

第3回不登校相談会・交流会 実施記録



TOMIYA



宮城県富谷市 保健福祉部 子育て支援課
株式会社 トライグループ

第3回 不登校相談会・交流会のようす

開催日：10月28日（火）

開催場所：富ヶ丘公民館

第1部 相談会

お子さんが不登校を経験された保護者の講話

～同じ悩みを持つ保護者同士の『語り合い』の現場から～

講師のご紹介

講師：富谷ユネスコ協会

語り合いの会に参加されている

保護者 けいこさん、ゆかりさん

語り合いの会とは…

お子さんが登校に何らかの問題を抱えて、
お悩みをお持ちの「保護者同士」で
語り合う場です。



この日は富谷ユネスコ協会「語り合いの会」から

- ・会長のえみこさん
- ・理事のまりこさん
- ・理事のお子さんで、不登校を経験したにこさん
にもご参加いただきました。

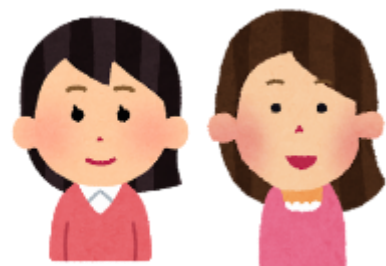
＜講話内容＞

（１）ゆかりさんのお話

状況：中3の息子さんが不登校

（２）けいこさんのお話

状況：中2の息子さんが不登校



(1) ゆかりさんのお話

(実際のお話から一部要約して掲載しております)

現在の状況：中3の息子さん（Aくん）が不登校



【Aくんの幼少期～小学校のようす】

- ・赤ちゃんの頃から育てにくさを感じており、幼稚園のときには、思い通りにいかないと奇声をあげたり、先生を叩いたりすることがあった
- ・小学2年生の終わり頃から「行きたくないな～」と口にするようになり、学校の先生からのアドバイスで病院に行くと…
「ADHD、学習障害、高機能自閉症、気分障害」であることがわかり、薬の服用を始めた
⇒ゆかりさんはこの診断を受け…
 - ・この子の育て方が分かる
 - ・学校からの支援が受けやすくなると考え、ちょっとホッとした



《不登校になるきっかけ》

ある日小学校に車で送っていくと、なかなか降りたがらないことがあった。その後Aくんは脱走し、なんとか学校の先生が捕まえたので、ゆかりさんは先生に促されるまま仕事に行った。

ゆかりさんが職場についてすぐ、学校から電話が…すぐに迎えに行くと学校中Aくんの泣き叫ぶ声が響き渡っており、学校に行く前に出していたS O Sに気づかなかったことを後悔した。



これをきっかけにゆかりさんは仕事を辞め、母子登校をする生活にしたが、次第にAくんの登校日数は減り、暴言暴力が続く状況になった。

ゆかりさんは、「なんで私だけ？もうこの世からいなくなってしまうたい…」と考えるようになった



★精神的にも肉体的にも限界に達したタイミングで、ゆかりさんが学校の先生から言われた言葉（要約）

一度学校に来るのをやめてみましょう。

お母さん、もう限界ですよ？頑張りすぎてます。
お母さん、頑張るのをやめましょう。

Aくんの中から一度、学校という存在を消して、学校の嫌なイメージを消していきましょう。そしてAくんの嫌なことを全部無くしていきましょう。

学校は必ず行かなければいけない場所でもないし、苦しい思いをしに来る場所ではありません。

学校から離れたら、もう戻ってこれないんじゃないか？って心配に感じる気持ちは分かりますが、これがAくんにとって、遠回りだけど一番の近道になるはずです。

このまま無理に学校行く。行かない。ってやっていると、将来、家庭内暴力に発展してしまう可能性が高くなってしまいます。完全な引きこもりになってしまうかもしれません。だから私を信じて下さい。

