

The 34th Canadian National Japanese Speech Contest



第
34
回

力ナダ 全国日本語弁論大会

**Sunday, March 26, 2023
9:30 am – 1:30 pm (EDT)
The Japan Foundation,
Toronto**

Table of Contents

MESSAGE FROM THE AMBASSADOR OF JAPAN TO CANADA	2
GREETINGS FROM THE CHAIR OF THE ORGANIZING COMMITTEE.....	5
PROGRAM.....	7
CONTESTANTS	9
SPEECHES	12
<i>Beginners Category</i>	<i>12</i>
<i>Intermediate Category</i>	<i>17</i>
<i>Advanced Category</i>	<i>23</i>
<i>Open Category</i>	<i>30</i>
ACKNOWLEDGEMENT.....	34



National Japanese Speech Contest (NJSC) was established in Canada in 1989 under the auspices of the Japanese Embassy in Ottawa in order to promote Japanese language education in Canada. It is now co-organized by the National Japanese Speech Contest Organizing Committee and the Canadian Association for Japanese Language Education (CAJLE). The contest participants are the first place winners of each category from the seven regional contests.

山野内勘二駐カナダ日本国大使からのご挨拶



第34回の開催を迎えたカナダ全国日本語弁論大会の開催、誠におめでとうございます。

まず、カナダ国内各地の大会から勝ち抜いてこられた総勢25名の弁士の皆様の努力と才能に敬意を表します。また、多くの関係者の日々の御尽力と御支援に感謝申し上げます。おかげで、2019年大会以来、本大会を全出場者と共に対面で迎えられたことを大変意義深く感じます。本大会を成功裏に開催された全国日本語弁論大会組織委員会、カナダ日本語教育振興会（CAJLE）、スポンサー大学及び団体、そして、会場を提供してくださった国際交流基金トロント事務所の関係者の皆様に心より御礼申し上げます。

本大会は、1989年、カナダにおける日本語教育の推進を目的として初めて開催され、その後毎年継続されてきた歴史ある大会であると理解しております。この間、皆様の先輩方である多くの弁士は、日々の研鑽による卓越した表現力で日本語を語ったことにより、多くの人々が感銘を受けてきました。今日に至るこの34年間は、まさに日本語を通じたカナダと日本の交流の歴史そのものと言えます。

国際交流基金が本年公開した報告書によれば、本調査が開始された1974年以来、日本語教育実施地域・国数、全世界における日本語教育機関数、日本語教師数、更には外国語として日本語を学ぶ学習者数は過去最大級の多さとなっています。昨今では、マンガ、アニメ、J-POP、ファンション等をきっかけに日本語に興味を持って独学で学ぶ方も多くなっているようです。実際には、報告書よりも更に多くの方が世界中で日本語を学んでいることになります。カナダ国内各地においても、皆様の弁論に触れた方々が、新たな後継者として続々と育っていくことを切に願っています。

カナダと日本の外交に目を向ければ、1928年1月にカナダ政府と日本政府の間で外交関係開設が合意され、本年は、その95周年となる節目の年です。本年1月には、岸田総理がオタワを訪問し、共にG7のメンバーとして、また、自由、民主主義、人権、法の支配といった普遍的価値を共有するインド太平洋地域の重要な戦略的パートナーとして、両国関係を一層強化していくことをトルドー首相と確認しました。日加両国政府は、この日加首脳会談を受け、カナダの「インド太平洋戦略」及び日本の「国家安全保障戦略」を踏まえて、両

国間の連携を一層深化させ、「自由で開かれたインド太平洋（F O I P）」の実現に向けて協力を加速しております。

気候変動やウクライナ情勢をはじめ、世界は多くの困難に直面しています。それ故、私たちは、国や文化の違いを超えた連帯を広げていかなければなりません。日加両国は共にG7メンバーであり、基本的価値を共有する同志国です。日本語を一つの軸として、皆様には、多様なカナダにおいて、是非引き続き習得に励んでいただきたいと思います。日本大使館及び総領事館は、カナダにおける日本語教育の維持及び強化のために支援を惜しみません。そして、将来、皆様がカナダと日本を繋ぐ人材として、なお一層ご活躍されることを心より願っています。

在カナダ日本国大使館 特命全権大使 山野内勘二

MESSAGE FROM THE AMBASSADOR OF JAPAN TO CANADA

I would like to congratulate the Canadian National Japanese Speech Contest for its 34th edition.

First and foremost, I would like to express my respect for the efforts and talents of the 25 contestants from all across Canada, who have won their respective regional competitions. I would also like to thank many organizations and individuals for their daily commitment and support. Thanks for all these support, it made the contest so meaningful that we have been able to hold it in-person with all the contestants for the first time since 2020. I would like to express my sincere gratitude to the National Japanese Speech Contest Organizing Committee, the Canadian Association for Japanese Language Education (CAJLE), the sponsoring universities and organizations, and the Japan Foundation, Toronto for providing the venue for this successful event.

I understand that this contest is known to be a historic event that was first held in 1989 to promote Japanese language education in Canada, and has been held every year since then. During this time, many past contestants have impressed the audience with their excellent Japanese skills and expressions. These 34 years to date are truly a history of exchange between Canada and Japan through Japanese.

According to a report released by the Japan Foundation this year, the number of regions and countries where Japanese language education is offered and the number of Japanese language institutes, Japanese language teachers, and students learning Japanese as a foreign language have reached record highs since the survey began in 1974. In recent years, it seems that more and more people are interested in learning Japanese on their own after being exposed to manga, anime, J-POP, fashion, etc., which implies that there could potentially be even more people learning Japanese all over the world. It is my sincere hope that people in various parts of Canada who listen to your speeches will continue to gain interest in learning the language.

Looking at the relations between Canada and Japan, this year marks the 95th anniversary since the establishment of diplomatic relations between our two countries in January 1928. In January of this

year, Prime Minister KISHIDA Fumio visited Ottawa and reaffirmed with Prime Minister Justin Trudeau that Canada and Japan will further strengthen our bilateral relations as G7 members, and as important strategic partners in the Indo-Pacific region that share universal values such as freedom, democracy, human rights, and the rule of law. Following this Canada-Japan Leaders' Meeting, the governments of the two countries are further strengthening bilateral ties and accelerating cooperation toward the realization of a "Free and Open Indo-Pacific (FOIP)" based on Canada's "Indo-Pacific Strategy" and Japan's "National Security Strategy".

The world is facing many challenges, including climate change and the situation in Ukraine. Therefore, we must expand our solidarity beyond countries and cultures. Both Canada and Japan are G7 members and like-minded countries that share fundamental values. With Japanese as one axis, I hope you will continue to learn the language in this diverse country, Canada. The Embassy of Japan and Consulate Generals of Japan are committed to supporting the continuation and strengthening of Japanese language education in Canada. I sincerely hope that you will continue to play an active role as a bridge between Canada and Japan.

YAMANOUCHI Kanji, Ambassador of Japan to Canada

GREETINGS FROM THE CHAIR OF THE ORGANIZING COMMITTEE

2023年3月26日国際交流基金トロント日本文化センターにて、全国大会組織委員会とCAJLEの共催事業である第34回カナダ全国日本語弁論大会を開催いたしました。今回会場となったのは、ちょうど3年前新型コロナウィルスの影響で町がロックダウンとなり、急遽オンライン開催に移行せざるを得なくなつたため本大会の実施が叶わなくなつた場所でした。この度、その同じ場所にカナダ各地からの出場者を迎へ、彼らの笑顔と熱気を肌で感じたとき、関係者一同胸に熱いものがこみ上げてくる思いでした。

大会では例年通り、カナダの7つの地区大会にて初級・中級・上級・オープンの4つのカテゴリーで第一位を収めた出場者たちが、それぞれのスピーチを披露してくれました。日本語という学習言語を使って、自分の経験や思いのだけを語る彼らは、だれもが堂々としていて、心の底から声援と拍手を送りたい気持ちになりました。今回は、未だ新型コロナウィルスの感染が心配される中にあつたため、会場には関係者のみが集まり生配信を行うという形での実施でしたが、大会後出場者と視聴者が回答したアンケートには、ハイブリッド形式を評価する声が寄せられました。パンデミックを経て「配信」という選択肢を得た今、今後どのように大会を開催していくかを考える必要性が生まれてきていることを感じました。

本大会は、会場を提供してくださった国際交流基金トロント日本文化センターをはじめ、在トロント日本国総領事館、高円宮センター、三井カナダファウンデーション、そしてトロントの多くの企業・団体のお力添えがあつて実現いたしました。皆様が本大会の意義にご賛同ください、あたたかいご支援を賜れましたこと、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

大会実行委員長 小室リー郁子

It is my great pleasure to be able to report that we held the 34th Canadian National Japanese Speech Contest (NJSC) at the Japan Foundation, Toronto on March 26, 2023. The contest was co-organized by the Organizing Committee for the NJSC and the Canadian Association for Japanese Language Education. We were overjoyed to see the contestants' smiles and excitement from regions across Canada at the venue, where we had to give up having in-person contest in March 2020 as the city unexpectedly got locked down due to the pandemic.

The speeches were presented by the first prize winners of the four different categories: the Beginners, the Intermediate, the Advanced and the Open, coming from seven different regions in Canada. Some talked about their wonderful experiences with friends and families, others shared their lessons or insights they had learned from difficult times they had. They expressed themselves so well in Japanese that we could even forget that Japanese is not their primary language.

Since we were still concerned about a possible outcome from a large gathering, we made a tough decision to have this contest live-streamed instead and to bring no audience to the venue. However, the post-contest survey showed that some appreciated this hybrid format and we came to realize that this might be the time for us to start re-thinking what could be the best way to run the national contest.

in the future after we learned that there are more options for us to organize the contest using technology.

This contest could not have continued without many generous supporters, and this year is not an exception either. Thank you very much to the Japan Foundation, Toronto, for providing with us a wonderful contest venue. We would also like to say thank you to the Consulate General of Japan in Toronto, Prince Takamado Japan Canada Memorial Fund, University of Alberta, Mitsui Canada Foundation and many other organizations and companies from Toronto. We sincerely appreciate that they have acknowledged this as a meaningful event and were willing to support us. Thank you very much.

