

あやの



会通信



2023年2月

のびるの会 <https://nobirunokai.jimdofree.com/>

ほっとカフェ虹 <http://hotcafeniji.wpblog.jp/>

東京でも寒い日が続いています。寒い中、電気代にもびっくりな日々ではないでしょうか。寒い毎日ですが、天気の良い日のお日様や夕方の夕焼けに、少し温められつつ。2月3月は進路も気になる季節です。卒業式など、心も揺れ動く季節。2月3月とほっとカフェ虹、のびるの会とおしゃべりにきてください。また、様々な卒業式の参加の仕方（参加しないことも含めて）思いを掲載した過去のお便りがあります。最近、お便りを手にされた方で、卒業にまつわるお便りを読みたい方は、ご連絡を頂けましたら送るようにします。

なかなか、お便りを発行できず、すみません。今月号は12月の学習会での話からの抜粋を講師の杉山さんのご厚意で掲載させていただきました。また、ほっとカフェ虹の伊藤（荻野）さんより12月の「憲法と子育て・教育を語るつどい」で発言した原稿を寄せて頂いたので紹介します。

（のびるの会 平野）

のびるの会

2月25日（土）

午前9時半 ～ 11時45分

江東区教育センター（東陽図書館となり）

第2研修室（1階）

3月25日（土）

午前9時半 ～ 11時45分

江東区教育センター（東陽図書館となり）

第2研修室（1階）

4月21日（金）

午後14時 ～ 16時00分

江東区教育センター（東陽図書館となり）

第2研修室（1階）

4月から、当面、偶数月の金曜日 午後

奇数月 金曜日 夜

昼の部と夜の部で隔月交代にします。しばらく上記で開催します。時間帯、曜日などご意見やご希望などありましたらお寄せください。

ほっとカフェ虹

2月12日（日）

午後2時 ～

竹の塚センター1階（竹ノ塚駅 徒歩7分）

視覚障がい研究室（1階 右奥）

3月12日（日）

午後2時 ～

竹の塚センター1階（竹ノ塚駅 徒歩7分）

視覚障がい研究室（1階 右奥）

4月9日（日）

午後2時 ～

竹の塚センター1階（竹ノ塚駅 徒歩7分）

視覚障がい研究室（1階 右奥）

基本的に第2日曜日に開催します。会場の都合で変更になることもあります。お出かけの前にご確認ください。



子どもの成長を待つ 大人のあたたかいまなざし ◎◎◎◎◎◎◎◎◎◎◎◎

ほっとカフェ虹 伊藤(荻野)悦子さん

小中の不登校児童生徒は9年連続増で過去最高の約24万5千
小学生は千人のうち13人、中学生は千人のうち50人が「不登校」
前年度は約19万6千人で5万人近く増えている(24.9%増)



こんなにたくさんの苦しい思いを抱えた子どもたちがいて、保護者や周囲の方々が心を痛めている。文科省は、「生活環境の変化により生活リズムが乱れやすい状況や、学校生活において様々な制限がある中で交友関係を築くことなど、登校する意欲が湧きにくい状況にあったこと等も背景として考えられる」としていますが、そうしたとらえかたで本当に必要な手立てはとれるのでしょうか。

昨年放映されたNHKスペシャルでは、2020年の10代20代の自死(自殺)が3298人、毎月平均275人が自ら死を選び死んでしまったといいます。SNSの検索ワードを調べると「死にたい」「消えたい」という言葉よりも、「学校に行きたくない」という言葉が自死との関連性が高かったといいます。

国立成育医療研究センターが実施したアンケートでは、小4~6の15%、中学生の24%、高校生の30%に中程度以上のうつ症状の傾向があるという結果で、小4以上の子どもの6%がほとんど毎日「自殺や自傷行為について考えた」と回答したといいます。

大多数の親や教師は、「別室でもいいから登校して」「少しでも長く教室にいられるように」と願っていて、けれど大人が元気に学校に行く子どもの姿を期待するとき、子どもの心には「死」が忍び寄っている。つらい気持ちを抱えながら日々を過ごす子どもたちを思うと胸が痛くなります。

こうした日本の子どもたちの現状について、国際子どもの権利委員会は「あまりにも競争的な制度を含むストレスフルな学校環境から子どもを解放すること」と繰り返し、日本政府に勧告しましたが、日本政府が進めてきたのは、学校を利潤追求社会の役に立つ「人材養成」の訓練所のようにする政策でした。