大人になってからでも勉強は出来ます。
でも、こどもの頃の苦しかった思いを消すことは出来ません。
絵を描くのが好きなら、それを見せて下さい。
出来た事を沢山ほめてあげましょう。



学校の先生の言葉をきっかけに、ゆかりさんは頑張る事をやめ、Aくんには学校に行かない選択肢がある事を伝え、好きな事を沢山してもらう事にした



- ・ Aくんの表情がみるみる変わり、ゆかりさんの笑顔が増えた
- ・ 放課後に学校の先生に会いに行ったり、給食を食べに行ったり、興味のある授業に参加できるまでになった

ちょうどこの時期に知り合いから【語り合いの会】の誘いが…

語り合いの会に参加する前…

参加してみると…

行っても今の状況が
変わる訳でもないし、
話したところで何も変わ
らない。
でも、行っただけ行って
みようかな…

皆一緒に涙してくれ、
『分かる』『うちも同じ』
『うちもその時期あった』
と、頷きながら共感してく
れた。



初めは不安な気持ちもあったゆかりさんだったが…

回数を重ねていくうちに、次第に気持ちが楽になっていった

《語り合いの会に参加したゆかりさんの変化》



ゆかりさん

気持ちに余裕ができたのか、息子への接し方も変わってきました。私達も苦しいけど、一番苦しいのはこども達であって、こども達も今のこの状況をちゃんと考えている。という事が分かってきました。

《理事の方からの提案で、Aくんも参加したときのこと》

こども達はそれぞれがゲームをしたり、絵を描いたりバラバラに過ごしてはいたが…

帰宅後、Aくんに感想を聞くと

『楽しかったからまた行きたい』
『認めてくれる』『俺の居場所』



と話していた

そしてAくんは…

小学校の卒業式にみんなと一緒に堂々と参加し、中学に入学

【中学校入学～現在（中3）のようす】

- ・初めは母子登校で1週間休まずに登校していたが、頑張りすぎた反動もあり、また学校に行けなくなってしまった
- ・週に一度、顔を見せに行くという先生との約束はずっと守っている
- ・気分が良い時は、授業に参加したり、畑で過ごしたりしている
- ・現在は中3で進路を決めなければならないが、将来については不安に感じる発言ばかり

将来については、焦っても良い方向にはいかないので、焦らずに息子の気持ちを尊重しつつ、ゆっくり決めていきたいと思っています。



語り合いの会に参加してゆかりさんが感じたこと

- ・困った事を声に出すことは大事
⇒必ず誰かが手を差し伸べてくれる
- ・頑張りすぎていたことに気付いた



ゆかりさんが大事にしている言葉

1. まあいっか。

出来なくても、まあいっか。



2. そんな時もあるよね。

やりたくない。行きたくない。そんな時もあるっていいんです。
大人も仕事に行きたくない時だってありますから。

3. なんとかなる。

どうしようもない時もあります。
でも、結果は違っても、なんとかなるもんです。



4. 生きてるだけでまるもうけ。

どうしようもなくなって、命を絶つ事を選ばざるを得ない人もいます。
でも、我が子は生きていてくれています。
生きていれば、小さな幸せが沢山あります。
生きていてくれば、我が子から小さな幸せが沢山もらえます。
生きてるだけでまるもうけなんです。
生きていてくれるだけで十分なんです。



(2) けいこさんのお話

(実際のお話から一部要約して掲載しております)

現在の状況：中2の息子さん（Bくん）が不登校
※富谷市の不登校特例校、西成田教室に通っている



【不登校になった経緯】

- ・小学3年生の春、コロナの一斉休校が開けてから、少しずつ体調不良を訴えるようになり、その秋から完全に不登校に
- ・からかわれやすかったが、それをうまくかわしたり断ったりすることが苦手で、頑張りすぎる性格
- ・学年も荒れていて先生方も厳しく、さらにコロナ禍でみんながピリピリしていた時期と重なった

