

令和8年6月18日

令和8年度 大垣西高校 保健講話「いのちの授業」

『いのちの理由』 コウノドリの現場から、あなたへ』

岐阜県総合医療センター 新生児内科 寺澤 大祐 医師

「あなたの、いのちの理由は何ですか」

保健講話前に、寺澤先生からいただいた資料を基に、保健だよりで全校に問いかけていました。

講演は、寺澤先生がご勤務されておられる、岐阜県総合医療センター NICU での赤ちゃん、そのご家族との「いのち」に関わる多くの具体的なエピソードから始まりました。

いのちを救うために医療関係者だけでなく、すべての大人が関わっていること、ドクターヘリや新生児用救急車の話。

そして、昔、赤ちゃんだった（今は大人の）当時の経過、現在は30人に一人は出産時に医療の助けを受けていること、割合的に2人に一人は妊娠・出産時に臍帯が体のどこかに巻き付いていたこと…………。

そして、病気で生まれてくる赤ちゃんや、大人になれない子どもたち、普段私たちが捉えている健康という指標とは異なる普通で生きている方々と、自分たちとの違いは何なのか…………。

それは、『「運」だったんじゃないか。』

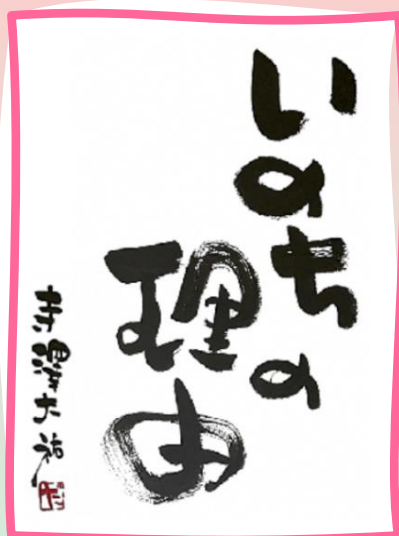
自分が、今、ここにいる奇跡を感じる、そんな保健講話でした。

保健講話終了後、全校生徒に感想を書いてもらいました。

どの生徒も、とても素敵な感想を書いてくれました。

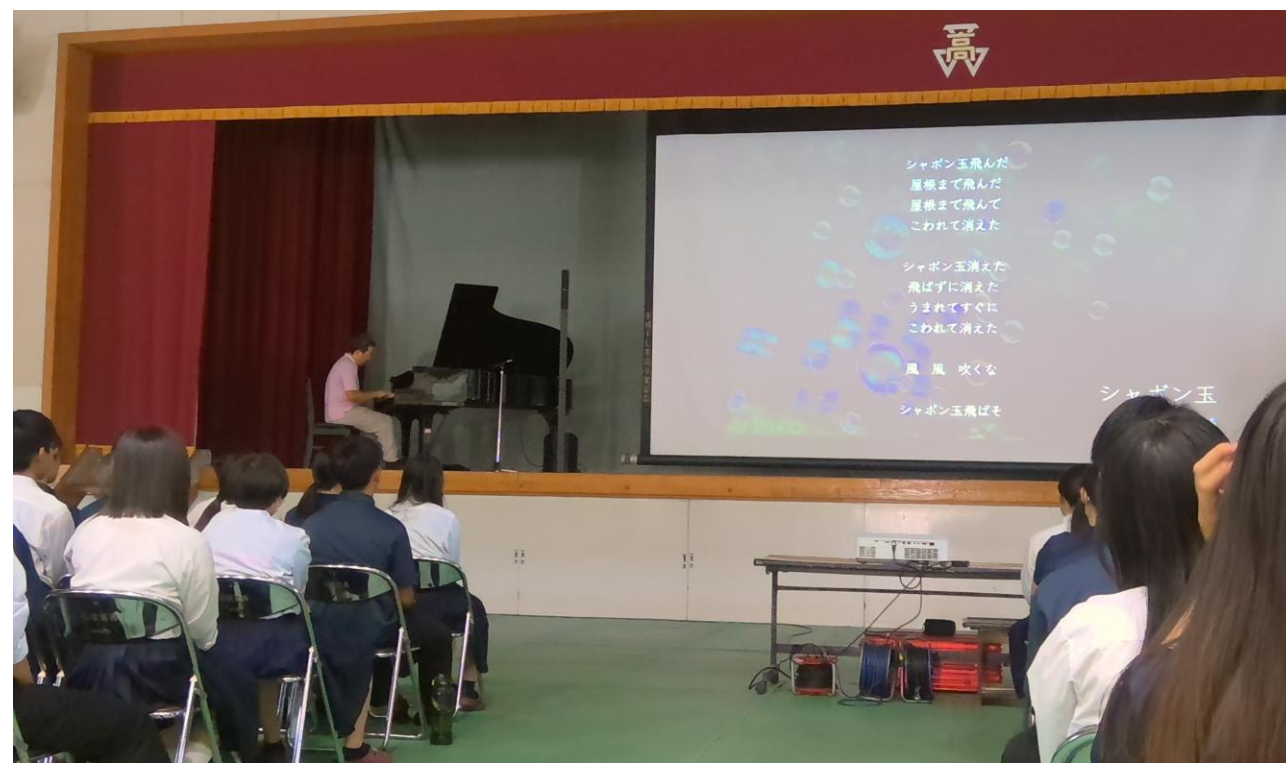
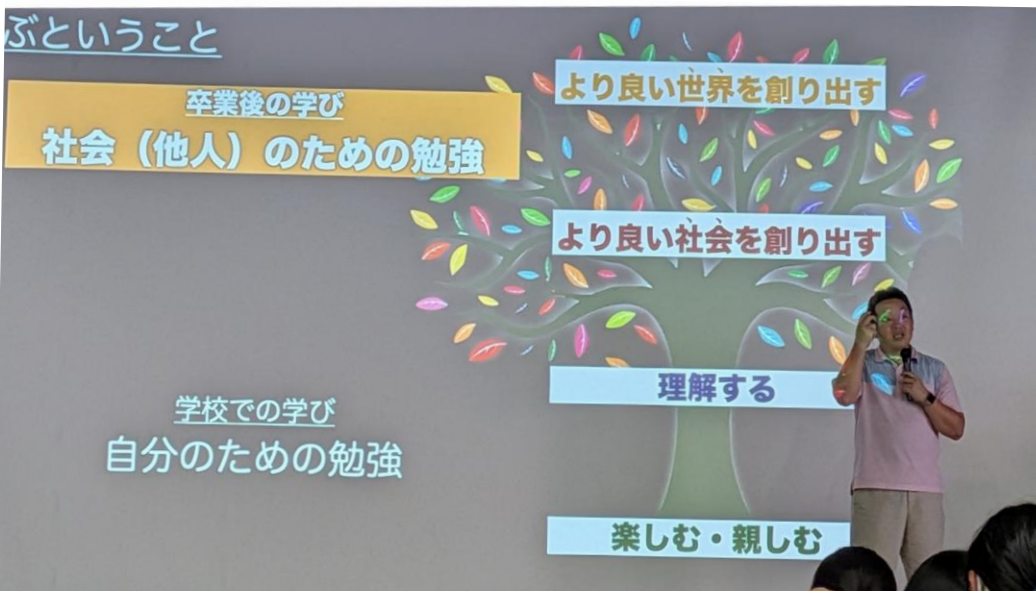
全てを紹介したい程、どの生徒の感想も心に響くものでした。

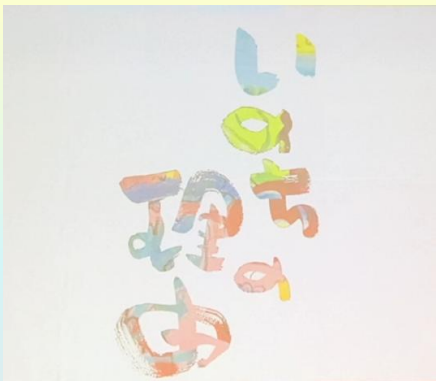
全校生徒の感想を紹介できるとよいのですが、一部生徒の感想を抜粋して紹介します。





2026,6,18 大垣西高校
保健講話「いのちの授業」
『いのちの理由
コウノドリの現場から、あなたへ』
岐阜県総合医療センター 寺澤 大祐 医師





寺澤先生は、新生児内科の医師として、日々ちいさな命と向き合ってお仕事をされています。
私の、いのちの理由。あなたの、いのちの理由。あの人の、いのちの理由。
ぜひ、あなた自身の心の中で感じたことを、西高校のみんなと共有させてください。

