

第8回作文コンクール

心のふれあい大賞

入賞作品集



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、西日本新聞社

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（順不同）

目次

主催者あいさつ……………1

入賞作品紹介

一般の部 最優秀賞……………法村 馨 さん 2

一般の部 優秀賞……………内山節子 さん 4

一般の部 優秀賞……………山脇靖子 さん 6

一般の部 優秀賞……………小原 薫 さん 8

中高生の部 最優秀賞……………藤崎詩麻 さん 10

中高生の部 優秀賞……………津村 有 さん 12

中高生の部 優秀賞……………野原海音 さん 14

中高生の部 優秀賞……………浅田美優 さん 16

小学生の部 最優秀賞……………今村華蓮 さん 18

小学生の部 優秀賞……………飯塚崇雲 さん 19

小学生の部 優秀賞……………中山陽葵 さん 20

小学生の部 優秀賞……………田中千夏 さん 21

選考委員……………22

募集要項……………23

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、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、八回目を迎えました。

本年も、小学生から一般の方まで合計二〇五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、優秀賞あわせて十二名の方を、表彰させていただきました。

新型コロナウイルスが感染の猛威を振るってから二年が経過しました。今回の応募作品にも、コロナに係る体験談が多く見受けられ、わたしたちの暮らしに大きな影響を与えていることがうかがいられました。イベントの中止や学校の休校など、思うようにならないことが多くあったと思います。また、作品の中には、コロナの影響で、入院中にご家族と会えず、孤独で病氣と闘っている方もいらっしゃいました。しかし、医療従事者が寄り添うことで「一人じゃなかった」「救われた」という言葉を目にし、医療従事者と患者がつながることの重要性を改めて感じました。

本コンクールをとおして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と思います。

今回は、残念ながら表彰式の開催は叶いませんでしたが、受賞者の皆様にご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、ご高覧いただけますと幸いです。



一般の部

最優秀賞

福岡市
法村 馨

「交換日記」

まだ、コロナが取り沙汰される前の令和元年十月、私は娘を出産しました。妊娠週数二十三週と六日、五百七十七グラム、「超低体重出生児」でした。

妊娠初期から悪阻がひどく、二ヶ月程仕事も休ませてもらい、安定期に入って短時間勤務ながら復帰するも、

お腹の張りや出血でなかなか安心できない日が続いていました。その日もお腹の張りが収まらず、受診の電話を入れ、主人と駐車場に向かう途中、温かいものがツーっと流れてくるのを感じました。出産の経験はありませんが、それが何なのかすぐに分かりました。主人に伝え、すぐ車に乗り込み、もう一度電話をかけました。「すみません、破水したみたいです。」

診察の結果、予想通り破水しており、診察室で先生から、「破水しているから、このまま出産になる可能性も高いけど、五百グラムあるから大丈夫。今からNICUのある病院に救急車で行くからね。」と言われました。担架で運ばれて救急車に乗る直前に見た空があまりにもきれいで、先生の大丈夫という言葉と相まって、「きつと助かる」となぜか冷静な私がいきました。

救急車には、主治医の先生と看護師さんが付き添ってくれて、ずっと私の

体をさすってくれていました。搬送先の病院に着いて、処置をされながら、だんだんとお腹の痛みが強くなり、いつの間にかたくさんの人に囲まれ、慌ただしくなる中、私は出産しました。か細い声で「ふにゃ」と泣いてくれたのが、私も主人もしっかり聞こえました。助産師さんにも、「ママ聞こえた？泣いてくれたね。」と言われ、母としての準備がほとんどできていなかった私が、母になったんだという実感が少し湧いてきたのを覚えています。

娘に会えたのは、出産から五時間程経った後でした。たくさんの管や点滴に繋がれた我が子は、痛々しくも数日前の検診でもらったエコー写真で見た顔のまま、とても愛おしく感じました。ただその愛おしさをかき消すように、申し訳なさで涙が溢れました。そんな中、主治医の先生から、まずは三日間が山であること、次は一週間、一ヶ月といくつもの山を越えなければなら

ないこと、退院はうまくいけば、元々の予定日辺りになるだろうと説明を受けました。

私の入院中は、何時でもNICUへ面会に行くことができ、一日に何度も顔を見に行きました。合間に搾乳の練習をし、まだ母としての準備が追いついていない体が徐々にわかってくれるようになりました。私自身の入院生活は、たった六日間。退院後は、三時間おきに携帯のアラームをかけ、搾乳後冷凍した母乳パックを持って面会に行きました。出産後、夜泣きで目が覚めて、おむつを替えて、おっぱいをあげるといふ、当たり前と思っていたことができず、今思い返すと少し心身のバランスを崩していたかもしれせん。

した。毎日、写真を撮り、今日どうだったか、先生に会えればその日聞いたことを携帯にメモしていたのですが、私がない時間娘の様子を、NICUの看護師さんが記録してくれるというのです。産まれてから、手術室へ見送ったり、いつでも携帯に出られるようにしておいてくださいと言われてたり、容体がなかなか安定せず、なにもできないもどかしさの中、母としてできることを見つけられた気がしました。

にも通っています。難聴で補聴器、未熟児網膜症で治療用眼鏡をしています。成長はともゆっくりですが、毎日笑いかけてくれるだけで、私達夫婦は幸せです。これからも色々な壁にぶつかるかもしれない。でもその度にあのノートを見て、毎日面会に通ったことを思い出し、乗り越えていける自信があります。

その後娘の頑張りに励まされながら、毎日面会へ通いました。看護師さん達も、忙しい業務の合間で、交換ノートに写真付きでメッセージやその日あったできごとを書いてくれました。小学生以来の交換ノートは、娘の成長記録のようなものになっていき、ページ数が進むにつれて、娘の体調もだんだんと安定し、体重も増えていきました。

日々神経を使う業務に加えて、交換ノートを書いてくださった看護師の皆さんに、心から感謝しています。そして入院生活の百六十一日間、どんなときも、「娘さんが頑張り屋さんなんです。自分達はその頑張りのお手伝いをしていただけですよ。」と言って、娘を救ってくださったNICU・GCUのスタッフの方々には、感謝してもしきれません。娘の頑張りを二十四時間サポートして下さり、本当にありがとうございます。