Ikuko Komuro-Lee

Chair, Organizing Committee for the 34th Canada National Japanese Speech Contest

PROGRAM

(Eastern Daylight Time)

9:30 OPENING CEREMONY

- Opening Remarks by Ms. Ikuko Komuro-Lee, Chair, Organizing Committee
- Greetings by Mr. Takuya Sasayama, Consul-General of Japan in Toronto
- Greetings by Ms. Noriko Yamamoto, Executive Director, The Japan Foundation, Toronto
- Introduction of Judges

9:45 SPEECHES

- 09:45 Beginners Category (6 contestants)
- 10:10 Intermediate Category (8 contestants)
- 10:45 Break
- 11:00 Advanced Category (7 contestants)
- 11:40 Open Category (4 contestants)
- 12:00 Lunch/ Library Tour of the Japan Foundation, Toronto

12:50 CLOSING CEREMONY

- Comments from Chief Judge, Dr. Kimie Hara, Professor, University of Waterloo.
- Award Ceremony
- Closing Remarks by Ms. Ikuko Komuro-Lee, Chair, Organizing Committee

JUDGES

Dr. Kimie Hara, Chief Judge	Professor and the Renison Research Professor, University of Waterloo
Mx. Jocelyne Allen	Japanese-English translator/interpreter
Mr. Tatsuji Hidaka	President & CEO, Mitsui & Co. (Canada) Ltd.
Mr. Masahiro Matsui	Consul, Consulate-General of Japan in Toronto
Ms. Ayumi Takai	Coordinator, Circulation & Access Services, OCAD University

MASTER OF CEREMONIES

Marshall Ginsler-Viner

ELIGIBILITY

BEGINNERS	<ul style="list-style-type: none">• Neither parent of the contestant is a native speaker of Japanese.• The contestant has studied Japanese for less than 130 hours or one year.• The contestant has not stayed in Japan for more than three months in total since the age of six.
INTERMEDIATE	<ul style="list-style-type: none">• Neither parent of the contestant is a native speaker of Japanese.• The contestant has studied Japanese for up to 260 hours.• The contestant has not stayed in Japan for more than six months in total since the age of six.
ADVANCED	<ul style="list-style-type: none">• Neither parent of the contestant is a native speaker of Japanese.• There is no limit on the hours of study.• The contestant has not stayed in Japan for more than three years in total since the age of six.
OPEN	<ul style="list-style-type: none">• Both or either of the parents may be native speakers of Japanese language as long as the contestant is studying Japanese as a foreign language.• There is no limit on the hours of study.• There are no restrictions on length of stay in Japan.

CONTESTANTS

BEGINNERS CATEGORY

1	Arman Ahmed アーマン・アーメッド	Break Out of Your Shell! 殻を破れ！	York University
2	Apollo Lin アポロ・リン	Music Is Our Bridge 音楽は私たちの橋	Queen's University
3	Eva Mae McKenna イバメー・マケンナ	On the Spirit of Forward-Looking 前向きの精神	Saint Mary's University
4	Evan Morris エヴァン・モリス	My Three Cats 私の三びきのねこ	University of Winnipeg
5	Zacharie Rajotte ザカリー・ラジョット	Anxious? Do It Anyway 心配？とにかくやる	Université du Québec à Montréal
6	Hokushin Wang ホクシン・ワン	No Worries なんくるないさ	University of Alberta

INTERMEDIATE CATEGORY

1	Aiko Aguilar アイコ・アギュラー	Break the Shell 殻を破れ	Mount Allison University
2	Neven Currier ネブン・クリア	A Fun Way to Recycle 楽しいリサイクルをする方法	University of Winnipeg
3	Michael Han マイケル・ハン	To Be Cool or Not to Be Cool, That Was the Question クールかクールじゃないか、それが問題だった	Carleton University
4	Ava-karie Hislop エイヴァ・カリー・ヒスロップ	Current Artists and Social Media 現代アーティストと SNS	York University

5	Serena Pong セリーナ・ポン	How Not to Have Culture Shock, No Matter Where You Move to どこに引っ越しても、カルチャーショックを受けない方法	University of British Columbia
6	Brady Reeleder ブレイディ・リーリーダー	The Thing I Received from a Setback 挫折がくれたもの	University of British Columbia
7	Elliott Serouart エリオット・セロアー	The Uniqueness of Ginkgo イチョウの独自性	Université de Montréal
8	Jessie Zheng ジェシー・ジエン	Four Things I learnt in Canada カナダで学んだ四つの教訓	University of Calgary

ADVANCED CATEGORY

1	Erica Kim エリカ・キム	A Summer That Was Special to Me 特別だった夏	University of Alberta
2	Jennifer Kim ジェニファ・キム	What the Tiger of 2022 Taught Me 2022年の虎が私に教えてくれたこと	University of Ottawa
3	Joon Woo Park ジュンウ・パク	Ame-Chan in Kyoto 京都の飴ちゃん	University of British Columbia
4	Risha Pelchat リシャ・ペルシャ	Me? "Mademoiselle"? "Xiao Jie"? 「マドモアゼル」「小姐(シャオジエ)」と呼ばれて	York University
5	Qinrong Sun チンロン・ソン	You Own Participation Award 人生に参加賞を	McGill University
6	Natalie Thimot ナタリ・ティモトゥ	Musical Therapy 音楽療法	Saint Mary's University
7	Wen Xunqing ウェン・シュンチン	Japanese ISEKAI Anime 日本の異世界アニメ	University of Manitoba

OPEN CATEGORY

1	Michelle Lai ミシェル・ライ	My Nutrition Fact 私の栄養成分	University of Toronto
2	Dzung Nguen ズン・グウェン	After a Storm Comes a Calm 雨降って、地固まる	Saint Mary's University
3	Olive Ude オリーブ・ウデ	Your Own Person 自分を持つ	University of Ottawa
4	Tielia Young ティエリア・ヤング	Undergraduate till 80 Years Old 80 歳まで学部生	University of British Columbia

Notes: BC's beginner's category is equivalent to the intermediate category of the national contest in terms of the hours of studying Japanese. Therefore, there are two participants from BC in the intermediate category.

SPEECHES

【初級部門・Beginners Category・Catégorie Débutant】

I. 殻を破れ！

[初級部門3位]

アーマン・アーメッド

York University

みなさん、突然ですが、みなさんはかめですか、ドラゴンですか。大学一年生の時、私はかめでした。私のクラスは全部オンラインでした。マイクもオフ、カメラもオフ、先生の声だけでした。私はこうらの中にかくれて、時々のぞきました。さびしかったです。かめは1000年こうらの中に住んでいます。でも、それじゃつまらないですよね。次の年はキャンパスに戻りました。

ある日、友達が聞きました。

「ドラゴンボートのチームに入らない。」

「ええ、ドラゴンボール？」

「ううん、ドラゴンボールじゃない、ドラゴンボート。」

「え、ドラゴンボートって何。」

「中国で始まったスポーツだよ。22人がボートに乗ってこぐんだよ。」

週末、練習に行きました。急にパドルを渡されました。どうすればいいのか分かりませんでした。コーチが言いました。

「ボトルを割るように、水を破るんだよ。」

分かりました。体全体で水をおすんです。「はあ...」私はくたくたになりました。しかし、私の一日はまだ終わっていませんでした。カラオケが待っていました。

カラオケボックスでは、チームの人たちが大きな声で歌っていました。私は誰も知りませんでした。怖くなつて、もう一度、こうらに入りました。その時です。

「はじめまして、ファンです。」

(え、どうして話してくるんだろう。どうしよう。)

でも、話しているうちにおもしろくなりました。急にマイクが来て、私はみんなと肩を組んでうたっていました。きがついたら、12時でした。私のこうらにひびが入っていました。

春の試合の日が来ました。「ビー！」レースがります。「ドン、ドン、ドン。」太鼓に合わせて速くこぎます。もっと早く、もっと早く！みんなで一回こいだら、ボートがぐっと前に進みます。みんなが一つになっていきます。

1!2!3!4!5!...終わった！

私は、もうチームのメンバーになっていました。そうです、私はドラゴンになったんです。ドラゴンボートのおかげで、私は新しい世界を知りました。

みなさんも殻を破れ！そして、いつか空を飛びませんか。

2. 音楽は私たちの橋

[初級部門 1位]

アポロ・リン

Queen's University

皆さん音楽が好きですか。音楽を聴く時には、何を思いますか。私の場合は家族のことを思います。

「おいで、スイカを食べよう」。これは、幼い頃の夏の夜におじいちゃんが一番よく言った言葉でした。スイカを食べる時に、おじいちゃんのラジオからずっと音楽がありました。それらの曲はいつも美しかったです。私は意味がよく分からなくても、とても好きでした。

何年か後、おじいちゃんはもうなくなりました。その曲の名前を知りました。谷村新司さんの「昴」でした。でもその時、私はまだ日本語が分かりませんでした。

音楽は文化の橋です。言葉がわからなくても、私はいつも歌にある気持ちを感じます。子供の頃、「昴」を聞いた時、歌詞が分からなくても、悲しい気持ちを感じました。そういうわけで、記憶の中の歌を理解するために、去年の九月から、日本語の勉強を始めました。日本語の発音を一生懸命練習しました。日本語の歌詞をググってみて、辞書を使って、一つ一つの単語を覚えました。日本語の文法はすごく難しかったですが、一生懸命勉強して、そして今、ようやく「昴」の中にある励ましの意味を理解できました。

文化の橋だけではなく、音楽は、現在と過去の橋です。「北国の春」という歌を皆さん聞いたことがありますか。その歌は 1977 年の歌でした。その曲の中に、その時代の故郷と家族の思いがあります。他の若い人達にこの曲を紹介したかったので、大学のクリスマスコンサートで歌いました。歌詞の意味を説明すると、「なるほど」と彼らは言いました。やはり音楽にある気持ちは変わらないですね。

おじいちゃんはもう亡くなりましたが、「昴」を聞くたびに、祖父と一緒に時間を思い出します。そして、つらい時には、「昴」の歌詞のように夢を追い続けて、一生懸命頑張ります。

3. 前向きの精神

イバメー・マケンア

Saint Mary's University

こんにちは。私はイバメーともうします。私はセントメアリーだいがくでげんごがくをせんこうする学生です。

私はピクトーランディングしゅっしんの、ミーグマファーストネーションです。

ミーグマ語は私にとってとてもじゅうようです。きょうは私のかぞくについてはなしたいです。

カナダにはとてもかなしいれきしがあります。

私のおばあさんはレザデンシャスクールへ行きました。そのために私のおばあさんはげんごをなくしました。

たくさんのアイデンティティーとともにげんごもうしないました。そのために私のおとうさんはミーグマ語がわかりません。

私がミーグマ語をまなぶのはむずかしいです。でも、それは私にとってとてもじゅうようです。

レジデンシャルスクールによりミーグマ語をうしなったおばあさんとおとうさんのために私はミーグマ語をはなしたいです。

日本語に「前向き」という、ことばがあります。ミーグマ語には「さようなら」ということばはなく「また、あいましょう」といってわれれます。これがミーグマの「前向き」な精神です。

