

読んで見つける、新しい世界、新しい自分

読み物機関誌

青いスピーン

春

2026

第8号

「青いスピーン」はコピーして、朝読書や授業でご使用いただけます。



作品募集・入選作品

夕暮れのベンチで

我楽太

松素めぐり

向坂くじら

植本一子

竹中夏海

伊藤ハムスター

原亜樹子

高橋正明

- 1 創作「このバリカンに意味がなくても」 松素めぐり
- 8 創作「駅のかいじゅう」 向坂くじら
- 16 作品募集・入选作品「夕暮れのベンチで」 我楽太

- 22 コラム「3時のおかしラボ」 原亜樹子・高橋正明
- 25 エッセー「今日は学校をさぼります」 植本一子
- 28 エッセー「アイドルと人権」 竹中夏海
- 31 イラストエッセー「学校あるある」 伊藤ハムスター
- 32 第四回「青いスピン」作品募集 結果発表表

「スピン」って、何だか知っていますか？
本に付いている細いリボン、
しおりひものことです。

読んでいた本からはなれるとき、
ページにそととスピンをはさんでおけば、
またいつでも、
その本の世界にもどることができます。

そして、「青」は、
青春や青空をイメージさせる色。

これから未来へ羽ばたくみなさんの色です。

「青いスピン」と名づけたこの冊子には、
物語からノンフィクション、イラストエッセーまで
さまざまな読み物を集めています。

青いスピンを手がかりに、
あなただけの新しい世界を見つけてください。

意味がなくても

このバリカンに



松素めぐり

絵・楓真知子

バリカンを使うのは、生まれて初めてだ。
洗面所で、マノは緊張しながら電源を入れた。

ジ——。
すぐに手もとが振動する。

鏡に映り込んでいるのは、眉間にしわを寄せた自分。

美少女でも何でもない、のっぺりとした平凡な顔。唯一、誇れるところといえば、この黒々とした髪くらいなものだろう。いつも艶があり、小学校の友達にも、「マノの髪って、きれいだよねえ！」とよく褒められる。これも、理容師の叔父が定期的にカットしてくれているおかげだ。

「あたしばかり……、ずるい。」

ごくりと唾を飲み込んで、バリカンを頭に近づけた。震えているのがバリカンなのか、自分なのか、もはやよく分からないくらいだ。

けど、やる。

もう、心のもやもやがあふれそうで、やらずにはいられないから。

覚悟を決め、バリカンを一気に、右耳の上に近づけた。

ブ——ーン！

芝刈り機のような音を立てて、マノの髪が宙に舞った。

「うわああああ……！」

マノのうめきにも似た叫び声が聞こえ、いったい何事かとリビングから飛んできた叔父のウツちゃん、洗面所でしゃがみ込むマノを見つけた瞬間、思わず悲鳴を上げた。

「ぎやあああ！」

ウツちゃんが絶叫したのも当然だ。マノの耳上辺り——髪の一部が刈り込まれている。

「なっ、何で、何で、何でえっ……!?!」

動揺しすぎて声がうわずってしまったウツちゃんを見上げ、マノはせきを切ったように泣きだした。泣きじやくるマノの足もとには、切り落とされた黒髪が無残に散らばっていた。そばには、投げ捨てられたバリカンが転がっている。取り返しのつかないことをしてしまった——そんな絶望感が、洗面所いっぱいに満ちている。

理解が追いつかず、ウツちゃんの脳内は大混乱におちいった。

マノは小五になった今でも、そんなにおしゃれに気を遣うタイプではない。けれど、自分の髪だけは気に入っていたはずだ。毎朝、丁寧に解かしているし、「見て見て、ウツちゃん。さらさらでしょー。」と、艶やかな髪を揺らして、自慢してくることもある。

その大切な髪を、なぜバリカンで？

（学校で、誰かに「坊主にしてこい。」と言われたのだろうか。もしかして——。）
「マノおまえ、いじめにあっていたのか……!?!」

ウツちゃんは心臓が潰れそうに痛くなった。額に冷や汗が吹き出してくる。

シングルマザーだったマノの母親が事故で亡くなり、母親の弟であるウツちゃんが保護者としてマ

ノを引き取ることになって五年。これまで、愛情をかけて必死で育ててきたけれど、やっぱり自分は親代わりにはなれなかったのかもしれない。マノがこんなことになったのも、心の葛藤に気づけなかった自分のせいだ。ああ、俺のばか、ばかばかばか——！

今にも泣きだしそうなウツちゃん顔を見て、マノは「ち、違う。」と首を横に振った。

「い、いじめられてない。だ、誰かに言われたわけでもない。自分で、決めた。」

「そっ……、そうなの？」

ウツちゃんはほっとしつつ、でもやっぱり困惑しながら、マノの震える肩に手を置いた。

「なあマノ。ウツちゃんさ、分かんないよ。だから、教えてほしい。どうしてこうなったのか、何で自分から、髪の毛を刈ろうなんて思っただんだ……？」

「ううっ……。」

マノはズボンのポケットから、小さく折りたたんだ紙を取り出し、ふるふると広げた。大きな青い文字が、ウツちゃんの目に飛び込んでくる。

「戦争や迫害。今、世界の子どもたちに起きている現実。」

マノいわく、難民支援団体が、駅前で配っていたものらしい。

「こ、こういうのもらってもさ、いつもだったら、ちや、ちゃんと見ないで捨てちゃってた。でも、この子が同じ年だから、き、気になって……。」

マノが指差したちらしの真ん中辺りに、少女の写真が載っていた。そのすぐ下に、「マナール 十一歳」と書かれている。

「よ、読んだら、この子もあたしと同じで、お母さんがいないの。ミャンマーの紛争地帯から、バン格拉デシュまで逃げてくる途中で、お母さん、死んじゃったんだって。し、しかもさ、ここ見てよ、ウツちゃん。『マナールは、みんなから親しみを込めて『マノ』と呼ばれている。』、って……。」

彼女はバン格拉デシュのキャンプで暮らす、ロヒンギャ難民の少女だという。もともとは長く美しい髪だったが、すさまじい経験によって、ストレスですっかり抜け落ちてしまったそうさ。

親を失い、家も失い、髪まで失って——それでも透明な瞳は、まっすぐこちらを見つめている。笑顔はない。口もとは何かを決意するように、固く結ばれていた。

マノは、しゃくり上げながら続けた。

「な、名前が似ていても、年が同じでも、親がいなくても、全然、全然違うんだよ。だってさ、あたしは、ウツちゃんのそばで毎日ぬくぬく幸せでさ、ご飯も食べられて、学校にも行けて、漫画読んだり、ゲームしたりしてさ。そ、そんなのってさあ、ずるいよね？ あたしばかり、ずるいよね？ 同じマノなのにさ、不公平すぎるよ。もうあたし、幸せな自分が、気持ち悪くなっちゃって。自分ばかり平和なのが、もう耐えられなくて。せめて髪くらい、マナールと同じにしようと思ったの。そんなんで、平等になんてならないって、わ、分かっているけど、自分がだいたいなもの一個なくしたら、マナールが幸せになれるかもって。心のもやもやも、取れるかも、って。でも、でもお……！」