今、学校では、「ソーシャル・ディスタンス」や「黙食」などが徹底され、運動会や修学旅行などの学校行事は中止や延期となり、子どもたちの二度とない子どもとして生きられる日々が、親しい仲間もつくれず、大人に押し付けられた課題ばかりで埋め尽くされようとしています。

不登校の急増は、そうした学校にたいして直観的に「人材」となることを拒否した子どもたちのSOSではないですか。個々の子どもの内面の育ちや家庭環境の問題にするのではなく、「人材養成」の場になってしまった学校と学校をそのようにしてしまった大人社会の問題なのだととらえなければ、社会と学校が変わらなければ、子どもたちのSOSはなくならないと思います。

親の会の活動を通してわかったことは、学校に行けなくなった直接の原因やきっかけを探して解決しようとしてもうまくいかない、不登校が続くこと自体によって子どもも親ももっと苦しくなっていくということです。「学校は行くのが当たり前」という社会通念が、「自分は当たり前のことができない」と子どもの自尊感情を奪い、親を孤立させていきます。



先日、私たちの会の例会に、定刻よりずっと早く会場に来られたお母さんがいまし

た。「ネットで検索してホームページを見て、事前に連絡をと書いてあったのですが、どうしても連絡する勇気がでなくて、どなたも来ないうちに会の方に来てお話ししたくて、突然でも参加できるかどうか聞きたくて、やっとの思いでここに来たのです」と小さな声でいわれました。「大丈夫ですよ」というと、とても安心されたように表情をゆるめ、少しの時間でしたがほかの方の自己紹介を聞いて「こういう会があって、本当によかった」と帰っていかれました。

教育機会確保法の成立後、不登校の子どもにたいして学校から、学校外のフリースクールなどを紹介される、親の会でも「学校ですすめられたのだけれど、どうしたらよいか」という相談が増えていきます。これは不登校の子どもへの支援の前進だと考えていいのでしょうか。

子どもも親も常にどこかに所属していないことでの罪悪感を持っています。そこに追い打ちをかけるようなことになっているのではないのでしょうか。

我が家の次男は現在22歳ですが、小学校に入ってすぐの5月の運動会の直後から、登校が難しくなりました。体の不調を訴えるわけでもなく、理由もわからないまま、行き渋るという状態が続き、元気がなくなり、年明けからはほとんど登校できない、朝、起きても全身が縮こまってこわばったような感じで、夜は夜でなかなか寝付けない、布団の上をじたばたしている、そんな状態になりました。

学校に行かせようとするのはよくないのではないかと夫婦で何度も話し合い、2年生の4月から全部休むという決断をして学校に伝え、眠りたいだけ眠り、食べたいものを食べ、好きなだけ遊び、という生活にしたところ、みるみる元気になりました。次男のそうした変化を見て、「休んでもいいよ」といながらも結局毎朝、「今日は休むの？休まないの？」と確認するのをやめなかった、それが彼を非常に苦しめていたことに気が付きました。

子どもたちにまず必要なのは、誰にも責めたてられずに安心してゆっくり休める空間と子どもの成長を待つ周囲の大人のあたたかいまなざしだと思います。

私たち夫婦は、子ども一人一人に寄り添うことが難しい学校の現実にぶつかり、学校に行かせようとするのが子どものエネルギーを奪ってしまうことを体験し、学校に行かなかった1年間に子どもの確かな成長を実感できました。3年生の終わりに当時、東京都の独自の制度だった通級学級の「学校みたいじゃない学校」の姿に感動して次男にすすめたとき、次男は「学校みたいじゃない学校なら行く」と言いました。通級学級という制度と実践を重ねて考案されたカリキュラム、先生方の熱意、在籍校の担任の先生のあたたかい援助のおかげで、次男は失った自信を取り戻すことができました。「学校みたいな学校」に行かせようとし続けていたら、次男の「自分の人生を自分らしく生きる力」は育たなかったと思います。たとえ学校という名前でなくても、それが今の学校と同じような時空を作るものであれば、「学校みたいなフリースペース」「学校みたいなフリースクール」でしかありません。

子どもの成長・発達になくてはならないのは自由な時間と自由な空間そして仲間だということ、息子たちを育てて痛感しました。子どもにとって生きることは遊ぶことであり、本当の「学び」は「遊び」から始まるということも、です。子どもたちが興味をもっていないことを無理に詰め込もうとしてもうまくいきません。子どもたちの好奇心から出発した「学び」を広げ深める「教育」をと切に願います。



