

第10回作文コンクール 心のふれあい 大賞



主催 公益社団法人 福岡県医師会

共催 福岡県、福岡県教育委員会

後援 九州厚生局、福岡市、北九州市、久留米市、飯塚市、大牟田市、行橋市、福岡市教育委員会
北九州市教育委員会、読売新聞社、産経新聞社、朝日新聞社、毎日新聞社、西日本新聞社(順不同)

目次

主催者あいさつ……………1

表彰式……………2

表彰式の様子……………3

入賞作品紹介

一般の部 最優秀賞……………4

一般の部 優秀賞……………6

一般の部 優秀賞……………8

一般の部 優秀賞……………10

中高生の部 最優秀賞……………12

中高生の部 優秀賞……………14

中高生の部 優秀賞……………16

中高生の部 優秀賞……………18

中高生の部 優秀賞……………20

小学生の部 最優秀賞……………22

小学生の部 優秀賞……………23

小学生の部 優秀賞……………24

小学生の部 優秀賞……………25

選考委員……………26

募集要項……………27

主催者あいさつ



公益社団法人 福岡県医師会

会長 蓮澤 浩明

福岡県医師会作文コンクール「心のふれあい大賞——わたしのまわりの医療体験」は、医療従事者と患者さん、そのご家族との「信頼関係」という医療の原点にスポットをあて、その体験記を募集するもので、十回目を迎えました。

本年も、小学生から一般の方まで合計三一九点ものご応募を頂き、一般の部・中高生の部・小学生の部から最優秀賞、優秀賞あわせて十三名の方を、表彰させていただきました。

三年以上におよぶ新型コロナウイルス感染症がインフルエンザなどと同じ「五類」に移行し、県民の方々の生活も徐々に通常に戻りつつあります。しかしながら、コロナ禍を機に、感染症への対応や人との関わり方には大きな変化がもたらされました。

今回の応募作品を拝見しますと、未知の感染症と向き合った四年間においても、平時においても共通して、医療従事者とのつながりを通して夢や希望を抱いたこと、また医療従事者への感謝の想いが綴られており、このような内容が多く寄せられたことは、我々医療従事者にとって改めて日々の人とのつながりの大切さを実感するものでありました。

この作品集が多くの方々目の目に触れることで、医療に関する関心や、県民の皆様と医療従事者との絆をさらに深めていければ幸いです。

今回は、四年ぶりに表彰式を開催することができました。受賞者の皆様に心よりお祝い申し上げますとともに、ご応募いただきました方々、またご支援賜りました関係者の方々にも厚く御礼申し上げます。本冊子では、受賞者の方の作品を紹介させていただきますので、ぜひご高覧ください。

表彰式



(令和6年1月20日(土) 福岡市・JR九州ホール)

一列目

● 中高生の部 優秀賞

池田 真佳さん

● 中高生の部 最優秀賞

善家 心春さん

● 一般の部 優秀賞

諸岡 正和さん

一列目

● 小学生の部 優秀賞

高橋 あみさん

● 小学生の部 最優秀賞

佐藤 絢音さん

● 福岡県医師会会長

蓮澤 浩明

● 小学生の部 優秀賞

恒成 里南さん

● 小学生の部 優秀賞

西尾 愛梨さん

表彰式の様子

(令和6年1月20日(土) 福岡市・JR九州ホール)



一般の部・優秀賞
諸岡 正和 さん



中高生の部・最優秀賞
善家 心春 さん



中高生の部・優秀賞
池田 真佳 さん



小学生の部・最優秀賞
佐藤 絢音 さん



小学生の部・優秀賞
高橋 あみ さん



小学生の部・優秀賞
恒成 里南 さん



小学生の部・優秀賞
西尾 愛梨 さん



入賞作品

一般の部

最優秀賞

筑紫野市
K・M

「次は私が」

十四歳から四年半、ほとんどの時間を病院で過ごした。状態があまりにも悪く何十軒もたらい回しにされ、ようやく入院できることになったが、私は病院という場所で声を出すことができなくなっていた。高校生にはなれない、

二ヶ月もたないだろう、死にますよ、一年の間に何十回もそんなセリフを聞いた。最初こそショックで泣いていたが、次第に何も感じなくなった。感情を殺すことで自分を守っていた、と言う方が正しいかもしれない。一言も発さず、能面のような顔でベッドに横たわる私に、入院生活の説明をしてくれていた看護師さんが満面の笑みを浮かべて、「安心して大丈夫だよ。」

と言ってくれた。その言葉と笑顔で、なんだかホッとしたので今でも覚えている。

看護師さんも先生も、ナースエイドさんも掃除のスタッフさんも、首振りですか反応できない私に毎日何度も話しかけてくれた。数日もすると、Mちゃんという声だけで、カーテンが開く前から誰が来たか当てられるようになっていた。私も少しずつ安心できるようになり、聞こえるか聞こえない

かの小さな声で初めてありがとうと伝えられた。その日から少しずつ話せるようになり、看護師さんのおしゃべりが入院中の楽しみになった。

時が経ち、もうすぐ十七歳になるうとしていた。三ヶ月前後の入院、二十日ほど家で過ごし、また入院、という繰り返しなので、その頃には私にとって看護師さんは病院のお母さんやお姉ちゃんのような存在だった。ただ、一年のほとんどを入院しているため高校は単位が取れずに中退。普通に学校に行っている人が羨ましかったし、それができない自分をなかなか受け入れられなかった。学校生活はおろか、医療行為なしでは家で生活することもできない状態が二年以上続いている。そんな生活も、自分のせいで両親を苦しめることも辛かった。ICUからいつもの病棟に移り、泣きながら良かったと抱き締められる看護師さんのぬくも

りに安心したと同時に、張りつめた糸がプツリと切れてしまった私は、

「なんで助かっちゃったの。もうこのまま解放されたかった。こんな身体いらない。」

と泣きながら、身体のあちこちからのびる管に手をのびした。そんな私の手を取りながら

「やっと言ってくれた。Mちゃん、いつも大丈夫って笑ってるけど、しんどいとか怖いとか言ってる良いんだよ。私とMちゃんの仲なんだから気をつかわないでよ。」

と言われてさらに涙が止まらなくなつた。迷惑かけたくない、苦しませたくない、どんな時も大丈夫と笑うのが癖になっていたけれど本当はずっと怖かった。そのことに気付いてくれた、もう一人で我慢しなくて良いんだ、とすごくホッとした。それから、大丈夫と笑う癖は抜けなかったが、Mちゃん

んの大丈夫は大丈夫じゃないからなあとみんなにバレバレで、身体のしんどさも気持ちのしんどさも少しづつ自分から伝えられるようになった。

病気になって七年。この一年ほどはだいぶ体調が落ち着いており、今は病棟保育士を目指して大学で勉強している。入院中、たくさんの言葉に救われた。おしゃべりをしたり、勉強を教えてもらったりする時間が楽しかった。

ベッドから起き上がれない時、私の好きなキャラクターを色々なものに書いてくれるのが楽しみだった。痛い検査や処置の時、手を握って声を掛け続けてくれることで安心できた。誕生日カードや手紙は今も全部残してある。書ききれないくらいたくさんの言葉と関わりのおかげで乗りこえられた。命を救ってもらったから今があるけれど、心のサポートにもすごく救われた。次は私が、同じように闘っている子ども