※一部抜粋して紹介しています。

皆さんの感想はどれも素敵で、心に響いて、全校の感想を載せたい！と思いました。でも、紙面の関係でそれは叶いません。今回紹介できなかった「あなたの感想」も、本当にとっても素敵でした。

講演を通して、あなたの「いのちの理由」を感じ取ってくれて、それを書いてくれて、ありがとう。

これからは自分の命だけでなく周りの人の命や気持ちも大切に後悔のないように一日一日を大事に過ごしていきたい。(1年)

今生きていることも、家族の元に生まれてこれたことも本当に奇跡(1年)

今日の「いのちの授業」を受けて、私が今こうして生きていることは、決して当たり前ではなく「奇跡」の連続なんだと強く実感しました。

講師の方が「お母さんのお腹の中で育ち、無事に生まれてくる確率」についてお話しされた時、普段は意識していなかった自分の命の重みを知り、胸が熱くなりました。正直、これまでは親に反抗してしまったり、自分のことが嫌いになって投げやりな気持ちになったりすることもありました。しかし、私が生まれた日、周りのたくさんの人が喜び、応援してくれたのだと思うと、自分をもっと大切にしなければいけないと気づかされました。(1年)

「ダメな人間はいない」その言葉を聞いて私は心を動かされました。自分には色んな不安があります。その中にはこれは自分ではできない、ダメだからやめておこう。という思いもあり逃げたりしていることもあります。でもその言葉を聞いて、少しは挑戦するために足を踏み入れてみようと思いました。(3年)

今生きているのはたくさんの人の支えがあってこそのもので、奇跡の連続の上にあるものだと思いました。(3年)

母から「あなたは1000g以下でうまれて来たんだよ」と聞いたことがあり、「私も、同じように、今までたくさんの人の支えがあったから今を生きていくことができているんだな」と改めて思いました。(1年)

今日の講話を聞いて今、生きていることのすごさ、生きていることがどれだけ奇跡だということをあらためて感じる事ができました。今この瞬間を生きていることがどれだけ偶然でどれだけ奇跡なのだと感じる事ができました。たまたま事故に巻き込まれなくて、またまた火事に巻き込まれなくて、またまた事件に巻き込まれないという奇跡が偶然がいくつも重なった事によって今の自分たちは生きていて、いろんな事を学んで、楽しい事や好きな事をやって、同級生と先輩と後輩と友達と笑い合っているんだと思う事ができました。これからも自分の命や友達、いろんな人と過ごすほんの一瞬の時間を大切に生きていきたいと思いました。(2年)

苦手なことはあるかもしれないけどどんな子でも「だめな子」はいないと、そう言われて泣いてしまいました。得意なこともないし失敗ばかりでだめな自分、いらない自分と思っていたけれど、保健講話を聴いて生まれて今生きていることが奇跡だと信じこれからも精一杯頑張って生きていきたいと思えました。(1年)

今日の講話を忘れずに、毎日の登下校も気をつけて生きていきたいと思えました。(1年)

普段何気なく過ごしている毎日にも多くの人に支えられて成り立っていることに気づく事ができました。(1年)

話を聞く前は自分がいきる意味ってなんだろうとかあまり考えていなかったけど、話を聞いてまず自分が今健康に生きていることが奇跡なんだと実感しました。(1年)

自分は今回の講演を聞いて今この時まで生きてこれたのは当たり前じゃないしとてもありがたいことなんだなと思いました。

自分は、お母さんのお腹にいた時へその緒が首に巻きついてしまって、本当は1月に生まれる予定だったのが少し早まり12月に生まれました。今まではそうなんだぐらいにしか思っていなかったけど、今日の公演を聞いた後ではその時、五体満足で何の障害もなく無事に生まれてきてこれたのは奇跡で当たり前じゃないんだな、ということ深く感じました。

また精神的にきつくなったり自分なんかダメだと挫折してしまうことがあったし、これからもあると思うけど何の障害もなく今まで生きてこれたことに感謝して前向きに生きていきたいなと思いました。(3年)

生きていることと死んでしまうことはいつでも紙一重で、その奇跡の中で僕は今、生きている。(2年)

「お誕生日おめでとう」そのたった一言。それを直接言うことができなくなる方もいて、それを知ると自分の誕生日がとても愛おしく大切なものだ実感する。(2年)