マノの顔が、また大きくゆがんだ。大粒の涙が、ぼろぼろと一気にあふれ出てくる。

「バリカンで刈ることに、意味なんかなかった！ だって、ほんのちよっぴり刈り込んだだけなのに、鏡を見たらあたし、うわああってすぐにパニックになっちゃったんだもん。最悪だ、もう学校に行け

ないって、思った。たかが髪なのに、髪の毛だけなのに、あたし、こんなことでパニックになるんだよ。マナールが、「生懸命必死で生きてるのにさ、あたしは、髪の毛だけでこんなに泣いちゃって、ばかみたい！ほんとにやだ！こんな自分がいやだ。マナールに申し訳ないよお……！」

うおおおん、と犬のように泣きながら、自分にしがみつくマノの背中を、ウツちゃんはいとおしく思いながらぎゅーっと抱きしめた。マノが、優しさからバリカンを手にしたこと。今の生活を「幸せだ」と思ってくれていること。そのどっちもがうれしくて、亡くなった姉に心の中で呼びかける。

（ああ、姉ちゃん。マノ、いい子に育っているよ。めちゃくちゃ不器用だけど、人のことを本気で思いやれる、とっても優しい子に——。）

ウツちゃんは、ぐすんと鼻をすすって、マノに語りかけた。

「いいかあ、マノ。マナールに申し訳ないから、自分の幸せをなくすなんて、それは間違っていると思うな。これからはさ、マナールが、マノと同じように幸せになれることをいっしょに探そうよ。ウツちゃんもさ、今までこういうちらし、正直、ちゃんと見ないで捨てちゃってた。遠い国の、知らない子の、かわいそうな話なんだな、つてところで終わっちゃってた。でも、マノのその刈り込み見ても、今はつとしたよ。俺のかわいいいめいっ子と同じ年の子が、苦しい状況の中で懸命に生きているんだよな。今さ、マノがバリカンを使ってやったことには、意味がないかもしれない。けど、もしかしたらさ、そういう気持ちから、全ては始まるのかもしれないよ？」

そこまで言うのと、よし……、と覚悟を決めたように、ウツちゃんは宣言した。

「次の給料が出たら、ここに寄付をしよう。たくさんは無理だけど、できることからちよつとずつ。」

「う、ウツちゃん……！」

マノの顔が輝いた。涙と鼻水でぐしょぐしょになりながら、「あ、あたしも。」と続ける。

「このこと、学校の友達に教えたり、自分にできることを、さ、探す……！」

「よし。そうと決まったら——。」ウツちゃんはにかつと笑って、腕まくりをした。

「まずは、その髪をどうにかしないと。右側の耳上だけ剃っているのも変だから、左も同じようにして、上の髪で隠しちゃおう。今、流行のスタイルに変えてやる。」

ウツちゃんは床屋に勤めるプロの理容師だ。もうすでに頭の中には、マノにぴったりのヘアスタイルにお直しするイメージが浮かんでいた。

ジ——。

バリカンの電源が再び入る。

マノは、ウツちゃんがいて、こうして自分に寄り添ってくれることが、幸せだとしみじみ思った。いつか、マナールにも、しみじみと幸せを感じる瞬間が来ますように。

忘れないでいよう。願ひ続けよう。マナールが幸せになれるように。

左側の髪の毛が、バリカンで丁寧に刈られていく。心地よい振動に身を任せながら、マノはそう、祈り続けた。

えき 駅のかいじゅう

さき さか 向坂くじら
え 絵・三好愛



中学校から電車で帰ってくる時は、いちばん後ろの車両に乗る。それが、私のルールである。乗っている人が少なくて、ほかの車両より広々としているのもいいし、窓から線路が見えるのもいい。電車が九つの駅を通り過ぎると、やっと私の住んでいる駅に着く。急行電車が止まらない、小さな駅だ。

いちばん後ろのドアを降りると、そこはホームのはじっこ。周りには誰もいない。いつもそうだ。改札につながる階段が反対のはじっこにしかないから、この駅で降りる人はみんな、前の方の車両に乗っている。目の前には、小さな古いベンチが一つ、忘れられたみたい置いてある。私はそこに座って、「よっ。」と声をかけた。すると頭上から、「よっ。」という声があった。かいじゅうだ。

駅のホームにはかいじゅうがいる。目には見えないけど、確かにいる。そう気がついたのは一月前、ゴールデンウィークが終わったばかりのころ。いちばん後ろの車両に乗ったのもそのときが初めてで、ななみたちと顔を

合わせたくなかったからだ。

ななみはクラスも合唱部も同じだから、学校では大體いっしょにいる。だけど、私とななみが仲がいいって言うよりは、ななみのグループのすみっこに私がいつもくっついていて、みたいな感じだ。

その日、帰りの会で体育祭の競技決めがあった。もともとグループみんなで騎馬戦に出ようと決めていた。私も、いいね、と言ったけど、本当は不安だった。人気の競技だから、きつとくじ引きになる。それに、騎馬は四人で一つ。私たちのグループは五人。はんばな人数だ。いやな予感はびたつと当たった。担任が「騎馬戦」と言った瞬間、教室中で手が拳がった。黒板に二十個も名前を書き、担任は言った。

「いちおうもう一回聞くから、本当に騎馬戦をやりたい人だけ、もう一回手を挙げてもらいます。綱引きも大玉もまだ空いてるし、一人、二競技まで出られるからね。よく考えてくださーい。それでも決まらなかつたら、くじ引きします。」

それでもやっぱり、たくさんの手が拳がった。私も、挙げようかなあ、と思ったとたん、右腕がぐっしよりぬれたみたいに重たくなって、体が固まった。担任が私を指差して、黒板から私の名前を消した。斜め前の席のななみが、ちらつと私の方を振り返った。けれど、すぐにまた黒板の方を向いてしまった。

その日の帰り道、学校の最寄り駅のホームを、私はずんずん歩いた。

結局、グループの子たちはみんな、くじ引きに当たった。ななみが後で「ごめんね。」と言いに来たけど、私は「全然平気。」と言った。本当の気持ちだった。自分だけくじに当たるのもいやだし、みんな当たっても騎馬は四人組だ。そこで余るのもいやだった。だから本当に、あそこで手を挙げなくてよかったんだ、と、そのときは思ったのだ。

だけど駅で一人になると、何だか泣けてきた。同時に、誰かに見られたら、と想像しただけで、はずかしくてた

どこでこぼこしていて、私の正面辺りは、大きな卵みたいにくらんでいる……。

「ふふふん。」と声が出したのは、そのときだった。

「こしよぐったーい。」

声は頭の上、ずっと高い所から聞こえた。思わず、両手を引っこめる。直感で分かる。今、この、なぞの物体がしゃべったのだ。とつさに距離を取ると、今度は「待って、待って。」と声が出る。女の子みたいな声だった。「しっぽをね、はがしていつてくれない?」

「何? どういうこと?」と、私がついたずね返すと、物体はまた「ふふん。」と言った。笑ったみたいだった。「あのね、このあいだ、脱皮をしたのね。そしたらしっぽだけ、うまくできなくて、くつついちゃったのね。代わりに、はがしてくれない?」

言われるまま、下へ、下へと手のひらで探っていくと、なるほどしっぽのようなものが、長くのびている。そして確かに、先っぽのところに、セロファンみたいに軽い手ざわりの、はがれかかったところがある。ペリペリと

