりました。  
毎日が誰かの誕生日で、そんな幸せな1日を過ごしているかと考えると、私も嬉しい気持ちになるのと同時に、そんな特別な日だからこそ、普段は恥ずかしくて言い出せない感謝の気持ちや思っているところを改めて伝えられる良い機会だと思いました。  
誕生日に限らず、自分の言葉や行動が誰かの幸せにつながることは、自分も嬉しい気持ちになれるし、また一人一人のそんな気持ちが積み重なって大きな幸福が生まれるのだらうと思います。

こじきと大根

私は五霞町に住む農家の主婦です。こじきと大根は 10 年前の話です。

私はいつも思いますが、この世に生まれてこじきになろうと思う人は誰もいません。そのこじきの人たちは1ヶ月に5~6人来ます。そのこじきの人達がある日庭に立っていました。

こじきを見るなり胸がいっぱいになり涙が溢れてしましい、まともに顔を見る事が出来ませんでした。

私は当時仕事に出ており1日5000円位もらっていたので、こじきの人達にあげる為に、いつも箱の中に500円を10枚程用意しておきました。

ある日、そのこじきの人達が1本の大根を軒先に置いていきました。その日の夕方夫に話をしたら「そんな大根捨てちゃいな」と言われました。

ですが私はこじきの人達が持ってきた大根だからこそ捨てる事が出来ず、裏のお勝手に隠しました。

2~3日経ってから思い切って煮物にしてみました。

鍋の中の大根が「ありがとう」と笑っているように見えました。

夫は何も知らず、おいしそうに頬張っていました。夫の横顔がいじらしく見えました。

この嘘はつきとおすつもりです。

嫁ぎ先では麦飯と白いご飯の2種類を用意していましたが、夫は麦粒1つ食べませんでした。

私の実家では仏様と年寄りを大事にしました。私が嫁いだ箕沼家では子ども一筋でした。夫が大切に育てられた様に、私の2人の子どもも同じ様に大切に育てられました。おじいちゃんは孫かわいさに、自分の入れ歯も作らず小遣いを心配してくれました。今でも頭が上がりません。

次の日曜日に市役所に勤めている娘が孫を連れて遊びに来ました。

こじきと大根の話をして娘に話しました。

娘は「母ちゃん市役所で300円しかくれないのに、500円じゃ多いよ。」と言いました。

孫は小首をかしげて「おばあちゃんえらいね」と褒めてくれたのです。わたしはやはりこの世は甘くないなと思いました。そしてお金の細かい事が分かり社会勉強になりました。

それから外で息子の声が聞こえるので駆けて行くと畑から戻って来た息子が「母ちゃん母ちゃん、庭の入り口でこじきが立ってるからたまげたよ。」と言いました。

続けて「母ちゃんがいつも500円くれてたって言ってたから、俺も500円くれたらこじきが喜んで帰っていったよ。」と言いました。

その時私は頭の中で息子を褒め、ホッと胸をなでおろしました。

そして息子の話を聞いて 10 年前の事をまるで昨日の出来事かの様に思い出しました。

当時のこじきの事が次々と頭をよぎりました。

まとまりのつかない作文ですが、目を通していただけて幸いです。私のような者でも応募させていただきありがとうございました。

私は5年前の暮れに原因不明の筋萎縮になり入退院を繰り返したりリハビリ等、家族には私のために大変負担をかけました。

デイサービス、ショートステイ等を利用しましたが、余り労力は変わりませんでした。

そんな時ケアマネジャーさんの紹介でこちら（翔裕館）にお世話になる事にしました。

スタッフの皆様はそれぞれ優しく親切で丁寧に相談事も良く聞いて頂き、云ってみれば第二の家族です。

「本当にありがとう」の一言です。そんな毎日の中で「ありがとう」の言葉が1日何回かわすだろう。

「ありがとう」と云う度に幸せを感じる今日この頃です。こういう幸せもありかなと思いつつ毎日を楽しく過ごしています。

NO. 161

日本に来ました。1年7月に日本に住んでいる。  
1年に日本語学校で勉強しました。  
1年、自分で一生懸命勉強した。でも、私は日本語が苦手だ。  
毎日、自分で言って頑張ります。  
日本語が上手になる時、自分でアルバイトをすると日本人と話せて、授業中、先生に教えてくれる。  
私と先生に会うのはとても幸せでいます。先生本当に大好きです。  
私の家族は日本に行ってあげたら、先生にとっても優しくて親切だと思います。

先生、愛しています。