たちの心を少しでも支えられるようになりたい。私にかけてもらった言葉やしてもらって嬉しかったこと、こんなサポートがあつたらなと思うこと。あの頃の私が、こんな人がいてくれたらと思う存在になりたい。その夢に向かって毎日頑張っている最中だ。

お世話になった病棟のみなさん。何度も命をつなぎ、心も身体も救っていただいたおかげで、みなさんのような人になりたいという目標ができました。四年半の入院生活は、ただ辛いだけの思い出ではなく、前に向かって進む力になっていきます。大学に合格した時の、「数年後、どこかの病院で活躍しているMちゃんの様子を風の便りで耳にする日を楽しみにしているね。」という言葉。それが現実になったら、元気な姿で報告しに行くので待っていてください。みなさん、本当にありがとうございました。



一般の部

優秀賞

I・N

「先生、ありがとう」

「精神科」この言葉は自分には関係ない言葉だと思っていた。

高校時代は部活で強豪校に所属して主将を務めた。周囲から信頼されて部活、勉強に打ち込み努力する自分に価値を生み出していた。部活を引退後、痩せ

たいと思いダイエットを始めた。体重がどんどん落ちて目に見える成果が出て、周囲からも褒められて自分の存在価値が上がった気がした。希望を持ち大学に進学できると思った。コロナの流行と同時に大学に入学した私は初めての一人暮らしと自粛生活の中でダイエットにのめり込んでいた。ある日、食事制限をしているはずなのにご飯を満腹になるまで食べて吐いた。そこから私はコロナや大学でのストレスを過食嘔吐で解消していた。過食嘔吐が中心の生活になり外に出ることが出来なくなった。大学一年の十二月に大学病院の精神科に通うようになったが、自分は病気ではない、これは私の弱さからなるものだ、精神科に通う自分は惨めと思っていた。精神科に通うようになり、私は少しずつ自分の話をするようになった。そんなある日、過食嘔吐をしたくないはずなのに辞められないきつい、苦しいと主治医に話した。そしたら、

先生が「しんどいね、苦しいね」と言った。何でもないただの言葉かも知れないがその時、私はしんどい、きつい、苦しいなどマイナスなことを言っても共感してもらえて嬉しかった。私の中で、マイナスな言葉は禁句で、常にプラスに前を向いていないといけないと思っていた。だけど、先生は苦しい、しんどい、きついことを共有して欲しいと言ってくれた。そして、私は初めて自分は弱いからこうなっているのではない、自分の心と身体のSOSから病気になるって過食嘔吐をしていると思えた。大学二年になり、私は新しい夢をもち勉強に励んだ。心のどこかで何かに打ち込む自分に理想を抱き努力した。勉強をしていく中で完璧を求める私は常に上位の成績を取り、人から認められたいと思ひ努力した。大学三年になる頃に少しずつ生活が崩れ、過食嘔吐がひどくなった。それでもみんなの前では出来る私でいたかった。夏休みが終

わる頃には勉強時間より過食嘔吐への時間が多くなった。毎日過食嘔吐をして過食嘔吐のために生きている気持ちになり、過食嘔吐が終わると自分は生きていていいのか生きる意味がわからなくなった。大学には行くことが出来なくなつた。そして、普段の外来の日とは別の日に病院に電話をして先生に助けを求めた。先生は「頼ってくれてありがとう」と言ってくれた。大学三年の十月から精神科で入院をした。最初は過食嘔吐のことを知られたくない、知られたらみんな気持ち悪いと感じると思つていた。そんな気持ちのまま入院してしばらく経つた時、担当の看護師さんと話した。その時に、「自分一人で解決したことを話してくれることも嬉しいけど、悩んでいることを共有して一緒に考えたい。過食嘔吐はあなたにとってストレスの逃げ道で助けになっているところもあるから、0にしようなんて思わないでほしい。前向きになれ

ない気持ちをたくさん言つてね。」と言われ単純な気持ちだが嬉しかった。苦しい、マイナスな気持ちを共感してくれてしんどいことを一緒に考えてくれる人が病院にはたくさんいてくれた。入院前は私の居場所がないと思つていたけれど、病院という私の居場所を作ってくれて嬉しかった。たくさんの医療者が私のことを一生懸命考えて寄り添ってくれて約二ヶ月の入院生活はとても充実した。病棟はいつでも心がきつくなつたらきていいからと言つてもらえた私の新しい居場所となつている。

退院して半年経つが摂食障害の治療は続いている。過食嘔吐にならなければよかつたのと思ひ泣く日もある。だけど、過食嘔吐になつて精神科に通院するようになり、完璧でない自分でもいいと少し思うことができた。ありのままの私でも受け入れてくれる家族、医療従事者、友達がいることがわかつた。最後に、外来の主治医と出会い三年

になる。先生には、優しい言葉だけでなく厳しいことも言われる。しかし、目標のために無理をしても努力するそんな私を一番心配してくれる人だ。先生の前で苦しい時、つらい時に何度も泣いた。私の一番の共感者であり、味方でもある。ある時、先生が「明日は明日の風が吹く」という言葉について、「今日、悪いことがあつても明日はいいことがあるかも知れない。だけど、それは逆のことも言える。今日どれだけよくて明日は悪いことがあるかも知れない。風は人にはどうしようもなくどうにもできないもの。どうにもできないことがこの世の中にはある。」と教えてくれた。これまで私はできないことをどうにかしてできるようにと考えていたが、どうにもできないことがあつてもいいのかと思うことができた。明日は明日の風が吹くそう思つて今日を生きている。先生、病院のみなさん、私の居場所を、作ってくれてありがとう。



一般の部

優秀賞

八女市
斉藤 恵理子

「コロナ禍での出産」

昨年の秋、私は第二子のお産を控えていました。待望の女の子という事もあり、会える日を楽しみに待っていました。出産予定日になっても陣痛は来ませんでした。

超過四日目。朝から何だか体が重く、

悪寒がしていました。上の子を幼稚園に送り、体温を測ってみると、三八・五ありました。

一先ず出産をする予定だった近所の産院に連絡をすると、裏口から入ってきてくださいとの事でした。私は近所に住んでいる義母に電話し、連れて行ってもらう事にしました。

病院に到着後、すぐに赤ちゃんの状態確認や、私の検温、そして新型コロナウイルスの検査が行われたのです。この頃、世の中は第八波が猛威を奮っていました。私はどうか陰性であってくれ…と心から祈りました。が、結果は陽性でした。

それと併い、私の高熱のせい赤ちゃんの心拍数がとても速くなってしまっていました。緊急帝王切開をした方が良いということになり、私は対応可能な大学病院へ急遽転院する事になったのです。

病院に着くと、私は熱で意識が朦朧としていた為、車椅子に乗りました。病院まで送ってくれた義母、そして急いで駆けつけてくれた夫とは、ここでお別れでした。

その後、コロナ陽性者の病棟に移動し、個室で手当を受け、昼過ぎに帝王切開が行われました。大学病院に着いてからも、赤ちゃんの心拍数は速いまま、無事に産まれてきてくれるのか、本当に不安でした。

始まって数分後、出るよー！ と言うドクターの声の後、おぎゃあ！と元気な泣き声が聞こえたのです。私は涙が止まりませんでした。無事に産まれてきてくれた。泣き声をあげてくれた。それだけで幸せだったので。