私たち、みらいのせだいが、ぶんかやことばを前向きにつないでいけばミーグマのことばは、うしなわれることはないでしょう。

いじょうです。ごせいちょう、ありがとうございます。

4. 私の三びきのねこ

エヴァン・モリス

University of Winnipeg

はじめまして。私のなまえはエヴァン・モリスです。ウィニペグ大学の学生で、西川てるか先生のしょきゅう日本語クラスに出ています。よろしくおねがいします。

今日、私のスピーチは私の三びきのねこのようしえんぐみについてです。

二十九ねん一月に、フィリーは私のさいしょのようしえんぐみのねこになりました。母と私はペットショップにこねこをたずねて行きましたが、そのこねこはもうようしえんぐみしてました。でも、まだ小さいくろとしろいねこがいました。私はこのねこをだくと、このねこはうきうきのどをならしました。かかりの人はフィリーは、母おやがいないねことして、ろじょうでほごされたといっていました。フィリーはだれかにひきとられるのをしばらくまつっていました。私はこんなかわいいねこにはいえがいると思いました。だから、すぐにひきとりました。

フィリーは二月七日で五さいになりました。

トビーは二ばんめにひきとったねこです。私たちはフィリーがさびしいとしんぱいしたんです。だから、humane society にべつのねこをもらいうけに行きました。私はオレンジいろで、しっぽがきりとつてあるねこを見ました。私はねこのかこいにはいって、ねこはすぐ私のひざをよじのぼって、ねはじめました。私はもうけがのことをしんぱいしてほしくありませんでした。だから、ひきとりました。

このトビーは三月一日で七さいになりました。

すうねんご、私は humane society にこねこをさがし行って、フレイヤをようしえんぐみしました。フレイヤはねずみみたいで、フレイヤのなきごえはとてもしづかでした。私がフレイヤをだしていると、ボランティアの人がフレイヤはびょうきて、みみがきこえないかもしれないよと言いました。私はフレイヤになおって、ハッピーなねこになってほしいと思いました。それで、ひきとりましたが、ちゃんときこえていました。たんに、きくのがきらいなだけだったんですよ。

このフレイヤは五月二十六日で三さいになりますが、フレイヤは今も、こねこのサイズです。

私は私の三びきのねこがとってもだいすきです。

5. 心配? とにかくやる

ザカリー・ラジョット

Université du Québec à Montréal

こんにちは、みなさん。

わたしは ふあんに なやまされ、にちじょうせいかつで ひじょうに ストレスを かんじやすい にんげんです。

もっと わかいころから ながいあいだ、ストレスで よなかに 大きな こえを あげる びょうきに くるしんでいると いったら、みなさんはどう おもいますか。

しんじられますか。

しかし、ここで みなさん のままで 6 かけつしか ならっていない げんごで スピーチを しています。

ここすうねんで、ふあんをのりこえるための ほうほうをみつけ、いつでもつかうように してあります。

たとえば、ときどき めいそうをして、ネガティブな かんがえをできるだけ へらすように しています。
これらの こうどうは、かこの わたしには ふかのうに おもえました。

じっさい、この 3 ねんかん、わたしはじぶんの ストレスを うまく かんりする ほうほうをみつけようと けんめいに どりょくしてきました。

おかげで、がくぎょうせいせきが おおはばに こうじょうし、よいせいせきて いくつかの しょうがくきんを うけどることも できました。

かいしゃも つくりました。そして、そのかいしゃを うって、お金に できました。

だいがくで べんきょうを はじめて、いまだいすきな マーケティングの アルバイトを しています。

バンジージャンプも しました。

また、みりょくてきて、ひじょうに あこがれる あたらしい げんごを まなんでいます。

わたしが つたえたいのは、みなさんも さまざま ほうほうできょうふや ストレスを こくふくできる ということです。

おこりうる さいあくの じたいは、しっぱいや よくない へんじです。おちこんで、やめなければ なにか せいこうが まっています。

なにも せずに こうかいを かかえて いきるよりは、ぜったいに よいことです。

なにかを することは まなぶことです。まちがいを おそれず、なんども やりなおしたら いいんです。
すきなことを だいじにしてください。

さいしゅうてきには、いまの わたしと おなじように、じぶんじしんを ひじょうに ほこりにおもうでしょ。

ごせいちょう、ありがとうございました。

6. なんくるないさ

[初級部門 2 位]

ホクシン・ワン

University of Alberta

みなさん、こんにちは。私の名前は北辰です。今一年生で、中国の留学生です。

四年前、私の高校で留学生の交流会がありました。その時に、日本の留学生に会いました。その子は沖縄出身の人でした。

「あのう、日本語をおしえてください。」

「いいですよ。じゃあ、なんくるないさ！」

「えっ？ その意味は何ですか。」

「『No worries』ですよ。」

その時は、英語も日本語も、どちらもあまりわかりませんでした。

その日本からの留学生の名前は結衣さんです。そんなおもしろい日本語を教えてくれましたが、結衣さんは実はすごくまじめな人で、すばらしい夢がありました。世界で一番のプログラマーになりたいと思っていました。この夢のために、本当に頑張っていました。週末も平日も、朝も夜も、毎日プログラミングを勉強していました。去年の六月、結衣さんはついにアメリカの大学に合格しました。せんこうは結衣さんが大好きなコンピューターサイエンスでした。

なつの最後の日、結衣さんとレストランで会いました。

結衣さんは「私は夢のためにがんばっています。ところで、北辰さんの夢はなんですか。」と聞きました。そのしつもんはちょっと難しいと思いました。しょうじき、私も分かりませんでした。

自分のこころに聞きました。

「私の夢は何？いい質問だね。あこがれの人がいない。好きな人も好きな仕事もない。今、何かしたいけど、むずかしい！ああ、分からない！」

でも、結衣さんは心配していないと言っていました。それから、結衣さんは「たくさん頑張って、一生懸命勉強してください。いつか北辰さんの虹が出ると思います。ところで、それも『なんくるないさ』のもう一つの意味ですよ。」と言っていました。

今の私には夢はありません。でも、もっといい自分になりたいから、頑張っています。今は、毎日勉強をがんばっています。今日もこのスピーチコンテストのために、たくさん日本語を勉強して、練習しました。これもさいしょのステップです。今は「なんくるないさ」の意味がちょっとわかります。

明日の私はもっといい自分だと思います。だって、結衣さんは「なんくるないさ！」と言っていましたから！

【中級部門・Intermediate Category・Catégorie Intermédiaire】

I. 裂けた殻

アイコ・アギュラー

Mount Allison University

私は、小さい時英語を学び始めました。でも、発音が難しかったです。小学校3年生の英語のクラスでのことです。クラスメートが私の発音を笑いました。みんな私が話すたびに笑い、それはだんだんひどくなりました。

私は話すことが大好きです。自分の母語のスペイン語で話す時、ずっと話せます。でも、英語では私の一番好きな「話す」ことが全然できませんでした。話し方だけではなく、見た目などの理由で、中学卒業までいじめは止まりませんでした。私は英語だけでなく、自分の全てに自信をなくしていました。

そして、高校に入学する時、私は自分を変えたいと思いました。でも、自分を信じられないのに、そんなことができるんでしょうか。

そんな時、自分の人生をかえる言葉に出会いました。「自分の殻を破れ！新しい自分に出会うために！」。メキシコの有名なコメディアン、フランコ・エスカミーリャの言葉でした。この言葉に力をもらって、私は学校が主催する模擬国会に参加しました。自分の殻を破るチャンスだと思ったからです。

最初は国際委員会のスタッフでした。でも、同じ学期に副委員長になりました。その後、会長に任命されました。驚きました。私には自信がありませんでした。しかし、前の委員長が「私を信じてください。あなたはすばらしい副委員長でしたよ！」と言ってくれました。スタッフのみんなも、私の仕事ぶりをみて私を信じてくれたのです。

今度は私がやる番です！私は、うれしさと不安でふるえました。私は、自分の殻を破りたくて委員会に入ったのです。私は、自分と向き合うと決めました！その後2学期間、会長をつとめて、その後は事務局次長になり、12もの委員会を担当しました。

私は今、20歳になりました。インターナショナルスクールを卒業し、家族から離れてカナダに留学し、英語で4000字のエッセイを書き、今、英語で学んだ日本語でスピーチをしています。

英語が話せなくて自信がなかった小さい私に「あなたはすばらしい子だよ」といって、抱きしめてあげたいです。

今、私は私の殻を破って、ここにいます。今みなさんに言いたいことは「どんなことでも自分の心を決めれば、必ずできる！」ということです。他のだれかを信じる前に、まずは自分を信じてください。

自分の殻を破って、新しい自分に出会いましょう！

2. 楽しいリサイクルをする方法

ネブン・クリアー

University of Winnipeg

リサイクルするのは簡単ですよね。青い箱に入れて、ゴミを遠い工場に送って、それ以上は気にすることはないでしょう？その工場でプラスチックが溶けて、新しいものになります。

でも、「もっといいリサイクルをする方法が絶対にある」と思ったことがありますか？じゃあ聞いてみなさん、自分にもゴミから新しいものが作れますよ！

創造的に考えればゴミはいろいろな面白いことになります。可能性がいっぱいあるけど、私はクラフトやミニチュアを作るのが好きです。みなさんもクラフトが好きならプラスチックごみは完ぺきな材料です。切りやすくてかたいから何の形にも変えられます。

私にとってはゲームや映画のミニチュアが特に好きです。「Stardew Valley」や「どうぶつの森」の建物は簡単だから作りやすいかもしれません。

たとえば小さな家や店を作りたいならゴミ箱にボール紙を探し出して使えます。作りたいのは城のような塔ならペットボトルの形は完ぺきです。プラスチックを切ったら小さなドアや窓も簡単に作れます。

やってみたらきっと気に入ります。

YouTube で見た、「Studson スタジオ」チャンネル がすごく似たミニチュアをごみとペイントで作って面白い動画をアップロードしています。彼の動画を見て、感動してみなさんにお知らせしたいと思って今日ここにきました。

彼はいろいろな技術で本物みたいな「Stardew Valley」の魔術師の塔やゼルダの伝説の馬小屋を作りました。スタジオジブリの「ハウルの動く城」のミニチュアも作りました。

とても大きくて複雑なミニチュアをただのゴミで作れるのは本当にすごいと思います。その動画を見たとき、自分の目が信じられませんでした。絶対におすすめします。

そんなに簡単そうに作れると思うと自分でもできる気がします。みなさんも想像すればできますよ。何でもゴミで作れます！

何のためにミニチュアを作るのかと思いますか？いろいろな理由があります。作った物を友達とテーブルゲームに使ったり、プレゼントにしたり、ただ棚の上に置いて時々見たりできます。

それに、ゴミを材料にするのは安いし、リサイクルができるし、クラフトを作るのはとても楽しいし、やってみない理由はありませんよ。

いいゴミを集めて、面白い使い方を考えてみてください！

3. クールかクールじゃないか、それが問題だった

[中級部門2位]