現在娘は一歳八ヶ月になり、保育園



入賞作品

一般の部

優秀賞



遠賀郡
内山 節子

「奇跡をありがとう」

令和三年十月、母の三回忌を迎えるにあたり、改めて本当に多くの方々に関わりにより奇跡の最期を送らせていただいたことに感謝申し上げます。母は十年前位から認知症を患っていたが、介護保険のお世話になりながら

も、自宅での一人暮らしができていた。

平成三十一年二月六日母の八十八歳の誕生日。米寿のお祝いを企画し、娘の結婚式が十月十二日に決まった報告も行った。母にとって孫娘は、働く私に代わり、赤ちゃんのころからいつもお世話をしてくれていたため、結婚は何よりも楽しみのようだ。

三月、毎月行くかかりつけの医院で、認知症のイクセロンパッチ薬の処方と半年ごとの採血を行った。翌月曜日に、わざわざ先生から慌てた様子で電話があり、「貧血の数値が尋常ではない、輸血の必要がある」とのこと。先生の紹介状を持ち大きな病院に行くと、そのまま入院となり、入院中に輸血と貧血の原因を調べることになった。急展開の出来事である。原因は、胃の進行癌で余命半年とのこと。楽しみにしていた孫娘の結婚式まで生きられないのか、途方に暮れた。母の八十八歳という年齢と、認知症ゆえに自分の病状を

長く理解していることのできない母に胃の全摘出手術で延命をするより、在宅で今まで通りの生活を楽しんでもらおうと決めた。

癌の診断がつき、退院後、毎週看護師さんが来てくれるようになった。四月・五月に輸血のための入院を行ったが、癌の痛みもまままの様子に、これからも今の生活が続くと思っていた。しかし、六月末、着座からの起立ができなくなってきた。自宅での生活が難しくなってきたのか。施設の訪問医が母の輸血で入院する病院の先生であることや、「必要な時は施設での輸血も可能だから心配いらないよ。」という温かい言葉から、空気があったサービス付き高齢者向け住宅に七月からの入所を決めた。入所後母は、「夜も一人ではないので安心だし、優しい先生が大好き」と言い、安心したのでらう、亡くなるまで輸血入院することはなかった。もしかしたら、もう少し元気

でいてくれるのではないか、穏やかな日が続くことを願い、安心しきっていた。

そんな日々に変化が起こったのは九月二十三日、施設での秋祭りの翌日、「食事をもどしました」との連絡があった。忘れていたが、最初の告知の際、胃の底部に癌があるので、十二指腸へのルートがふさがり、嘔吐するようになったときは、ルートを確保する手術が必要と言われたことを思い出した。訪問医に相談すると、「結婚式に間に合うよう急ごう」と言い、十月二日入院、四日に手術日が決まった。しかし、検査で「癌により胃自体が硬直し、食べ物腸に流れなくなっている」とのこと。医療チームとの検討で、五日CVポート造設を行い、高カロリー輸液の投与を行うことにしようと決まった。八日退院。CVポートから栄養を摂取するため、嘔吐はなくなった。結婚式には介護タクシーで、施設の

看護師さんが同伴してくださることになった。ひと安心と思ったこともつか

の間、結婚式前日十一日夜に再び嘔吐が始まった。結婚式の参列は無理なのか。「明日の朝の様子を見て参列の可否を決めましょう。」当日、「やはり嘔吐あり」との連絡に、娘夫婦には母の出席は難しそうと伝えた。しかし、結婚式一時間前、「短時間の出席なら可能」と連絡があり、車いすでの参列ができた。笑顔がいっぱいだった。施設に帰ってから、看護師さんが撮ってくれた写真を皆さんに見せ、嬉しそうに孫娘の様子を話していたらしい。十日、十四日デイサービスに参加し、穏やかな日を送っている。十五日、午前中はデイサービスに行き、午後は少しくたびれたので眠るといい、そのまま血圧が下がりはじめ、十六時に亡くなった。娘の結婚式から三日後のことだった。苦しむことなく、待望の孫娘の結婚式にも参列し、満足した様子の

静かな旅立ちだった。

母の「結婚式に出たい」という希望の実現は、先生、看護師さんや施設スタッフの皆さんが全力で応援して下さったおかげだ。皆様とのご縁が奇跡を起こしたと思っている。

昨年、主治医の先生の在宅医療講演会に偶然参加した。エンディングに先生の看取りに関わった方々の写真が流れ、最後に母の姿があった。先生は目を真っ赤にし、「生きざまに感動した人達のありし日の写真です。私は今後一人一人に寄り添い、看取りに関わっていきたい。」と語られた。母のちょうど一周忌の日のことだった。

母はたくさんの土産話を抱えて父のもとに行き、今頃も、結婚式でのエピソードを二人で楽しく語りあっていることだろう。

母の人生の結びに、すばらしい奇跡を起こしてくださった皆様に、再度感謝申し上げ、三回忌法要にお供えしたい。



一般の部

優秀賞

行橋市
山脇 靖子

「病気が教えてくれたこと」

一寸先は闇、八年前のこの時期、私はそう感じていた。自分自身に襲いかかる様々な体の変調を体験していたのだ。まずは長引く風邪症状、次に鼻の中や口の中にできるできものだ。疲れが溜まっているのかなあ…軽い気持ち

で受診した事を覚えている。直ぐに治り、まるで何事も無かったかのように、また慌ただしい日常へと戻った。その数カ月後、今度は脱毛だ。これまでどんな人間関係や産後のストレスを感じようとも、その経験は無かった。驚いた。あの時の皮膚科を受診し、注射や軟膏処置により、徐々に治った。

「心がデリケートなんだろうねえ…。」と年配の医師に言われ、笑い返した。

私は看護師だ。高校卒業し約十年の社会人生活を経て、三十歳を目前にし看護の道を志したのだ。幼い頃から看護師は憧れだったし、人の支えになりたかった。これまでに入院の経験はあったし、友人に医療関係者は多くいた。友人達が凛々しく働く姿を見る度に、誇らしくもあり、羨ましくもあった。いつか私も同じ景色を見たい、そう思っていた。数年後、私は看護師となった。学生時代も勉強はしたが、臨

