第25回（2026年度）

母から子への手紙コンテスト

上位入賞作品

あなたに
伝えたい
想いがある



第二十五回 母から子への手紙コンテスト 原稿用紙

※印刷してお書きください。

裏面に氏名・住所・電話番号・年齢・職業を明記し、一作品ずつ封書に入れ、切手を貼って郵送願います。
入賞作品は、内容・氏名・年齢・職業・市区町村名を、本・新聞・テレビなどで公開する場合があります。
ご承諾いただけない場合は入賞の対象としません。確認のため丸で囲んでください。→ 承諾しました

385

| | | |

第二十五回 母から子への手紙コンテスト 原稿用紙 ※印刷してお書きください。

裏面に氏名・住所・電話番号・年齢・職業を明記し、一作品ずつ封書に入れ、切手を貼って郵送願います。
入賞作品は、内容・氏名・年齢・職業・市区町村名を、本・新聞・テレビなどで公開する場合があります。
ご承諾いただけない場合は入賞の対象としません。確認のため丸で囲んでください。→ 承諾しました

760

忘れないでいてほしい人の話をします。
一先生、孫が産まれるんです。もう少し、
生きたいなと思ったんです」。
あなたが産まれる頃、じいじは病気と闘っ
ていました。治療は全部やめると家族に話し
ていましたが、あなたに会いたくて、もう少
し頑張ることにしたのです。
あなたが産まれると、毎日、お風呂から上
がったあなたをタオルに包み、細く弱った体
でゆっくりと、くりビンに連れていきました。
おむつを替えてくれました。何気ない瞬間の
バタバタと足を動かすあなたに舌戦しながら、
全てが、じいじの叶えたい夢でした。あなた
はじいじに生きる希望を与えていました。
里帰りを終えて実家を離れた矢先、じいじ
は旅立ちました。あなたとじいじと過ごした
一ケ月は、とても温かい時間でした。
今、あなたがよちよち歩く姿を、きっとじ
いじも見たかったことでしょう。私がじいじ
の分もあなたの成長を見守り、愛し続けます。