まらなくなった。わざと強く目をこすりながら歩き続けたら、ホームのはじっこに着いてしまった。目をこすつたまま電車に乗って、住んでいる駅のはじっこに降りても、やっぱり目をこすつていた。

そのとき、ごーん、と、頭が何かにぶつかった。けれど顔を上げて、そこには何にもない。おそろおそろ、前に向かって手をのぼすと、指先が何かにぶつかった。かたい手ざわりだった。

何かがある。

今度は、手のひらでさわってみる。ざらざらして、うつつらとふくれている。思わず、周りを見回す。誰もいない。もう一度さわる。やっぱり、ある。何にもないようにしか見えない所に、なぞの物体がある。

初めはおっかなびっくりだったけれど、だんだん正体が気になる気持ちのほうが大きくなった。あちこちぺたぺたさわってみると、物体は、どうやらかなり大きいみたいだった。私の身長どころか、めいっばい手を空に向かつてのぼしても、まだてっぺんにさわれない。ところ

はがしてやったら、しっぽの持ち主はやっぱりふふん、ふふふん、と笑った。

はがし終わると、私はしっぽを頼りにもとの位置に戻った。それから、たずねた。

「もしかして、かいじゅう?」

「どうして?」

「しっぽはへびみたいだけど、二本足で立ってるでしょ。恐竜みたいだけど、恐竜は、脱皮しない。大体、どうめで、言葉をしゃべるし、おぼけみたい。かいじゅうしか、ありえない。」

「当たり前!」と、かいじゅうは答えた。

次の日も、その次の日も、かいじゅうはそこにいた。私がベンチに座って話しかけると、いつだって「ふふ、ふふ。」と笑った。何だか、喜んでみるみたいだった。

それから、いちばん後ろの車両に乗って帰ってきて、しばらくかいじゅうとおしゃべりするの、すっかり普通になった。私はいろんなことをかいじゅうに話す。怒

られたこと。体育祭の練習のこと。おもしろい夢を見たこと。ななみたちのこと。何を話しても、かいじゅうは興味があるんだかないんだか、やっぱり「んふふ。」とか言うだけだ。だけどなぜか、これまで誰にも話さなかつたようなことも、かいじゅうになら話す気になった。

私が空に向かって手をのぼすと、かいじゅうも顔を下にかたむけて、手が届くようにしてくれた。ワニみたいに大きな口を開けて、ぎざぎざの歯をさわらせてくれた。

「あした、体育祭だよ。あーあ。」

そう言うのと、右のわき腹がつつつかれた。爪でやったのかな、それともしつぽかな、と思っていると、かいじゅうが「そうやねえ。」と言った。

私はいじゅうがいそうな方をちらつと見た。右を見てみて、それから上を見上げてみた。やっぱり、何も見えない。うろこ雲の青空が見えるだけだ。

「あのさ、体育祭、かいじゅうも来たらいいじゃん。」

そう言うてみて、しばらく返事を待ったけど、かいじゅうはめずらしくだまっていた。だんだん気まずくなつて

わーっと声が上がった。私もみんなといっしょに、白いはち巻きを頭上で回しながら、大きな声で応援する。がんばれ、白組、がんばれ。

振り返ると、校庭の裏門が見える。かいじゅうがそこから入ってくるかもしれないと思った。ななみたちはふだんと変わらない様子で、話しかけられたら、私も笑った。だけどときどき、今すぐ観客席を外れて、裏門の所に立っているかいじゅうを探し出し、抱きしめたい気持ちになった。

そのたび、代わりに応援の声を張り上げて、ぐっくらえた。きつと、かいじゅうはいる。そこにいるんだ。電車にも負けない速さで、線路を走って来てくれたんだ。そう思ったら、みつともないところは見せられない。

見ててね、かいじゅう。

騎馬戦のときも、私は大声で応援続けた。騎馬戦は体育祭の花形だから、これが終わった後はクラス対抗リレーを残すだけ、という最後の最後で行われる。そのころには、喉も、はち巻きを振る腕も、じんじん痛くなつ

きて、あわてて付け足す。

「かいじゅうだったらさ、いても、誰にもばれないじゃん。こっそりついてきてさ、こっそり、近くにいてよ。改札は通れないかもしれないけど……そうだ！線路をたどって、ついてきたら？」

すると、ベンチの後ろから背中がぐっと押されて、かいじゅうの体がぴったりくっついてるのが分かった。

「しょうがないなあ。」とかいじゅうは言った。

「いいよ。そのかわり、約束してね。一人のときしか、かいじゅうとはしゃべれない。一人のときしか、かいじゅうにはさわれない。それでもいい？」

「いいよ、いいよ。」と私は答えた。

「それでいい。見えないし、しゃべれないし、さわれないけど、かいじゅうがそばにいてくれたら、それでいい！」

体育祭は、雲のふかふか浮かぶ青空だった。校庭の真ん中では、大玉転がしが始まっている。赤い玉と白い玉が、抜いたり、抜かれたりするたびに、観客席からう

てきていた。それでも、ななみたちの騎馬が校庭をのしのと進み、三本、四本と赤組のはち巻きを勝ち取るたび、私も一生けん命になった。がんばれ、がんばれ、みんながんばれ、私も、がんばれ。さけんでいるうちに、おなかの辺りがかーっと熱くなって、涙がにじんだ。

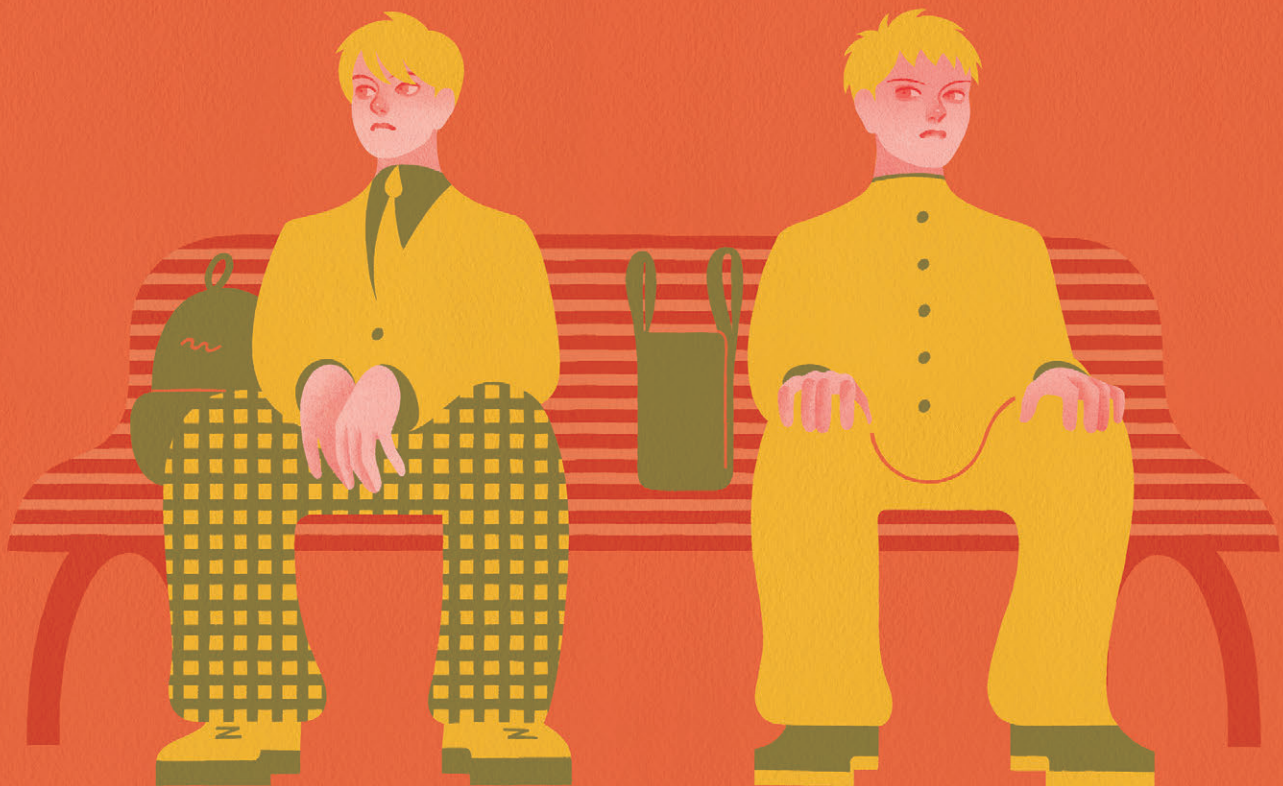
だけど、白組は騎馬戦に勝てなかった。点差ははち巻き三分で、ぎりぎりの負けだった。しばらくして、ななみたち騎馬戦チームが観客席に戻ってくると、みんな拍手で出むかえた。私もめいっばい拍手をしながら、やっぱりちよつと振り返った。