マイケル・ハン

Carleton University

「クールか、クールじゃないか」それは人生のある時期に、何よりも大切な問題です。

中国うまれの僕は、6さいでカナダに引っ越してくるまで、ふつうの「クール」なガキでした。友達もいたし、人気もあったし。

カナダに来てから、クールだった僕は一人であそぶ「かわいそうなヤツ」になりました。みんなが話す英語がわからなかっし、カナダの学校文化もわからなかっし。それに外はさむいし。一人でアニメやポケモンをやって、あまり友だちと一緒にスポーツをしたりしませんでした。一人ぼっちの僕は「アニメオタク」といわれ、いじめられました。もともと「クールなガキ」だった僕はそんなことにたえられません。

クールをめざして高校デビューをすることにしました。大好きだったオタクゲームをやめて、色々なスポーツを始めて、つきあう友達もかわりました。カナダの高校では「ポピュラーキッズ」がいます。つまり「クールなやつら」です。スポーツをして、パーティーをして、友達がたくさんいるタイプです。僕はそんな「ポピュラーキッズ」に、「クール」に、へんしんしました。すると、男子も女子もみんな、僕に話しかけてきました。もう、からかわれたり、いじめられたりしないし、みんなが僕を知っている！毎週パーティーにさそわれて、最高です！

でも、クールになった僕はあることに気がつきました。それは僕の中に、まだ「オタクの心」があるということです。大好きだったアニメやアニソンを、また楽しむようになりました。すると、新しい「オタ

ク友達」もできました。「ポピュラーキッズ」とパーティーを楽しみながら、「オタク友達」とアニメやゲームをしました。そして気がついたことは「クール」と「クールじゃない」に、大きいちがいは、ないということです。

高校に入学するときは「クールじゃなかったら、世界の終わりだ」と思っていましたが、卒業する頃には、そんなに意味がなかったとわかりました。僕は、クールもクールじゃないも、どちらも経験してよかったです。一番大切なことは、好きなことを見つけてそれを楽しむことだと思います。

ご清聴ありがとうございました。

4. 現代アーティストと SNS

[中級部門 1位]

エイヴア・カリー・ヒスロップ

York University

皆さんはこの二つの絵を見てどちらがいいと思いますか。こちらは凄く綿密に描いた作品で、描くのに三時間もかかりましたが、こちらは十分で描いた簡単な落書きのようなものです。私の経験では、この方がネット上で人気のあるタイプのようです。

私の初めてのSNSの経験は、高校二年生の時、同級生にすすめられて、インスタグラムに自分のイラストをアップロードしたことです。最初の投稿は、速く描いた雑なイラストに過ぎませんでしたが、大勢の知らない人から「いいね！」がどんどん届いて、生まれて初めて劇的なインスタント満足感を覚えました。そのような反応に慣れて、もっと時間をかけた絵を投稿すると、その反応は意外に前より少なく、がっかり。それ以来、自分の何かを作るという意思が見る人に左右され、ネットで過ごす時間が長くなりました。自分が描いた絵を非常に批判的な目で見て、他人の作品と比べて、技術が足りないのではないかと悩み、常にそのようなネガティブな考えの繰り返しで、結局、燃え尽きて投稿するのをやめてしまいました。自分の芸術の価値を他人の意見に頼り始めていたのかもしれません。SNSに投稿するのは、アーティストとしては避けがたい、むしろ、すべきことなのに、実際は、同じような経験をする人が多いようです。

この否定的な結果は当然のことだと思います。それは、SNSがもともとアーティストのために作られたものではなく、アルゴリズム、すなわち、ユーザーの行動に基づいて、どのような投稿者からどのような投稿があるかを判断する機能、によって管理されているからです。例えば、みなさんがこの絵よりこの絵の方が好きだと思ったら、アルゴリズムはこの絵を隠し、また、好きなイラストばかり見せます。これが本当に問題で、結局独創性を壊し、自分が描きたい作品ではなく、多くのユーザーが好きなものを作ることになってしまいます。

もちろん、SNSは、全てが悪いわけではなく、多くの人が、年々何万人ものフォロワーができたのを見ました。ただ、成功するためにユーザーの好きな絵を優先したために、自分の絵の個性的な部分がより凡庸になってしまい、それがSNSとの妥協でした。しかし、いつも似たような作品を作り、また、見るなら、芸術は、将来どうやって創造性を持続できるでしょうか。私の一つの提言は、アーティストが見る人に完成した作品を見せるだけでなく、自分の創作過程と性格をもっと知ってもらうことです。

どうもありがとうございました。

5. どこに引っ越しても、カルチャーショックを受けない方法

セリーナ・ポン

University of British Columbia

一日中、学校や会社で頑張って、疲れたら、みなさんは安心できる場所に帰ることを楽しみにするでしょう。悩みもストレスも忘れて、自分らしさを出せる所、つまり自分の居場所は様々な要素から成り立っている複雑なものだと言えます。

私の一番目の居場所は生まれ育ったカリフォルニアです。と言っても、実は人生の最初の十八年のうちに四回も引っ越しましたが、悲しく感じたことはありませんでした。まだ子供だった私の理解では、絶えず変わる状況の中で頼れた変わらないことは、両親が側にいてくれたことでした。ですから、私の幸せな日々も変わらなく続くというわけだと信じていました。

しかし、私の二番目の居場所であるバンクーバーで子供の時の考え方は間違っていたと分かりました。最も大事な点は、住んでいる環境に慣れなければ、その場所を自分の居場所となかなか呼べないということです。バンクーバーに着いたばかりの時に道や建物の配置に全然慣れられなかったために、カルチャーショックを受けて、ここが自分の居場所になるなんて決してないと強く思ってしまいました。しかし、街やカナダの生活習慣に慣れてくると、安心し始めました。

新しく分かったもう一点の大切なことは、家族と呼べる人は血で結ばれている人に限らず、友達も家族のように親しくなるということです。友達になったばかりのある友達は私が一人暮らしをしていると聞いたら、寂しい誕生日を過ごさないように、ケーキを買って、他の友達も呼んで、サプライズパーティーをしてくれました。何も期待していなかった私は笑いが止まらないほど嬉しくて、その最高のプレゼントをくれた友達の心遣いにとても感動しました。そんな友達ができて、新しい家族が集まってきたからこそモノクロのバンクーバーが居場所の温かい色に染まるようになってきたと言えます。

私の三番目の居場所は意外なことに東京です。日本に住んだことがないのに、四年間日本語を勉強したおかげでこの冬休みに東京を旅行したら、自分は観光客であるということをほとんど忘却しました。驚いたことに、電車を待っている時に流れてくるアナウンスや周りの人の日常会話が分かりました。薬屋で日本語で返品すると、相手がちゃんと答えて、温かく助けてくれて、地元住人として見られていると感じました。私と日本人は言語という共通点しかないようですが、実は言語を勉強すると、ただ言葉だけではなくて、その言語を話す人の考え方や価値観も理解するようになります。ですから、外国にいても、日本語で日本人や日本文化と深く繋がっている私が居場所に帰った気がしました。

血で結ばれていなくてもいい家族。住んでいる環境に慣れること。そして、地元住人と同じ言語を話すこと。この三つのことさえあれば、どこに引っ越しても、カルチャーショックを受けないで、すぐその場所に対する愛情を抱くようになります。土地の言語を話さないで済むと思う人もいるかもしれません、周りの人と共通語がなければ、大切なことを伝えられないし、私の経験したような不思議な愛情をやはり感じにくいのではないでしょうか。結局のところ、愛情の絆のおかげで、ただ住んでいる場所から、自分の安心できる大事な居場所に、どんどん変わっていくのではないでしょうか。

聞いてくださってありがとうございました。

6. 挫折がくれたもの

ブレイディ・リーリーダ

University of British Columbia

みなさんはどうしても手放すことができない、心から好きなものがありますか。

私にとってそれは体操でした。2歳から体操をはじめ、毎日トレーニングをしていました。練習は楽ではありませんでしたが、体操をするのが本当に楽しかったです。そして、10歳のときそれまでの努力が報

われ、BC州の12歳以下の部門で優勝しました。さらに次の年、16歳以下の大会で2位になりました。全てが順調に行ってオリンピックに出るという夢さえも持ち始めていました。

しかし、私の体操人生を変える出来事が起きました。ある日、練習していたときに、突然、肩からバキバキと大きな音が聞こえ、私はそのまま地面に倒れました。レントゲンの結果、一年間体操を休まなければいけなくなりました。それでも、治療の間、できるトレーニングをしていましたが、他の選手が体操をしているのを見ると悔しくて、練習場に行くのがだんだん嫌になりました。ですが、「また大好きな体操に戻ることができる、まだ終わりじゃない」と希望を持とうとしました。しかし、それも最初の数ヶ月だけで、その後、少しづつ、少しづつ希望が薄れていきました。

そんな中、我慢強く待ったおかげか、トレーニングの許可がおりましたが、その時にはもう遅く、私の体操への情熱は完全にきえていました。あんなに好きだったものが、もう私の心の中には存在しなかったのです。それに気づいた時、私は泣き崩れました。

その後、肩は完全に治りましたが、体操への情熱は戻らず、きっぱりやめることにしました。体操は私にとって人生そのものでした。そんな大切なものを失くして、私は抜け殻のようでした。そんな時、父がラグビーを勧めてくれました。最初はあまり乗り気じゃありませんでしたが、初めての練習でラグビーの虜になり、失くしたはずの情熱や、新しい目標が生まれたのを感じました。高校に入ってからは、BC州の代表として何度も大会に出て、今ではUBCの強いラグビーチームでプレーしています。体操で怪我をして、出口の見えないトンネルにいるような一年の中で、私は前に進み続けました。体操という情熱は失くなってしまいましたが、そのおかげで新しい自分に出会えました。

あきらめるなどよく言われますが、それはそんなに悪いことでしょうか。

大切なものをあきらめること、手放すことは、辛いことです。ですが、わたしは体操で躊躇、一つの夢を手放したからこそ、いまこうして大好きなラグビーができています。近い将来ラグビーで有名な帝京大学に留学して、ラグビーをしたいと思っています。聞いてくださいありがとうございました。

7. イチョウの独自性

[中級部門3位]

エリオット・セロア一

Université de Montréal

みなさん、こんにちは。初めまして、エリオットです。

みなさんは「一番ジャパン」というユーチューブチャンネルを知っていますか。そのチャンネルではギヨームさんというフランス人の男の人が日本を旅行しながら、日本の色々なことをしゃうかいしてくれます。ギヨームさんは去年『日本の72の季節』という本を出しました。日本人の文化やしゅうかんについてたくさん教えてくれます。その中で私の興味を一番引いたのはイチョウという木でした。みなさん、見たことがありますか。秋になるときれいな黄色になるとともに、ひどいにおいがするかもしれませんね。