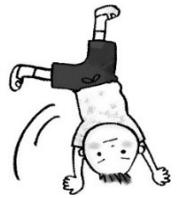
あわせて、自信を失わされた子どもたちの心と身体の回復のために何が必要なのかを社会的合意にしていくこと、人間は絶対に一人では生きていけないのですから、私たちは子どもたちに助け合って生きること、人に弱音を吐いて助けを求める力をこそ育てるべきだと思います。

12月3日開催

講演会 「不登校の子どもと生活～大人へと育っていくこと～」 お話してから
「ゆうび小さな学園」相談担当スタッフ・公認心理師 杉山 麻理江さん

「ゆうび小さな学園」の紹介

1989年(平成元年)、小学校教員だった元代表が定年間際に千葉県柏市に創設。「学校以外のユニークな教育を行う場」として始まる。ある時から不登校の子どもたちが増え始め、今では逆転している。支援方針は「一人ひとりが自分の“よさ”を発見し、それを磨き伸ばし、それを生かして、豊かな人生を創り出すよう支援する」。人間的な感情(あたたかさ、やさしさ、いたわり、のんびりゆったり、ぼんやり、かくれる、にげる、ずるける、笑う、泣く、怠けるなど)が増幅される活動を大事にしている。以前は15歳で卒園だったが、卒園のタイミングは年齢ではなく一人ひとり違うとの考えのもと、今では5歳～30代以上の方が通っている。何か達成すべき目的がある目的集団ではない。時間割はなく、畑やスポーツ、漫画を読んだりゲームをしたり、自由に過ごす居場所となっている。



◎不登校生の生活

「朝起きてこない・生活リズムが乱れている・ゲームやスマホばかり・外出したがない…」は全てOKと考えて大丈夫です。「学校行きたくない」と言った時点ですでに心と体の疲弊はギリギリの状態です。何も頑張らせない。とにかく休んでエネルギーを充電することが一番です。

◎見守りのポイント

睡眠・食欲・会話・気力がどのような状態かをみましょう。昼夜逆転していても、どの時間帯でもよいから十分眠れていれば大丈夫。食事も一日3食にこだわらず、食欲があるかをみましょう。家族のだれかとは会話できているかどうかも大事です。ゲームでもYoutubeでも何かは自発的にしているというのは安心できます。

要注意の状態としては「死」について口にする。眠れていない状態が1週間以上続く、今まで好きだったものに興味を示さないなどの状態があれば命をつなぐため、医療の力を借りることも検討しましょう。

◎「子どもにイライラしてしまう」

不登校は毎日の「生活」のことです。受容して、焦らず…とわかっている、ついイライラしてしまうこともありますよね。これに関してはシンプルに「見ない」。これしかありません。お子さんの行動一つ一つが目についてしまうのが親というものです。物理的に親子別々で過ごす時間を取りましょう。お子さんが小さくて寂しがったり一緒に居てほしいという場合以外は、なるべく離れていた方がお互いのためです。お母さんも仕事や趣味など「お母さんじゃない時間」を積極的に作りましょう。推し活もおすすめです。親が自分のこと以外に夢中になることがあって楽しんでいる姿は子どもにもポジティブな影響を与えます。往々にしてイライラの原因は子どもではありません。親の不安からくるものが大半です。

◎「将来が心配」

その不安がどこからきているか。やはり将来のことですよね。将来のことは誰にもわからない。今元気に学校に行っている子だってどこかでつまずくことがあるかもしれない。これをやってたから、学校に

行って勉強していたから将来安泰ということはない。しいて挙げるならば子供時代はめいっぱい好きなことをして遊ぶ、暇をもてあそぶ。そういう時間をめいっぱい過ごした子は逆に将来に踏ん張りがきく子が多いです。



この講演会のためゆうびの19歳以降の子の進路をざっくりたどってみるとアルバイト・就職・無職が大体同じ割合でした。進路がどう、定職についているか、稼いでいるかという点よりその子が自分自身の人生の主人公になっているか、自分らしく生きて充実した生活をできているかというところをゆうびは重視しています。ゆうびではそういう大人の人もたくさんいるので、不登校生は「学校行ってなくても何とかなるんだな」「自分もいつかバイトとか勉強しようかな」と、いろんな生き方・価値観を肌で学んでいます。同じ学区内、同じ学年の中だけがすべてではない。いまはユーチューブとかでいろんな発信がありますよね。お子さんの方が詳しいかもしれない。ぜひ多様な生き方に触れさせてあげてほしいです。

