第27回 どんぐりがえし

子どもたちが秋に拾い集めたコナラ、ミズナラのドングリ・トチの実が苗木として育ちました。この苗木を軽井沢の国有林へ（植樹）返します。

多くの皆様のご参加をお待ちしています。

とき 5月8日(日) 9時30分から

受付場所 千ヶ滝駐車場

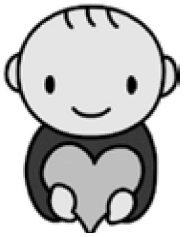
当日参加も可能です。現地に直接お越しください。

服装・持ち物等 作業のできる服装、昼食、雨具、軍手

その他
・送迎バスあり（送迎バスを利用の場合は、問い合わせてください。）
・昼食時に豚汁のサービスがあります。

【申し込み・問い合わせ】
生涯学習係 ☎45-8695
（休日）中央公民館 ☎45-8446

こ・こ・ら・ぼ ～こころのコラボレーション～



スクールサポーター（臨床心理士）小林　真理

「無理せず頑張る」

今回は「不登校」から教室に復帰する過程で徐々に自分のペースをつかんでいった子どもの話です。学校へ行けなくなった頃のこと、学校に気持ちが向いてきた頃のこと、教室に入れるようになった頃のことを、カウンセリング面接での会話や本人の書いてくれた文章を通してお伝えします。本人や家族は「みんなが同じだとは思わないけど、誰かの役にたつかもしれないから」と、自らの体験について掲載することを快諾してくれました（「　」がAさんの言葉です）

Aさんの足が学校から遠ざかっていったのは小学校3年生の3学期でした。その時のことを「これ、といった理由はわからないけど、なんとなく行けなかった」と振り返っています。「なんとなく行きづらいなぁ、という気持ちで、休んでもどうにもならないのもわかっているし、（クラスの）みんなにも少し申し訳ない気持ちがあったし、ずっと気になっていた」と、クラスからのお便りや寄せ書きを眺めていたそうです。「4年生の時が一番学校に行けてなくて、でも休んでいても、ちょっと学校のことが気になってきて、スクールサポーターの面接の時間から行き始めて、だんだん増やしていった」と復帰の兆しをつづっています。

週1回1時間の面接の際には、「Aさんのスケジュール」と題して、何時間目にどこで何をするかを書きだし、それをフィードバックしながら「できそうなこと、来れそうな時間」を徐々に増やしていったのです。面接時間以外の時は、教室ではなく保健室や会議室、時には特別支援教室を居場所として学習に取り組んでいました。本人の成長のペースを見守れたのは、こうした学校の配慮もあったからでしょう。

学校にいる時間が長くなり給食も学校で食べられるようになってきた頃、教室以外の場所で先生と食べる、ということを始めました。「はじめは食べる場所まで友達が（給食を）持ってきてくれていたけど、だんだん悪いな、と思うようになって教室まで取りに行くようになった」「クラスに行く時、最初はモヤモヤドキドキして行きづらいと思った。みんなは自分のことをどう思ってるのかなぁって。でも取りに行くようになって、クラスの様子がわかるようになったから給食を教室で食べよう、って思うようになった。それで（教室で給食を食べるようになったら）もっとクラスの様子がわかるようになってきて、無理なく学校やクラスに気持ちが向いてきた」と自然な流れで気持ちや行動の変化が現れてきたのです。

学年が上がり、「授業もクラスでやってみようかな、という気持ちになっていった。行きはじめたら力が湧いてきて、もっと行けるようになったらいいなって思うようになったら学校にいる時間自体が長くなっていって。週1回1時間だったのが、この頃には朝（朝の会）から5時間目。今では普通にみんなと同じように学校で過ごせている」と、何十枚にもなった「スケジュール」を見返しています。「なんだったんだろうね」と、ちょっとはにかんだ笑顔を見せ、これまでのことを振り返りながら、「これから先も自分のペースで、休まないで通い続けたい」と自信をもって目標を掲げています。

そして、自分を支えてくれた「友達」と「家族」に対して、「友達は話し相手だし、励ましてくれたりする」「このクラスでよかった」「家族は安心するし、リラックスできる」と感謝の気持ちを口にしています。今では欠席することもなく学校生活を送っているAさん。今の自分について「自分でもすごいなぁって思う」と話し、**「頑張っても無理せず頑張れば、誰もがみーんなニコニコ笑顔で自分も笑顔になる」**と文章を締めくくっています。

理由のわからない苦悩の時期や、行きたいのに行けない葛藤の時期を経て、友達とのつながりを頼りに一歩ずつ行動を起こしていったAさん。「無理せずに頑張る」ことを体得したことによって、この先どんなことがあっても、乗り越えるための基盤ができたようにみえます。転んでもただじゃ起きない、雨降って地固まる、のように「不登校」を通してAさんや周りの人が体験したことは、確実に将来の糧になったといえるでしょう。

ありがとう　みんな笑顔に　なる言葉
「人権カルタ」より