そこにはもう、何にもいなかった。砂利のしかれた地面が、平べったくのびている。その向こうで、裏門のイチョウの葉っぱが、空にゆれていた。

駅のホームのはじっこに帰ってくると、やっぱりかいじゅうはいた。「帰ってきたの？」とたずねてみると、「まあねん。」とあいまいな返事が返ってきた。

「体育祭、来るって言ってくれて、ありがとう。」

絵・赤
我楽太



夕暮のバスで

木曜日は学校が終わるのが一週間で最も遅い。

六時間目の後に長いホームルームがあって、その後には掃除をしなければならぬ。部活をするやつらは練習が短くなると思病っている。おれは部活に入っていないが、帰宅が遅くなるので、嫌いだ。嫌だったのだが、最近の木曜日だけはすぐに帰宅しないので、どうでもよくなった。

帰り道、通学路を少し外れる。そして、公園へ向かう。住宅地の隙間にある小さな公園だ。小高い丘にあるので、そこでは町を一望できる。細長いベンチだけが設置されている。

おれが公園に到着すると、先客がいた。

「よっ。」ベンチに座っていた仙石が軽く手を上げた。

「おう。」おれも手を上げて返す。

おれは仙石の隣に座った。そのまま黙って、ぼんやりと空を見上げた。かすれた白い絵の具で描かれたような雲の群れが、ゆつくりと流れている。仙石は何もしやべらない。仙石は遠くの景色を眺めている。

「明日は雨かな？」おれがつぶやく。

「知らない。」

「だよな。」

「何かあるの？」

「何も。」

会話が途切れる。その後はどちらかが口を開くこともなく、時間は過ぎていき、夕日の色味が濃くなった。

「そろそろ帰る。」仙石は立ち上がった。

「じゃあ、おれも。」おれも立ち上がる。

「じゃあな、田中。」

「仙石も、じゃあ。」

お互いに反対方向に家があるので、公園を出るとおれたちは別れる。

このようなことが始まったのは、二か月くらい前だ。

その日、数日前にあった初めての英語の小テストが返ってきた。英単語の問題で、十点満点。おれは〇点だった。名前は書き忘れていなかった。スペルが全て間違っていたのだ。

さすがに落ち込んだ。テストで〇点を取ったのは初めてだった。すぐにこれをどう処分するか考えた。学校で破り捨てたかったが、誰かが残骸を見つけて先生に報告するかもしれない。机の奥に隠しても、何かの拍子に見つかるかもしれない。そもそも手もとから離れていることが不安だ。家には持ち帰りたくない。部屋を掃除する親が見つけてしまうかもしれない。

結局、うまい考えは浮かばず、おれはかばんにテスト用紙を入れて、学校を出た。

帰りたくなかったが、行き場はなかった。おれの中学校は校則に厳しい。下校時は店に入ってはならない、という規則があった。学校近くの店もそれを知っていて、制服姿で入ると学校に通報する。後日、生徒指導室に呼び出されるらしい。おれはぶらぶらと歩いた。

そんな感じで行き着いたのが、あの公園だった。公園は校則で禁止されていない。おれはそこで時間を潰すことに決めた。

しかし、すぐに先客がいることに気がついた。そいつ

ままだった。仙石もしばらくはおれを見ていたが、徐々に視線は外れていった。しかたないから、おれはベンチに座った。すると、仙石は席を少し譲ってくれた。

「ありがとう。」おれは軽く頭を下げた。

それからも無言は続いた。

何かを話すような空気ではなかった。仙石は先ほどの暗い表情に戻っている。おれも自分のことで頭がいっぱいだった。ただ時間は過ぎて、辺りは暗くなった。

「帰るわ。」おれは言った。名案は浮かばなかった。

「ぼくも、そうする。」仙石が答えた。

おれは「そっか。」と返事して、公園の出口で別れた。その後の一週間は変な感じだった。あの日のことを何度か思い出した。悩んでいたような仙石の相談に乗るべきではなかったか。何かしゃべって、雰囲気明るくするべきではなかったか。自分はそっけなかったか。ぐるぐると考えて、何だか恥ずかしくなった。

とうとう我慢ができなくなつて、もういちど公園へ向かった。あの日から一週間後の木曜日に。

はうつむいて、地面を見つめている。前髪が顔にかかっていたが、それでもこの世の終わりのような表情をしているのは分かった。おれよりも深刻そうな様子で、さすがに心配になって、声をかけた。

「大丈夫、ですか？」

相手は顔を上げた。

「田中？」

相手はおれの名前を言った。仙石だった。

このとき、正直おれは困った。仙石とは親しくはなかったからだ。

おれと仙石は同じ小学校に通っていた。五、六年生のときに同じクラスだった。名前順で並べば前後の並びで、背も同じくらいの高さなので、背の順でも並びは変わらない。それでもグループが違ったので、ほとんど話さなかった。その後、おれたちは別の中学校に進学することになった。卒業式の後に連絡先の交換もなかった。正直、顔を合わせるまで仙石のことは忘れていた。

だから、会話は続かなかった。おれは気まずく立った

仙石はいた。ベンチに座っていた。先週とは違い、この世の終わりのような顔はしていなかった。それを見て、おれはほっとした。

「よっ。」おれは軽く挨拶をした。

「あっ。」仙石はおれを見た。

「もしかして、毎日来てる？」おれが尋ねた。

「いや。一週間ぶり。」仙石は首を横に振った。

「そう。」

会話は続かなかった。

それから、毎週木曜日の夕方に、なぜかおれたちは公園で会うようになった。ベンチでぼんやりとするだけで、特に話すこともないのに、それは続いた。

おれたちは友達ではないと思う。おれは仙石のことを何も知らない。何が好きで、将来何をしたいのかわからない。仙石もおれのことを知らないだろう。いちどもそんな話をしなかった。それでも、この時間は悪くなかった。終わることなど考えられないくらいには。

