

佳作

「一人」を救うために 新潟県妙高市立妙高中学校 1年 清水 ひより

皆さんは夢などに向かって取り組んでいること、頑張っていることはありませんか。深く考えると、私は何もできていない気がします。私の夢は看護師になることです。体の病気を治すサポートはもちろん、主に心の状態、精神についてもサポートできる看護師になりたいと思っています。

私は、今年中学生になり、他の小学校だった子たちと関わるが多くなりました。入学してすぐは、周りのクラスメートがうるさくて勉強に集中できなかったり、嫌な言葉を言われたりしました。そのこともあって、体調にも変化が出てきました。ほぼ毎日、頭やお腹が痛くなったり、自分に自信が持てなくなったり……。でもこれは友達のせいではなく、自分の気持ちも関係していると思っています。こんなことがあっても、新しい友達がたくさんできて、みんなと遊べて、楽しい生活を送っています。けれど、私が思っている「楽しい」という気持ちを持ってない人がたくさんいると思います。

最近、「不安障害」「うつ病」など、精神疾患と闘っている一人の女子高校生のSNSを見ることがあります。その方の夢は看護師になることだそうです。精神の病気は、目に見えない病気、だからこそ理解されにくいです。だから、その女子高生は「夢を諦めることもあったけれど、今は誰よりも人の苦しみに寄り添える看護師になりたいと思っています。そう思えたのは、周りに支えてくれた人がいたから。」と言っていました。その言葉を聞いて私は、その「支える人」になりたいと思いました。

私は、病気と闘っている方たちの話を聞いて、友達と遊べること、外に出られること、学校に行けること、それは当たり前じゃないんだなと改めて感じることができました。そんな尊い日々を楽しく、幸せに、普通に過ごせる人たちが多くなってほしいです。

そこから私は、周りに理解されずに苦しみながら闘っている人たちを「支えたい」「助けたい」「希望を与えたい」と思えるようになりました。みんな幸せになってほしい。けれど「みんな」なんてできないと思います。だから私は、苦しんでいる人たちを一人でも減らせるように努力したいです。それは大変かもしれませんが、大きな夢かもしれませんが、でも、大変だから諦めるのではなくて、大きな夢だからこそ、人一倍頑張ってみたいです。諦めず最後まで頑張ってみたいです。

今は「看護師になる」という夢のために、できていることはないかもしれないけど、支えたい、助けたい、寄り添ってあげたいと思っているだけでも、苦しんでいる人がいた時、すぐに助けたり、寄り添えたりできると思います。「寄り添う」ということは、とても大事なことで私は思います。「頑張っ！」「待ってるよ！」ではなくて、「私にできることない？」「話聞くよ！」など、相手の気持ちに寄り添ってあげるのが大切なのではないのでしょうか。そして、自分の一言で一人でも救われてほしいです。救いたいです。

辛い気持ち、苦しい気持ちはその人にしか分かりません。だから、少しでも理解できるように、これからもっと勉強していきたいと思っています。

最後に、未来の自分に向けて伝えたいことがあります。

「未来の私は無事看護師になれていますか。なれていなかったとしても、人の気持ちに寄り添える人になれていますか。苦しんでいる人を一人でも助けることができましたか。もし、それに苦労しているのであれば『自分で一人でも多く救いたい』と思っていた時のことを思い出してください。自分のためにならなくても人のためになる。人のためにならなくても自分のためになる。日常ってその繰り返しではないですか？今は、自分なりに考えて人のためになることをたくさんしてください。それができたら、苦しんでいる人に寄り添ってあげてください。自分にしかできないことが絶対あります。応援しています！そして、お母さんから言われてきたこと。周りへの感謝を絶対忘れないこと。人のせいにしないこと。これは必ず守ってください。素敵な日々が送れますように。あなたのおかげで、一人でも多く苦しんでいる人たちが救われますように。」