

不登校と向き合う人たちのために

ほっとLine

2020
初夏号
vol.49

■今回のテーマ

それぞれの不登校

ダイジェスト版

ほっとLine



学校法人 開桜学院 ひびき 日々輝学園高等学校 | 広域通信制 | 単位制 | 普通科 |

「声かけ」の大切さ

理事長・学校長 **小椋 龍郎**

教師と生徒のより良い関係作りに、「声かけ」は欠かせません。

普通の学校生活の中で、教師と生徒が交わす二言三言ですが、様々な役割を担ってくれます。教師から考えますと、個々に対する指導の糸口であり、必要なことを確認したり、生徒の様子の変化を探る手立てとして有効です。生徒にとっては、教師とのコミュニケーション、生活や学習に関する気づきのヒントなどになるでしょう。

声かけの上手な先生は、場面やタイミングを踏まえ、生徒に応じた伝え方をします。とくにコミュニケーションが不得手な生徒、反応の少ない生徒に対しては、表情豊かな声かけを意識しているように感じます。そこには、「言葉」だけではなく「心」をかけるとの思いがあるのでしょうか。なによりも、「声かけ」は、少しずつ積み上げ、段々とやり取りになっていくものとの構えに立られていると思います。

本校の先生方も、いろいろと工夫した声かけを実践してくれています。なかでも、カウンセラーの先生たちの声かけは、本校の特長的な支援と言えるかもしれません。折々にカウンセラーの先生たちは、何気なさそうに校内を巡回します。生徒たちの全体的な様子や雰囲気等を感じ取ること、気に掛る生徒に声かけをすることがねらいです。そうすることで、カウンセリングルームへの敷居が下がり、悩みを抱えた生徒に対するカウンセリングに入りやすくなることがあります。

そのような中で、なかなか学校に登校できない生徒への「声かけ」はどのように考えればよいのでしょうか。ひさしぶりの登校や家庭訪問でやっと本人に会えたとなれば、担任にしてもカウンセラーについても、やはり相応の面談やカウンセリングに入らざるを得ません。そう考えますと、日頃の電話や手紙を「声かけ」として、いろいろと配慮・工夫する必要があるでしょう。また、久方ぶりの面談であっても、「声かけ」的なやり取りから進めていくとの意識も必要だと考えます。その上で、SNSが日常的なコミュニケーションツールとなっている今日、その有効活用によって、「声かけ」を含めた不登校状態にある生徒との新たな関係作りと支援の方法を検討・開発すべき時期を迎えていると考えています。

C O N T E N T S

「声かけ」の大切さ	1
理事長・学校長 小椋 龍郎	
適応指導教室からの一歩	2
東京校 2年女子	
友人の存在の大切さを知る	4
神奈川校 3年男子	
友達の言葉に救われた	6
横浜校 3年女子	
英語が自分を変えてくれた	8
本校 3年女子	
いくつかのハードルを越えて	10
宇都宮キャンパス 卒業生 男性	
好きなことに取り組み、活力ある毎日に	12
さいたまキャンパス 3年男子	

生徒・保護者の方を対象に、学校説明会やオープンキャンパスを実施しています。
また、個別の学校見学、相談も随時受け付けております。
各校舎までお気軽にお問い合わせください。

【本校】TEL 0287(41)3851

【東京校】TEL 04(2965)9800

【宇都宮キャンパス】TEL 028(614)3866

【神奈川校】TEL 0467(77)8288

【さいたまキャンパス】TEL 048(650)0377

【横浜校】TEL 045(945)3778

適応指導教室からの一歩

東京校 2年女子

人と関わるのが苦手な私は、中学校での新しい環境に慣れようとがんばっていましたが、部活動でのいざこざや、友人関係が悪くなったことが重なり、学校を休みがちになってしまいました。元に戻りたくても人の目が怖くて教室へは行きませんが、保健室登校や、別室でテストを受け、1年生を過ごしました。