私は今自分が正常な体で生きているということは奇跡ということだと学びました。また色々な状態で生まれてくる子はたくさんいるけれど、その子たちが少しでも生きられるように絶対に助けるという熱い気持ちがとてもかっこいいと思いました。また自分をダメな人間だと思えることが1番ダメだと学んだので、正常に健康に生まれてくれた私は、なにがあっても自分はダメだとは絶対思わないようにしたいと思った。そして、運によっては自分は生きられていなかったり、動けなかったりした状態で生まれてくるかもしれないと学びました。だから私は健康に生まれてくれた今に感謝して生きていきたい。(1年)

今までは何となく友達や家族、親戚に「誕生日おめでとう」と言っていたけど、これからはこれまで何事もなく生きてこれでおめでとうという思いを込めて言いたいと思います。(2年)

普段は当たり前だと思っている毎日や家族、友達と過ごせる時間は決して当たり前ではないこと知りました。(2年)

自分の命の大切さを改めて実感するとともに、この命が明日終わってしまう可能性があることを認識しました。なので、今日から「いってらっしゃい」や「ただいま」をしっかり家族に言おうと思いました。(2年)

これから僕たちは守られる側から守る側になるし、今以上に多くの人と関わっていくことになるのでこの講話で学んだことなどを活かして生きていきたいと思いました。終わり際に流れていた「Soranjī」を聞いた時、歌詞がまた違った風に聞こえてとても良い体験が出来て良かったです。これから産まれてくる全ての子供に奇跡があらんことを。(2年)

命の大切さについて改めて考えることができました。普段は当たり前だと思っている毎日や家族、友達と過ごせる時間は決して当たり前ではないこと知りました。自分だけでなく、周りの人の様子にも気を配り、困っている人がいたら声をかけられるようにしたいです。今回学んだことを忘れず、自分や周りの人の命を大切に、相手の気持ちを考えて行動できるようにしたいと思いました。(2年)

僕は毎日元気に何不自由なく生きられていることに感謝を感じることと、一度きりの人生を後悔のないように生きることを忘れずにこれから生き抜いていこうと思います。(3年)

今日、家に帰ったら親に「ありがとう」と言ってもいいかなと感じた。(3年)

小さい子たちが大きな病気を抱えながらも必死に明日を生きようと頑張る姿や元気に生まれてこようとする姿を見てもっと自分の命を大切に明日が来ればその1日を生きたいと思っていても生きれない子たちもいることからもっと1日1日を大切に過ごしていきたいと思いました。家族もいつもいるけどいついなくなるかはわからないので一回一回の会話や挨拶を大事にしたりもっと家族との時間を大事にして過ごすことで後で後悔しないようにしたいです。また、家族だけでなく友達や周りの人にもいつまた会えるかはわからないので時間を大切にしたり相手をもっと考えて行動して大切にできたらいいと思います。これからは、明日が来るだろうけどそれでも1日を大切に家族や友達周りの人との時間や関わりを大切にしたいと思っています。(1年)

わたしには兄弟が人よりも多くいます。ですが、誰一人として重い病気も事故もなく、元気に過ごしています。生まれてくる赤子の30人に1人は万全な状態ではないと聞いた時、わたしは感動しました。なぜなら、わたしの大切な家族はその確率に奇跡的に引っかからなかったのだから。自分の身近でこんなにも素晴らしい奇跡が起こっていたと思うとなんだか胸の奥が熱くなりました。(3年)

元気に生まれてくるのが全てじゃないこと、自分の普通がみんなの普通とは必ずしも一緒という訳ではないことを知りました。だからこそ、みんなの普通を尊重できる人になりたいと思ったし、そんな世の中になるといいと思いました。(1年)

今どうでもいいことで悩んだりこうしたいああしたいと次々に当たり前のように言えるこの瞬間に感謝を持たないといけないと思いました。(3年)

「私は何をやってるんだろうな」って、3週間もあればまだめっちゃ成長できるのに3週間前の私と今の私だと何も変わってない。とか、周りの同級生は今も塾に行ったり、部活をしてたり、大学や大会のために必死に頑張ってるのに何もしてない自分まで最悪だなー、だめやなーと思ったりすることがあります。だから先生の「ダメな子なんていない」という言葉に少し救われたような気がします。心の底から応援してもらえた感じがして嬉しかったです。小さい子も同級生もみんな必死に生きて、頑張ってるから私も一緒に頑張りたいと思いました！(3年)