20×20=400

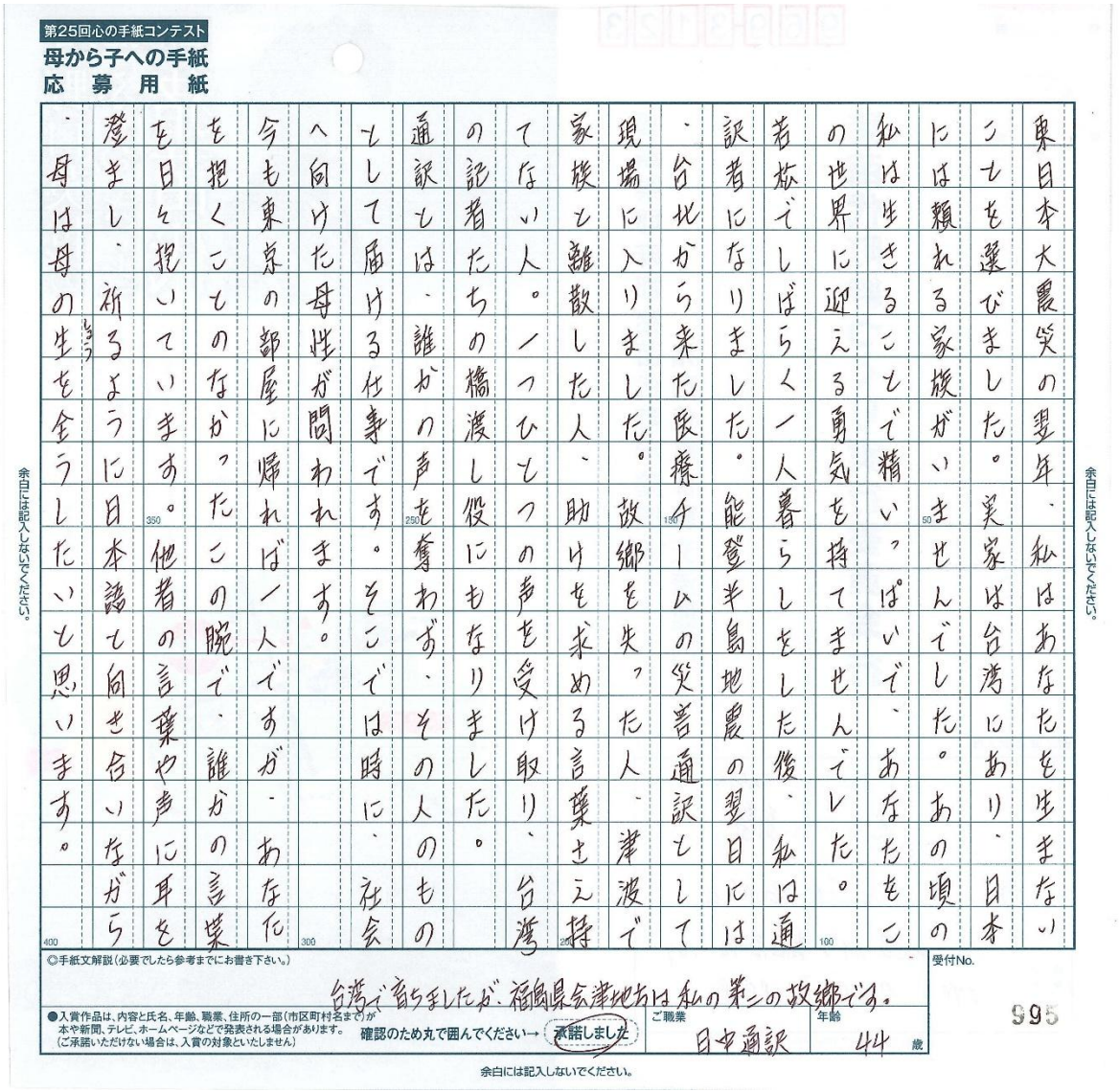
備考

作品についての説明など、必要な場合は、参考までに備考欄へお書きください。

準大賞

木幡 彩果 さん

(宮城県)



第25回心の手紙コンテスト
母から子への手紙
応募用紙

東日本大震災の翌年、私はあなたを生まないことも選びました。実家は台湾にあり、日本には頼れる家族がいませんでした。あの頃の私は生きることで精いっぱいで、あなたをこの世界に迎える勇気を持てませんでした。

若松でしばらく一人暮らしをした後、私は通訳者になりました。能登半島地震の翌日には、台北から来た医療チームの災害通訳として現場に入りました。故郷を失った人、津波で家族を離散した人、助けを求める言葉さえ持てない人。一つひとつの声を受け取り、台湾の記者たちの橋渡し役にもなりました。

通訳とは、誰かの声を奪わず、その人のものとして届ける仕事です。そこでは時に、社会へ向けた母性が問われます。

今も東京の部屋に帰れば一人ですが、あなたを抱くこのぬくもりが、たこの腕で、誰かの言葉や声に耳を澄まし、祈るように日本語も向き合いながら日々抱いています。他者の言葉や声に耳を

母は母の生を全うしたいと思います。

◎手紙文解説（必要でしたら参考までにお書き下さい。）

台湾で育ちましたが、福島県会津地方は私の第二の故郷です。

受付No. 995

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部（市区町村名まで）が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。（ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません）