おれが公園に着くとき、必ず仙石が先にベンチに座つ

ていた。仙石の通う中学校のほうが公園に近いからだろ
う。しかし、その木曜日に仙石の姿はなかった。おれは
ベンチに座って、ぼんやりと空を見た。そして日は落ち
た。仙石は来なかった。

次の週も同じだった。

終わったのだとおれは思った。

また木曜日がやってきた。迷った。どうするか決めら
れず、学校が終わった。校門を出たとき、ようやく決心
して、おれは通学路から外れた。

上り坂を歩いていると、首筋に汗が流れた。傾いた日
差しがアスファルトに反射して、肌を焼く。蒸した空気が
鼻につく。セミの鳴き声が聞こえる。あと数日で夏休
みだ。

おれは公園に入っ、ベンチを見た。仙石は座ってい
た。そこでなぜかおれは笑ってしまった。

「よっ。」

「おう。」

おれたちはいつもどおりの挨拶をした。いつもどおり

「そうなの！ 同じだよ。」
偶然がおれたちの腹をくすぐった。笑い声は影に沈む
住宅地に響いた。

「何点だった？ おれは〇点。十点満点で。」

「勝った。一点。引越しのときに親に見つかっちゃっ
たけど。」

「おれはばれてない。かばんの中にあるぜ。」おれはか
ばんをたたいた。

ベンチに座って、黙って、空を眺める。日は落ちていく。
「話さなきゃいけないことが、あるんだ。」仙石が言った。
「おう。」

「引越すんだ。家の事情で急に。それで二週間前か
らばたついていた。来週から、もう来れなくなる。」

「そうか。」

「さようならだ。」

「さよならか。」

おれたちは黙った。いつもどおりに。そして、日は落
ちた。

おれたちはベンチから立ち上がって、公園の出口へ向
かった。そのまま別れる、つもりだった。

「最後に聞いていい？」おれが言った。

「ここで初めて会ったとき、何か考えてた？」

仙石は困り顔で、頬をかいた。

「実はテストでひどい点を取って、テストをどう処分す
るか考えてた。」

「まじで！ おれもだよ。英単語のだけど。」

「それ絶対に見つかるなよ。」

「もちろん。」

そして、おれたちは別れた。

帰り道、連絡先を聞かなかったことに気づいた。でも、
それでよかった。おれたちにそういうのは必要ない。そ
れから、おれは最後の仙石の顔を思い出した。あんなに
気持ちよく笑えるやつだとは、知らなかった。

作り方 テンパリング



板ミルクチョコレートを手で小さく割って、ボウル(中)に入れる。



ボウル(小)の3分の1ぐらいまで、電気ポットの湯を入れる。温度計で温度を測り、水を入れて50℃まで下げる。



2のボウルに1のボウルを重ねる。このとき、チョコレートに湯や湯気が入らないように、注意する。



そのまましばらく置き、チョコレートがとけてきたら、シリコンペラで静かに混ぜる。チョコレートがとけて、40℃になったら、湯から外す。



別のボウル(小)の3分の1ぐらいまで、氷水を入れる。チョコレートのボウルを重ねて、静かに混ぜながら、27℃まで下げる。



もう一度、湯のボウルに、チョコレートのボウルを重ねて、30℃になればできあがり。すぐに温度が上がるので、湯につけるのは数秒だけ。ボウルを湯から外す。

チョコレートをかける



チョコレートのボウルに、マシュマロを1個ずつ入れて、スプーンでチョコレートをかける。



マシュマロが縦になるように、フォーク2本を使って取り(つきささない。フォークにのせる)、クッキーの中心に置く。



かざり用のドライラズベリーやスプリングルをのせる。すずしい場所で固める。



3時のおかしラボ

3時のおかしラボへようこそ!
作って学べる簡単レシピと理科のギモン

レシピ著者: 原亜樹子
理科解説著者: 高橋正明



ぼうしにそっくり!

チョコレート・マシュマロハット

クッキーとマシュマロとチョコレートでハット(ぼうし)を作ろう!
ぼうしのかざりは、お好みで。どんなかざり付けをする?

材料 (8個分)

板ミルクチョコレート(またはブラック)…50g
チョコレートがけクッキー…8枚
マシュマロ…8個
かざり用のドライラズベリー、スプリングルなど…好きな量

道具

はかり、バット、ボウル(中、小2個)、電気ポット、温度計、シリコンペラ、スプーン、フォーク2本、ふきん ※電気ポットがないときは、やかんを使う。

初めにやること

- 材料を量る。●湯と氷を用意する。
- チョコレートがけクッキーは、チョコレートの面を上にして、バットに並べる。



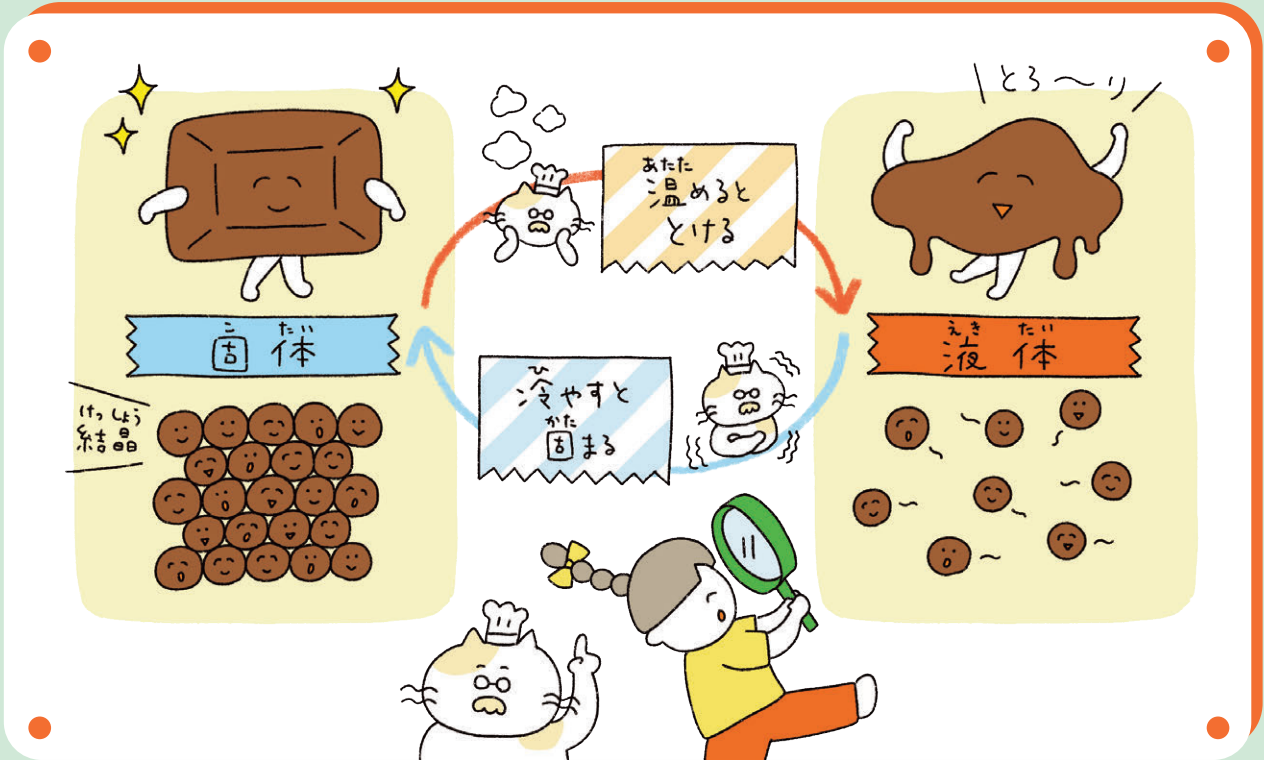
もっと知りたい人は



子どもだけでつくれる 焼かないお菓子
原亜樹子・著

子ども料理本の、決定版! 小学生から使えるレシピのほかに、おもしろい豆知識もいろいろ!
ISBN: 978-4-487-81818-1





理科解説!