床現場ではその何倍も勉強した。忙しい日々だったが、心は充実していた。そんな最中で現れた、数々のサインだった。年末、明らかにこれまでとは異なる症状がみられた。両足のむくみだ。始めの違和感は履き慣れたブーツの履きにくさ、翌週には毎日着用していた白衣のズボンの窮屈さだった。この頃から、私の頭の中では数々の疾患が飛び交っていた。少しきつい、体は動く。苦勞して手に入れた資格、私が出ない現場、とても言い出せなかった。元々弱音が言える性格ではなかったし、まだ大丈夫だと過ごした。更に翌週、階段を上る毎に息切れ、動悸がみられた。この時、まずいかもしれないと確信した。その夜受診をし、そのまま入院となった。

年が明け、更に詳しい検査を受ける為、近医への転院となった。病名が分からない間の入院生活は、不安で仕方

なかった。私が看護師だからなのか、説明も少なめで、スタッフの関わってくれる時間も短かった。もちろんその気持ちはわかるし、逆の立場でも同じようにしたかもしれない。益々弱音は吐けなかった。数日後、私の病名が確定され、随分若い主治医より私は告知を受けた。夫と並んで聞いていたが、途中から耳に入らなかつた。この主治医はきちんと調べて言っているのか、何を言っているのか、疑ってしまった。私には小さな子ども達がいる、まだまだやりたい事がある。数分後、冷静に質問をしている夫に気付き、はっとした。これまでの様々な変調が、ようやく繋がったのだ。告知後の治療は、更に悲惨だった。処置は増え、大量の服薬が始まった。薬で容姿は一変し、まるで別人となった。髪もブスツと音を立てて抜ける事を知った。誰にも会いたくなかつたが、子ども達の写真が唯一の支えだった。カーテンを締め切っ

ていた私に、「毎日毎日検査ばかりで、心が追い付かないよねえ…。頑張らなくていいよ…。」と主治医は言つて、ポンポンと肩を叩いてくれた。一瞬で込み上げてきて、大泣きしてしまった。現実と向き合えず、何で私こんな目に合うのか、と神様に向け自問自答する日々だったが、この主治医の関わりにより、風向きが変わった気がした。主治医へは、何でも相談できるようになっていた。一喜一憂してしまいう日も、不思議と前向きになれた。一カ月半後、私は子どもたちの待つ自宅へと退院することができた。

私はこの病気を通して、幾つかの事を学んだ。一つはこの体験の中で自分の中に生じた沢山の感情の変化だ。キューブラー・ロスの受容過程である。死にゆく人の心理過程とされているが、死に直結しなくても同様の経過を辿る場合があると言う事だ。看護の視点で言えば、この時の感情に添った声かけ

や関わりが重要であるという事。二つ目は、どんな地位や立場の人間であろうが、一人の患者と捉えて関わることである。主治医からのあの言葉がなければ、私は自分の素の部分を出せずにいただろうし、どんな未来が待っていたのかすら自信が持てない。医療従事者に対してと言う垣根を越えて、一人の人間としてかけてくれた一言に、人は救われる事があると知った。弱音は吐いても良いのだと教えてくれた。関わりの時間の長さではなく、声かけのタイミングだと教えてくれた。

私は今でも看護師だ。現在も通院中である。一進一退を繰り返しているが、あの頃と大きく変わった所は、自分自身の体を酷使せず、労るようになった事だ。それと、本音を引き出せる関係性を作る努力を怠らない事だ。そのおかげで、出口の見えなかつたトンネルを抜け、順風満帆な日々を送っているのだ。



一般の部

優秀賞



宗像市
小原 薫

「五冊の 大学ノートから」

毎朝近くの神社に行き、祈願よりも一日の生命いのちに感謝です。日の出とともに、虫や鳥の声と御神木の楠などに生息を感じます。一日二十四時間、六分三十秒のラジオ体操（第一・第二）が

できる喜びで一日のスタートです。

二〇一九年一月十一日（金）夕方、横断歩道を青信号で歩く私は、右前方から右折する車に七〜八メートルはねとばされて、意識不明で救急車に運ばれ病院へ。ICUではあの世界へ！娘や孫たちが病室に何度きても私は変わらず反応がおかしかったとか……。

十七日後の一月二十八日（月）私は意識がもどりつつもその激痛を伴って

でした。一月三十日（水）の診断書「外傷性くも膜下出血、多発脳挫傷、頭蓋骨骨折、失語症、右肘頭骨折、坐骨骨折、右下腿挫創」右腕は一番大きな骨が折れ翌日には手術を受けました。しかしあまりの痛みに生き返ったことさえ喜びとならず、娘に愚痴ったものです。右足の膝は大量の筋肉がなくなっています。それから脳細胞は一部を失い騒音がします。そして忘れていくこともあり……とやらで、リハビリテーションが身体に二つ、脳に一つと

かなりの時間をさきました。

五冊の大学ノート、百十九日間（私の記憶では七十二日間）の入院生活、脳の回復のため日記をつけました。言葉や文字を忘れてしまっていることが多く、ひとつひとつ思いつきの日記でした。新聞を読んだり切り抜いたり、クイズを解いたり、また絵を描いたり、たくさん折り紙をしたりと表現が不十分な生活記録になりました。

二月二十五日（月）

眠れないこと多し！リハビリの先生と外を歩いて!! 念願かなう!!