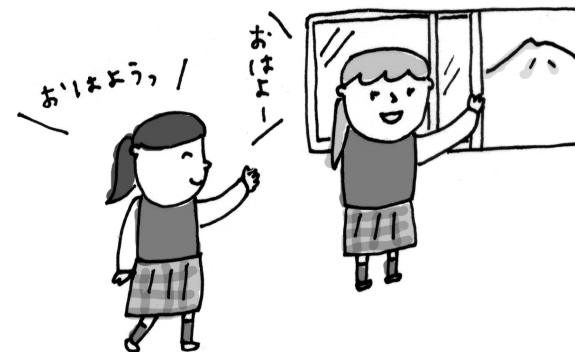
完全に学校へ行けなくなったのは、2年生になった時です。始業式は登校して、新しいクラスで再スタートを考えていました。けれど、久しぶりに会った同級生達の雰囲気はとても変わっていました。私が休んでい



た分、みんなの距離が縮まっていた、私はそれについていけないのか。勉強ができていなかったのも、内容が分からず授業に取り残されてしまうのではないかと不安で、諦めて投げだしてしまいました。

学校へ行かない間はずっと家にいました。現実からは目を背け、パソコンを見るだけの生活でした。学校からの電話さえ拒んでいたのも、これからの自分の進路なんて一切考えていませんでした。何ヶ月もたち、2年生の終わり頃、やっとこのままではいけないと危機感を感じ、前々から勧められていた適応指導教室へ行こうと決心がつかしました。そこにいけば今より状況が良くなって、自分がこれからどうしたいのか気づけると思ったからです。

適応指導教室では、同じような経験をした子達がいる、趣味の合う子もいました。



少人数で落ち着いた雰囲気だったので、自分のペースで焦ることなく、馴染めました。ずっと引きこもって両親と会話するだけだったので、同年代の子と共通の話題で話ができるのが嬉しくて、毎日が楽しかったです。

適応指導教室へはほとんど休む事なく通えました。遅れていた勉強も数学だけは学校の内容に追いつくことができました。3年生になり、この先を考えた結果、中学卒業後は学び直しをし、一度は放棄してしまいましたが、また学校へ行きたいと思い、高校へ進もうと思いました。私がどの学校に合っているのか、先生が色々な学校を教えてくださいました。不登校経験のある生徒が多く、少人数の教室で、適応指導教室に似て通いやすそうな日々輝学園を選びました。

適応指導教室は私にとって、唯一家族以外とコミュニケーションがとれる場所で、

勉強を教えてもらうだけでなく、様々な体験を通して自分を見直し、大きく成長できる場所だったと思います。卒業前に担任の先生が、私は目標を高く持ち過ぎてしまい投げ出してしまう面があることを教えてくれ、「高校ではがんばり過ぎず、自分のペースでつないでいけば大丈夫ですよ。自信を持ってください」と声をかけてくれて安心しました。適応指導教室へ行く決断に時間をかけてしまったけれど、手遅れなどということではなく、過ごした全ての時間が現在の高校生活に役立っています。



※学年は掲載当時のものです。

友人の存在の大切さを知る

神奈川校 3年男子

私は小学校の時に初めて不登校を経験しました。特定の人や集団に、遠ざけられているということではありませんでしたが、クラスの雰囲気にも馴染むことができず、また、周囲の人との小さな違いを敏感に感じたりすることが増え、学校に登校することが億劫になってしまいました。家に一人で居ると様々なことを考えるようになり、自分は嫌なことから逃げているだけなのかと考えたり、学校をサボっている自分は、趣味や娯楽などに没頭することもいけないことだと思ふようになりました。そのうちに、自分自身に対して自信が持てなくなり、外の世界と関わってみたいという思いや、友達が欲しいという欲求も薄れてしまいました。

地元の中学校では人間関係に変化が無いと思い、私立の中学校に進学しました。夏休み前までは、頑張って登校していました。勉強に力を入れて取り組みたいという意志も周囲の人