イチョウは漢字で書いたら、銀と杏という漢字です。銀色の杏子という意味を持っているのに、実はイチョウはふつうの木とちょっと違います。果物はふつう、花が終わった後にできますよね。しかし、イチョウは松の木と同じで、そういう花を持っていません。でも、実をつける木のように本物の葉っぱを着ていて、冬が来るとぬぎります。本当に変な木ですよね。葉っぱは面白い形で、とてもきれいです。特に秋になると、あざやかな黄色に変わって、すてきな景色になります。木の上も木の下もどこでも黄色です。

本当にきれいなんですが、美術館にあるこわれやすい物と全然違います。そのぎやくて、長生きしてとても丈夫な木です。関東だいしんさいの時もたおれなくて、火事をとめてくれました。そして、広島にげんばくがどうかされた時も生き残って、すぐに元気になりました。大気汚染の影響も土壌汚染の影響もあまり受けないので、町によくうえられている木です。

しかし、どんなにすごくでもどんなに強くても、イチョウは独りぼっちです。他の似ている種類がありません。それは人間と同じです。太陽系の彼方までも天の川の彼方までも、世界で存在は独自なんです。でもイチョウはきょうりゅうが歩いていたころから今までがんばって、生きてきました。私たち人間の旅は始まったばかりです。私たちもイチョウのように困難を乗りこえて、前に進まなければなりません。私たちはイチョウから学ぶことがまだまだたくさんあります。

ごせいちょうありがとうございました。

8. カナダで学んだ四つの教訓

[特別賞（中級）]

ジェシー・ジェン

University of Calgary

別の国へうつり住むことは簡単な決断ではありません。七年前私はひとりでカナダに来て、とても不安でした。私は子供の時から外国文化に興味がありました。いつも知らない世界を見てみたいと思っています。高校を卒業した時、カナダに行くという人生で大きな決断をしました。今、カナダに来てから学んだことを紹介したいと思います。

ひとつ目の学び——文化の違いです。

カナダに引っ越しした時、ホストファミリーと住んでいました。お母さん、おばあさん、おじいさん、10歳の娘さんのシャイアンの4人家族でとても優しい家族でした。びっくりしたのは、ホストマザーが私に名前で呼んでほしいと言ったことです。カナダでは目上の人も名前で呼びますが、中国ではマナーとしてお母さんお父さんと呼ばなければいけません。この文化の違いはとても面白いと思います。

ふたつ目の学び——中国とカナダの教育の違いです。

シャイアンは毎日学校から家に帰ってきて、自分の好きな楽器を弾いていました。私が中国にいた時には、毎日3時間宿題をして、1週間に2回、にこという中国の楽器を習っていたのですが、面白くありませんでした。なので、私はいつも楽器を習いながら、きれいな海で抹茶アイスクリームを食べることをかんがえていました。あの時、もっとにこを練習しておけばよかったです、そうしたら、今皆さんに演奏できました。

みつつの学び——一人暮らしという挑戦です。

半年後、私はシェアハウスに引っ越ししまし、自分で料理をしたり、洗濯をしたり、買い物をすることになりました。本当は家族と楽しいことを共有したいのですが、部屋の中でたったひとり、初めて泣きました。さいわいこの悲しい気持ちはすぐに消えました。私は、自分1人で過ごすことで、自分自身をよりよく知り、本当に何をしたいか理解しました。これも私の人生でいい経験でした。その年、たくさん本を読み、新しい興味を見つけ、料理が上手になりました。でも、カナダにきてから、10kgも太ってしまいました、もっと運動しなければいけませんね。一人暮らしで私はもっと大人になりました。

よつつの学び——新たな視点です。

私は一人っ子なので、今まで全部欲しかったものを親に買ってもらっていました。でも今はカナダで一人暮らしをしていて、慣れないことをたくさんしなければいけません。私は人前で話すのが苦手なんですが、スピーチコンテストに挑戦しました。自分の殻を破らなければいけません。今までの経験で私はより強い人間になりました。

人生にはきっとたくさんのチャンスがあるはずです。皆さんにもぜひチャンスを掴み取ってほしいです。私はカナダで学んだすべてのことに対する感謝しています。カナダに7年住んでみて、私はダンスやスノーボード、日本語の勉強などの新しい趣味を見つけ、家族のようにあたたかい友達を持って、楽しく過ごしています。私は自分自身をとても誇りに思っています。

【上級部門・Advanced Category・Catégorie Avancé】

I. 特別だった夏

エリカ・キム

University of Alberta

私が去年の夏、学生研究員として化学の研究を始めたとき最初に聞いたのは「失敗に慣れなさい」という教授からの一言でした。言われた通り、実験は私がどれほど準備したかにかかわらず失敗が続きました。余裕でプロジェクトをやり通すという私の予想と違って、私に与えられた4ヶ月はあまりにも短かったです。技術的なエラーがいくつかあって、それが時間を食いましたが、ほんとうに手間取ったのは別のところでした。

それは実験がうまくいって結果を出したのにもかかわらず、それが最初に立てた仮説と合わなかったときでした。教授や大学院生みたいなとても有能な人たちと一緒に考えた仮説が否定されて、私に何ができるのかわからなくてほんとうに迷いました。しかし、私はあきらめませんでした。全ての答えは問題を確実に理解することから始まる信じて、私を指導してくれた大学院生の先輩に積極的に分からぬことを質問しました。私ははっきりした答えが知りたかったんですが、先輩もその答えを知りませんでした。そして、私はその時気がついたのです。何かを研究するということは自分が開拓者になることだということに。有能さに関係なく、先輩が私にくれるのはアドバイスだけでした。私たちの研究の問題点を解決する手掛けりはその研究に関連する論文にありました。先輩と一緒に研究してたくさん学びましたけど、その中で、一番大事だったのは長い論文から必要な情報だけを取る能力でした。新しい仮説を立てるのは枠から抜け出すということです。それはいろいろな知識を少しずつ集めて新しい可能性を発見することだと思います。

私たちが探していた答えは前向きな議論を通じて見つかりました。このような議論が可能だったのは、私の研究室では、意見を言う人が大学院生かただの大学生かにかかわらず、その意見が尊重される公平で自由な環境だったからだと思います。年齢に関係なく、私も先輩も同時に先生と生徒になり、お互いわからなかつたことを教え合いました。私が大学二年生の時取った授業で学んだ知識が思いがけず仮説を修正することに役立ったことを先輩に伝えました。大学院生じゃないからといって、私が出した意見が無視されることはありませんでした。先輩は先輩なりに、自分の長い研究経験から知っていることを私に教えてくれました。私が先輩に自分のアイディアを評価してもらい、前向きなフィードバックを受けるためには自分の考えを分かりやすく説明することが大事でした。逆に、先輩のアイデアを聞いていると、私に新しいアイデアがひらめきました。私たちの議論が終わった時にはもういくつかの他の実験が計画されていてとても忙しかったけれど、もう実験の失敗に対する不安はなくなりました。今度の実験で望んでいた結果が出なくても、また立ち上がるために必要なのは前に学んだことを今まで経験したことがない問題に使える柔軟な考え方と、人との協働だともうわかっていたからです。

この研究で私はキャリアに役立ついろいろな科学の技術を学びましたが、私にもっとも大切だったのは批判的な思考でした。この夏に経験した先輩との協働と対話の過程で、私は自律的な思考を学び、やりがいを感じました。また、研究室に足を踏み入れることで、自分の学習方法を新しい観点で考えることができました。学校の授業で得た知識が他人に磨かれたダイアモンドだとしたら、研究で得た知識はまるで自分で採鉱した原石のようでした。これから私が研究を続けるかどうかに關係なく、この経験は私に大切な教えを与え、私が人として成長するのに役立ちました。

ご清聴いただき、ありがとうございました。

2. 2022 年の虎が私に教えてくれたこと

[特別賞（上級）]

ジェニファ・キム

University of Ottawa

2022 年は寅年でしたね。虎は、韓国の民話によく出てくる動物です。物語に出てくる虎たちは、困難に出会っても、乗り越え、強く、かしこく、人間を守ってくれる生き物です。寅年だった去年、私は、数えきれないほど多くのことを学びました。

去年、私は八か月間、世界を旅行しました。夏はフランスで働き、秋と冬は、韓国で勉強しました。この経験を通して学んだことが三つあります。

一つ目は、私は愛をいっぱい受けている、ということです。荷づくりを手伝いながら泣いていた友達の顔を今でも覚えています。「私を忘れないでね！」という友達もいました。そもそも、八か月間で友達を忘れるなんて、ありえないですよね！家族は、心配する以上にサポートしてくれました。出発の日は、雨が降り、寒い春の日でしたが、みんなからのたくさんの愛で、私の心は、とても温かかったです。

二つ目に学んだことは、自分自身を大切にする、ということです。私は小さい時から、ずっと外向的でした。私が育ったカナダでは、一人でいるのはよくないことで、一人で何かをするのは、悲しいことだと思っていました。そんな私が、急に一人旅です。一人ではいやだけど、食べなきゃ死んじゃう。一人ででも出かけなければ、旅行のお金も無駄遣いになっちゃう！だから、一緒にいる人が何をしたいか、ではなく、自分が何をしたいかを考えなければいけませんでした。自分自身を旅行仲間にすることで、自分をもっと大切にし、自分を好きになることへ、一步近づくことができました。

三つ目に学んだこと。それは、韓国にいた十月二十九日の夕方のできごとです。私と友人は、知り合いに会いに行く途中でした。友人がナビゲーションとは別の道に興味を示したので、別の道を選んで駅に向かいました。ソウルの近所のイテウォンという場所でした。私たちは、そのたった一つの決断から、群衆事故があった路地を避けていたのです。次の日の朝、ニュースを見て泣きました。私の家族、友達、そして普段よく話さない人まで、みんな電話をかけて私の無事を確認してくれました。無事だったのに、なぜか私の心の中には罪悪感が膨らみました。今後もきっと、あの複雑な気持ちは、忘れられないと思います。その後の数週間で、私の中で何かが変わりました。人生は、束の間です。人生を大切にすると同時に、自分の好きなように生きたい、と思いました。

2022 年の虎は、いつも私に優しくはありませんでした。時には意地悪をし、私の心へ雨を降らせました。でも、それと同じくらい、私に温かさと強さもくれました。2022 年の虎は、私にいろいろなことを教えてくれ、成長させてくれました。周りの人からの愛に気付き、自分自身を好きになることに一歩踏み出し、そして何よりも、命の大切さを実感しました。どんな困難があっても、やり遂げ、賢く、強く、私たちを守ってくれる虎。そして、物語に出てくるあの虎たちのように、私も困難を乗り越え、賢くなり、前に進み続けることを学んだのです。