確認のため丸で囲んでください→ 承諾しました

ご職業：日中通訳

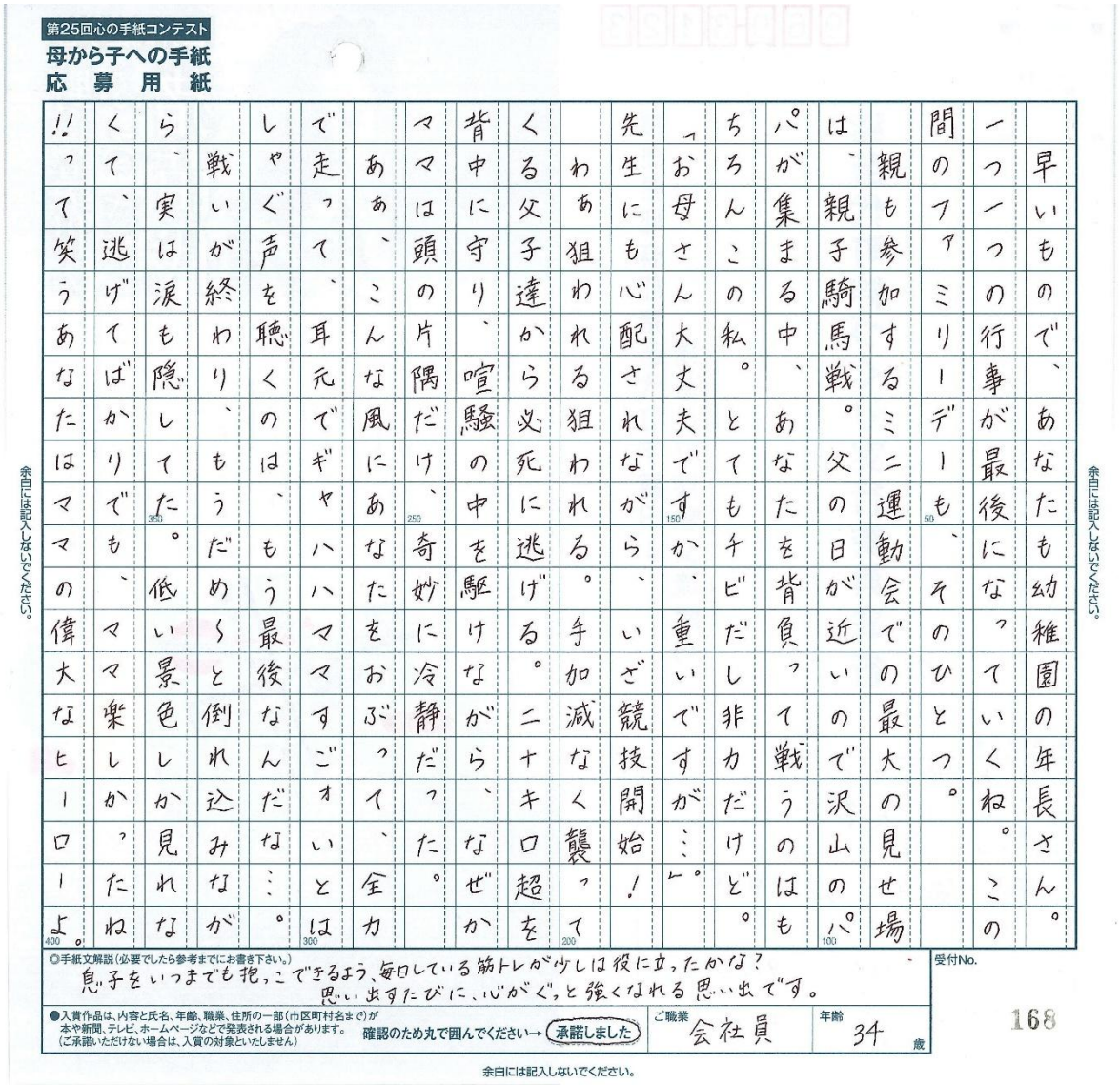
年齢：44歳

余白には記入しないでください。

日本郵便賞

池田リリィ茜藍 さん

(東京都)



第25回心の手紙コンテスト

母から子への手紙
応募用紙

早いもので、あなたも幼稚園の年長さん。
一つ一つの行事が最後になっていくね。この
間のファミリーデーも、そのひとつ。
親も参加するミニ運動会での最大の見せ場
は、親子騎馬戦。父の日が近いので沢山のパ
パが集まる中、あなたを背負って戦うのはも
ちろんこの私。とてもチビだし非力だけど。
「お母さん大丈夫ですか、重いですが……」。
先生にも心配されながら、いざ競技開始！
わぁ狙われる狙われる。手加減なく襲って
くる父子達から必死に逃げる。二十キロ超を
背中に守り、喧騒の中を駆けながら、なぜか
ママは頭の片隅だけ、奇妙に冷静だった。
あぁ、こんな風にあなたをおぶって、全力
で走って、耳元でギャハハママすごォいとは
しゃぐ声を聴くのは、もう最後なんだな…。
戦いが終わり、もうだめ〜と倒れ込みなが
ら、実は涙も隠してた。低い景色しか見れな
くて、逃げてばかりでも、ママ楽しかったね
!!って笑うあなたはママの偉大なヒーローよ。

◎手紙文解説（必要でしたら参考までにお書き下さい。）
息子をいつまでも抱っこできるよう、毎日している筋トレが少しは役に立ったかな？
思い出すたびに、心がぐっと強くなれる思い出です。

受付No.