三月三日（日）

昼食からはスプーンからお箸でと変わる。

三月四日（月）雨のち晴れ

リハビリでは歩いて一〜六階の階段。六十メートル廊下を歩く。

三月五日（火）

初めて洗たく機と乾燥機を使う。

三月六日（水）

言語聴覚士の先生に「退院早くするのは？」とてもほめられた。「た」のつく言葉を書く。思いつかず電話帳から調べる。

三月八日（金）晴れ

右手に一キロ持ったり、二百〜三百メートル位歩く。二十階段歩く。

三月十三日（水）晴れ

きょう初めて案内されたのは、死にかけてつ入院三階のICUに運ばれたコース。約二ヶ月前の方に感謝！乗せてくれた女性の救急運転手、病室の医師や看護師の方々に大感謝！今の三人のリハビリ先生と多くの人たちに教えてもらって……現在までできているからか……となると生きていかなげばならないか……

三月十六日（土）

終日院内フリーとなる。

四月五日（金）晴れ

ひらがなと「な」「ぬ」「か」「き」のつく言葉。計算問題は九十八までを（十三〜）方式で。

四月十五日（月）晴れ

新聞を 久しぶり読み 生きてきた現生活に 感謝するなり

四月十六日（火）晴れのちくもり

朝からの 知らぬ山色 あたたかく
生命と季節 心はひとつ 毎朝窓
から見かける知らない山々。色が
ちがう。デコボコの立体感あり！
何だか励まされている。

五月九日（木）十時退院

私には 令和元年 初仕事 心満
たされ 愛でる誕生日

医師・看護師の方々の手術や治療、

リハビリテーションで肉体・精神とアドバイスや指導して下さった作業士の方たちにお礼をいわなくてはなりません。私のいたづらなさと反省してい

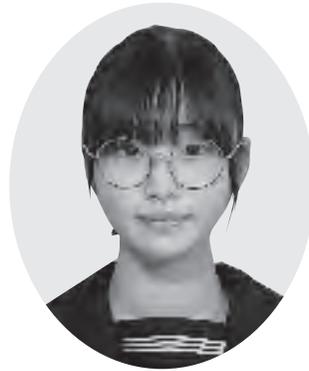
ます。本当にありがとうございます。私の生命を優先して細々と配慮して下さい。さり生き返ったのです。

— そのおかげで私も今年古稀を迎えることができました。孫たちがつくったお祝い色紙で励まされています。きょうも歩いて買物そして家事や中学校の消毒作業と日常生活ができることに感謝の一日でした。



中高生の部

最優秀賞



北九州市・中学2年
藤崎 詩麻

「病氣と共に くれた勇氣」

私は、とある膵臓の病氣を持っている。これは、この病氣が発覚した、十一歳、冬の話だ。

「ご飯出来たよ。」

母の声が目覚しとなり朝ご飯を食べる。支度をし学校へ行く。帰って来たら夜ご飯を食べる。歯磨き、お風呂、後は寝るだけ。これが私の平凡で穏やかな日々、これからもこの日々がずっと続くだろう。そう思っていた。

ある日の学校、私は急いでいた。係であった「給食のこんだて放送」に遅れないためだ。加速させた足をそのまま階段へと運ぶ。瞬間、私は勢い良く前方へと倒れ込む。目の前には変わり果てた薬指があった。

慌てて仕事を抜け出し駆けつけてくれた母と共に、私は病院へと向う。医師から説明を受けると同時に、手術前の血液検査を行った。これが後の人生を大きく揺るがす分岐点となることを私はまだ、知る由もなかった。

無事に手術は終わった。手術方法はピンニング。ピンを挿入して折れた骨同士を固定する方法だ。骨が完全に固

定されるまで定期的に通院するよう言われたが、私は初めての手術が終わったということに安心しきっていた。

翌日、母に連れられ私は別の病院へ向う。いつもは華やかな笑顔を浮かべる母だが、この日だけは悲しく、暗い笑顔に見えた。何かあったのか聞くと、「先生から呼び出しがあったから。」の一点張り。更に気に掛かったが、今はそんな母が運転する車に、体を揺らされるしかなかった。

病院に着き小児科病棟へ駆け上がる。待ち合い室のソファアに腰を掛けひたすら呼ばれるのを待った。

「五番へどうぞ。」

私は震える足をおさえ、恐る恐る扉を開ける。部屋に入っただけに一人の医師の姿が目に入った。この医師こそ、今後私の主治医となる人物だ。裾についている僅かな汚れが、白衣の純白さをより際立たせる。挨拶をしてからしばらく沈黙の時間が続く。

「あなたは一型糖尿病です。」

ようやく先生が口を開いたと思うと、耳に入ってきたのは衝撃の事実だった。私は頭が真っ白になった。母は泣きわめき、絶望した。種々な思いを抱きながら、そのまま入院することになった。

一型糖尿病とは生活習慣病である二型糖尿病とは異なり、主に自己免疫によっておこる病気である。

「では早速夕食前の注射を打ちましょう。」

とても動揺した。「怖い」たったその一言すら口にできぬほど私はそれを全身で拒否していた。これから食前必ず「インスリン」という薬を体に打たなくてはならないらしい。幼少期から針が苦手で、今までできる限り避けてきた。本当にこの私にできるのだろうか。そうこう考えているうちに、気づけば涙が頬を濡らしていた。先生たちは一旦、母と二人の時間を作ってくれた。母は何も言わずそっと私を抱きし

め、頭を撫でてくれた。あのあたたか

くてやわらかい手の感触は、今でも鮮明に思い出せる。母の期待の目を無視できない。先生を呼び、母の手を握った反対の手で注射ペンを握った。右腹部に刺し、勢いよく注入ボタンを押す。緊張で痛さも分からない。ちゃんとインスリンが注入されているか。中で針が折れたりしてないか。不安で頭が閉ざされる中、一点の光が差し込んできた。「この薬さえ打てば、普通の子どもと同じ生活を送れるんだよ。だから一緒に頑張ろう。あなたは一人じゃない。」この先生の言葉を聞いて、私の心は一瞬で晴れた気がした。少し頑張ってみよう。背中を押された気がした。

今も私は毎食前、体に注射を打ち続けている。時々逃げ出したくなる日もあるが、先生の言葉を思い出せば、自然と前を向ける。今まで医療の方々は、患者に薬を与えるだけの存在と思っていたが、大きな勘違いをしていた。薬

だけでなく、患者に踏み出す勇氣そして、生きる希望を与えてくれる。もし私と同じ病気、悩みを持っている人がいたらちゃんと目を見て伝えてあげたい。

「あなたは一人じゃない。」



入賞作品

中高生の部

優秀賞



福岡市・高校2年
津村 有

「諦めないこと」

私はしばらく机に突っ伏してショックのあまりに動くことができなかった。部活の練習がやっと始まり、先輩や同級生と十キロのランニングをこなしたのはつい先日のことなのに。高校に入学したばかりだというのに。私の病