3. 京都の飴ちゃん

[上級部門2位]
ジュンウ・パク
University of British Columbia

私がカナダの大学に通い始めてから一番よく聞かれた質問は「何で日本語を専攻にしたの？」でした。確かに、カナダにまで留学して日本語を専攻するなんてどんな意味があるのかと思われるかもしれません。今まで簡単には「日本のお笑いが好きだから」と答えていました。日本のお笑いを字幕なしに見るのが目標だったのです。

でも、日本語の知識が増えても、なかなか日本の漫才には笑えませんでした。たとえば、突然飴を渡してこようとする相手に「大阪のおばちゃんか！」と言い返す場面に、自分以外のみんなが爆笑するのです。後から説明を聞いたとしても、笑うタイミングを逃した後です。常に「大阪のおばさんは飴を持ち歩いているイメージがある」という文化が理解できないと、その場では笑えないのです。

ただ、何かを理解するということは簡単ではありません。たとえば、芸人が「この状況ではこのジョークを言う」という「パターン」を暗記しても、毎回漫才やコントを披露する観客と場所が違うため、いつも同じジョークで観客が笑うとは限りません。観客と芸人がお笑いに入っている文化を理解できなければお笑いは成立しないのです。

私は大学でアジア研究、その中でも日本語を専攻してから、この「理解すること」の楽しさを実感しました。実は、それが私が日本語を専攻にした本当の理由だったのです。日本の文化、歴史、社会の授業から学んだ知識が重なってやっとお笑いもその意味を調べずに楽しめるようになってきたと思います。

そしてこの知識を超えた理解は、私自身の楽しさだけではなく日本語をより理解することにも役立ちます。たとえば、敬語は、日本語学習者にとって、超えなければならない大きな山の一つです。しかし、敬語表現が相手への思いやりから発展した文化だということを理解できれば、自然と「相手への思いやり」が必要な場面に敬語を使えるようになるのではないでしょうか。

また、皆さんも「京都のお茶漬け」に代表される遠回しな表現を聞いたことがおありでしょう。私も以前、テレビで見て、京都人が何かを褒めたり勧めたりしたらしい意味ではないのだなど、怖い性格の人たちだなと思ったことがあります。

しかし、その後「京都の遠回しな表現は様々な人が集まる首都の歴史から由来して、地方から来た新しい人への配慮から京都の人は真意をすぐ表現しないようになった」という記事を読みました。それから、私は京都の遠回しが敬語と同じく思いやりの結果であることを知り、首都が東京に変わった現代日本では遠回しな言い方が薄まってきたのではないかと推測しました。日本語、そして日本社会を理解してなかつたら私は今も京都の遠回しは変だと思い込むだけだったかもしれません。言葉の理解は、知識を超える相手や社会への理解にまで広がるのです。

反対に、覚えただけの断片的な知識はより広い理解を妨害する危険性まであります。大阪のおばさんの飴を笑えなかった経験や京都の遠回しな言い方は日常での愉快な誤解と言えるでしょう。しかし、このような断片的な知識が全てだと思い込んでしまったら社会をみる視野も狭くなるかもしれません。自分が知っていることが「普通」で、それ以外は「変だ、わからない」と思うことから個人間のもめごとや社会的紛争が起こるのではないかでしょうか。断片的な知識はすぐ手に入りますが、考え方を固定してしまう危険があるのです。

つまり、何かを理解するためにはただ覚えるだけではなくブロックを積み重ねるように、少しずつ積んだり壊したりしながら色々な知識の積み方を試す必要があります。積み木やレゴのように自分の考え方のパターンを増やす楽しさは理解の原動力なのです。因みに、私は今「京都のおばさんが飴をくれたらどんな意味があるんだろう」という積み木の積み方を悩んでいますが、皆さんも一緒に考えてみませんか？

4. 「マドモアゼル」「小姐(シャオジエ)」と呼ばれて [高円宮殿下日本カナダ記念基金奨学金・上級部門1位]

リシャ・ペルシャ
York University

私の父はケベック州、母は中国の出身です。父方の親戚とクリスマスを過ごす時はフランス語、母方の親戚と旧正月を祝う時は中国語で話します。兄と話す時は英語です。こうして複数の言語に囲まれて育ちました。

私は小さい時、人形で遊んだり、お姫様の絵を描いたりするのが大好きで、自分は女の子だと感じていました。「性別違和」、つまり心と体の性別が違っていたのです。13歳の時、思春期が始まり、鏡の中の自分を見た時、頬骨が突き出して、肩幅が広がり、筋肉が目立ち始めたのが、本当に嫌でした。ダイエットをしたものの、何回もリバウンドしてしまいました。自分が女性だと確信し、ついにカミングアウトをして、新しい名前を選びました。これで、男の本名が「デッド・ネーム」になりました。

カミングアウトしてから、周りの人に縁を絶たれたことがあります。ホルモン治療を決心して、生まれた時からお世話になった医者に相談すると、何回もデッドネームで呼ばれ、後悔するから考え直せと言われました。その後、予約をしようとしても返事も来なくなりました。私には、高校時代の親友がいました。義父に虐待されたことを打ち明けてくれてから、私たちはどんな話もするようになりました。ところが、私がカミングアウトしてから、飲みに行こうと誘うと、「女装をしないなら行く。」との答えでした。その後、彼からも返事が来なくなりました。母方の伯母はゲイとトランスの違いさえ分からず、「ドレスを着た男にしか見えない」と否定されました。信心深い祖母には、「神の力で、男に戻れば、普通に結婚して子供もできるのよ」と説教されました。

そんなある日、別の医者にホルモン治療の相談をした時、「マドモアゼル」と呼ばされました。マドモアゼル？？笑顔が一日中消えませんでした。カミングアウトする前、ケベック州の病院の玄関では、「マダムは手をご消毒くださいませ。」マダムは最近、「お嬢さん」という意味でも使われます。マダム？偶然かな。受付でも「マダムは何かご用？」、「インターネットのパスワードもらえますか。あと、私は男ですが...」と呟くと、「マダムはしばらくお待ちください。」とキッパリ言われました。私がお嬢さん？帰ると、家族に「お嬢さんと何度も呼ばれた！」と怒った振りをしましたが、心の中は満面の笑みでした。またある日、中国系のお客が多い銀行に電話をして「你好」と挨拶すると、職員が「小姐の本日のご用件は？」シャオジエとは中国語で「小さいおねえさん」という意味です。顔も見ずに女性に見られた？まさか！そして「小姐のお名前は？」と続きました。本名を言ったら、職員はショックで15秒ほど黙りましたけど。

日本もカナダも、差別問題により、自殺を考えるトランスの人の割合が一般人の5倍です。理由は、様々な社会的問題にはトランスの人本人しか向き合うことができないからです。一方、トランスの人の力になる簡単な方法もあります。性別違和の反対語は「ジェンダーユーフォリア」、心と体の性別が同じだと感じる時の嬉しさです。あの時、病院で「お嬢さん」、銀行で「小姐」と呼ばれて、ジェンダーユーフォリアを味わったから、今の私がいます。その人が呼んでほしいように呼んでもらえる。こんな小さなことで、性別違和で苦しんでいる人の力になれるのです。

トランスとして生きていけば、どんな言語でも、「お嬢さん」と呼んでもらえます。

私はこれから、「マドモアゼル」、「小姐」として生きていきます。

5. 人生に参加賞を

[上級部門3位]

チンロン・ソン

McGill University

みなさんは聞いたばかりのこのトピック、「人生に参加賞を」について、「何呑気なことを言っているんだ」と思っているでしょう。ですが、「参加賞」というものに救われた人が、確かにここにいます。私は今日、「参加賞」とその意味について、話したいと思います。

昔の私は、何事に対しても全力で取り組もうとしていた一人でした。「完璧にこなせないとだめ」という考えが、私の日常生活の隅から隅まで染み込んでいました。この完璧への執着は、いざコンテストなどの大事な場面になると、それはもう深まる一方です。

そんな私を変えたのは、高校の時に参加したピアノコンテストでの先生の一言でした。元々人前で演奏するのに慣れていない私は、大会に出ると聞いて、更なるプレッシャーと緊張感を覚えました。そして私は、「なんとしても優勝したい、せめて恥をかかないように」という気持ちでいっぱいになりました。完璧な演奏を目指して、毎日練習に励んでいましたが、心はむしろ追い詰められたようでした。

コンテストの当日、私は、練習室に引き籠もって、ただただ曲目の練習を繰り返していました。しかし、弾けば弾くほど疲労が溜まって、両手に力が無くなり、頭の中も真っ白になりました。ますます自信がなくなりました。その時、先生が、そっと私の肩を叩きました。そして、言いました。「そんなに心配しないで。参加者全員、参加賞が貰えるから、大丈夫だからね。」

それは些細な一言でした。むしろ、元気付けの言葉としては微妙な感じでした。しかし、その一言は、水面に一滴の雫が落ちて、波紋が広がるように、私の心の中に広がりました。驚いたことに、ついさっきまで頭の中で勢いを振るっていた緊張と不安が、その小さな響きにつられるように、少しずつ鎮まっていました。頭の中がスッキリして、穏やかな気持ちで、私はステージへと向かいました。

かつてないほどの心の余裕を感じながら、私は今まで一番自分の能力を発揮することができました。「参加賞」を上回って、表彰台に登ることができたのです。私は感動の涙で霞んだ目で、先生を見ました。そして、ライトの下で歓声を浴びながら、静かに考えました。「先生からの一言が無ければ、『参加賞』がなければ、私は絶対にここまで来られなかっただろう。」

それ以来私は、「参加賞」という存在に気をつけるようになりました。辞書によると、「参加賞」とは、「入賞には至らなかったものの、參加したことに対する勇気と健闘を讃えて贈られる賞のこと」だそうです。もちろん、参加賞と言っても、目に見える賞でなければならないと言うわけではありませんし、大事なコンテストでないと存在しないと言うわけでもありません。学校でのテストでも、新しい試みでも、小さな日常での活動でも、その一つ一つの行動に参加賞を与えることは可能です。本物の賞品ではなく、ずっと欲しかった本でも、御馳走でも、一言の褒め言葉でも、ほんの少しでも自分の努力の証明とその努力への賞賛になる、自分の背を支えてくれる存在さえあれば、心に余裕がある状態で困難に立ち向かうことができるでしょう。