しかし、陽性者と陽性者から生まれた赤ちゃんということもあり、一度も顔を見ることが出来ないまま、産まれた娘は対応してくれる別の病院へ搬送

されて行ったのです。

翌日、娘との初対面はZOOMで行われました。娘はコットに入れられ、赤いコーンで作られた柵の中に一人ぽつんと居ました。不安な気持ちが出産師さんに伝わったのか、「大丈夫ですよ！ ミルクもたくさん飲んでるし、今のところ検査で問題はないです。元気でとっても可愛いですよ。」と言って下さいました。

三日後、コロナの症状は緩和してきましたが、この個室から二週間一歩も出られません。誰とも面会も出来ず、産まれた娘にも会えません。娘は陰性が確定し、健康に産まれてくれていました。それだけで充分なのですが、十月十日ずつと一緒にいて、やっと会える！ と思った矢先、この手に抱く事も出来ないなんて、辛すぎました。私は本当に出産したのだろうか？ 家族にも会いたい。突然いなくなると寂

しがっている上の子を抱きしめたい。気をつけていたのに感染してしまった自分を責め、夜になる度、一人で泣きました。

そんな私を、たくさんの看護師、助産師の方が励ましてくれました。毎日検温をする度に今日は寒いねと世間話をしてくれる方。産まれた子の名前を聞いて、とっても素敵！ と言ってくれる方。術後動けない体を拭いてくれるながら、頑張ったねと声をかけてくれる方。皆さん激務だろうに、毎日笑顔で話しかけて下さいました。それがどんなに嬉しかったか。

娘ともZOOMを使い毎日会わせてくれました。今日どんな風に過ごしていたか、私の身体の調子はどうか、時間いっぱい娘を見せてくれました。三時間おきの搾乳も届けてくださいました。早朝でも深夜でも、「しっかり届けてきますね！」と、明るく笑って下

さいました。もしかしたら皆さんにとっては当たり前の事だったのかも知れませんが、でも当時の私は皆さんのおかげで、心を元気に保てたのです。

出産から十四日後、初めて娘を抱きました。本当に、幸せでした。

その後、娘はすくすくと成長し、もうすぐ一歳になります。母子手帳の出産の記録の欄には、「大変な状況の中、本当に頑張られましたね！ 可愛い女の子、元気にすくすくと育つてね。」と、助産師さんからのメッセージが書き込まれています。それを見る度、今でも心がじんとしています。

たかさんの医療従事者の方の判断、そして支えのおかげで、母子共に無事出産する事が出来ました。感謝してもしきれません。娘が大きくなったら、この話をしてあげたいと思います。



一般の部

優秀賞

北九州市
諸岡 正和

「リワークに感謝」

「リワークに行ってみませんか？」

職場から教えられたリワークがどんな所か見当もつかなかったが、長く続く憂鬱な気分から抜け出さたくする思いで行く決心をした。仕事や家庭で慌ただしい毎日を送っていたある日、

私はうつ病を患った。人間関係も悩んでいた当時の私は、苦境を乗り越えようと「自分が我慢すればいい」、「自分ももっと頑張ればいい」と考えもがいていた。しかし徐々に頭が重だるく感じ、怒りやイライラの負の感情が頻繁に心から湧き上がる。心身が悲鳴を上げていると分かる。これ以上続けることは無理だと思い遂に休職した。

訪れたリワークは精神科病院内にあり、復職するための様々なプログラムが受けられる場だった。先に入所の方々は男女共に幅広い年齢層。改めてうつ病が誰でも起こりえる病気だと感じた。最初はヨガや太極拳、また卓球などのスポーツで体を動かすことから始まった。すると不思議と気持ちのスッキリして、憂鬱な気分から抜け出せなかった心の中に楽しい感情が少し沸き上がったことに驚いた。座学では心が負の感情に捕らわれている時の対処法を教えてもらった。「行動活性化」

では「行動」と「気分」に密接な関係があり、「行動」を変えようと「気分」が変わることを知った。今まで無意識に気分依存した行動をして憂鬱な気分を長引かせていたのは自分であり、自分の意志で意図的に行動を変えることで気分を変えられると分かった時は闇の中で光を見つけたように思えた。

「反すう思考（ぐるぐる思考）」では過去の失敗や将来の不安を頭の中でぐるぐる考えてしまう時、この反すう思考が強すぎたり長すぎるため、負の感情の渦に巻き込まれ何度も憂鬱な気分になっていくと知った。その対処法として私は心がプラスに感じる行動（コーピング）を紙に数多く書き出し、すぐに見られるように自宅の壁に貼った。コーピングは反すう思考で負の感情に捕らわれた時、少しでもプラスの感情へ変えられるお守りのような存在となり、心から安心できる味方になった。また「マインドフルネス」によって

今の気分を客観的に観察できるようになり、不安や憂鬱を感じる時は、行動を変えて気分を変えようと気づけるようになった。他にも「認知行動療法」では自分の考え方の偏りや癖に気づき、思い込みや推測ではなく、客観的事実を見つめバランスよい考え方を見つける。そうして自分で自分の心を楽にできることを知った。

そしてリワークで学んでいたある時、ハッと気づく瞬間があった。それは「自分は今まで自分自身を大切にしなかった」である。他人に労わりや感謝の言葉は言えても、自分にはもっと頑張れと奮闘する言葉の声掛けばかりしていた。思えば自分に優しくなかった。自分を労わる気持ちが足りなかった。そう気づいた時に自分が今まで何度も憂鬱になるのかという疑問に、自分なりの答えを見つけた気がした。

入所して半年が過ぎた頃、復職可能となりいよいよ職場に戻る時が来た。

復職初日を想像すると不安に感じ、日が近づくにつれて次第に大きくなった。こんな時こそ不安の渦にのみ込まれそうな自分の心を客観視して、自分自身へ「久々の出社だから不安に思っただけだ。誰だってそうだ。初日は職場に行くだけでOK。そして机の整理から始めよう。」と語りかけた。不安の感情は消えることはない。しかし不安にのみ込まれず心の片隅に置き、折り合いをつけながら日々過ごすことはできるようになった。そして自分への労わりの声掛けも続けながら復職した。

しかし現実には順調ではなかった。復職して三ヶ月後にうつ病を再発してまた休職した。お世話になった先生やスタッフに申し訳ない気持ちになり、通院したくなかったが、やはり病院へ行き先生やスタッフに本音の気持ちを伝えた。口に出すと気持ちが少し楽になる。自分の話を聞いてくれる先生やスタッフの存在は本当にありがたい。そ

して二度目の休職でもリワークで学んだ対処法を何度も繰り返した。運動教室に通い体を動かし、自宅でスナップエンドウを育てるなど、心がプラスに感じることを意図的に行動することでうつ状態から抜け出し早く回復できた。人に悩まされてうつ病になったが、

一方で人に支えられてうつ病から回復した。だから人を避けて生活する気はなく、やはり人と関わりながら仕事をしたい。これまで私を支えてくれた静かにじっくり話を聞いてくれた主治医の先生とリワークスタッフの方々、また同じ病という縁で出会い、共に学び、体を動かしたくさん笑った利用者の皆様、本当にありがとう。リワークで過ごした時間は本当に貴重な経験だった。これからも自分の心と折り合いをつけながら、自分への労わりの気持ちを忘れず、しなやかに生きて行こうと思う。明けぬ夜はない！



