

ルッキズムという問題に対して

長久手市立北中学校

二年 橋本 祐奈

突然ですが、質問です。皆さんは最近問題
となっていることといえば何がうかびますか。
コロナウイルス、円安など色々なことがあります
ますが、私がまっ先にうかんだのは「ルッキ
ズム」という言葉です。一度は耳にしたこと
があるのではないでしょうか。ルッキズムは
外見重視主義とも呼び、人が外見によってそ
の人の価値を決めてしまうことを指しま
す。私は今、社会にルッキズムで苦しんでい
る人がいることを知ってもらうのはとても重
要なことだと考えています。
では、私がルッキズムに対して深く考える
ようになった事を元に、苦しんでいる人がど
のように苦しみ、悩んでいるのかをお伝えし
ます。

私が小学校6年生の時のことです。友達か
らからかう、冗談のつもりで言われた「デブ
ス」という太っていて不細工という言葉に今

までない程傷ついたことがありました。それまで容姿などまるで気にしたことがなかったのですが、その日を境に自分の容姿をとてても気にするようになりました。インターネットでダイエットについての記事を毎日のように読み、だんだん食事をするのが怖くなっていききました。食事をまともに取らなくなり、体はだるく、常に食のことで頭がいつぱいの状態になって「やせないと自分は存在価値がない」とやめることができずでした。その上、気分転換に外へ出てても周りの目が怖く以前のように楽しく外出することもできなくなりました。そんな日が続いてきたある日、私は「摂食障害」という言葉を知りました。摂食障害とは、食や体型について異常な程に不安を持ち、健康に支障をきたす行動をしてしまう精神病です。初めは精神病なんて、大げさなと思っっていました。が、病院に行っていないだけで自分もそうじゃないかと少しづつ気づくことができました。そこから本当にゆっくり、時間をかけて家族の手もかりながら食事を楽しめるように克服していきました。

この体験を通して、私は本当に何気ない一言でも他のことが見えなくなり、体が悲鳴をあげるほどの凶器になりうることを身をもつて実感しました。そして、他の苦しんでいる人を救ったり、減らしたりするためには何ができるのだろうかと思い、インターネットや動画サイトで当事者の記事や動画を調べ、見ることにしました。するとそこにはとてもシヨッキンクなコメントが書きこみされていていました。「○○kgにしては足太くない？」「夜食べないほうがいいよ！」等健康的な体重とはかけ離れている方に、もっとやせることをすすめるようなコメント。私は一言、たったの一言であれだけ傷付いたのにこの方は何個も何個も、しかも顔も分からない相手にと考えるととても悲しい気持ちになりました。また、体型以外にも顔について一人の有名な方を集中攻撃していたりと、自分が想像しているよりずっと簡単に凶器を向ける人が多いことを知りました。

ここまで私の主張を聞いて下さったみなさん、心当たりはありませんか。冗談だから、そ

ういったことを気にするような相手じゃないから、顔が見えないから。関係ありません。その気軽に放った言葉が命さえうばってしまうことがある、あってしまうのが今の日本の社会です。私一人がこの現状を理解し、悲観してもどうにもなりません、この現状を伝え、知って下さった方々がきちんと理解して意識を変えていって下されば、日本の社会が変わっていく第一歩になるのではないのでしょうか。相手に思ったことがあったとしても心に留めておくことは小さいことに思えますがとても大きいことです。口に出してしまいそうになった時、この作文が心のどこかにふっと顔を出し、よりよい社会への第一歩になることを願います。