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部（市区町村名まで）が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。（ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません）

確認のため丸で囲んでください→ 承諾しました

ご職業 会社員　年齢 34 歳

168

余白には記入しないでください。

優秀賞

小川 美香子さん

（福島県）



第25回心の手紙コンテスト
母から子への手紙
応募用紙

君たちに、いつか聞いてほしい話がある。
大きくなったら、読んでくれるかなぁ。。。
「あなたに子どもは無理じゃないかな。」
医者に言われた。実の母にうまく愛されなか。た私が抱えていたのは、その後遺症のような病。病のある私を丸ごと愛してくれた君たちのパパは、昔の私にこう言った。
「生んでくれるだけでいい。あとは全部俺が引き受けるから。」
私は、飲んでいた薬を制限した。依存していた煙草を止めた。不安はたくさんあった。
生まれてきた君へ長男」を見た時覚悟を決めた。自分がもらえなかった愛を注ぐことを。
たくさん本を読み、たくさんの人に相談し、何度も泣き、何度も立ち上がった。君を愛したい一心で。そうした日々の中で、君から愛を教わった。君の存在が尊い宝物となっていき、私は欲張った。君へ次男」が生まれた。
「親子の愛」がゆらなかった私に、愛をありがとう。
教えてくれたのは君たちです。

◎手紙文解説(必要でしたら参考までにお書き下さい。)

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部(市区町村名まで)が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。(ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません)
確認のため丸で囲んでください→ (承諾しました)
ご職業 主婦
年齢 39歳

受付No. 269

余白には記入しないでください。

優秀賞

水野 けいな さん

(福井県)

第二十五回 **母から子への手紙コンテスト** 原稿用紙 ※印刷してお書きください。

裏面に氏名・住所・電話番号・年齢・職業を明記し、一作品ずつ封書に入れ、切手を貼って郵送願います。
入賞作品は、内容・氏名・年齢・職業・市区町村名を、本・新聞・テレビなどで公開する場合があります。
ご承諾いただけない場合は入賞の対象としません。確認のため丸で囲んでください。→ 承諾しました

398

マンションのエレベーターから降りるとそこには、変な踊りをしている小三の息子がいた。その日は十五分帰りが遅くなった。なぜ待っていてくれたのか聞くも「知らん」と。何分もここで通りすがるエレベーターに踊っていたのかと、爆笑からのしーんとした気持ちになってしまった。淋しかったのかな…あれ？この感じは私も体験があると思い出した。

私の母はバス通勤で、近くのバス停まで何度も迎えに行った。残業もあった中、今のように携帯はなく、何時帰るかもわからない、私は一体何分待っただろう。次のバスに違いないと待つ気持ち。私は母が大好きだった。早く会いたかった。

時代を越えて同じことがあった不思議。ずっと忘れていた記憶を息子は思い出させてくれた。息子よ、言葉では言わないけれど、こんな母でもきっと好きでいてくれるんだろう。いつまで続くか分からない表面に出せる愛情時間、大切にするよ。