【不登校当初の状況】

- ・担任の先生からは「短時間でもいいので、なるべく学校に来て欲しい」と言われた
- ・けいこさん自身も「学校に行くのが当たり前」という考えが強かったため、先生に申し訳ない気持ちで、付き添い登校をしていた
- ・けいこさんは「学校に行きたいのに、なぜ行けないのか」こどもが疲れ切っている状態がなかなか理解できないでいた
- ・毎日、数分～数十分程度学校に連れて行くと、Bくんはどんどん心を病んでいった



【不登校になってから…】

- ・自宅でご主人と分担して勉強に取り組んでみたが、親子関係が悪くなっていき、Bくんは鉛筆を持つだけで体調を崩すようになったのですぐにやめた
- ・Bくんは、外出も怖がるようになり、食べることや寝ることなど、生きていく上で必要なことまでも怖いと言い始めて、家で引きこもるようになった

けいこさんはBくんの不登校きっかけに仕事を辞めたが、次第に買い物に行くのも難しくなり、2人とも外部との接触を完全に断っていた



【Bくんの家でのようす】

- ・ゲームやYouTubeに没頭する毎日
- ・少し元気になった頃を見計らってドライブをしたり、万歩計ゲームアプリで一緒に出掛けたりして過ごした。

学校から数カ月離れると、エネルギーが溜まり、元気になったように見えるので、また親子で学校に挑戦するが、再び同じ事を繰り返していた…



【フリースクールとの出会い】

小学5年生の春。けいこさんが限界を感じて、民間のフリースクールの親の会に助けを求めた

《フリースクールで知ったこと》

- ・「こどもが学ぶ場所は、どこであってもかまわない」ということが、こどもの権利として法律で認められていること
 - ・勉強は本人が「やりたい」と思ったときや、「必要だ」と感じたときに、自分のペースで始めれば大丈夫
- ⇒「もう学校にはこだわらず、このフリースクールに託してみよう」と思えるように…

この頃のBくんは料理などの家事に挑戦して、生活のスキルを身につけようとしていた



【西成田教室・ぽんぽこ広場に通うきっかけ】

Bくんが元気になってからもけいこさんは学校に戻ることは勧めなかったが、6年生の夏前にBくんは「西成田教室に行く」と決め、ある日突然勉強をしようと言いだした

勉強にあんなに拒否感を示していたのに大丈夫なのか、親の方が慎重になりましたが、本人のやる気を応援することにして、勉強はぽんぽこ広場（富谷市教育支援センター）でお世話になりました。

このあと、Bくんは曜日や時間を変えて3か所の居場所を利用し、毎日外出できるようになった

けいこさん

【現在のBくんの状況】

- ・日本地図のすごろくゲームの影響で、地理・歴史・文化に興味を持ち、今では日本全国、自分で計画を立てて出かけて行くようになった
⇒心が疲れた時のリフレッシュや運動に役に立っている
- ・家事を覚えたことにより、けいこさんが社会復帰したときに、自ら進んで家の事を手伝ってくれた



それまで「不幸」とか「無駄」だと思っていた時間が、意味のあるいい時間だったと分かりました。
私は「あの時の何かが、また他の何かに繋がる時が来るかもしれない。今こうしている時間も、今はまだ気付いていない何かが、どこかに落ちているかもしれない」と思えるようになりました。

【語り合いの会に参加してからのけいこさんの変化】

《語り合いの会に参加するまで》

- ・ Bくんを家に残して自分だけが楽しむことに後ろめたさを感じるようになっていた
- ・ 不登校の原因を自分のせいにして、自分を嫌いになっていった
- ・ 気が付くと自分の居場所がなく、社会から取り残されたような気持ちになり、仕事を辞めた自分を責めるようになっていた