人生に一番大切なのは心の余裕です。いつも心に「どんな結果でも受け入れてやる、参加賞でも構わない」という気持ちがあれば、困難も乗り越えられると、私は思います。

6. 音楽療法

ナタリ・ティモトウ
Saint Mary's University

こんにちは、私はナタリと申します。どうぞよろしくお願ひします。音楽療法についてスピーチします。みなさんにとって、音楽は大切ですか。音楽は日常生活の一部です。私たちの環境は音楽であふれています。音楽の主な目的は娯楽ですが、健康と発達の分野でも、有益な側面があるかもしれません。多くの研究は、特定の種類の音楽が病気に苦しむ人々を助けることが可能なことを示しています。私にとっても、音楽は、大学の勉強や生活のいろいろな場面でサポートをしてくれます。たとえば、学術論文を読むときに、集中するときは、クラシック音楽を聴きます。では、ほかにもどうやって音楽が人々を助けることができるのでしょうか？

先ず、認知症患者に対する現在の薬物療法は、認知症の行動と、心理的症状を緩和するには、限界があるようです。研究者は臨床試験で音楽療法を使用しています。音楽を聞くことが発話、注意、記憶に関する認知機能にプラスの効果があることが分かりました。音、リズム、歌詞の知覚が脳のたくさんの領域を活性化します。認知症患者が音楽を聞くことで、脳の記憶領域が活性化されて、その当時を思い出すことができる可能性があります。

第二に、医学研究者は、ADHD の症状を緩和するために、音楽療法で臨床実験を実施しています。聴覚、視覚、運動をコントロールする脳皮質は全て音楽により改善されています。最近、ソーシャルメディアと研究者がバイノーラルビートに注目しています。バイノーラルビートは、ヘッドフォンで音楽を聞くときに、各耳に 2 つの別のトーンを使用します。そんな音楽を聞きながら、浮遊する音楽の世界に没頭したり、リラクセーションを誘発したり、さまざまな作業に集中力を高めたりすることができます。

第三に、心臓リハビリテーションに音楽療法の効果を見る研究もおこなわれています。研究者は、音楽が自律神経のバランスを改善して、心臓病の発症と進行を防ぐのに役立つと示唆しています。音楽は、ストレスや不安を軽減することができます。そして、音楽が心臓手術の回復にも役立つと説明されています。たとえば、鎮静効果の音楽を使用した運動療法はより良い結果が得られます。

結論として、音楽療法はまだ研究と中ですが、音楽は医薬品ができない方法で、人々を助けることができるようです。音楽療法は、体に負担をかけず、コストが低く、副作用がありません。カスタマイズされた音楽療法を選択したなら、人々は何千ドルも節約することができます。これらの理由で、音楽療法は未来にもっと研究されるべきだと思います。

以上です。ありがとうございます。

7. 日本の異世界アニメ

シュンチン・ウェン

University of Manitoba

皆さんこんにちは。ウェン・シュンチンと申します。今日は日本の異世界アニメについて発表します。まず、異世界アニメというのを説明します。異世界アニメというのは現実世界ではなく、別のファンタジー世界を舞台にして作られた物語です。大抵現実世界と違う技術や生物がある地球じゃない世界は、異世界と呼ばれます。

異世界アニメには大抵二つの種類があります。一つ目は主人公がもともとこの世界に生まれて、この世界で生活や冒険などをする物語です。皆さんが知っているワンピースや鋼の錬金術師はこの種類の異世界アニメです。このような異世界アニメは前から王道で、日本と海外でとっても人気があります。このような異世界アニメのいい所はどんな物語もできるところです。更に、色々な考えも含まれます。例えばワンピースは宝探しをする海賊達の熱血冒険譚、そして諦めない心と仲間の大切さを教えられます。鋼の錬金術師は家族の大切さと正義を守ることを教えられます。でも悪い点もあります。それは設定や人物関係は時々複雑すぎて、作品の最初から見なかったら話が分かりにくいです。そして一クールで終わるのも不可能だから、話が長くなって好きな人と好きじゃない人の違いは大きいです。

二つ目の種類は主人公が地球で生まれて生活して、事故や事件に巻き込まれて死んで、異世界に転生した後の物語です。このような異世界アニメの主人公は大抵前世の記憶や技術を持ってきて、また強いスキルも持たされて生活や冒険をします。転生した主人公はみんな勇者や強い魔法使いになり、魔王を倒したりハーレムを作ったりします。特に最近このような異世界アニメはどんどん増えて、九割のアニメはこの形の異世界アニメです。話が理解しやすいし、主人公が簡単に成功するし、とてもにんぎがありました。

でも最初皆が好きでしたが、今はどんどん人気がなくなっています。それは何故でしょうか。私は原因是三つあると思います。まず、皆はこの形のアニメを見過ぎて飽きました。次のげんいんはこの形の異世界アニメの話は大抵同じだから、アニメのタイトルだけを見ると話が大抵分かるので、時間をかけてわざわざ見る必要はないと思います。そして最後の原因は日本の今の経済状況では、ワンピースや鋼の錬金術師のような長いアニメを作るリスクは高すぎます。日本のアニメ会社はアニメを作りながらお金を払ってくれる人を探しますから、短期のアニメを作るほうがリスクが低いので、一クールだけでもいい転生異世界アニメが選ばれました。ちなみに日本のアニメはクールで作られます。一クールのアニメは大抵三ヶ月間、十二話あります。この長さは転生異世界アニメにとってちょうどいい長さですが、王道異世界アニメでは短か過ぎます。

両方に比べると私はやっぱり王道系の方が好きです。皆さんは異世界アニメについてどう思いますか。どちらの方が好きですか。

【オープン部門・Open Category・Catégorie Libre】

I. 私の栄養成分

[特別賞（オープン）]

ミシェル・ライ

University of Toronto

栄養素はタンパク質、ビタミンなど人間の体を構成する成分となります。私ももちろんこれらの栄養素でできていますが、私の体の中では、他の特別な栄養素もあります。中国と日本、カナダ、香港での生活を通して、さまざまな経験を得て、それらが栄養素になって今のミシェルを作り上げています。

私は日本生まれですが、日本人ではありません。父が香港人なので、私も香港のパスポートを持っています。でも、母は中国人なので、私は2歳ごろから中国に住んでいました。でも、両親が私に日本語の勉強をさせたいと思い、12歳の私は日本に戻りました。そして2018年にカナダに来て、今年で6年目です。ちょっと複雑ですよね。皆さんは、私は何人だと思いますか。

中国での暮らしが一番長かったので、自分でもよく中国人かなとは思っています。友達も大体中国人です。でも、「あんた本当に日本人だよね」とよく言われます。自分でも時々そう思います。例えば、数字の三を表したいとき、いつも中国の三じゃなくて、日本の三ってしまいます。これは日本だとオッケーの意味だからです。それに、馬刺し、生卵、納豆など外国人が普段食べれないものが私は大好きです。それから、冬休みに、男の友達と一緒に温泉入ろうと誘われて、びっくりしました。日本以外の温泉は水着を着ての男女混浴のことは知らなかったからです。私が好きな温泉は、景色を見ながらゆっくり入って、温泉の後は、浴衣に着替えて、ビール一杯の感じです。なので、日本以外の温泉はただの暖かいプールじゃないかと思い、カルチャーショックを受けました。

ここまで聞くと、私は日本人だと認識してもいいじゃないかと思うかもしれません、日本人じゃないこともあります。日本語は私の第二言語で、中国語のようにペラペラではありません。そして、家族は中国人なので、日本にいても旧暦の新年をお祝いします。元旦は私にとってクリスマスと同じ、ただの休日です。もちろん、紅白歌合戦も見ないし、おせち料理も食べません。それから、明らかに日本人じゃないのは、苗字です。私の苗字は LAI、漢字一文字で、林でもないので、パッと見るとみんな「この人外人だ」とわかります。「よくどこからきてますか、留学生ですか」と聞かれました。「いや、違います、日本生まれです」と答えると、苗字を見ただけですぐに日本人ではないと思われてしまいました。この経験がカナダに来た一つの理由でした。

日本では、アクセントがなくても、なまりがあるだけで、「関西の人?」「沖縄の人?」と聞かれたりする場合があります。カナダに来てから、英語の文法が間違っても、アクセントがあっても、「どこから来ますか」というような質問は全然聞かれません。まち中でも、キャンパス内でも、周りの人が外国語をしゃべるのをよく聞こえています。自分の言語も、他の言語も、衝突なく周りのコミュニティーに混ざり込んでいます。この調和した美しさは本当にカナダにしかないなと思っています。カナダでは、中国人だと日本人だと、自分のアイデンティーのラベルは関係ないと感じました。ここにいるみんなそれぞれのバックグラウンドがあって、まさに多元文化の社会だと思います。そして、多様な文化に触れることができ、いつも新しいことが体験できます。このような社会はとても住みやすくて、私は大好きです。

私も複雑な経験で思春期に悩んでしまいましたが、今思えば、これらの経験があるからこそ、今私がここにいるのです。タンパク質でもいいし、ビタミンでもいい、これらの栄養素は体内で吸収され、私たちは健康になります。私にとっては、中国や日本、カナダ、香港での経験も栄養素のように、重要なものです。だから、私もこの二十年間の経験に感謝しながら、これからも自分らしく、立派な大人になりたいと思います。

2. 雨降って、地固まる

ズン・グウェン

Saint Mary's University

皆さん、こんにちは、アトランティックカナダ代表のズンと申します。

本日、メンタルヘルスの問題を経験した者として、自分自身の経験を共有し、皆様のメンタルヘルスの問題に対する意識を高めたいと思います。

皆さん的人生では、「大人になったな！」「チャレンジをしてみたいな」と感じて、夢、希望を抱いて、新たな土地に行こうと決めたことがありませんか。

でも、新たな場所で、その文化になれなかったり、会話ができなかったり、できない事が多いかもしれません。

それでも、いつも「大丈夫だよ！」と自分に言い続けたことがありますか？

私はそうしました！大丈夫じゃなかったのに！

失敗したのに！失敗を受け入れませんでした！

初めてカナダ来た時、私はいつもポジティブなふりをして、作り笑顔をして、感情を偽っていました。そして、ある日、限界が来て、前を見て歩こうとしても、前に道がありませんでした。

日々は絶望的であり、自分自身を回りから孤立させ、窓のカーテンもほとんど閉じたままでした。毎日、毎日、「ここで何をしているんだろう？」「カナダに来て正解だったのだろうか」「ベトナムに帰りたい」、そういうネガティブな考えでいっぱいでした。

これは、メンタルヘルスの問題の兆候です。現在、世界には9億7000万人が精神障害を抱えており、カナダでは450万人、日本には500万人います。

では、気分が悪いと思う時、どうすれば良いでしょう？

まず、ポジティブなふりをしないようにしてください。私たちはしばしば悲しみを内側に保ち、人前では幸せな表情をしがちでしょう。しかし、悲しみを我慢すればするほど、健康も心も悪くなります。