チョコレートは、温めるととけて、冷やすと固まります。この変化には、チョコレートの中にあるとても小さなつぶの並び方が関係しています。理科で「塩の結晶」と習うように、チョコレートにも「結晶」という、つぶがそろって並んだ状態があります。

チョコレートは、固まるときにいくつかの結晶の形を作ることがあります。どの形になるかで、見目のつや、固さ、口どけなどが変化します。

つぶがそろって並んだ結晶ができると、表面がつるつると光り、折ると「パキッ」と気持ちよく割れます。口の中の温かさですつととける、なめらかな食感にもつながります。

反対に、つぶの並びがばらばらな結晶になってしまうと、白っぽくなったり、手で持つとべたつき

たり、とけ方が悪くなったりすることがあります。

そこで重要になるのが、「チョコレート作りで行う「テンパリング」という温度の調整です。

- ①まず十分に温めて、いろいろな並び方をいったんリセットする
- ②次に少し冷やし、つぶがそろって並んだ結晶ができやすい温度にする
- ③最後に少し温め直し、型に流し入れて形を作りやすい状態に整える

という流れで進めます。

こうしてつぶがそろって並んだ結晶が、つややかな見た目や、心地よい固さ、なめらかな口どけを生み出します。理科で学ぶ「温めるとどうなるか」「冷やすとどうなるか」という状態の変化は、日常の食べ物にもつながっています。科学の目で観察すると、いつものおかしがもっとおもしろく感じられますね。

エッセー

今日は学校をさぼります

高校生の頃、どうしても学校に行きたくなって、乗らなければならない電車を見送った日がありました。学校は楽しいし、何もトラブルは起きていない。それでも、どうしても学校に向かう気持ちになれなかったのです。これ以上は進まないと足が言っているようで、高台にある木陰から、同級生たちが乗っているであろう電車を眺めていました。

植本一子

思えば、中学生の頃にもそんなタイミングがありました。やはり特に理由はなかったように思います。ただ何となく、どうしても行きたくない。どう頑張っても体が動かない、という感じでしょうか。大体は冬の寒い時期で、そうなるともう自分でもどうすることもできず、母にお願いして一週間ほど休ませてもらっていました。ふだん、絶対に遅刻させないように朝起こしてくれていた厳しい母も、娘の異常事態を察したのか、休むことをとがめることはありませんでした。普通であれば学校にいる屋間の時間に、静かな自分の部屋の中にいることは、何だかとても不思議で、同時にとても落ち着く経験でした。特に何をやるわけでもなく、ただ家において、のんびりと好きに過ごしていました。

一週間ほどそんなふうに住んでみると、来週は行きなさいよ、と母から強めに背中を押されて、また同じ学校の生活に戻る。そんなことを、一年に一度、繰り返していました。



高校生活はとても楽しくて、勉強は苦手でしたが友達がたくさんいました。私が学校へ来ないことを心配してくれる人もいたでしょう。それでも、今日だけは絶対に行かない。さぼるぞ。そう決めると、急に力が湧いてきました。思えば、自分で自分の行動を決めた、初めてのタイミングだったようにも思えます。

別の学校に通う友達に連絡をして、その子の家の方に向かう、学校とは反対方向の電車に乗ることにしました。ラッシュ時を過ぎた電車はほどよく空いていて、晴れた冬の日差しがやわらかく差し込んでいます。さつきまでの自分がうそのように、気持ちは晴れやかです。

突然の連絡に友達は心配していたようで、学校を早退して制服のまま駆けつけてくれましたが、意外と元気そうな私を見て安心したと思います。少しの後ろめたさと、わくわくと、ない交ぜの気持ちを抱えて、二人で歩きだしました。友達の家そばには海があり、水面が反射してまぶしく光っています。初めて見る景色にうれしくなり、私はここで何をしているんだろう、と急に可笑しくなりました。真っ青な冬空の下、誰もいない公園でブランコをこいだり、写真を撮ったり、たわいもないおしゃべりをして時間をつぶし、日が暮れる前に電車に乗って、何事もなかったかのように、いつもどおりに家に帰りました。私があの日、そうやって学校を休んだことを知っているのは、その友達だけです。今となっては忘れられない、大切な一日になりました。

あの頃、どうしてそんな気持ちになったのか、今となっては全く思い出せません。もしかしたら、学校生活という、決まったレールのようなものに乗る続けることが、ときどきどうしようもなく嫌になっていたのかもしれませんが。中学生や高校生の頃は、そのレールに乗る続けないと、周りの人たちから置いていかれてしまう。そんな不安があったようにも思います。心や体が限界を迎えていたであろうことは想像がつくのですが、当時の自分はまだ、その気持ちを言葉にする力がなかった。そのときの自分について表現する言葉を持っていなかった。それくらい内側が混乱していたのだと思います。

つい最近、高校生の娘が、学校をさぼりたいと申告してきました。彼女も学校という場所に少し疲れちゃってしまっているようです。いつもどおり朝、家を出たものの、何となく行きたくなくなっちゃったようで、学校に休む連絡をしてほしいと言います。私は了承したものの、こうやって親にさぼることを伝えられるなんて、と笑ってしまいました。私は母に正直に伝えることはできなかったけれど、娘は迷わず教えてくれた。そのことが何よりうれしくて。

家に戻ってきた娘に、どうやって一日を過ごしていたのか聞いてみたところ、学校の最寄り駅を通過し、気が済むまで電車に乗っていたようです。そして一度改札を出て、また家の最寄り駅まで戻ってきたとのこと。「お母さんは学校をさぼったことある？」と聞かれ、当時のことを話しました。でもどうして学校に行きたくなかったのかは思い出せなくて、友達が駆けつけてくれたことだけがはっきりと残っています。娘にとっても、自分で自分の行き先を決めた今日という日が、いつまでも心に残っていたらいいなと思います。

「人権」と聞いて、あなたはどう感じますか？

なんか小難しそうだなー、とか、大切なものなんだろうけど具体的に説明できないなあ、とか、なんでもいいです。まず「人権」が何なのかを考えてみてください。……はい、思い浮かべましたかね？ では実際に「人権」で検索して、出てくる文章をまとめるとこんな感じになります。