時短勤務から通常シフトに変更した頃のことです。

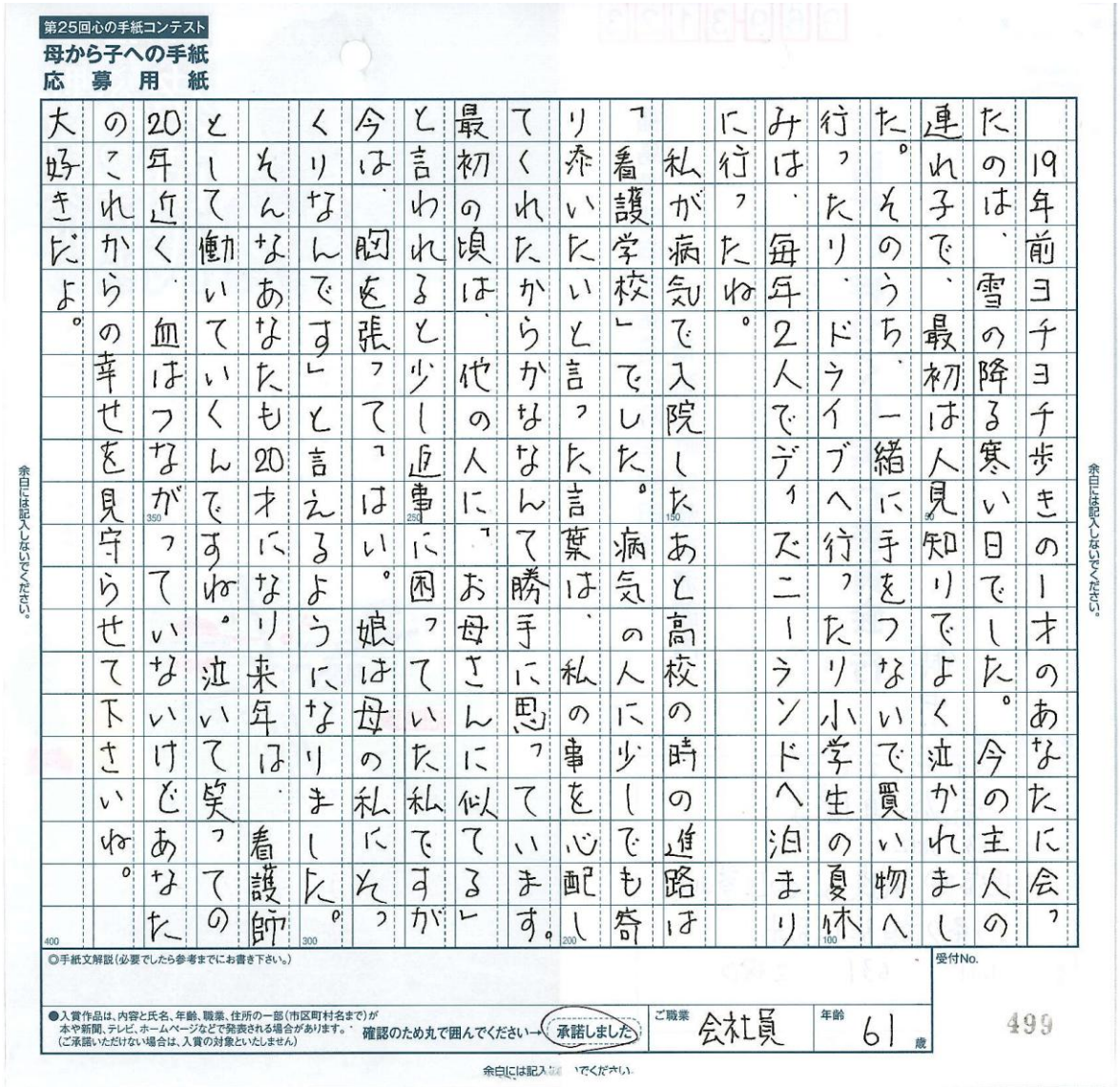
20×20=400

備考 作品についての説明など、必要な場合は、参考までに備考欄へお書きください。

優秀賞

石掛 美恵 さん

(東京都)



第25回心の手紙コンテスト
母から子への手紙
応募用紙

19年前ヨチヨチ歩きのーオのあなたに会ったのは、雪の降る寒い日でした。今の主人の連れ子で、最初は人見知りでよく泣かれました。そのうち、一緒に手をつないで買い物へ行ったり、ドライブへ行ったり小学生の夏休みは、毎年2人でディズニーランドへ泊まりに行ったね。

私が病気で入院したあと高校の時の進路は「看護学校」でした。病気の人に少しでも寄り添いたいと言った言葉は、私の事を心配してくれたからかなんて勝手に思っています。

最初の頃は、他の人に「お母さんに似てる」と言われると少し迷惑に困っていた私ですが今は、胸を張って「はい。娘は母の私にそっくりなんです」と言えるようになりました。

そんなあなたも20才になり来年は、看護師として働いていくんですね。泣いて笑っての20年近く、血はつながっていないけどあなたのこれからの幸せを見守らせて下さいね。

大好きだよ。

◎手紙文解説(必要でしたら参考までにお書き下さい。)

受付No.

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部(市区町村名まで)が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。(ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません)

確認のため丸で囲んでください→ 承諾しました

ご職業 会社員

年齢 61 歳

499

余白には記入しないでください。

優秀賞

塩谷 真理子 さん

(北海道)



第25回心の手紙コンテスト
母から子への手紙
応募用紙

仕事と家事に追われ、季節の移り変わりさえ気づけない日々でした。秋のはじめ、あなたの好きな公園で「芝生にごろんしよう」と言われました。汚れるからと断った私に、二コニコしながら「いいから、ごろんしないと見えないから」と言う五歳のあなた。仕方なく横になった瞬間、天高く澄みきった空が一気に広がりました。雲はゆるやかに流れ、赤とんぼが陽光を受けてそっときらめき、頬をかすめる風に、小さな秋が息づいていました。