とは差があり、また、クラスの人達との付き合いにも疲れてしまったことで、夏休み明けから2年生が終わるまで、全く学校に登校することができませんでした。3年生になってから、少しずつ保健室に通うようになり、徐々に生活のリズムを取り戻すと共に、進路のことを考えるようになりました。しかし、高校に通うということを前向きに考えることができずにいました。そうした私の気持ちを知る両親と共に、いくつかの通信制の学校を見学していくうちに、日々輝学園のことを知りました。私がそれまでに見学していた学校と日々輝の大きな違いは、なにより学校らしさでした。いくつもの教室があり、黒板を使っての授業や、全日制の学校と同じような校内の雰囲気は、高校生活に多くの不安を抱えながらも、もう一度普通の生活を取り戻したいと考え始めていた私にとって、気になる学校になりました。

日々輝に合格してから、日々の学習につい

ていけるか、毎日通えるか、なにより友達はつくれるかなど、学校生活に対して様々な不安を抱えながら入学式を迎えました。

入学してすぐは、クラスに人がいることに緊張し、自分から話しかけることもできず、何事にも消極的な気持ちで学校に足を運んでいました。しかし、遅刻しながらも毎日登校していると、名前を憶えてくれて、話しかけてくれる友達ができるようになり、少しずつ、学校のことや趣味のことなど、色々なことを話せるようになっていきました。そして、友達に話を聞いてもらい、また、友達が自分に話をしてくれることが、とても楽しくなっていました。それからは、入学前に抱いていた不安や悩みが、日に日にほぐれていくことが自分でも分かり、学校に登校することを楽しく感じるようになりました。しかし、入学して最初の宿泊行事の体験学習が迫ってくると、行事に参加することを憂鬱に感じだし、そのことしか考えられなくなっていました。そして、体験学習の前日の夜になり、明日は休もうかなと考えていたら、クラスの友達が電話をしてくれて、気持ちがとても軽くなり、友人という存在の大切さを、身を持って知ることができました。

2年生になった時にクラス替えがありました。それまでに親しくしていた友人達とは、クラスも異なり、また、新しい環境に溶け込むことが苦手な私は、徐々に登校ペースも乱れてしまいま

た。そして3年生になったときに、このまま高校生活を終わらせたくないと思い、学校に毎日通うことと、このクラスで友人を作るという二つの目標を立てました。そして学校に毎日通ううちに、去年はあまり話していなかった人とも友達になることができました。3年生では、2年生でできなかったことを取り返すために、様々な行事に参加しました。特に、人生で初めて経験した修学旅行では、沖縄の観光地を友人たちと見て回ったり、地元の民家に民泊したり、これまでの私には想像もできない程の、多くの思い出をつくることができ、また、思い出を共有していくうちに、素晴らしい友人関係を築くことができました。

私は、この日々輝学園で過ごした三年間で、学校に通える楽しさや嬉しさ、そして、学んでいくことの大切さなど、本当に多くの発見と気づきがありましたが、その全てに友人達の存在があったと確信しています。友人と支え合えることの素晴らしさを知った今は、過去の不登校の経験も、友人関係が当たり前にあるものではないと知るために、必要な経験だったと、思えるようになりました。

これからの私は、この日々輝学園で得ることができた発見と気づき、なにより、素晴らしい友人達との思い出を大切に、未来を信じて、生きていきたいと思います。

※学年は掲載当時のものです。

友達の言葉に救われた

横浜校 3年女子

私は昔、中学受験をし、私立女子校に通っていました。しかし、女子校に馴染めず友人関係が原因で地元の中学に転校しました。そこでは小学校から仲の良い子が沢山いたので楽しく過ごせていましたが、それは表面上なんとかとりつくろってだけで、私の精神は限界でした。中学2年生の頃から完璧な不登校に……。不登校の時には、親との関係が信じられないくらい悪化。親の理想に添えない私は親にとって恥ずかしい存在なのだと思います。

そんな日々が辛いのなら、大人しく学校に行けば良いと、何度も思いました。行けたらどんなに良いだろうかと。ですが私にとって中学は逃げ場でもなんでもなく、ただ「気を使うべき対象が増える」所でした。



その中学校で週に一回カウンセリングを受けていて、そこでは本心を話すことができました。そのカウンセラーの先生には、本当にお世話になり、日々輝学園も教えていただいて知ることができました。