中高生の部

最優秀賞



北九州市・中学1年
善家 心春

「祖母の八カ月を支えてくれた皆様へ」

令和四年三月から癌の治療を行うために、祖母（父の母）が私の家に来てくれました。祖母は東京生まれの東京育ちでしたが、曾祖母（祖父の母）や孫のお世話をするため愛媛に引っ越し

ていました。そして、愛媛で行われた検診で肝臓癌が見つかったのです。手術や抗癌剤の治療も行いましたが、薬の副作用がひどく、進行もしたため、治療・通院は中止となりました。希望もないまま、今後、どう過ごせばいいか祖母は悩んでいました。

そんな時、父が知り合いの医師から肝臓癌を専門に治療している北九州の病院を紹介されました。そして、その病院の先生は、今までの経過と画像を見た上で、祖母の治療を引き受けて下さいました。

父は祖母が治療をのぞむなら、そして、母は、治療もだけど、今まで頑張ってきた祖母が、今度は自分の為に時間を使い、したい事を全部する為、北九州に来ようと話しました。

「頑張っているのなら頑張りたい。そしてもう少し生きていたい。雄ちゃんや知恵子さん、心春ちゃんには迷惑かけるけど、北九州にいてもいい？」
そして祖母は来たのです。

ここからは、両親の話や祖母の日記から、祖母が暮らした八カ月を紹介させていただきます。

「心春ちゃん、今日からよろしくね」

春にやってきた祖母は以前より痩せて、小さくなっていました。しかし腹部だけは、ポコッと大きくなっていました。

荷物を片づけて早速、病院への受診です。主治医の先生は、画像をみながら、癌が肝臓を覆いつくして健康なところが少ししかないこと、そのうえで、今から出来る治療を分かりやすく説明してくださいました。そして、二週間毎の入院・自宅療養がスタートしたのです。

祖母が苦しいと感じる副作用は何もなかったのですが、自宅療養の期間、庭にでは花を摘み、家の中では大好きな編み物・刺繍を楽しそうにしていました。祖母はまるで少女の様でした。そして入院中は、いつも優しく声をかけて下さる院長先生や、治療の効果をはつきりと説明した後、楽しい雑談をしてくれる

主治医の先生に安心と信頼を寄せていました。薬剤師の先生は薬が苦手な祖母の為に、飲みやすい工夫をしてくれたそうです。そして仕事以外でも、遠くに外出できない祖母の為、図書館から本を借りて下さいました。また食料料の方は、小食の祖母に、大好きなどら焼きを作ってくれました。毎日検温に来て下さる看護師さんは、いつも笑顔で優しく明るく接してくれたそうです。そして、体調が悪くて寝衣を汚した時は、周りに気付かれないように素早く対応した後、祖母が恥かしい思いをしないよう、言葉がけをして下さいました。退院のたびに笑顔と優しい言葉遣いで接して下さいました医療事務の方や看護助手さん、祖母は退院するたびに、感謝の気持ちを私達に話してくれました。

おかげで、秋は家族旅行にも行けて沢山の思い出を作ることが出来ました。しかし、その頃から低血糖が始めました。食べて血糖をあげないと冷や

汗がでて倒れたり、ひどい時には意識がなくなるのです。先生は血管が細い祖母のため、そして自宅で低血糖になった時を考えて、ポットという装置を皮膚に埋め込んでくれました。このおかげで、自宅でも注射が出来るようになりました。祖母は、寝ている間に低血糖になって目が覚めなくなる事を不安に思っていたので、安心したと話してくれました。しかし、お腹はどんどん大きくなり、家でも寝ている時間が増えてきました。医療器具を扱う業者の方に電動ベッドや点滴台を持ってきて頂きました。そして、訪問看護もお願いしました。訪問看護の人達は、仕事の合間に全員で来て下さり、一人ひとりが名前を言われた後、「私達全員で看護していくので安心して下さい」と、祖母や私達に伝えてくれました。母は看護師ですが、一緒に支えて下さるといふ対応と心強さに涙がでたそうです。

次の退院が決まったら、母も仕事を

辞めて訪問看護を開始すると決めた時、祖母は感染と吐血を起こし、父の勤務する病院に搬送されました。そして、最期は集中治療室の先生、看護師さんに見守られ、安らかに眠りました。

命あるものには、必ず最期が訪れます。その最期が見えた時、過ぎてしまった日々を変えることは出来ません。しかし残りの時間は、本人の意思、そして周りの協力や支えにより変える事ができると学びました。祖母の為に治療・看護をして下さった医療従事者の皆様、本当にありがとうございます。皆様のおかげで、今日も沢山の患者・家族が救われ、支えられています。大変なお仕事ですが、これからも頑張ってください。私も自分に出来る事を考え行動していきたいと思えます。

「お婆ちゃん、北九州に来て幸せだった？ 私はお婆ちゃんと過ごせて幸せだったよ。」



中高生の部

優秀賞



北九州市・高校2年
池田 眞佳

「コロナを乗り越えた 先の課題」

トントン、と壁を叩く音と同時に、
「調子はどう？」

と穏やかな声が聞こえ、カーテンから
優しい笑顔の先生がマスクを整えなが
ら顔を覗かせる。入院生活では何気な

い日常かもしれないが、コロナ禍に入
院した私にとって、毎日楽しみにして
いることの一つだった。

私は、中学三年生の時に右膝の膝蓋
骨を脱臼した。友人と部活動に向かっ
ている途中、スキップをした拍子に膝
のお皿が外側にずれてしまったのだ。
あり得ない位置に膝小僧が有り、周囲
の人達をひどく驚かせてしまったが、
自分で叩いたら元に戻った感覚がした
ので、大丈夫だろうと思っていた。そ
の後、病院で半月板損傷もしている可
能性があるため、手術が必要だと言わ
れた。それまで大きな手術を受けたこ
とのなかった私は、不安のあまり診察
室で気を失ってしまった。

不安な気持ちに包まれたまま入院生
活が始まった。緊急事態宣言が発令さ
れている中で、家族との面会も謝絶、
病室内ではカーテンを閉め、他の入院
患者との接触を最低限にする必要があ
り、始めは一人で心細く、ますます不

安に陥った。その様な中で私は、主治
医の先生や、チームの先生方、医療従
事者の存在の大きさに気づかされた。

毎朝、夕、休日までも様子を見に来て
下さり、楽しいお喋りや、勉強のアド
バイスを下さったりなど、気がつけば
不安な気持ちなど吹っ飛び、安心でき
る楽しい入院生活を送ることができた。
また、先生方は私の心配事は全てお見
通しで、その事に関して色々と教えて
下さり、

「大丈夫だよ。」
と言って下さったのでとても心強かつ
た。医療機器の音が鳴り響く手術中に
も、緊張で心臓がバクバクしている私
のそばに居て、話相手になって下さっ
た。術後には、