気は最重症であり、退院するまでには三ヶ月から半年はかかる、と聞かされた時の驚き、ショック、悲しみは言葉で表すことができない。これから先の不安、病気への不安、あらゆる不安がのしかかってくる。頭が真っ白になり涙があふれてきた。

私の病気は再生不良性貧血という難病だ。血液の中の好中球がほとんどなく、そのまま入院となった。あまりに大変な毎日で、入院当初のことはよく思い出せない。一ヶ月近く続いた高熱、一月に一度の骨髄検査、そして何日か一度、ひどい時は毎日行われる輸血。本格的な治療が始まってからは免疫力が更に下がり、一步も部屋の外に出ることが許されなかった。個室に閉じこもり一ヶ月以上が過ぎた頃には精神的にかなり追い詰められた。友達や先生にも会えず、付き添ってくれた母以外の家族にすら会えず、高熱と痛みになされ、何もできない毎日。一ヶ月毎

に同じメニューの繰り返しとなる病院食にも参った。おまけに間食まで禁止だ。

しかし、そのような辛い中でも私には救われるものも多くあった。それは担任の先生やクラスメイト、病院の先生方、看護師さん、教育支援の方々の支えや励ました。担任の先生から届いたファイルの中に、クラスの皆からの手紙が入っていた。二十三日しか学校に行っていない私の事を覚えていて、気にかけてくれていた事が分かり、病気と闘う力が湧いてきた。この手紙は、今でも私の宝物だ。

高校では、進級するために必要な日数が決まっている。そのため一日でも早く退院したかったが、治療過程で更にもう一つの病気にかかり、この治療の副作用のせいか血球の数が全く増えなくなった。これではいつ退院できるかわからない。私の心は底のない沼のように、深く深く沈んでいった。しか

し進級のためにはどんなに落ち込んでいても勉強しなければならぬ。勉強したかった。皆の優しさに応えなかった。

入院当初から一日十時間以上を目指し、勉強を続けていた。勉強の楽しさに気付いたのはこの頃だった。先生方の映像授業も大変な励みとなった。

映像授業の中で、先生方はいつも笑顔で励まして下さった。授業だけでなく、私だけのために全ての授業を動画にして配信して下さいました先生、休日にも関わらず質問にすぐに答えて下さった先生、数多くの先生に支えられ、この頃の私は生きていた。更に、担任の先生には進級に必要なこと、心構えや勉強法など多くのことを教えていただいた。学校行事の中で参加できそうなものは参加できるように取りはからって下さった。その中でクラスの友達や先輩方と多くの交流を持つことができ、何より友達と顔を見合って話をし、笑う時間を得たことは、長い入院生活の中

でどれ程大きな支えとなったか分からない。

私の中で忘れられない言葉がある。

「私たちは、身体だけではなく心も救ってあげなければならぬ」という病院の先生の言葉だ。入院している者にとって最もつらいのは、この自分の辛さを誰にも分かってももらえないのではないかと感じることである。私の心を理解し、苦しい気持ちを何とか軽くしてあげられないかと考え、いつも温かく励ましに来て下さった先生方の支えがあったからこそ、病気や勉強と向き合う前向きな気持ちを持ち続けることができたのだと思う。夜の十時近くになっても「会いに来たよ」と言っている様子を見に来てくれた主治医の先生、授業が受けられると決まった時に自分のことのように喜び、涙を流してくれた支援員さんや看護師さん、テストの時期に合わせて治療や輸血のタイミングを考えてくれた先生方、静かな環境

でテストが受けられるよう視聴覚室を貸して下さったりハビリの先生方、消灯時間を過ぎても勉強スペースが利用できるよう毎日電話で頼んでくれた看護師さんたち、テスト勉強や計画について一緒に考えてくれた支援員の方々、誕生日におめでとうと言いに来てくれた看護師さんや先生方。何度も挫折そうになる中、たくさんの人の励ましが私の背中を押し続けてくれ、九ヶ月の入院生活を乗り切ることができた。

私は結局、九ヶ月の入院にも関わらず無事二年生へ進級することができた。先生方や友達との再会、学校で授業を受けられる喜び、普通のことを普通にできる幸せを噛みしめている。人とのつながりが人間の原動力となる。そして努力は必ず報われる。闘病中の方々も、どうか諦めないで欲しい。一番の薬は、諦めないことなのだから。



中高生の部

優秀賞



福岡市・高校2年
野原 海音

「優しさ」

私は小学五年生のときに入院した。あるとき急に食べ物が食べられなくなり、摂食障害になった。家族はもちろん自分でも原因も対処法も分からず、最初は近所のクリニックへ行った。そこで紹介状を書いてもらい、少し大き

い病院に入院した。その小児科でも摂食障害の事例がほとんどなく治療法があまり無かったため、大学病院に転院した。初めてご飯のどを通らなくなったときは本当に怖かったし、二度とご飯は食べられないのではないかと不安になった。実際に五ヶ月間は固体が食べられずに、流動食で栄養を補っていた。しかし入院生活ではたくさん

た。まずは看護師さんや検査技師の方だ。初めての入院でもあるし、小学生だったこともあっていろいろと不安だった。たとえばMRIやCTなどの体験したことのないたくさんさんの検査だ。見たことのない機械にはいるのはすごく怖かったが、看護師さんが分かりやすく詳しい説明をしてくれたり、検査技師の方が気さくに話しかけてくれたりして不安が少し和らいだ。また看護師さんは毎日来るたびに優しく話しかけて

くれて、少しでもご飯が食べられるようになつたら一緒に喜んでくれた。

私の場合、入院してしばらくは制限がたくさんあって人と話すことくらいしかすることがなかったので、看護師さんと話す時間が一日の楽しみでもあった。心の病気を持っているひとと接するときは無意識に気を使ってしまふものだが看護師さんは変わらず接してくれて、それが逆に嬉しかった。次に家族だ。最初の病院では毎日誰もお見舞いに来ることができたので私が好きだった食べ物を毎日持ってきてくれて、食べられなくても嫌な顔一つせずに応援してくれた。毎日来るのも大変なのにいろいろな手を尽くしてくれてとても感謝している。大学病院では方針上一週間に一回、親ひとりしか面会できなかったがわざわざ毎週仕事を休んで来てくれた。そして、一番お世話になったのは大学病院の先生だ。たくさんしてもらって嬉しかったことは

