



## 「相談の力」

高砂市立松陽中学校 3年 前田 彩寧

テレビやネットニュースを見ると、毎日のように犯罪や事件の話題が取り上げられています。その中でも私が一番に気になるのは少年犯罪です。私と同じ年ごろの子たちが犯罪にかかわっているのを見て、どうしてこんなことがおこってしまうのだろうと考えます。

一人ひとり理由は違うけれど、ストレスや家庭の問題など、心の中に悩みを抱えている人が多いと感じました。少し違うかもしれませんが、私も以前、部活で思うように結果が出ず、気持ちが落ち込んでしまったことがあります。その時は友達と話していると気持ちが楽になりました。なので、やっぱり人と話したり相談することはとっても大事なことで私は思います。相談すると、相手からアドバイスをもらえたり、話をきいてもらえるだけでも、気持ちが軽くなったり、安心できたりすることもあります。こうしたことから、悩みは一人で抱え込まず信頼できる誰かに話すことがとても大切だと強く感じます。でも、世の中には「相談することが恥ずかしい」などという理由で、なかなか話せない人も多いんじゃないかなと思います。特に中高生は、進路や人間関係、家庭のことなど、悩みが多い世代です。そうした悩みを一人で抱え込みすぎた末に犯罪や事件につながってしまうこともあります。もし、信頼できる誰かや、安心して話すことができる環境があったら、犯罪も事件もなかったのかもしれない。だからこそ、学校や地域にもっと気軽に誰でも話せる場所や、時間があればいいなと思います。何度も話していれば、すこしだけでも、「ここなら大丈夫」と思えるようになるかもしれません。しかも最近では、無理に人に話さなくても、AIなどの新しい相談相手もありま

す。どんな方法でも、相手が、人でも機械でも、気持ちを外に出すことが大切だと感じました。社会を明るくする運動として、私もこれからは周りの人が困っているときや、元気がなさそうにしているときは、すぐに声をかけてあげられるようにになりたいと思いました。「大丈夫？」という一言で救われた、自分の悩みを誰にも言えずに、苦しんでいたときに、その一言で、「この人は、私のことを気にかけてくれている」と思い、涙が出そうになったことがある、と聞いたことがあります。そんな話を聞いて、もっと私は誰かの支えになりたいとすごく思います。相手が話したくなさそうなら、無理には聞き出そうとせず、「話したくなったらいつでも話して」と伝え、寄り添うことで、解決につながることもあると思います。そうしてお互いに支え合える関係が増えると、悩みを抱え込んでしまう人たちが減って、悲しい事件もきっと少なくなると私は思います。小さな行動でも、積み重ねれば、皆が安心して、笑顔で過ごせる社会に少しでも近づいていけるはずで

す。そして、冒頭で話していた、少年犯罪の例も、この考え方に当てはまっていると思います。もし、犯罪や事件にかかわってしまった少年たちが悩みを抱え込んでしまう前に少しでも相談できていたなら、もっと違う未来があったのかもしれない。人と人とが支え合って、気持ちを少しでも分かち合える環境をつくっていくことが、悲しい出来事を減らす、大切な一歩なんじゃないかなと私は思います。改めて、社会を明るくする運動として、私は、私にできることは、小さくても、誰かの力になると信じて、社会が、少しでも良いほうに行くように、精一杯やっていきたいと思いました。