「一緒にお仕事出来る日を楽しみにし
ています。」
と声をかけて下さった。いつの間にか
私は、先生方の様に患者さんに安心感
を与えることのできる存在に憧れる様

になった。

この経験を通して、コロナ禍だからこそ、より感じた課題がある。それは、医師と患者の信頼関係だ。医療の現場では患者と医師との信頼関係が重要であり、何よりも患者を尊重する態度が求められる。医師の立場だけではなく、患者の立場に立ち、患者の気持ちを理解した上で会話をしなければならぬ。これは、とある医師の先生がおっしゃっていたのだが、私はそれだけでなく、患者の話を十分に聞くことも大切だと考える。患者は不安を抱え、困っているから医師に相談しに来ているのであり、医師はその患者の悩みをよく聞き、丁寧に説明して納得してもらう必要がある。患者の気持ちへの想像力と共感力を働かせ、患者のQOL（クオリティ・オブ・ライフ）を高めることができて、初めて患者と医師との間に、絶対的な信頼関係が築けると思うからだ。もし、築けていない場合、治

療の効果にも影響が出てしまい、数々の問題が生じてしまうかもしれない。

コロナ禍だけではなく、今後新たな感染症が猛威を振るい、同じ様な状況になる可能性もある。その時に、家族とも会えず不安が募る病院での生活で、患者に安心して治療を受けてもらうために、医師と患者の信頼関係はさらに大切になってくるだろう。もちろん日々の医療現場でも欠かせないことだ。近年、手術支援ロボットのダヴィンチの登場など医療技術が発展しており、またAI技術を利用した医療機器の開発も進められている。期待が膨らむ一方で、AIとの共存も課題に挙げられる。私は、AIに人間の気持ちや完全に理解できるとは思わない。また、即座に判断することや、臨機応変な対応はAIが苦手とする能力だと言われている。仮に、AIの医師が登場したとしても、患者との間に信頼関係が生まれることは難しいだろう。

患者と医療従事者との信頼関係だけでなく、その家族との信頼関係も忘れてはならない。患者の家族とも接し、患者のことをさらに理解することも必要だ。家族とのコミュニケーションも怠るべきではない。

私は退院後、下半身の筋力が落ちた影響で腰椎分離症や、足首の靭帯損傷などに悩まされたが、アスリート並みのきついリハビリを頑張り、一年半で完全にスポーツ復帰ができた。今は部活動のテニスに励んでいる。ここまでは頑張れたのは治療をして下さった主治医をはじめとするチームの先生方のおかげだ。今回の経験は私にとって、今まで気がつかなかったことを考える機会となった。医療現場だけでなく、日常でも信頼関係の大切さを忘れずに過ごしたい。



中高生の部

優秀賞



飯塚市・中学2年
高橋 唯人

「人生の 長い旅路を終えて」

「お疲れ様でした。よく頑張りましたね。ゆっくり休んでくださいね。」これは、曾祖父が亡くなった後、医師が曾祖父にかけた言葉である。

八十九才になる曾祖父が亡くなって

一年が過ぎようとしている。これまで病気ひとつせず身の回りのことや地域のお世話等積極的にやっていて、元気な人だった。

そんな曾祖父がある日、腰が痛いと言いつつ近所にある医院を受診すると、紹介状を書くので大きな病院で検査を受けるように言われた。検査の結果、肺がんの末期、余命三カ月、治療がうまくいけば一年くらいは生きられると言われた。腰の痛みは転移した部分で、その痛みをとると、これ以上がんが大きくならないための治療を受けることになった。入院した当初は順調に治療は進んだが高齢の曾祖父にとっては辛い治療だったようで、体力は奪われていくばかりだった。曾祖父は自分の体の異変に気付いたのか、家に帰りたいと言った。一人暮らしだったため、娘である僕の祖母と一緒に暮らし、家族皆でサポートすることになった。訪問診療や訪問看護等の在宅

医療、訪問入浴介護、ポータブルトイレ、車椅子等の福祉用具を利用することができるようケアマネジャーの方が調整してくれた。

十日後、曾祖父は介護タクシーでオムツをしてほば寝たきりの状態で家に帰ってきた。退院を決めたときは、歩行器を使って歩いてしたが、病状は悪化していた。弱々しい声で「迷惑かけるね。」と言った。その後、在宅医や訪問看護師、ケアマネジャーなどが来て、今後の話をしてくれた。すると曾祖父は安心したのか、話を始めた。入院中親切にしてくれた人のこと、病院食が食べられなかったこと等、いろいろな話をしてくれた。そのうち、ベッド横に置いていたポータブルトイレを使いたいと言った。誰かの支えがあればトイレを使うことができた。食欲もほとんどなかったが、家族が食べているのを見て、自分も食べると言い出した。家に戻って数時間のことだったの

で皆驚いていた。

次の日には、日中ほとんど起きていて、テレビを見たり新聞を読んだりしていた。時間にとらわれることなく、自分の好きな時間に起き、好きな時間に寝る、お腹が空けば食事をする。ゆつたりとした時間が流れていった。

週に一回、訪問入浴が来てくれ、お風呂好きな曾祖父は大変喜んだ。組み立て式の大きな浴槽を部屋に設置して、スタッフがお風呂に入れてくれた。体に負担はかかるのだが、「気持ちよかった。すっきりした。」と言い、湯上りにサイダーを飲むのが嬉しそうだった。毎日訪問してくれる看護師とは、二十四時間連絡をとることができ、安心して介護ができた。困ったことがあれば的確なアドバイスをしてくれ、ときには励ましてくれたりした。体調チェックや清拭、何よりも話をよく聞いてくれた。様子がいつもと異なれば医師に連絡をとって、往診を依頼して

くれた。医師は、いつも優しい言葉を曾祖父にかけ、診察をしてくれた。薬が飲めないと訴えたときには、飲みやすい薬に変えてくれた。曾祖父が大好きだったお酒も少しなら飲んでいいと言ってくれた。また、家族の不安を受け止め、心の支えになってもらった。

そんな生活がずっと続くのかと思われたが、一カ月後、いつもと様子が違い、急に胸が痛いと言いだした。亡くなる前日の夜のことだった。トイレに立つのも辛そうだったので、祖母がオムツの方がいいか、と聞いたなら「自分はどうちらでもいい。あなたが楽なようにして。」と言ったそうだった。自分もきついのに介護をしている家族のことを心配してくれる曾祖父の言葉に胸が詰まった。

翌朝、口から薬すら飲めないようになった。看護師が来てくれて、往診を頼んでもらった。徐々に眠っている時間が多くなった。苦しうに呼吸をし

ていたが、眠っているようだった。もうお別れの時間が近付いているのだと感じた。

その夜、眠るように息を引き取った。看護師に連絡をしたらすぐに来てくれた。すでに息をしていなかったが、曾祖父に「少し冷たいですよ。」と声をかけながら心臓の音を確認し、「少し眩しいですよ。」と声をかけながら、瞳孔を確認していた。その後、医師が到着し、看護師と同じように声をかけながら死亡確認をしてくれた。そして、最後に曾祖父に声をかけ深く頭を下げた。

医師や看護師、そのほかサポートしてくださった方のお陰で曾祖父は住み慣れた自宅で最期を迎えることができた。何よりも最期まで曾祖父を一人の人として尊厳をもって接してくれた医師の言葉が僕の心に今も刻まれている。



中高生の部

優秀賞



福岡市・高校2年
高森 悠斗

「初めての手術」

僕は去年の秋に二度、手の手術を受けた。運動会の練習中に指を骨折したからだ。最初は突き指だと思っていたのでそのまま放置していた。しかしなかなか腫れと痛みがよくなるないので、二週間後病院へ行くとM医師はこう