印象に残っているが、小学生だったこともありうまく説明できなかった私の話を、時間をかけて一生懸命に聞いてくださったことが一番印象に残っている。面談室に何回も行き、自分の過去の不安もたくさん聞いてくれたことで日々の不安が晴れた記憶がある。ほかにも体力がなくなっていることから部屋から出られない私の車椅子を押して病棟の中を散歩してくれた時間がすごく好きだった。前回の面談からあまり進歩していなかったときに面談をした後は元気がなくなってしまうが、毎回廊下の先の窓まで行ってたわいのない話をたくさんしてくれた。そのおかげで面談の後も元気が出たのは間違いないと思う。やはり一人で頑張るよりも、先生とたくさん話すことで安心することができた。また医療従事者ではないが一緒に入院していた人たちもすごく優しかった。摂食障害にもいろいろ種類はあるが、どの人も深くは聞いて

てこず、ただ応援してくれたり、共感してくれたりして話している時間が楽しかった。私が段階的に病院内やフロア内をまわれるようになった時には、いろいろ病院内のことについて教えてまわってくれる人もいた。年は近かったが一番年下だったのですごく優しく接してくれた。入院する前は想像もできなかったが入院生活を楽しく過ごすことができた。約四ヶ月かかったが大学病院のいろいろな人のおかげで徐々にご飯が食べられるようになって退院することができた。

私は入院してたくさんの人に出会って、助けてもらって、病気を乗り越えることができた。また、心の病気だったこともあり他の入院よりも人の優しさに触れることができたと思う。ここ数年、AIの進歩で医療従事者の仕事を減ってしまうかもしれないと言われている。しかしこのコロナ禍などの未曾有の事態で臨機応変に対応できるの

は人間だけだと思うし、患者と触れあって安心させることができるのも人間のあたたかさがあってこそのことだ。私は摂食障害になるまであまり病院に行っておらず医者という職業に関心をもっていなかった。しかし、入院したことで私を救ってくれた医者への憧れを抱きはじめて。そして私はこんな優しい医者になりたいと思うし、医者になれなかったとしても医療に携われる人になりたいと思う。また単に優しいだけでなく、人の心をあたたかくできるような、人の気持ちを考えられる人になりたい。



中高生の部

優秀賞



北九州市・中学2年
浅田 美優

「心で聴く とらうこと」

昨年、新型コロナウイルスが、大流行しました。緊急事態宣言がでて、今まで、普通にできたことが、できなくなり、普通にできたことが、できなくなり、突然の休校、マスク生活、外出ができなくなりました。今まで、

普通にできていたことができなくなっ
てしまいました。今まで予想できな
かったことが起こって、私のなかで、
不安の種が、たまっていきました。卒
業式の簡素化、入学式の中止で、気持
ちの切りかえができないまま、中学校
生活が始まりました。

すると、まず給食が食べられなくな
りました。パンの袋をあける音や、友
達が食べる音も、気分がわるくなりま
した。また、家で急に不安になって、
泣いてしまったり、忘れ物がないか何
度も確認してしまったりしていました。
そんな綱渡りのような生活を送りなが
ら、中学一年生が終わりました。

中学二年生になった新学期、またも
や給食が食べられなくなりました。本
当に食べられなかったので、勇気を出
して、保健室に行きました。何度か行っ
たけど、教室で少しずつ食べられるよ
うになりました。でも、家で急に不安
になるのが、どんどん強くなりました。

家で不安になると、家族に迷惑をかけ
るので、何とかしたいと思っていまし
た。でも、不安になるのは、どうして
も、自分ではおさえられませんでした。
だから、一度、病院に行って、相談
だけでもしてみることになりました。
自分が、困っていることを、箇条書き
にして行きました。

例えば、「家以外でご飯が食べられ
ない」「友達と話すトーンが分からな
い」「思いつめるとパニックになる」「忘
れ物を何度も確認してしまう」「『だい
たい』『適当』の意味が分からない」
などを書きました。

病院に行くと、たまたま、専門の先
生がいて、相談にのってくれました。
私が書いたメモに対して、一つ一つ親
切に、ていねいに、応えてくれました。
先生は、私が答えるまで、待ってくれ
ました。私は、最初、答えるのが、し
どろもどろでした。でも、先生が、ゆっ
くり待ってくれたので、話すことがで

きました。

先生は、全て話し終わったあとに、静かに私の目をみて、しっかりと一言づつてくれました。

「あなたは、病気です。薬を飲んで、治療したら、元気になります。」と…。私は、安心して、心のモヤモヤが、はれました。

「なんでみんなと同じようにできないんだろう。」「なんでもっと普通にできないんだろう。」小さいころから、何度も何度も悩んで、答えは、出ませんでした。「考えすぎ」「もうちょっと肩の力をぬいて」「小さいころから、ずっと言われ続けたけど、その方法が、分かりませんでした。何でも完璧にやろうとする自分が、いやでいやでしかたがありませんでした。でも、完璧にやらないと、不安になってしまいます。「自分ももっと変わらなきゃ」と、強く思うけど、何度やっても、変われませんでした。

先生に、「病気です。」と言ってもらえて、なんだかスッキリしました。「自分のせい」でなくて、「病気のせい」そう思うだけで、とても心が軽くなりました。

先生の、外見と雰囲気は、親しみやすかったです。いつもなら、診察室に入ると、緊張してしまうけど、自分のことを、ゆっくり話すことができました。私のしどろもどろな話し方でも、ゆっくり、目を見て、うなずきながら、きいてくれました。これが、相手が、話しやすい聴き方だと思いました。もっと、はやくに、相談したかったと思います。二回目以降は、できたことを、すぐくほめてくれて、評価してくれます。また、困ったことはないか聴いてくれます。聴いてくれると、できないことを減らして、もっとできたことを報告したくなりました。前向きになれた気がします。病気を、診断してくれた先生には、感謝しかありません。

