

入選

その一言で

長野県 第二中学校 三年

伊藤 由杏

「大丈夫？その一言で、明日が変わる」

これは私が小学校4年生のとき、幼なじみの友達を思って作った標語です。その子と私は、同じ社宅に住んでいました。生まれた時期が近かったのもあり、毎日遊んで笑って泣いて、いっしょに大きくなりました。家族の都合で遠くに引っ越してしまった後も、手紙のやりとりをしたり、長期休みにはお互いに遊びに行ったりと、私たちは離れていても一番の仲良しでした。

会えなくなってしまうても、彼女から手紙が届く日を私は楽しみにしていました。しかし、小学校4年生に上がった頃から、手紙が届く頻度が減ってきたのです。

「忙しいのかな？」「向こうで友達たくさんできて、私のこと忘れちゃったのかな？」

と、ちょっとさびしく感じていました。

その年の夏休み、私たちは久しぶりに会うことになりました。待ち合わせ場所にきた彼女は、静かでお母さんに隠れるように立っていました。話しかけても、うなずく、ぎこちなく笑う……。「今までの彼女はどこにいったのだろう？」と、驚きました。

はじめこそは、お互い遠慮していましたが、小さな頃の写真を見たり、思い出話をしているうちに、少しずつ言葉が出てきて、笑い方も私がよく知っている彼女の笑顔になりました。私はそんな彼女を見てホッとしたのか、ワッと言葉が溢れ出してきました。

「学校楽しい？」「なんか、あったの？」「大丈夫？」

すると、彼女は困ったように笑いながら、ぼつりぼつりと話し始めました。

「私ね、話をしようとする、喉がぐっと詰まって、言いたいことが出てこないの。」

言葉を詰まらせながらも、丁寧に話してくれました。それが「場面緘黙症^{ばめんかんもくじょう}」だと理解できたのは、少し後のことです。小さなストレスや不安が溜まっていき、「うまく言葉にできない」という症状が出てきてしまったのです。慣れた場所や家族とは普通に話せるのですが、久しぶりに会う私には緊張して、うまく言葉が出なかったそうです。

しかし、「大丈夫？」の一言に背中を押されて、話し出すことができた、と言ってくれました。

「大丈夫じゃないけれど、あなたと話がしたい。」

そのとき、彼女の思いが動きました。たくさん話すことはできませんでしたが、彼女の表情や言葉で、会えてよかった、と思えました。

今、彼女を助けてくれているのが「ヘルプマーク」です。外出先で困ったとき、それを見せるだけで症状や対処法を周囲に伝えることができます。また、スマホを使ったコミュニケーションツールもうまく活用し、言葉を使わなくても会話をすることができるようになりました。生きづらさがあっても、彼女なりに新しい楽しみ方で暮らしています。

今、私のスマホには「大丈夫！元気だよ。」のメッセージが届きます。