言った。「折れてますね。」

僕は中学生の時から、部活中に肉離れや打撲などのケガをすることが多かったが、骨折したのは初めてだった。骨折していても二週間生活することはできていたし、骨折していることに気が付かず運動会も出たので、固定するくらいで治るのかなという淡い期待をしていたが、次にM医師はこう言った。「手術が必要です。」

骨折や手術は、聞き慣れた言葉ではあったが、自分にとっては初めて言われる言葉に、絶望に打ちひしがれていると、母がM医師に尋ねた。「局所麻酔でできますか？ 入院の必要はありますか？」するとM医師は言った。「局所麻酔で日帰り手術でできますよ。」僕はその言葉で一気に救われた。入院することだけは避けたかったからだ。そしてM医師はさらに続けた。「骨を

ピンで固定する手術をした後、三ヶ月後にピンを抜去する手術をすることになります。」三ヶ月も指にピンを入れたまま……。僕は翌月に控えたクラスマッチのことが頭をよぎった。学校行事で運動会の次に楽しみにしているクラスマッチに出ることができないのか。M医師から言われたのは、それだけではなかった。「指にピンを入れたままになりますので、転んでピンが折れたり、曲がったりしてはいけませんので、部活は三ヶ月間やめておいて下さい。」スポーツが得意な僕にとって、三ヶ月間身体を動かすことができないということは、とても残酷なことだった。しかし僕の心配事と母の心配事は違った。母はM医師に尋ねた。「骨折した手は利き手ですが、手術後、文字を書いたりすることはできますか？ 来週テストがあるんです。」僕は思った。成績

が悪くても手のケガを理由にできる。しかしM医師は言った。「手術後しばらくは固定と包帯で書きづらいかもしれないですが、文字を書くことはできると思いますよ。」手を骨折したことで一つでも良いことがあるかと思っただが、そうはいかなかった。

不安と緊張で迎えた手術当日、手術は午後からだだったので、午前中は学校へ行った。「今日手術を受けるんだ。」意味のない自慢を友達にしたあと病院へ向かった。手術前、M医師から好きな音楽を聞かれた。手術中、僕の好きな曲をかけてくれるというのだ。普段から音楽を聴くことが好きな僕は何の曲にしようか迷った。気分があがる曲、リラックスできる曲。でもやはり今一番よく聴く流行りの曲をかけてもらうようにした。今は患者のことを考えて、こういうことをしてくれるのだと驚い

た。その曲のおかげで緊張も無くなったのか、僕は手術中の大半を寝ていた。あとから考えれば、僕ではなくM医師が集中してリラックスできる曲にすれば良かったかなとも思った。

手術は、ピンを入れる小さな穴だけを開けて行われる予定だった。しかしM医師から、手術の時に開けた穴の大きさによっては、糸で縫うことになるという説明を受けていた。僕は昔、膝を怪我して縫ったことがあったので、縫った後は一週間後に抜糸しないといけないことは分かっていた。抜糸は麻酔をせずに行うので、痛みに弱い僕はできれば縫わずに済むようお願いをしていた。手術前、M医師は「なるべく小さい穴で手術できるように頑張るからね。」と言ってくれた。M医師の一言一言が、とても安心できた。そして、僕の願いを叶えてくれ、縫うことなく

手術を終えてくれた。M医師にとっては、数百人、数千人を診てきた中の一人かもしれないが、患者にとっては僕のように初めての手術だったりもする。そういう一人一人の状況にあった対応をしてくれたことが嬉しかった。

僕は、母が看護師をしていたり、叔母が薬剤師をしている影響もあり、将来は医療関係の仕事に就きたいと思っている。もし医療従事者として働くことになった場合は、今回病院で手術した時の経験を生かして、一人一人の患者にあった対応ができればいいと思う。

手の手術をして一年が経ったが、今でも手を見るたび、M医師のことを思い出す。今日はどんな曲を聞いて手術されているかな。



入賞作品

中高生の部

優秀賞



福岡市・高校2年
團野 寛子

「私の目指す医師像」

中学三年の秋、突然いろんな箇所のリンパ節が腫れ、三十八度の熱が四ヶ月続いた。最初は近所のクリニックにかかっていたが、病名も原因も分からず、もっと詳しい検査ができる大学病院を紹介してもらった。大

学病院で血液検査をしてもなかなか異常が見つからず、病名も原因もわからないままであった。この状況は受験を控える私にとっては恐怖と絶望以外何

日学校に通えるようになった。将来は医師になりたいと思っていた気持ちもより強くなり、勉強に励むことが出来るようになった。

ものでもなかった。クリニックの先生は諦めずに他の大学病院に直接電話をかけてお願いしてくれ、総合診療科の先生を紹介してくれた。そこで様々な検査をした結果、ようやく菊池病という新しい診断結果がだされた。原因については、一生懸命に探してくれたが、つきとめることはできなかった。その総合診療科の先生は、私たち家族に寄り添ってくれた。病気の診断・治療だけではなく、医師を志望している私に対して自分の実体験なども通して励ましてくれた。当時の私にとって最高の薬だったと思う。その後症状を少し抑えることができるようになり、なんとか受験ができ、志望校に合格することができた。高校に入ってしばらくの間は体力こそ足りないものの、楽しく毎

しかし高校一年の秋、また以前と同じような症状が再発した。またあの絶望のどん底に突き落とされた。もちろん学校に行くことすらままならない状況に上がった。中学生の時と同じ病院にかり、検査をしても何が原因かもわからず、全てが振り出しに戻ってしまった。私の一番の願いは、大好きな学校にまた毎日行って、家に帰ったら勉強をする、という日常に早く戻ることだった。早く元気になって学校に行けるようにと沢山の先生方が協力して原因を探してくれた。先生方は、私の話を一生懸命聞いてくれて励ましてくれた。私の話を元に様々な病気を調べ検査してくれた。先生たちが一生懸命私の病気の原因を探してくれる姿が、何

よりも私の、そして私たち家族の支えになった。今回も何もわからないと焦りが募り始めた時、別の病気が尻尾を見せた。倦怠感やリンパの腫れとは別に手の震えの症状が出始めたのだ。その症状は甲状腺異常時に見られるものらしく、すぐに甲状腺の専門の先生に診察してもらうことができた。しかし病状の好転はなかなか訪れなかった。

そのような中、追い討ちをかけるように、進級のための出席日数の期限が迫り、この状況でも登校しなければいけなくなった。より強い新たな薬を使って治療することを提案された。必死に学校に行つて何とか留年は免れたが、体調はなかなか回復しなかった。甲状腺以外にも原因があるかもしれないと、その後も総合診療科の先生の診断は続き、たくさんの先生方と連携して調べてくれた結果、私が昨年病気になる前から別科から処方され飲んでいた薬が原因かもしれないという結果が導かれ

た。その原因と考えられる薬を飲みやめてみると体調がみるみる良くなっていった。先生の話によると菊池病の直接的な原因ではないが、因果関係がある可能性が高いということだった。