「人間が人間らしく幸せに生きるために、生まれながらにして持っている、誰からも奪われることのない基本的な権利。」

なんでもかんでもネットやChat GPTで検索したものをうのみにすることは危険ですが、人権についてはどこの本や辞書、憲法でもおおむねこのように書かれています。これを読んですぐに理解できた人は、とても聡明ですね。私が学生の頃は「これが人権だよ」と教えてもらっても、あまりにも壮大な話をしているように、いまいちピンと来ませんでした。だけど、もしこれを読んでくれている人の中に応援しているアイドルがいるかたは、「推し」に置き換えて考えてみませんか。

「推しが人間らしく幸せに生きるために、生まれながらにして持っている、誰からも奪われることのない基本的な権利。」

あなたの推しがキャラクターや生身の人間以外の場合はすみません。ここではいったん、「生きている人間の推し」に絞らせてください。推しには幸せに生きてもらいたい。これは「推し」立場の人なら、誰しもが願

うことのはずです。だけど推しの幸せって、いったいどんなものでしょうか。ファンが増えて大きな会場でライブをすること？ CMや冠番組に出演すること？ 街の大きなビジョンにMVが流れること？ どれもすてきなことだけど、どれも「アイドルとしての」幸せであって、「人間としての」幸せとは限りません。

では、あなたの推しが「人間らしく幸せに生きる」って、どんな状態のことでしょうか。

私は今まで数えきれないほどたくさんアイドルのかたたちとお仕事をしてきましたが、彼女／彼らに共通点などはほぼありません。休みの日は家から一歩も出ない子もいれば、少しの時間ができただけでアクティブに外出する子もいます。犬派もいれば猫派もいます。生理痛が重い子もいれば軽い子もいます。家族仲のいい子もいれば、施設で育った子もいます。どれだけ食べても太らない体質の子もいれば、ダイエットによってすべて吐いてを繰り返す摂食障害という病気になる子もいます。女の子も男の子もいれば、そのどちらでもないと感じるノンバイナリーの子もいます。異性にひかれる子や同性にひかれる子もいれば、他者に恋愛感情を抱かない／抱きにくいアロマンティックの子もいます。日本国籍の子も外国籍の子もいます。

共通しているのは、アイドルもみんな同じ人間であって、みんな同じように人権があるということです。だけど、ステージでキラキラと輝く姿を見ていると、私たちはどうしてもそのことを忘れてしまいがちです。とても自分と同じ人間とは思えないほど、アイドルたちは手の届かない存在に思えるからかもしれません。こんなにたくさんの人から愛されているのだから、特定の誰かひとりと恋に落ちたり、パートナーを作るのはプロ意識がないと、非難されやすい立場の人たちでもあります。

「誰にもはれないように恋愛するらしいけど、自ら『匂わせ』したり、週刊誌に撮られているようじゃ、まだまだ『プロ意識』が足りない。」と、交際をすることにも自分以外の他者からジャッジされ、条件を付けられます。そもそも、推しの恋愛が発覚するこのように怒りだす人が多いのはなぜでしょう。おそらく「プロ意識」なんてものはもっともらしくそれを非難するための建て前で、実際には寂しかったり悲しかったり嫉妬したりという「行き場のない感情」の発露なのではないでしょうか。

「リア恋」なんて言葉があるように、推しへ恋愛感情に近い気持ちを持つことは決して珍しくありません。



付き合ったらこんな所に行きたいな、とか、こんな会話をして、とか、夢は無限に広がりますよね。

それなのに推しの恋愛が発覚してしまうと、その妄想の余地がなくなってしまいます。今まで推しの隣には自分があることをよどみなく想像できたのに、「実際にはパートナーがいる」というノイズが生まれてしまうのです。この現象を疎ましく思ったり、悲しんだり嫉妬したりすること自体は誰にも責められることではありません。感情は湧き起こるもので、自分でもコントロールが利かないからです。

でも言葉は、選択できます。言葉を選んで発信するのと、湧き起こった感情をそのまま発信するのでは、天と地ほどの差があります。はるか昔、ネットのなかった時代はテレビに映るアイドルに何を言ってもそれが彼女／彼らに届くことはありませんでした。しかし現代は違います。ネットの海に一度でも流してしまった言葉たちは、あらゆる形でアイドルに届いてしまうリスクがあります。それもほとんどの場合は届いている、と思ってください。たとえあなたの推しが個人のSNSアカウントを持っていないとしても、見られていると思ってください。そして優しい言葉が何百、何千とあっても、たった一つの優しくない言葉で消えてしまいたくなることもあると覚えていてください。

推しの人生は推しだけが選択できるもの。そしてそれは、あなたにも全く同じことが言えるのだと忘れないでいてください。あなただけじゃなく、あなたの周りにいるひとりひとり、みんなが自分の人生を選べないといけない、それを批判したり脅かしたり奪っていい人なんていません。

これが人権です。あなたもアイドルも同じ人間であり、けど同じ人はひとりもいない。だからこそ、ちがいを個性と認め合いい、誰も孤立しない社会にしていきたいですね。

竹中夏海 振付演出家、エンタメ産業カウンセラー。アイドルや広告などの振付を多数担当している。

絵：椎木彩子

学校あるある



学校でよくある出来事を、ねこの兄弟、タマとマルが楽しくしょうかいします。

伊藤ハムスター

みんなの「あるある」大募集!

みなさんの学校の「あるある」を教えてください！
投稿はこちらから ↓



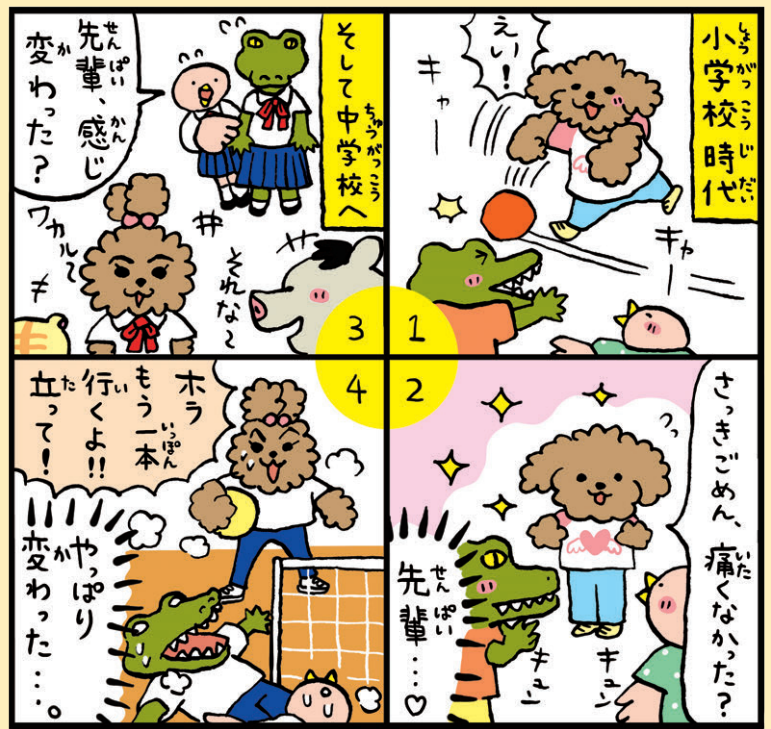
卒業証書のつづ、スポンスポン鳴らしがち。



体育祭、カチ勢と温度差。



小学校のころ仲良かった先輩が、大人しくなったり……と変わってる。



●ペンネーム「よしださん」(中学生)からいただきました。ありがとうございました!