今まで、迷惑をかけてしまった家族、病院に行こうと言ってくれた母にも、「ありがとう。」と伝えたいです。

そんな先生と接していると、先生のように、なりたいたいと思うようになりました。私と同じように悩んでいる人に、寄りそいたい、悩みを聴いてあげたい、助けたいと思うようになりました。先生のようになるために、まず、自分の病気を克服して、日常生活を取り戻したいです。友達と楽しく話したり、自分から積極的に、動いたりしたいです。これからは、自分を大切にして、まわりの人の幸せも考えられる人になりたいです。



入賞作品

●小学生の部 最優秀賞 — 「特別な十一日間」

小学生の部

最優秀賞



久留米市・小学6年
今村 華蓮

「特別な十一日間」

八月十四日。父の電話が突然鳴った。入院中の兄に何かあったのだと、胸がざわざわした。そしてその予感の的中した。

電話から四日目、ICUから個室に移った兄との面会が許可された。約五ヶ月ぶりに会った兄は人工呼吸器が

ついていて話もできなかった。突然の出来事で、私は兄にどう接したら良いのか、分からなかった。

部屋でぼおっと兄を見つめていると、担当の看護師さんが「優誠くん、妹ちゃんたち来てよ。今から、体の向き変えるね。横向きよ。」とまるで兄と普通に話しているかの様に話しかけていた。返事をしない兄が、まるで返事をしているかの様な話し方で少しおどろいた。ぼんやり立っている私達に、「手をにぎって話してあげてね。さすってあげるといいよ。」と、教えてくださいました。担当の先生から「耳の検査をしたらきちんと聞こえたから話しかけてあげてね。」と教えてもらった。話すことができなくても私達の声が聞こえているのは不思議な気もしたが、兄と話をしている気持ちで、大好きなアニメの話や、学校のこと、最近のおもしろかった出来事を話しかけた。すると兄は前みたいにニコニコして私の話を聞いている様に見えた。

私は担当の先生に私たちの声がちゃんと兄にも聞こえていると教えてもらわなければ、兄とすぐせる最後の夏を泣いてすごしていたかもしれない。兄が返事するのはむりかもしれないけ

れど、私には兄が話を聞いてくれるという事実だけで十分だった。

コロナで面会ができないのに、最後の時間を家族ですごしたいと許可をもらった私の心は複雑だった。兄との別れのカウントダウンは辛く受け入れられるものではなかった。でも看護師さん、先生達などが兄の様子を見に来てくれる時、まるで兄は今にも動きだすかのように接してくれた。そして私達に毎日の体ふきや、ベッドの上で大きな洗面器を使って手足を洗わせてくれて大切な時間を作ってくれた。

胸のざわざわしたあの日から十一日目。兄との別れはやってきた。一年経った今も別れがあったことは信じられなけれど、看護師さんや先生、病院で働く人達が、優しく温かく接してくれたことを私は忘れない。ずっと会いたかった兄とすごした十一日間、私達が少しでも辛くない様にしてくれたことに感謝の気持ちで一杯だ。あの夏の十一日間は、特別な十一日間だった。



小学生の部

優秀賞

大木町・小学6年
飯塚 崇雲

「僕とお母さんの夏」

昨年の夏、お母さんは乳がんがんで右胸を無くした。そして、僕の右耳も聞こえなくなつた。

初めての緊急事態宣言が発令された頃、お母さんが乳がんだと知らされた。そして二週間後には、胸の一部分を取る手術を受ける為、お母さんは入院し

た。僕は、手術が成功して、無事に帰ってきてくれたらいいなと願っていた。

退院してきたお母さんは、つらそうだった。でも僕は、お母さんの手術が終わって安心した。一ヶ月位たって、お母さんが元氣を取りもどした頃、病院から再手術だと言われ帰ってきた。

僕はお母さんの胸に、「赤ちゃんの時に、僕も妹たちにもたくさんおっぱいを飲ませてくれてありがとう。」と手紙を書いた。

二度目の手術が無事に済み、お母さんは退院した。平らになった片方の胸は、痛そうで、つらそうだった。

そしてまた一ヶ月が過ぎた頃、お母さんは抗がん剤治療を受ける事になった。そして、お母さんの姿が変わる事を教えてもらった。

そして翌朝、僕の右耳は聞こえなくなっていた。

僕は片耳が聞こえないと、お母さんに言ったら、とてもあわてて、かかりつけの耳鼻科に連れて行ってもらった。いつも優しい先生が真げんな顔をして、「大丈夫だよ。」と言ってくれ、大学病院へ行くための紹介状を書いてくれた。僕はそのまま大学病院へ行き、色んな検査を受けた。初めて見る検査の機械

と、とても静かな部屋に入りこわくなった。

検査が終わると、先生が言いにくそうに、「耳の機能は正常だけど、聞こえていない。」と言った。僕は何を言われているのか分からなかった。

お母さんが自分が乳がんがんで手術を受けた事、もうすぐ抗がん剤を受ける事を伝えた。先生は大きく息を吐いて、僕の真正面に体を向けた。僕の目の前にある先生の顔は、とても優しく、少ししんけんで、まっすぐ見られて、少しはずかしい気持ちになった。

「大変だったね。でも君の耳は必ず治るからね。絶対治るからね。」そう言つて、僕のひざをぼんぼんとたたいた。僕は心因性難聴だと言われ、家に帰った。先生に言われた「絶対に治る」という言葉を信じて、お母さんと旅をした。お母さんはとても楽しそうに笑っていた。

