

## ～自分だからわかる健康のありがたみ～ 3年2組 長田亜依さん



みんなが楽しみにしている体育の時間。それは私にとって、つらく、孤独を感じる時間でした。

私には生まれつきの心臓疾患があり、私の日常生活にはずっと医師からの運動制限があったからです。

単心室という疾患によって、私は運動すると呼吸が荒くなり、血中酸素濃度が低下し、すぐ疲れてしまいます。そして回復がみんなより遅いのです。それでも少しずつ体力をつけたいと入部したバスケットボール部も、ドクターストップによって、わずか4カ月しか続けることができませんでした。

私の疾患について知らない人からすると、授業を見学したり、部活動にも所属していない私のことを「体力のない、ただの怠け者」に感じるかもしれません。そう思われることが悔しくて、私は悲しい気持ちになることがよくありました。

「みんなのように私も部活がしたい！」「みんなと同じ日常を味わいたい！」どんなに願ってもそれはかなわず、だんだん諦めてしまう自分がいて、それに気づくたびにまた落ち込む日々が続きました。

そんなある日のことでした。「みんないろんなことにチャレンジできてうらやましい」、「なんで私にはみんなと同じチャンスが巡ってこないんだ」とクラスメートをうらやむ私に母がこう言いました。

「他人と比べなくていい！単心室も亜依の個性の一つだから。」

この言葉を聞いて、「みんなと同じ」を目指していた私の心の緊張が解け、気持ちが楽になったことを今でも覚えています。

中学生になった今では、自分の抱える疾患のことを人に隠したり、認めてもらうことを期待するのではなく、素直に現状を受け入れ、自分の体に向き合い、いい意味で諦める勇気を持つことができたと思います。

中学校に入学してからは、校内陸上や修学旅行など、私の体力ではつらいと感じる行事も増える中で、「自分らしくいられること」を大事にしながらか参加し、楽しむことができました。

私自身が疾患に向き合い、周囲の目を気にせず、自分らしく過ごせるようになった中学校生活にも新たな課題が生まれました。中学3年生に進級した私の教室は4階となり、毎日階段で上り下りする日々が始まりました。

そして、私の中に残っていた「みんなと同じ」を目指す心のかけらは、すぐにエレベーターを使うことを許しませんでした。

しかし、一日に何度も上り下りを繰り返すと心拍が上がるのを感じるのです。これがずっと続くと思うと、さすがの私の心も折れかけてしまいました。私は母にそのことを相談するとすぐに学校に相談してくれて、エレベーター使用の許可が出されました。

「なんでエレベーターに乗るの？」「ずるい」「なんで？」といった言葉をかけられることも少なくありませんでした。

そんな時に私はいたたまれない気持ちになり、エレベーターの乗りにくさを感じることもありました。

私たちの生活する社会には目に見えない違いが多くあります。一人ひとり違うとわかっていても、「みんなと同じ」でないことを理解しきれないことによって起こるトラブルは数知れません。ただ、私たちの中に、ほんの少しでも、相手の個性を尊重して、思いやることのできる想像力を持ってほしいです。

みんなそれぞれ人の顔が違うように、お互い気持ちの違いはあると思いますが、想像できれば乗り越えていけるはずです。

何にでもなることができる可能性があることって凄いことだと身をもって実感しています。そこに他者とのつながりがあれば、私は最強です。