伊藤ハムスター イラストレーター。多摩美術大学油絵科卒業。「こども六法」などのイラストを担当。著書に「ぼくのへや」がある。



第四回 「青いスピ」作品募集

結果発表

入選作品「夕暮れのベンチで」は、本誌16ページよりお読みいただけます。佳作作品はWEB「青いスピ」に秋ごろに掲載予定です。



「夕暮れのベンチで」我楽太

テストで〇点を取った中学生の「おれ」は落ち込んで、通学路を少し外れた公園に行き着く。ベンチには同じ小学校に通っていた仙石がいた。親しくはなかった仙石のことは忘れていた。会話は続かない。別れた後も「おれ」は仙石の様子が気になって……。



「井戸端アライグマ」土野寧々

「災害時井戸の家」に登録している

第四回「青いスピ」作品募集には、338作品の応募がありました。たくさんのご応募、ありがとうございます。厳正な審査の結果、次のとおり受賞作品を決定いたしました。

選評

入選「夕暮れのベンチで」

不思議な二人芝居を見ているような作品。公園のベンチに座っているだけの二人の関係を想像させるのはなかなかのテクニク。



西本鶏介先生 (児童文学作家・児童文学評論家)

「なんでやねん」南出めえか

夏木さんに好かれようと努力する小学生の「僕」。漫才大会にコンビで出ないかと誘われて、人を笑わせたこともなかったが引き受ける。むかえた大会当日。気がかりなのは、夏木さんが昨晩からのどを痛めたらしいこと……。



柳月美智子先生 (作家)

明るくて、恋の話なので、子供の読者もわくわくするのではないか。ただ、漫才の部分が弱いようにも感じた。

元気な女の子「夏木さん」のキャラはよいのだが、「僕」が小学生らしくない印象を受けた。



安東みさえ先生 (児童文学作家)

友情になる手前の空気感がおもしろい。人と人との結び付きは、言葉にたよるだけでは無いということを考えさせられた。

題材がタイムリー。井戸の周りで洗う物しながら情報交換をするというのが新鮮。「私」を思っておばあちゃんの心も温かい。

井戸を中心にして近所の人たちが集まってきて洗い物をするというのがいい。「アライグマ」というのもいい。温かい感じがした。

佳作「なんでやねん」

楽しい作品、おもしろい作品が少なくなっている中で、ユーモアがあり、笑える作品だった。



最終選考にて。左から、安東みさえ先生、西本鶏介先生、柳月美智子先生。



作品募集のお知らせ

募集内容

小学校高学年から中学生を读者対象とした物語、小説。

応募規定

字数：400字詰め原稿用紙10枚以内。

書式：手書きの場合、400字詰め原稿用紙（縦書き）を使用してください。パソコンの場合、横向きのA4用紙に、縦書きでお願いします。末尾に400字詰め原稿用紙で換算した枚数を明記してください。[手書き・パソコン共通] 1行目に作品のタイトル、2行目に作者名（ペンネーム、あるいは本名）をお書きください。本文は3行目から書き始めてください。

A4用紙1枚に次の内容を明記し、同封してください。①作品のタイトル・枚数、②作者名（ペンネーム・本名）*、③住所・電話番号・Eメールアドレス、④年齢、⑤職業

*ペンネームの場合は、必ず本名も明記してください。ペンネーム・本名には、読み仮名を付けてください。

注意事項

- ・応募資格の制限はありません。ただし、未発表の作品に限ります。ほかの児童文学雑誌やコンクール等に応募した作品、WEB公開作品は対象外です。
- ・応募作品は第三者の著作権を侵害していないオリジナルの作品に限ります。また一人一点までとします。なお、応募作品は返却いたしませんのでご了承ください。

締切・発表

締切：2026年8月16日（日）当日消印有効

発表：「青いスピ」第10号（2027年4月発行予定）、

およびWEB「青いスピ」

*掲載作品には小社規定の原稿料をお支払いします。なお、掲載された作品の著作権は小社に帰属します。

作品送付先

東京書籍株式会社「青いスピ」作品募集係
〒114-8524 東京都北区堀船2-17-1

*「Koubo」よりWEB応募できます。

詳しくは、WEB「青いスピ」作品募集ページをご確認ください。



WEB青いスピ

左の二次元コードか、以下のURLからアクセスしてください。
<https://bluespin.tokyo-shoseki.co.jp>
※インターネットの通信費がかかります。

お問い合わせ

✉spin@tokyo-shoseki.co.jp

*審査結果に関するお問い合わせには応じられません。

選考委員

西本鶏介（児童文学作家・児童文学評論家）
安東みきえ（児童文学作家）
椰月美智子（作家）

【応募に関する個人情報の取り扱いについて】東京書籍では、ご提供いただく個人情報の処理について、適切な安全対策を講じ、漏洩、滅失およびき損が生じないようにいたします。つきましては、下記の内容をご理解いただき、ご同意の上で個人情報を提供くださるようお願いいたします。また、16歳未満のかたは保護者の同意を得た上でお申し込みください。■個人情報の利用目的・開示：ご提供いただいた個人情報につきましては、次の目的の範囲内で取り扱います。○選考作業および入選等のご連絡のため。○個人情報の属性の集計・分析を行い、個人が特定できないように加工したものを作成し、東京書籍のサービス開発・提供等を行うため。■個人情報について：法令等により必要と判断される場合を除き、本人の同意を得ずに第三者に提供することはありません。個人情報のご提供は任意ですが、応募いただくために必要なものです。ご記入いただけない項目がある場合、応募をお受けできない場合がありますのでご了承ください。■委託について：ご提供いただいた個人情報につきましては、選考や書類の発送など利用目的の実施に必要な範囲内で、業務を委託する場合があります。■窓口：ご提供いただいた個人情報に関する質問および変更等については、「青いスピ」編集部（spin@tokyo-shoseki.co.jp）へお問い合わせください。

青いスピ 第8号
(2026年 春)
2026年4月1日発行



発行者 渡辺能理夫
発行所 東京書籍株式会社
印刷・製本 株式会社リールテック
本社 〒114-8524 東京都北区堀船2-17-1
Tel:03-5390-7445(営業総務本部) Fax:03-5390-6012
支社・出張所 札幌 011-562-5721 仙台 022-297-2666
東京 03-5390-7467 金沢 076-222-7581
名古屋 052-950-2260 関西・四国 06-6397-1530
広島 082-568-2577 福岡 092-771-1536
鹿児島 099-213-1770 那覇 098-834-8084

無償配布



ホームページ <https://www.tokyo-shoseki.co.jp>
東書Eネット <https://ten.tokyo-shoseki.co.jp/>

令和8年4月発行 Copyright © 2026 by Tokyo Shoseki Co., Ltd., Tokyo All rights reserved. Printed in Japan
この冊子は、一般社団法人教科書協会「教科書発行者行動規範」に則っております。

読者アンケート



第8号の「青いスピ」
でおもしろかった作品や、
これから取り上げてほしいことを教えてください。

表紙絵 中村雅奈
アートディレクション 山田和寛(nipponia)
デザイン 山田和寛+竹尾天輝子(nipponia)