日々輝に入学当初は自分に自信がなく、人から嫌われることを極度に恐れていました。「そんなつもりで言ったわけじゃないのに、勘違いされて不快な思いをさせてしまったらどうしよう」など、ただ漠然とした不安と恐怖ばかり抱えていました。

「嫌われたくない。価値がないと思われたくない」。そんな思いで埋め尽くされていた私を救い出してくれたのは、友達でした。私の思いを認めてくれて「絶対に嫌いになんてならないよ」「離れていかないから、大丈夫だから」「考えすぎないでね?」と、私がいちいち不安になるたび慰め、励ましてくれました。その言葉にどれだけ救われたか。本当に、出会えてよかったと感謝しました。私は、その友人達のおかげで少しずつ自信を取り戻し、新しいことにチャレンジできるようになりました。

2学期から部活動に入部し、また先生に背中を押していただき生徒会にも立候補しました。去年は会計監査、今年は書記として活動しています。そして、部活動で



は副部長を任せていただけることになりました。中学の頃の私から考えたら、あり得ないことです。毎日学校に行って勉強をし、役割を任せられ活動し、気の許せる大好きな友達と遊ぶ。そんな当たり前の日常を、どれだけ求めていたか。どれほど憧れていたか。本当に楽しく充実した日々です。

生徒会、部活動、受験勉強、アルバイトなどバランスを保つことは大変ですが、普通の高校生のような悩みを持てることが嬉しかったりします。そして今では、不登校だったあの頃の経験は無駄ではなかったと思っています。きっと、あのまま成長していたら、不用意な言葉で人を傷つける「人の痛み」が分からない大人になっていたのではないかと。もちろん、分かる人になれた!なんてまだ思えませんが、「表に出さなくても、その人にしか分からない痛みがある」ということを身をもって実感し、それを考えながら人と付き合うことができるようになりました。

日々輝を卒業したら看護大学に進学し、看護師になりたいと思っています。

※学年は掲載当時のものです。

英語が自分を変えてくれた

本校 3年女子

私は中学校1年生の時にいじめにあい、不登校になりました。昔から内気で太っていたので、私は「太っている自分がいけないんだ。だからいじめられても仕方ないんだ」とどんどん自分を責めるようになりました。いじめられるのが怖くて、私はダイエットをするようになり、どんどんエスカレートしていきました。そして私の心と体はボロボロになり、生きる希望を見失って、毎日泣いてばかりいました。

母はそんな私を心配し、子どもも受けいれてもらえる、大学病院の心療内科に連れていってくれました。そして、後で担当医になる先生に、「このまま食べないでいると、本当に死んでしまうよ」と言われました。しかし私はその時、人の話を聞くことができず、先生の言うことを聞かずにダイエットを

し続けました。その時の私はご飯を食べずに自分がやせればいじめられなくなると、勝手に思い込んでしまっていたのです。限界になるまでやせてしまった私は入院することになりました。そしてその後も何度か入院をくり返しました。

卒業を控えた3年生の夏休みに、私は進路に悩んでいました。「学校に通えなかった私に高校なんて無理だ」と思っていました。そんな時、以前通っていた塾の先生が、日々輝のことを教えてくれました。その先生は、私が英語を好きになるきっかけを作ってくれた方でもあり、私の恩師です。そして私はこれを機に自分を変えたいと思いました。



日々輝に入ってから、勉強の学び直しや新しい友達など、全て0からのスタートでした。時間が止まっていた私にとって久々の授業や人間関係はとても新鮮でした。時には悩んだり心が疲れてしまうこともありました。そんな時、いつも先生や友だちが励ましてくれました。そのおかげで学校に行くのがとても楽しみになりました。

そして2年生になり、大好きな英語が勉強できる学校に進学したいと思うようになりました。そのために英検に挑戦しました。最初に受けたのは4級でした。合格できるかとても不安でしたが、英検の前に学校で事前指導などのサポートもあり、無事合格することができました。その後3級も合格し、現在は英検準2級に挑戦中です。