《語り合いの会へ参加して…》

- ・ 泣きながら話す人、それを聞いて一緒に涙する人がおり、みんなありのままに感情を出して話していて驚いた
- ・ けいこさんもこれまでのこと、誰にも言えなかったことを話していて、涙が止まらなかった
- ・ 正直な感情を表に出すことを続けていくうちに、ありのままの自分を受け入れられるようになっていった
- ・ 以前より視野が広がりパワーアップした



これまでは、つい悪いところばかりに目がいきがちだった私ですが、少しずつ「いいものを探す目」に変わっていききました。こどもの不登校という出来事を通して変わったのは「こども」ではなく「私」だったのです。

そうすると、私自身が生きやすくなりました。そして私が楽しく元気であるようになったら、こどもも自然とよく笑うようになって、家の中の空気が明るくなりました。

こどもの変化は、私の心の元気さに比例していて、私が楽しく元気であることがどれほど大切かを、改めて強く感じています。

第2部 交流会

①司会者よりけいこさん・ゆかりさんへ質問

『語り合いの会へ参加する一步を踏み出せずに迷っている方へのメッセージを含めて、語り合いの会に参加したことで変わったこと』

お二人とも共通してお話してくださったことは…

○語り合いの会に参加する前に同じように気持ちを吐き出せる場としてネットで繋がってみたこともあったが…

- ・スッキリしなかった
- ・誹謗中傷を受けることがあった
- ・ネットでの相談が合う人もいると思うが、声を出して自分の気持ちを吐き出すことが合っていた

⇒実際に声に出して自分の気持ちを吐き出すことが大切

○今も戦っている最中ではあるが、同じ気持ちを持つ仲間と出会えたことで、気持ちを声に出して吐き出すことができるようになり、自分自身に自信がついてきた



○自分だけでは乗り越えることができなかった

②参加者同士の交流

参加者からこれまでの経緯や現在のこどもの状況について打ち明けられたときには、語り合いの会の方から同じ状況であったときの思いや経験談などを聞くことができました。また、語り合いの会の皆さんが参加者の気持ちに寄り添い、これまでの対応を評価されることで和やかな雰囲気の中で交流会が行われました。

《参加者から出た悩み》

- ・こどもの特性（発達障害・学習障害）との向き合い方
- ・こどもに対して強く言うてしまうことへの葛藤
- ・学校との関わり方 など…



語り合いの会に参加したことがなかった方も実際に声に出して気持ちを吐き出す時間となり、初めは緊張されたようすだった方も終了時には安心した表情や笑顔で帰る姿が印象的でした。

また希望者の方には不登校支援コーディネーターを中心として個別相談を実施しました。



アンケートの声

- ・自分の息子と重なり、大変共感できました
- ・息子に対しての気持ちを整理でき、どのように接していくのかがわかったので良かったです
- ・同じ境遇の方のアドバイスが参考になりました
- ・親自身が余裕を持って接することがとても大切だと感じました
- ・共感するところがたくさんあり、色々な思いが込み上げて、昔の辛かった感情がフラッシュバックしながらも、この場所に居ることが辛くはなく、不思議な気持ちになりました
- ・参加をする時は、自分の気持ちに焦りがあり、どう行動していいのかわかりませんでした、色々な考え方や方法があるんだなと思いました



今後の開催日程（予定）

11月15日（土） 13：00～17：00

会場：東向陽台公民館

講話：宮城学院女子大学 特別支援室コーディネーター
公認心理師 松田 るり 氏

テーマ：「大学生の支援から児童のケアを考える」



12月13日（土） 13：00～17：00

会場：富谷中央公民館

講話：医療法人東北会 東北会病院
副院長 村田 祐二 氏

テーマ：「病院を訪れる不登校の子どもたち
～これって子どもの心のSOS?!～」



1月16日（金） 13：00～17：00

会場：東向陽台公民館

講師：尚絅学院大学 特任教授
東北大学 名誉教授

公認心理師・臨床心理士 加藤 道代 氏

テーマ：「不登校が教えてくれるもの」