現在、体育などの激しい運動はできないものの、毎日学校に行くことができるまで体調は回復した。昨年、病気が再発した時は、正直、私はもう無理だと思った。体力もやっと回復してきて、何もかもがうまくいっていた中で、また先が全く見えない絶望のどん底に突き落とされた。またそこから這い上がることもなれてできない。できたとしても、医学を学ぶという高い目標を達成することは到底できないと思った。朝目が覚めても、起き上がれない、横になつていても苦しい、そんな毎日だった。

しかし、この病気の経験を通してたくさんのことを学ぶことができた。それは医師の仕事に関してのことだ。私が病中に医師から様々な病気とは関係

ない話をしてもらい、そこから私は自分の病気と向き合う勇気をもらった。これから医師を目指していく中で、病

気の診断や処方をするだけでなく、自分の経験から患者さんの気持ちを理解し寄り添えることは、間違いなく強みになるはずだ。そして、私を救ってくれた先生方という立派な医師の姿を目の当たりにし、自分の目指すべき目標が明確に定まった今の私は、病気にならなかつた私よりずっと強い意志をもって人生を切り開けると確信している。そう思わせてくれた先生方に本当に感謝している。私も先生方のように、たとえ患者さんの病気の原因が分からない時でも、前向きに病気と向き合うことができるように、全力でサポートできる医師に絶対になる、と改めて強く思った。病気になるまで当たり前だと思っていた元気に日常を送れることに日々感謝しながら、先生方のような医師への道を着実に歩いて行きたい。



入賞作品

●小学生の部 最優秀賞 — 「びょう室にサンタがやってきた」

小学生の部

最優秀賞



福岡市・小学2年
佐藤 絢音

「びょう室にサンタが やってきた」

「クリスマスなのに、かえれないね」と、わたしは、おかあさんに言いました。きよ年のふゆのことです。わたしは、びょういんに入いんしていました。毎日がとても長くかんじて、わたしは、体がきついなあと思っていました。」

「きつとよくなるから、大じょうぶよ」と、おかあさんは言ったけれど、なかなかたいいんできなくて、わたしはかなしい気もちでした。

まどのそとを見ると、雪がふっていました。元気だったら、いろいろなところへあそびに行ったり、雪だるまがつくれるのになと思いました。

わたしは、クリスマスにやりたいことが、三つありました。一つ目は、クリスマスツリーをかざること。二つ目は、おかあさんとケーキをつくること。三つ目は、サンタからプレゼントをもらうことです。ぜんぶできなくなつて、ずつと点てきもつづいて、わたしは、しょんぼりしていました。そのとき、とつぜん、びょう室にクリスマスの音がかくが、聞こえてきました。びっくりしていると、びょう室のドアがあきました。

「メリークリスマス」と、元気なこえがしました。ドアの方を見ると、赤いふくと赤いぼうしをかぶつたサンタが、立っていました。白いもじやもじやのひげで、だれだろう

と思ったけれど、よく見ると毎日びょう室にきてくれている先生でした。そのとなりには、トナカイのカチューシャをつけたかんごしさんたちが、ここにこわらっていました。わたしは、とてもふしぎに思いました。さいけつはおわつたし、ごはんもたべたし、くすりものんだし、あとはねるだけのはずでした。

「これは、クリスマスプレゼントだよ」と、サンタの先生は、わたしに小さなはこをくれました。はこをあけると、かわいいハンドタオルが入っていました。わたしは、みんながきてくれて、とてもうれしくなりました。ひさしぶりにわたしも、にこにこわりました。一つ目と二つ目のゆめはかなわなかったけれど、三つ目のゆめがかなつて、うれしくて手がみを書きたいと、ずつと思っていました。この気もちを今、つたえたいです。

「わたしを元気にしてくれて、わたしにえがおをくれて、ありがとうございます。」



入賞作品

●小学生の部 優秀賞 — 「ママのみかた」

小学生の部

優秀賞



小学6年
高橋 あみ

「ママのみかた」

幼稚園の年中になってすぐ、お母さんが白血病にかかりました。分かった次の日の五月十九日に帝王切開で弟が生まれました。

毎日、お父さんとおばあちゃんは病院に行き、私はだれよりも早く幼稚園に行き、おそくまでいました。正直、幼稚園に行きたくありませんでした。むかえに来るお母さん達がずるく思え

た時期がありました。

弟が初めて、お母さんに抱っこされた日の事を思い出します。病院には子どもは入れなかったのですが、私も大人用の白衣を着て会うことになりました。

ICUから、弟は連れてこられお母さんの胸の上にカンガルーのように抱っこされました。お母さんは「あつたかい。」とうれしそうでした。カンガルーケアと言うそうです。

何人もの先生や看護師さん達に見守られての面会でした。

それから一年半くらいたったころ、お母さんのお兄さんから骨髄移植を受けることになりました。移植する病院へ転院する日のことです。看護師さん達から、私に手づくり絵本をプレゼント。「ママのみかた」という題名です。家で待っている私と弟のために、お話から作ってくれたのです。「ママの体の中にバイキンが入って悪さをしているよ。元気になるためにたたかわなくてはいけない。」だから「ママのみかたでいねて。」という内容です。

それからは、入退院をくりかえしました。病気のことにはよく分からなかったけど、みかたになって早くよくなるよう応援しました。

家にいる時は、楽しい思い出づくりをして過ごしました。パンを焼いたり

公園で遊んだりサイクリングをしたり病気など忘れて。

私が四年生の時、運動会のリハーサルの日急に先生に呼ばれ「すぐ帰るように。」と言われました。急いで家に帰って家族と病院に向かいました。

それからは、毎日病院でずっとお母さんといっしょに過ごしました。話しやすく広い部屋にかえてくれて、楽しかったことなどたくさんして、家で過ごしているような気分です。笑ったりしていました。でもお母さんが、きつそうに心配しました。コロナのため面会は禁止でしたが、許されました。

数日後、夜おそく呼び出され、それからは病院で泊まることになりました。三日間泊まりました。心配でねむれません。

いろいろな器具がはずされ、お母さんは亡くなったけれど、すぐに現実とは思えませんでした。お母さんが「ありがとう」と言って涙を流したことが忘れられません。

最後まで、家族いっしょに過ごさせてよかったです。この日のことは、一生忘れません。

あれから、もうすぐ二年が経とうとしています。「あみと圭助は宝物。」といつも言ってくれていたお母さんの声を今でも思い出します。



小学生の部

優秀賞



福岡市・小学2年
恒成 里南

「ふたりの先生と わたしのしんぞう」

わたしはめったにかぜもひかず、よ
うち園を体ちようふりようで休んだこ
とはありませんでした。元気なことが
じまんでした。

そんなわたしのしんぞうに二年生の
春、もんだいが見つかりました。

それをさいしょに見つけてくれたの

は、かかりつけの小に科のM先生です。
ほんの少しはな水が出ていたのでおと
うとにうつしてはいけなないとじゅしん
しました。その日は、むねの音を先生
はとても長い時間聞いていました。な
んだらうと思いつながらわたしはおひ
るごはんなに食べようかなとのんきな
ことを考えていました。

むねの音をききおわった先生は、お
とうさんに「ごつ音がきこえます。ね
んのため、せんもんのびよういんでみ
てもらってください。しんらいできる
先生のびよういんをしようかいしま
す。」と言いました。