英語を勉強することで、私には夢ができました。それは、英国で日本語の教師をすることです。言葉を教えるというのは容易なことではありませんが、その意味や使い方が分かった時の嬉しさはとても素晴らしいものだと思います。日本語は相手を敬い、人を尊重するという性質を持つ優れた言語です。それを外国の方に教えると



いうのは、日本人としてとても誇らしいことだと思います。

この日々輝学園での三年間は私にとって意義のあるものでした。中学の時には感じる事ができなかった仲間と協力しあうことの大切さや勉強することの楽しさなど、本当に多くのことを体験することができました。進路は専門学校へいきたいと思っています。そこでは、授業内は日本語禁止などの規則があり、英語漬けでかなりハードな日々になると思います。でもあきらめずに日々輝での体験を活かし、専門学校でも頑張りたいと思います。

一度は希望を見失っていた私でも変わることができました。どんなに辛くても生きていけば人は変わることができます。だから明日を信じて生きてください。

※学年は掲載当時のものです。

いくつかのハードルを越えて

宇都宮キャンパス 卒業生 男性

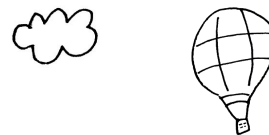
私は、中学2年の夏休み明けから学校に行けなくなりました。こんな自分でも行ける高校を、と探している時に、担任の先生から日々輝学園を勧められて、ここなら今の自分を変えられるかもしれないと思い、志望しました。

1年生の時は、遅刻も多く中学校の生活を引きずっていました。このままではいけないと思い、陸上部に入部しました。最初は練習についていくことができず、厳しい練習が嫌になって、部活も休みがちになってしまいましたが、顧問の先生や担任の先生たちは、決して私を見放すことなく、粘り強く指導してくれました。そうして、少しずつ生活にメリハリが出てきて遅刻や欠席もなくなり、勉強にも身が入るようになりました。2年生に進級して後輩ができる、後輩の見本になるようにと、学校行事などにも積

極的に取り組むようになりました。そんな学校生活の中で、少しずつ自分に自信が持てるようになりました。

そして、進路について考える余裕が出てきた時、私は今までにない大きな不安に襲われました。自分には何ができるのか何をしたいのか、答えが出せない日々が続きました。そんな2年生の10月に、インターンシップという職場体験に行く機会を得ました。ゴルフ場の仕事でお客様のお手伝いをした時、温かい励ましの声をかけてもらいました。その時、人と接する仕事の楽しさに気づき、将来は接客業に就こうかとぼんやりと思うようになりました。

もともと私は、食べるのが好きで料理も大好きでしたので、飲食業への就職を考えようになりました。厨房の料理人を目指し、少しでも早く自立したいと考え、就職



を希望しました。そして働きながら調理師の資格を取得しようと考えていました。しかし、担任の先生や両親、先輩に話を聞いていく中で、高校を卒業してすぐに就職することの難しさや、働きながら資格を取ることの大変さもわかってきました。今までアルバイトもしたことがなく、自立した生活を送れているとはいえない自分が、いきなり働くことについて、「社会はそんなに甘くはない」と言われました。

いろいろ悩んだ末、専門学校への進学を決めました。それは3年生の夏休み明けで、タイミングとしてはとても遅かったのですが、先生たちの指導や、両親の応援、友人たちからの叱咤激励のおかげで、調理師の専門学校へ入学することができました。実際に進学すると、就職しようとしてい

た自分の考えがとても甘かったことに気づきました。あの時、進学に変更して本当に良かったと考えています。

日々輝での3年間で、私が一番成長できたと思えることは、「当たり前のことを、当たり前にする」ということです。朝から学校に行く。課題が出されたら期限までに終わらせる。私が中学校の時にできなかった「当たり前」のことが、3年間でごく自然にできるようになりました。先生方は、温かく見守って指導してくれ、うまくできた時には大いに褒めてもらい、間違った時には、しっかりと注意してくれました。その経験が、今でも私の糧となっています。また生徒会の役職などを経験したことで、コミュニケーション能力もしっかりと身についたと感じています。