◎子どもは今を生きている

「将来のために今があるのではない。今は今を楽しむためにある」。ゆうびの元代表の言葉です。大人は子どもの先に居るのでどうしてもあの時こうしておけばと、それを子どもに良かれと思ってさせようとしますが、失敗もまた子どもの権利です。子どもは今を生きている存在です。今の充実の積み重ねが全てです。子どもも親も支援者も、折に触れて思い出したい言葉です。

◎一人で生きていく力とは

「一人で生きていく力」、「飯を食っていける大人に」のような言葉、どこかの塾かなんかが言っていましたけど。親としてみれば自分の子が他人様の世話にならないようにという想いはあるかもしれませんが。でも生涯誰にも世話にならずに生きていける人間なんていませんよね。それに、そうあるべきと思っていると、なんらかの理由で働いていない人、一人で生活できない人、嫌な言い方ですが生産性がないと言われる人を見下すような価値観を植え付けることになる。これは大変危険な事です。どんな人も生まれてきて生きているだけで価値がある。それが不登校支援に限らず大前提です。その中でできないことは助けてと言えるようにするというのが大事な力ですね。ゆうびでは大人が率先して「助けて手伝って」という姿を見せるようにしています。得意な事、できないこと補いあいながら人間暮らししていく世の中がいいですね。↓

↓

◎自分の生活は自分が作る

小学低学年くらいだと親がルーティンみたいなものを少し作ることも有効です。ある程度いったら不登校生には「自分の生活は自分が作る」という気概をもってほしい。せっかく時間割のない生活なら自分で「今日はなにをしようかな」「どんな気分かな」「体調はどうか」自分の心と体の声を聴く習慣を身に付けてほしい。大人でも難しいことです。今日はどんな一日にしようか、自分をどう楽しませようかな。それを考えて生活を創っていくこと。それが大人へと育っていくことなのだと私は思います。



資料 1

東葛毎日新聞 コラム 子どもの広場より <https://bunya.ne.jp/category/rensai/yuubi>

アリもキリギリスも豊かな人生を

先日、子どもに幼児雑誌の中にあつた「アリとキリギリス」のお話を読み聞かせする場面がありました。働き者のアリは冬になる前、せっせと食べ物を集める。一方、キリギリスは気ままに音楽を奏でて暮らす。アリはキリギリスに忠告するが、キリギリスは聞かない。やがて冬が来て…という、有名な寓話です。

昔から語り継がれているお話なので、いろいろな脚色のバリエーションがあり、結末もキリギリスが野たれ死ぬ物から、アリに食べ物を分けてもらい、お礼に楽器を演奏するといった物まで様々なようです。

この雑誌の中のお話の結末は、キリギリスが飢えてアリに助けを求めに来た場面で、アリは「ぼくは食べ物を集めたほうがいいと何度も言ったはずだよ。それなのにきみはずっと遊んでいたね」と言い、キリギリスは遊んでいたことが恥ずかしくなる。そして、アリは「家族が多いから食べ物を分けることはできない」とドアを閉め、キリギリスは雪空の中をとぼとぼと歩いていくというものでした。

この結末を小さな子どもに話すのを、私はためらいました。働かなかったのだから飢えるのは自業自得。野たれ死んでしまっても仕方がないと暗に伝えることにならないかと思ったからです。アリが家族を優先し、キリギリスを助けなかったことは責められることではありません。ですが、音楽を楽しんでいただけのキリギリスが死んでも仕方ないように描かれるのは強烈すぎる気がします。この世には死んでも仕方がない命などない。そして、その人の楽しみである芸術や遊びのようなものを奪ってははいけない、と私は思います。

現代社会の問題と照らし合わせると、一生懸命に働いてもギリギリの暮らしであるアリもまた、犠牲者です。その苦しみは、働かない人、生産性がないと言われる人への攻撃に変換されていきます。子どもたちの大切な「今」の時間は、将来のためだけでなく、今この時を楽しむためにある。小さいうちから「自己責任」を教えるのではなく、アリもキリギリスもどの人も、かけがえのない人生を豊かに生きるために社会がどうあるべきか、子どもと話し合いたいです。

アンケートから



杉山さんのお話をうかがい、子どもが自発的に動く時をじっくり待とうと思いました！とても為になりました。懇談会で色々とお話がうかがえて良かったです

頭では理解していても、ついつい自分の不安を子どもにぶつけ、子どもにプレッシャーを与えてしまっている自分の日頃の言動を反省しました。「ただの自分でいいんだという安心感、ここに居ていい、生きているだけでいいという肯定感」を子どもに感じてもらえるよう、日々考え、悩み続けていきたいと思います。ただ、私自身があまり深刻にならないように、自分の楽しみもみつげながら元気に過ごしたいと思っています。