

「ありがとう」がつくる幸せな世界

富山国際大学附属高等学校 3年 竹内 琴葉

「ありがとう」コンビニでお釣りを受け取るとき、私は必ずこの言葉を口にします。友人には「店員さんの仕事なのに、なんでお礼を言うの?」と首をかしげられることもあります。しかし、私はこの小さな習慣が世界を少しずつ良い方向へ動かす力を持っていると信じています。

きっかけは、中学生の時に見たドキュメンタリー番組でした。バングラデシュの縫製工場で働く女性たちが日本向けの服を作っている映像でした。朝から晩まで休みなくミシンに向かう彼女たちの月給は、私の1か月のお小遣いとほぼ同じでした。飽きたからとすぐに買い換えてしまう服の向こう側に、誰かの生活があることを実感しました。それ以来、私は物を買うとき、使うとき、その向こう側にいる人のことを想像するようになりました。このペンを作った人、ノートを運んでくれた人、教室を掃除してくれた人。世界は無数の誰かの行動でつながっていて、私たちの日常は、誰も名前も知らない、国境すら超えた人々に支えられているのです。

しかし、現代社会ではこのつながりが見えにくくなっています。ワンクリックで商品が届き、セルフレジで買い物を済ませ、AIが質問に答えてくれます。便利になればなるほど、人と人とのつながりは希薄になります。そして、つながりが見えないところでは、搾取や環境破壊、不平等な取り引きが起きやすくなります。そのうえ、繋がりが弱くなることで、日常の奥にいる人への関心も薄れてしまいますのです。

私たち高校生にできることは、ごく小さなことかもしれません。学校を建てたり、大規模な寄付をすることは難しいからです。だからこそ、日常の中でできることから始めるべきだと思うのです。まず、「ありがとう」を伝えること。その一言が相手の1日を明るくし、その人がまた他の人に優しくできるきっかけになるかもしれません。優しさの輪が静かに、しかし確実に広がっていくのです。次に、物を大切に使うこと。スマートフォンを2年で買い替えるのではなく、3年、4年と使い続ける。服を使い捨てにせず、修理して使い続ける。これは単なる節約ではなく、その物を作った人への敬意であり、限りある地球資源を未来につなげる行動です。そして知ること。このチョコレートのカカオはどこから来たのか。このスニーカーを作った工場の労働環境はどうなのか。こうした背景を知ること、私たちの選択は変わります。フェアトレード商品を選び、環境に配慮した企業を応援する。一人の力は小さくても、みんなが意識を変えれば、やがて企業が変わり、世界が変わります。

私の学校では今年、文化祭でフェアトレード・カフェを開きました。そのカフェでは、少し高い値段でコーヒーが売られていました。普段なら買うことがなくても、その理由を説明すると、多くの人が理解してくれました。小さいけれど、確かな一歩です。

さらに、SNSでの発信も大切です。Instagram、TikTokなどの私たちが日常的に使うツールで、世界の課題を共有し、解決策を議論する。「なぜ」を考え、「どうす

るか」を話し合う。デジタルネイティブの私たちだからこそ、情報を正しく選び、前向きに発信する責任があるのです。

世界の幸せは、企業や政府などの大規模なプロジェクトだけが作るものではありません。今日、あなたが誰かに向けた笑顔、伝えた感謝、選んだ商品、すべてが未来へ、幸せへつながっています。

「ありがとう」と伝えることは、共鳴しながら広がっていきます。そして、それは幸せを運ぶ波紋となるのです。「ありがとう」の一言から、世界は少しずつ、しかし確実に、優しい場所になっていくと信じて、今日も明日も、そしてこれからも、私は幸せの種をまき続けます。