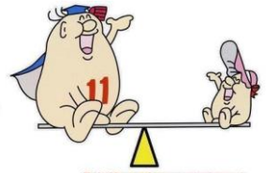
HAKUHO.J.H 人権だより Vol.5

絆 ～きずな～





2026. 10. 9(金)発行

文責　小原康太郎

すべての人に居場所がある学校へ

言葉の刃と、温かいまなざし



10月に入り、朝晩の冷え込みとともに、学校の行事が本格化する季節となりました。　２３日に行われる体育祭や来月の合唱コンクールなど、クラスが一つになって目標に向かう時期です。だからこそ、今一度、私たちの「言葉」と「関わり方」を見つめ直してみましょう。

相手の心を削る「いじり」に気づく

教室や部活動の中で、「いじり」という名のからかいを見かけることがあります。「冗談だから」「みんな笑っているから」本当にそうでしょうか。

周りが笑っているからといって、本人が傷ついていない理由にはなりません。言われた側が笑って合わせているのは、その場の空気を壊したくないという「無理な我慢」かもしれません。相手の尊厳を傷つける言葉は、どのような理由であっても許されるものではありません。

集団の熱量が生み出す「同調圧力」の怖さ

行事の練習が盛り上がってくると、クラス全体が「同じ熱量」を求めがちになります。

「一生懸命やっているんだから、これくらい言ってもいいだろう」

「みんなやっているんだから、お前も合わせろよ」

こうした思い込みや空気は、とても危険です。自分の正しさや熱量を相手に押し付けた瞬間、それは誰かを追い詰める武器に変わってしまいます。

「みんなと同じようにできない人」を排除したり、責めたりする空気を作っていないか。クラスの目標に向かう時だからこそ、一歩立ち止まって周囲を見渡す冷静さが必要です。

行事の時期だからこそ必要な「多様性の尊重」

集団で何かを作り上げる時、得意な人と苦手な人がいます。大きな声を出せる人と、静かに支える人がいます。全員が同じペースで進められないのは、当然のことです。

- 「なんでできないの？」を「どうすれば一緒にできる？」へ
- 「遅い」を「丁寧にやっている」へ

視点を少し変えるだけで、かける言葉は温かく変わります。

自分の基準を他人に押し付けず、それぞれの得意や個性を認め合うこと。それこそが、本当の「一致団結」です



心の中の「もやもや」を無視しない

誰かの言動に対して「あれ？何か嫌だな」「今の言い方は傷つくな」と、心の中に小さな不快感が生まれたら、その感覚を大切にしてください。それは、自分や周りの心が出している危険信号です。

「これくらい普通だよ」と言い聞かせて、自分の本心を無視してはいけません。

嫌なことは嫌と言える関係が理想ですが、どうしてもその場で言えないときは、周囲の信頼できる大人を頼ってください。誰かに話すことで、解決への糸口が必ず見つかります。一人で抱え込まず、みんなで考えていきましょう。

誰もが「ここにいていい」と思える安心感を

人権を守る第一歩は、身近な人を大切にすることから始まります。特別なことをする必要はありません。

- 相手の目を見て挨拶を返す
- 困っている人に「大丈夫？」と声をかける
- 自分と違う意見にも、一度耳を傾ける

こうした小さな優しさの積み重ねが、学校全体の安心感を作ります。

10月、誰もが「自分の居場所がある」と感じられる、温かい学校をみんなで築いていきましょう。