卒業後、京都の老舗といわれる日本料亭で2年間修業し、現在は名の知られている天ぷら料理店に移りました。前の店では、多くの調理師が修行に来ているため、厳しい世界でしたが、できる仕事や料理が少しずつ増えていくことにやりがいを感じました。

これからも一人前の料理人に成長できるよう、ひとつひとつの仕事を大切にしていきたいと思っています。

好きなことに取り組み、活力ある毎日に

さいたまキャンパス 3年男子

学校に行けなくなってしまったのは中学2年生の頃でした。私は小さい頃から野球が好きで、小学生のときは野球チームに所属していました。中学生になってからも野球を続けたいと思い、野球部に入部しましたが、入学してからすぐに脳の病気になってしまい、1学期は入院していてほとんど学校に行くことができませんでした。2学期からは勉強と部活動がんばろうと心に決めて学校に行きましたが、入院していた影響もあって体力が持たず、また脳の手術の影響で目眩や頭痛が激しくなり、とても学校に行ける状態ではなく2年生のときは1日も学校に行けませんでした。

3年生になってからは友達や後輩、先生に支えられて学校に行くことができましたが、まだ完全に体調が回復したわけでは

なかったため授業にはあまり力を入れることができませんでした。しかし野球部では積極的に参加して、マネージャーとしてチームを支える役割で参加することができました。このときに私は好きなことに取り組みと体調が少し良くなることに気づきました。好きな野球のことなら、不安も恐れもなく取り組むことができたからだと思います。

受験の時期になり、どこの高校へ進学するのか迷っているときに担任から日々輝を紹介されました。パンフレットを見てこの学校は自分に向いているかもと思い、説明会へ行き学習内容や部活動、行事などを聞き、あらためて私に合っていると感じ入学しました。入学してからは基礎・基本から学び、学習への不安もなくなってきました。

日々輝に入学してからどの部に入部しようか迷っているときに「お前の好きだと思ふことを始めればいい」と中学の先生に言われたのを思い出しました。色々な部を見学し、音楽部の説明ライブを見て先輩方の演奏に憧れ、音楽部に入部しました。入部してからはドラムに挑戦しました。今までまったく楽器にさわったことがなかった私は、どこから手をつけていいのか分かりませんでした。先生や先輩、そして一緒に入部した仲間達に支えられて、ドラムの基本的なことができるようになりました。

そして学園祭のライブでドラムを担当し、一曲演奏しました。演奏の前はガチガチに緊張してしまい、こんな状態で叩けるのか?と心配になってきましたが、本番になりいざ叩き始めると緊張で心配していた気持ちなくなり、楽しい気持ちで叩くことができました。曲はあっという間に終わり、楽屋に戻ると先輩から「よかったぞ」と言われてドラムがさらに好きになり、これが自分の新しい好きなことなんだと思うようになりました。それから私はドラムの練習を重ねて、色々な曲に挑戦し、多くのライブでドラムを叩きました。2年生の後期からは音楽

部の部長を務めることになり、少し不安もありましたが、部員全員でがんばろうと、みんなで心に決めて新しい年度を始めました。3年生の春に多くのバンドが集まりライブを行うアートフルライブに参加し、日々輝の音楽部は8曲演奏しました。多くの人に僕たちのバンドの曲を聴いてもらい、さらにアンコールをもらった時はとても嬉しかったです。3年生からは進路関係で部活動に参加できる日が少なくなってきたので、部活動の日は積極的に取り組み、その時間を大切にしました。

私は日々輝に入学してから、新しいことに挑戦すること、自ら積極的に行動すること、そして仲間と協力し合い、目標を目指すことの三つの大切なことを学ぶことができました。この三つは日々輝の三年間で学んだことであり、大好きな音楽部を通して身に付けた力でもあります。好きなことを見つけて、仲間と一緒に大切なことを探して学ぶ、これが日々輝の魅力の一つだと私は思います。日々輝で学んだ大切なことを活かし、将来は社会と人のために考え、行動できる人物を目指していきたいです。日々輝に出会えてありがとう。

※学年は掲載当時のものです。