あなたは、私が余裕をなくしていることに気づいていたのでしょう。携帯を手放せず、半径一メートルの世界しか見えていなかった私に、「ごろんすれば忙しくないでしょ」と言ってくれたね。その言葉に、視界が少しだけにじんで胸の奥がふっと温かくなりました。

空を見ながら他愛のない話をしたあの時間。見えていなかった世界と、あなたの気持ちを私はようやく受け取れた気がしています。

これからも、一緒に同じ空を見ていこうね。

余白には記入しないでください。

◎手紙文解説(必要でしたら参考までにお書き下さい。)
子供のまなざしが、季節の気配や心の余裕を思い出させてくれたことへの感謝を込めました。
幸せはすぐそこにあり、気づいていなかったのは自分だったということにも気づけました。

受付No. 896

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部(市区町村名まで)が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。(ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません)

確認のため丸で囲んでください→ (承諾しました)

ご職業	年齢
会社員	38歳

余白には記入しないでください。

優秀賞

池野 万智 さん

(東京都)



第25回心の手紙コンテスト

母から子への手紙
応募用紙

あぁいつも私は何をやってんだろう。朝からドタバタ準備して、やっと君たち送ってギリギリ仕事へ。あと5分でも早く起きれたら笑顔の可愛いい母でいってらっしゃいが言えたのになぁ。そんな事考えながらあっという間に君たち帰宅。そこから寝かすまでは鬼ババの姿に変身、やれ家事、習い事、宿題等。どうやって寝かしつけたのかわからぬまま、メがネつけたまま、ケータイ持ったまま寝落ち、残された洗濯や洗い物の地獄を見なかったことにしようか葛藤しながら戦う毎日。その中で唯一の楽しみが金曜の夜に何もしないで観るTV、これこそが我が活力であった。が、しかしその一筋の光も見れなくなってしまった。君たちがTVの液晶を破壊したのだ。わざとではないのだが、全く余裕のない家計直すのも時間が掛かりそう。笑顔になれない母。が、意外にも君たちは落ち着いて過ごせてるし、私も整理整頓なんかしたりして。

あぁいつも私は何をやってんだろう。

余白には記入しないでください。

◎手紙文解説（必要でしたら参考までにお書き下さい。）
本当に一日が、一年が、全てがあっという間で、子育てを楽しむべきとはわかっているのですが
次から次へと何かがやってきて… 一体毎日何やってんだろう …とそんな感じを手紙にしました！

受付No. 1019

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部（市区町村名まで）が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。（ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません）

確認のため丸で囲んでください→ 承諾しました

ご職業 パート

年齢 42 歳

余白には記入しないでください。

優秀賞

佐藤 真由美 さん

（静岡県）



第25回心の手紙コンテスト

母から子への手紙
応募用紙

覚えていますか？あなたが四歳の時、両手をバサッと広げながら、「ぼく大きくなったらカマキリになりたい。」と言ったあの日のことを。大きくなるのに、体は小さくなるのか。大変そうだな、と思いながらも「頑張ってね」と言えたあの日、私は男の子のお母さんになったんだなと実感しました。

そんなあなたも、もう九歳。相変わらず寝ても覚めても毎日虫の話ばかり。「大休憩にコウロギを見つけたんだ！」、「公園にアブラゼミ捕まえに行こう！」。あなたのおかげで、私もすっかり虫に詳しくなりました。

最近あなたに「虫の研究者になって、本を書きたい」という新しい夢ができましたね。それを教えてくれた時、「でもぼくね、本は書くより、ママに読んでもらう方が好きかな」と、今夜の読み聞かせの絵本を渡してくれたね。「まったくもう」と言いながら、ページをめくる私。ママね、あなたのお母さんになれて、毎日幸せです。

余白には記入しないでください。

◎手紙文解説（必要でしたら参考までにお書き下さい。）

受付No. 1030

●入賞作品は、内容と氏名、年齢、職業、住所の一部（市区町村名まで）が本や新聞、テレビ、ホームページなどで発表される場合があります。（ご承諾いただけない場合は、入賞の対象といたしません）

確認のため丸で囲んでください→ 承諾しました

ご職業 会社員

年齢 35 歳

余白には記入しないでください。

優秀賞

伊藤 優子 さん

（福島県）

すべての入賞作品集は、第25回(2026年)と第26回(2027年)を１冊にまとめて、2028年の春に発行予定です。

【事務局】猪苗代町絆づくり実行委員会 〒969-3123 福島県耶麻郡猪苗代町字鶴田141-1 ☎0242-72-0180