今、僕の耳は元に戻り、お母さんの頭にも髪の毛が生えてきた。僕もお母さんも元氣だ。身近にいる先生が病気を治してくれ、優しい気持ちが僕たちを支えてくれた。

僕の十才の夏の出来事



入賞作品

●小学生の部 優秀賞 — 「まほう使いの おい者さん」

小学生の部

優秀賞



筑紫野市・小学3年
中山 陽葵

「まほう使いの おい者さん」

「心ばいしようも、あなたの才のうですよ。」わたしは、ある人のこの言葉にすぐわれました。それは、わたしのしゅじいの先生です。

わたしには、持びようがあります。かぜを引いたり、つかれやきんちよう感などがきつかけで発作がおこり、0才のこ

ろから、多い時には一年間で六回入いんしました。一ど入いんすると、二週間くらいベッドの上ですごします。ずっと点きにつながれて、動けないのはとても大へんでした。妹と同時にかぜを引いてもわたしだけが入いんになり、どうしてわたしがこんなにつらい思いをしなればならないのだろうと思っていました。それからだんだんと、頭の中はいつもかぜを引かないことだけを考えるようになりました。かぜを引きたくないから、一日に手を何でもあらい、何でもうがいをしました。めんえき力を高めるためのえいようのべん強もしました。かぜをうつされるのがこわいから、ようち園にも行けなくなりました。だけど、ずっとずつとかぜのことばかり気にして生きているのが、だんだんとつらくなってきました。このまま一生、外に出るのをこわがりながら生きて行くのかなとふ安になりました。そんな時、定きけんしんで、しゅじいの先生と会いました。先生は、わたしの顔を見て、「何か心ばいな事や、聞きたい事があつたら何でも話してみてね。」と言いました。わたしは、ゆう気を出して話してみることができました。

「ほかの人が気にならない事を、ずつと気にしてしまいます。かぜを引いて、

また発作でくるしんで、入いんしたらどうしようって事ばかりが頭の中でいっぱいです。こんな事はかり考えて、心ばいしようなわたしは、へんなのでしょうか。」すると先生は、「全ぜんへんではないですよ。長い人生で見た時、心ばいしようで細かい所まで気になる人と、大ざっぱな人とだと、心ばいしような人の方が、とくをする事が多いとわたしは思います。だから、心ばいしようなのは悪い事だと思いませんよ。むしろ、心ばいしようもあなたの才のうですよ。」と話してくれました。その言葉を聞いて、わたしは少しずつ、自分は自分のままでいいんだと思えるようになりました。今でもかぜを引く事はこわいし、つらかった出来事を思い出すとくるしいです。でも、それが悪い事だと今は全く思いません。

おい者さんは、けがやびよう気をなおしてくれる人たちだと思っていました。だけど、わたしの様にこわれかけている、目に見えない心の中までなおしてくれるおい者さんもいます。それはまるで、まほう使いみたいですがいいなと感じました。わたしも、しゅじいの先生みたいに、だれかの心をすくえる大人になりたいです。



入賞作品

●小学生の部 優秀賞 — 「言葉の力」

小学生の部

優秀賞



福岡市・小学6年
田中 千夏

「言葉の力」

「大丈夫？」その一言が力になる。

私は小さいころからのかかりつけ病院と薬局がある。一人一人が優しく真剣に対応してくれる。私が言われて嬉しい気持ちになる言葉を紹介する。

一つ目は、医者言葉。

「千夏ちゃん！いらっしやい！どうした？」と先生が明るく迎えてくれる

から身体がきついても少し元気が出てくる。私のかかりやすい病気を知っているから病気の深い話ができおちつく。診察が終わったら、「いつでもまたきてねー！」と言ってくれるので私はいつも見守ってくれていると安心する。

二つ目は、看護師と受付の人の言葉。「千夏ちゃん、大丈夫？」と待合室で具合の悪い私に声をかけてくれる。小さいころから知ってくれている看護師が優しく声をかけてくれると嬉しいし、身体の状態を話しやすくなるから気分が良くなる。

三つ目は、薬剤師の言葉。「お熱高いですか？」「お腹痛いですか？」などと処方せんを見て声をかけてくれるから見ただけで症状が分かるなんてすごいと思うし、嬉しくなる。いつも薬一つ一つの飲み方や役割・注意点などを親切に教えてくれるから、私の事を思ってくれているんだと、心強くなる。薬局を出る時に言ってくれる、「お大事に。元気になってね。」の言葉が力になる。

今、コロナウイルスによって医療現場が大変なことになっている。医者・看護師・薬剤師みんながゴーグルやフェイスシールドを身につけているの

を見て初めはおどろいた。待ち合室のおもちゃや絵本がなく、小さい子がたいくつになっっているのを見て、いつもの雰囲気が変わっている気がした。でも、「大丈夫？」などの言葉の温かさは変わらなかった。こんな時だからこそ感謝の言葉「ありがとうごさいます。」と言って笑顔を届けたいと思った。また、みんなで感染対策を続け、もとの生活に戻りいつもの病院になればいいなと思った。

私には薬剤師になりたいという夢がある。その夢を持ったきっかけは、かかりつけ薬剤師の優しく頼りになる雰囲気が好きだったからだ。だから、私が薬剤師になった時は子ども達が安心したり、嬉しい気持ちになったりできる言葉をたくさんかけてあげたいと思っている。

選考委員

福岡県教育委員会

坂田 祐也

福岡県医師会副会長

堤 康博

西日本新聞社社会部編集委員

下崎 千加

福岡県医師会理事

西 秀博

筑紫女学園大学名誉教授

中村 萬里

福岡県医師会理事

原 祐一

福岡県医師会理事

佐藤 薫

福岡県医師会理事

青柳 明彦



募集要項

- 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る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します。
- 400字詰め原稿用紙3枚～5枚以内（1,200～2,000字）
鉛筆（B、2B）／ボールペン／万年筆／パソコン／ワープロのうち、いずれかを用いて、濃くはっきり書く。
※パソコン・ワープロの場合、1ページ400字（20字×20行）。
- 表紙をつけて、部門、題名、〒住所、氏名（ふりがな）、年齢（生年月日）、性別、所属、電話番号、FAX番号を明記して下さい。
- 福岡県内の学校に在籍する児童生徒、および一般県民
※医師を除く
- 自作の未発表作品に限り、盗作、二重投稿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。
- 応募作品は返却いたしません。
- 入選作品の著作権、出版権は主催者に帰属します。
※そのため主催者、後援者がインターネット上で開いているページや、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。
- 【一般の部】最優秀賞 1名
優秀賞 若干名
【中高生の部】最優秀賞 1名
優秀賞 若干名
【小学生の部】最優秀賞 1名
優秀賞 若干名
受賞者には賞状と副賞を授与いたします。

【問い合わせ】福岡県医師会総務課 作文コンクール係（TEL 092-431-4564）

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、西日本新聞社

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（順不同）



令和4年2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 FAX：092-411-6858