わたしのしんぞう、どうなっている
の？ と一気に入あんがおしよせました。
おとうさんかられんらくをうけたお
かあさんは、すぐにせんもんのびよう
いんのよやくをとりました。

しょうかいしてもらったびよういん
のU先生はきかいをつかってじっくり
けんさをしてくれました。

しんぞうには四つのへやがあつてそ
のへやにはとびらのようなものがある
そうです。そのとびらの一つがうまく
しまらなくて、けつえきがぎやくりゆ
うしてしまっているとU先生がていね

いにせつめいしてくれました。
そのとびらが大きくひらいてしまふ
とくるしくなるそうです。なので、て
いきてきにU先生にみてもらうことにな
りました。

U先生が、「M先生に見つけてもら
えてよかったね。M先生は小さな音も
聞きのがさないすごい先生なんだよ。」
と言いました。

わたしは、U先生もすごい先生だと
思いました。しんぞうのとびらの話を
聞いて青白い顔をしたくさんのしつ
もんをするおかあさんでしたが、しん
さつがおわるころには、いつものえ顔
のおかあさんにもどつていたのでU先
生はまほうつかいだと思いました。

赤ちゃんの時からみてもらっているや
さしいM先生とこれからずっとわたしの
しんぞうを見まもつてくれるU先生、ふ
たりの先生に出会えてしあわせです。

えいようのあるものをたくさん食べ
て、うんどうをしつかりして、虫ばを
作らないようにはみがきをていねいに
して、けんこうにすごせたら先生たち
もよろこんでくれると思います。

元気で楽しく、これからもえ顔で生
きていきます。



小学生の部

優秀賞

福岡市・小学5年
西尾 愛梨

「アレルギーのおかげで知ったこと」

私には、小さい頃からたくさんアレルギーがあります。父と母によると、赤ちゃんの時にアトピー性皮膚炎だと分かり、その後食物アレルギー、ぜん息、アレルギー性鼻炎、結膜炎と次々にアレルギーが出てきたそうです。私は覚えていませんが、何か食べては発疹が出て、途方にく

れた。」と母は言っていました。今も、卵と乳製品は食べることができません。アナフィラキシーショックに備えて、アドレナリンという薬の自己注射をいつも持っています。

私は、アナフィラキシーショックを起こしたことが二回あります。一回目はかかりつけの病院で食物負荷試験をしていた時でした。急にのどがかゆくなって、みぞおちがモヤモヤすると思っていたら息が苦しくなりました。何が起ったか分からないし、声が出づらくなって、こわくてこわくてたまりませんでした。でも、看護師さんがきばきと血圧と酸素飽和度を測ってくれて、先生も来てくれました。アドレナリンを注射してもらうと、心臓がバクバクしたけど、すうつと息をするのが楽になって、しゃべれるようになってきました。看護師さんが

「元気になったね。本当にきつかったね。」と声をかけてくれてほっとしました。二回目は、一昨年に家で起こりました。間違えて、食べられないお菓子を食べてしまったのです。一回目の時に似たのどとお腹のモヤモヤがあり、父が急いでかかりつけの病院につれていってくれました。車の中で鏡を見ると顔が

真っ赤で、実は死んでしまうのではないかととても不安でした。でも、病院に着くとすぐに先生が診察、看護師さんが処置をしてくれてよくなりました。「こういう時に自己注射していいんだよ。」

と、後で先生は優しく話してくれました。かかりつけの先生は、いつもおだやかでニコニコしています。毎日ぬる軟こうがどれくらい必要か、自分で答えるとはめてくれるのでうれしくなり、きちんとはあくしておこう、という気持ちになります。逆に、私が時々薬を飲みわすれてしまうことは、「それだけ体調がいいんだね。でも、ちゃんと飲んでね。」

と笑って言うてくれます。自分が悪いと分かっているけど、もし強い口調でおこられたらいやな気持ちになってしまうかもしれないけど、そんなことはないのです。

「ああ、ちゃんと飲まないとなあ」と反省します。先生のおかげでアレルギーは自己管理が大事な病気だな、と自分で考えることができるようになりました。たくさん患者さんが来ている中で、いつも優しい先生、にこやかだどてきばきしている看護師さんはすごいなあと尊敬しています。私もそんな風に人に接せるよう、努力していきたいです。

選考委員

福岡県教育委員会

坂田 祐也

西日本新聞社社会部次長

下崎 千加

筑紫女学園大学名誉教授

中村 萬里

福岡県医師会広報委員会委員長

箕田 政一郎

福岡県医師会副会長

堤 康博

福岡県医師会理事

西 秀博

福岡県医師会理事

青柳 明彦

福岡県医師会理事

原 祐一

福岡県医師会理事

星子 久

福岡県医師会理事

田中 耕太郎



募集要項

【開催趣旨】 医療従事者と患者さん、その家族との「信頼関係」という医療の原点にスポットをあて病気になった時に感じたことや介護にまつわる経験、医療従事者とのふれあいなど、医療・介護に関する体験記を募集、コンクールを行い、優秀作品を発表することで、県民、また医療関係者の医療に対する意識を高める。

【応募資格】 福岡県内の学校に在籍する児童及び生徒、および一般県民。※医師を除く。

部門	①一般の部	②中高生の部	③小学生の部
文字数	400字詰め原稿用紙5枚 (2000字)以内	400字詰め原稿用紙5枚 (2000字)以内	400字詰め原稿用紙3枚 (1200字)以内
表彰	最優秀賞 1名 優秀賞 若干名	最優秀賞 1名 優秀賞 若干名	最優秀賞 1名 優秀賞 若干名

【応募方法】

- 鉛筆(B、2B)／ボールペン／万年筆／パソコンのうち、いずれかを用いて、濃くはっきりと書く。※パソコンの場合、1ページ400字(20字×20行)。
- 表紙をつけて、部門、題名、氏名(ふりがな)、性別、年齢(生年月日)、〒住所、電話番号(FAXがあればFAX番号も)、職業(または学校名・学年)を明記。
- 封筒の表に「心のふれあい大賞」と記載の上、郵送。

※応募上の注意

- 自作の未発表作品に限ります。
二重投稿、類似、事実でない創作作品、公の刊行物に掲載された作品、盗作の応募は固くお断りします。
応募作品について盗作等による著作権侵害の争いが生じても、主催者は責任を負いません。
違反が確認された際は、受賞決定後も賞の取り消しとなる可能性があります。
- 応募作品は返却いたしません。
- 入賞作品の著作権、出版権は主催者に帰属します。そのため、主催者、後援者が管理するウェブサイトや、雑誌、テレビ、ラジオ、書籍、教材などに利用されることがあります。
- 応募作品に誤字・脱字と思われる内容が認められた場合には、主催者が修正を加える場合があります。

【参加賞】 中高生の部および小学生の部に応募された方全員に蛍光ペンを進呈。

【主催】	福岡県医師会
【共催】	福岡県、福岡県教育委員会(順不同)
【後援】	九州厚生局、福岡市、北九州市、久留米市、飯塚市、大牟田市、行橋市、福岡市教育委員会、北九州市教育委員会、読売新聞社、産経新聞社、朝日新聞社、毎日新聞社、西日本新聞社(順不同)



令和6年3月発行
公益社団法人福岡県医師会

〒812-8551 福岡県福岡市博多区博多駅南2-9-30
電話：092-431-4564 F A X：092-411-6858