ですから、悲しい時は、いつでも、遠慮なく感情を表現し、悲しみを分かち合ってください。泣いても良い。すべてはエネルギーなので、ネガティブなものを我慢するのではなく、発散させるようにしてください。

そのためには、信頼できる人を見つけ、心の中を打ち明けましょう！ストレスがたまるということは、膨張した風船のようなものです。その風船から空気を抜きたいと思いませんか？

私は幸いにも、信頼できる人にめぐまれています。本日、ここにいることができたのは、アレックサンダー先生と友達のおかげです。彼らは最高の聞き手でした。

もしかしたらが誰かの聞き手になるときは、「ただ聞く」ということに集中しましょう。静寂の中には、そのような強い力があります。ただ聞き手になり、彼らの話を聞きましょう。そうすれば、彼らのストレスでいっぱいになった風船がだんだんと小さくなっていくでしょう。

話し手はただ話すだけ、聞き手はただ聞くだけ。アドバイス、カウンセリングは必要ありません。必要なことは、うなずいたり、肩を軽くたたいたり、ハグしたりすることだけです。

最後に、できれば瞑想してみましょう。調査によると、瞑想はストレスや不安を軽減する効果があるそうです。瞑想とは、簡単に言えば呼吸することです。目を閉じて、心の中、頭の中を空っぽにして、息だけに集中しましょう。息を感じ、息を聞いて、ゆっくり吸う、ゆっくり吐く。

明日は明日の風が吹く。雨降って、地かたまる。

ストレスを感じすぎないように、幸せでいてください！ご清聴ありがとうございました。

3. 自分を持つ [オープン部門 2位] オリーブ・ウデ University of Ottawa

自分を持つ。皆さん、この言葉がどんな意味を表しているのか、分かりますか？私がこの言葉の意味の深さに気づいたのは、数年前のことです。それからの私は、別人のように明るくなりました。何もかもが上手くいかなかった私の人生に、花が咲きました。私の人生が、意味のあるものになったのです。

ゴトゴトゴト。「先生、なんか教室が揺れています。」私のクラスメイトの男の子がなにげなく発したこの言葉が、私の人生を大きく変えるきっかけになったと知るのは、数ヶ月後の事です。

皆さん、覚えていますか、あの悲劇。いつも通りの朝、いつも通りのお昼休み、いつも通りの給食。でも、これは長くは続きませんでした。2011年3月11日、まだ小学校2年生だった私は、またいつもの避難訓練だと思っていました。けれど、クラスメイトのみんなが防災頭巾を被りながら、机の下に隠れていく姿を見て、すぐにこれは訓練ではないと気づきました。まだ学校にいた私は無事に避難できたのですが、妊娠中の母親が、まだ3歳だった私の弟を一人で抱ぎながら、団地の4階を駆け下りたと聞いた時は、とても胸が痛みました。

東日本大震災から12年。私はご覧の通り、今カナダにいます。東日本大震災の後、私の家族はカナダに引っ越しました。カナダに来た時は、この国が大嫌いでした。ポイ捨てが多いこの国。友情の糸が些細な事ですぐに切れるこの国、誰も自分のことなどに全く興味がないこの国。何もかもが大嫌いでした。

カナダに来てすぐ、黒人なのに英語が上手く話せないからと言い、友達だと思っていた人たちからははぶかれ、トイレで昼食を食べる日々が続きました。そんな自分を情けなく思い、両親に学校を辞めたいと言い、理由を話しました。すると父に言われました。「お前が自分を持たないでどうする？気に入らないことがあったからって、すぐに弱気になっていたらキリがない。この先どうやって生きていこうと思っているんだ。」自分がこれからどんな人間になりたいのか、この先どうやって人生を過ごしていきたいのか。それを決めるのは他人ではなく、自分だということに、父のこの言葉のおかげで気づく事ができました。父のこの言葉を聞いた後、私は自分と向き合うことにしました。他人の言葉に左右されずに生きようと、心がけました。けれど、これがどんなに難しいことなのか、当時の私は知りませんでした。何度も何度も、心が折れました。毎回英語を話すたびに、みんなからアクセントが悪いと言われ笑われたり、嫌なことは嫌と言えず、他人の意見に流されたりする事が沢山ありました。でも私は諦めませんでした。

昔から運動神経の良かった私は、バスケットボール部に入る事にしました。この考えが、私がずっと探していた答えへの、大きな一歩となったのです。バスケットボールというスポーツは、みんなで力を合わせて、協力して勝てるスポーツです。試合中は、誰も私の英語のアクセントを気にしている場合ではありません。チームメイトと過ごしているうちに、私がずっと気についていた事が、どうでもよくなりました。私は自分の英語に、そして自分自身に、自信を持つことができ始めたのです。自分の声を持ち、嫌な事は嫌、と、はっきり言えるようになりました。自分を持つための第1歩として、まず芯の強い人にならなければなりません。毎回他人の言う言葉に弱気になっていたら、行く所にも辿り着けないでしょう。まず自分の価値を知る事が大事です。そうすれば自分の意思も持てると思います。

私はナイジェリア産まれの日本育ちの女の子。だから、英語の発音が他の人と違ってもいい。私は私。自分なりの個性があって当たり前。それが私を築くのですから。

4. 80 歳まで学部生

[オープン部門 1 位]
ティエリア・ヤング
University of British Columbia

大学は必要でしょうか。若い時借金までして、学費を払って、フルタイムでレクチャーを受ける必要があるでしょうか。私は高校を卒業した後、独立を優先して、仕事につきました。それでも大学を出た友達と収入がほとんど変わりませんでした。勉強したかったら図書館やインターネットでできます。大学は 18 歳ではなく、暇と金を持て余している 80 歳から入るべきものだと思っていました。しかし家族には口を揃えて反対され、特に母に大学は出るべきだと強く圧力をかけられ続けました。でも私の家族は誰一人大学を出ていないのです。自分がよく知らない施設を根拠もなく信用する姿勢に宗教の匂いすら感じました。それに対抗して、私は大学を出ずに生きていく、これは私と大学信仰との戦いだと腹をくくりました。

そして負けました。私の覚悟よりも家族の圧力が強かったです。しかし、その敗北を悔しがることを忘れるほど、私は大学生活を堪能してしまっています。意気投合した仲間達に囲まれて、熱がこもった議論を交わし、学問の最前線で知識を貪り、好奇心が刺激され、毎日全身の細胞が充実感で満たされています。

そんな勉学を続けるうちに、私は社会の格差問題に関心を抱くようになりました。自分の母にもホームレスに偏見があるということに気づきましたが、大学で得た知恵をもって母の考えをかえられると思っていました。ホームレスの歴史を説明したり、政治的、経済的因素をわかりやすく解説したり手を尽くしました。しかし皮肉なことに、母が信仰している大学で学んだ知識ではその偏見をどうしようもできませんでした。

ある日、母と道を歩いていたら、ウィルさんに会いました。ウィルさんはよくティム・ホートンズの前で車いすに座り、逆さにした帽子を持って通る人に小銭を求めています。いつものように私と挨拶を交わしたら母は煙そうな表情を浮かべました。その表情には見慣れていましたが、ふと、ウィルさんがどんな人なのか話したくなりました。彼が昔はビリヤードの選手で世界レベルで活躍したこと、ホームレスになつたいまでもベジタリアン生活を諦めていないこと。すると、ウィルさんが立体的な人間として現れて、母の表情はふっと和らぎました。石ほど硬かった母の偏見にひびが入りました。

そのたったの 10 秒の紹介は、私が今まで大学で勉強したどんな資料や学説よりも生々しく、感情を動かす力がありました。では、大学はやっぱりいらないんじゃないだろうか。知識を蓄えても、それに感情を覚えなければただの記憶でしかありません。大学で学ぶ高次元で抽象的な学問はどこで誰にどう影響するのか、想像しかけず、しかも私達は成績や就職にビクビクしながら勉強しなければいけません。そんな大学では、母を動かしたような実感は得られていないのです。

では実感を持つことができない大学は無意味なのでしょうか？ そうでもありません。現に私は大学がきっかけで母の偏見に気づき、ちっぽけながら変化を起こすことが出来たからです。私達がいま必要なのはそのきっかけの先です。大学では就職に有利な知識を追うだけではなく、社会の問題を考える余裕を持ちたい、その不条理に切実な感情を覚え、伝え、共感を誘う力も身につけたいです。それを可能にしてくれる大学こそ社会を変える人を作るのではないのでしょうか。そういう大学でしたら、私は 80 歳まで通いたいと思っています。

ACKNOWLEDGEMENT

The 34th Canada National Japanese Speech Contest would not be possible without the significant support from the following organizations:

Funded by

Blue Tree Books

Canon Canada Inc.

Department of East Asian Studies, University of Toronto

IACE Travel Canada Inc.

Japan Communications Inc.

The Japan Foundation, Toronto

Japan National Tourism Organization (JNTO)

Mitsui Canada Foundation

MYNDS Inc.

Prince Takamado Japan Canada Memorial Fund, University of Alberta

ShowFlex International Inc.

Toyota Canada Inc.

Yamaha Canada Music Ltd.

Supported by

Consulate-General of Japan in Toronto

Travel and accommodation plans were made by

IACE Travel Canada Inc.

Live-streamed by

The Japan Foundation, Toronto



East Asian Studies

UNIVERSITY OF TORONTO

Prince Takamado Japan Centre
for Teaching and Research
Bring people and knowledge together



Japan Communications Inc.

ジャパン・コミュニケーションズ



ORGANIZING MEMBERS IN TORONTO

(The Organizing Committee for the Ontario Japanese Speech Contest)

Jotaro Arimori	University of Toronto
Sonomi Iwata-Consul	McMaster University
Kumiko Inutsuka	York University
Ikuko Komuro-Lee	University of Toronto
Kumiko Kunizane	Renison University College, University of Waterloo
Akiko Maruoka	Renison University College, University of Waterloo
Noriko Yabuki-Soh	York University
Eri Takahashi	York University
Yukiko Yoshizumi	University of Toronto

CANADAIAN NATIONAL JAPANESE SPEECH CONTEST ORGANIZING COMMITTEE

Ikuko Komuro-Lee, Chair	University of Toronto
Yoriko Aizu	Carleton University, University of Ottawa
Hiromi Aoki	University of Alberta
Aya Fujiwara	University of Alberta
Ihhwa Kim	University of British Columbia
Noriko Yabuki-Soh	York University
Akiko Yoshizawa	Mount Allison University
Yanjun Zhang	Forest City Japanese Language School

CANADIAN ASSOCIATION FOR JAPANESE LANGUAGE EDUCATION (CAJLE)

<https://www.cajle.ca/activities/japanese-speech-contest/>