

## 生きづらさからの大脱出 Part3 2020年11月28日（土）実施 参加者からのご質問にお答えします

市民活動ネットワークと市民活動ステーションの共催で実施した「生きづらさからの大脱出パート3」において、参加の皆さまからご質問をいただきました。当日お答えできなかったご質問に、それぞれお答えいたします。質問につきましては、主催者がまとめ、回答者に依頼しました。なお、我孫子市の教育に関する質問には、教育委員会にお答えいただき、参考として最後に掲載させていただきました。

「いじめられる側の実態は知る機会もあるが、いじめる側の話も聞きたい。」というご質問がありましたが、今後の課題として受け止めさせていただきます。

### ◆教育研究所 所長 遠藤美香様

**質問1 我孫子市の小中学校の不登校対策はどうなっているか。**

**SC（スクールカウンセラー）、SSW（スクールソーシャルワーカー）、訪問相談員などの制度について教えてほしい。**

### 回 答

我孫子市（教育研究所）の不登校対策について、お答えします。  
方針は、文部科学省からの「不登校児童生徒への支援の在り方」を基本としています。

一番大切にしていることは、不登校児童生徒とその保護者および家族の実態に合った支援を提供すること、次に、不登校が生じないような学校づくり、その中でも不登校児童生徒に対する多様な教育機会の確保（「ヤング手賀沼」の機能強化）としています。

**SC（スクールカウンセラー）**は、県が採用し、我孫子市の中学校6校と小学校3校に派遣しています。

児童生徒、保護者、教員に対して心理的技術を用いて、相談を実施、教員とともに解決に向けてコンサルテーションも実施します。

**SSW（スクールソーシャルワーカー）**は、県が採用し学校の依頼で派遣されます。福祉的視点から相談や支援を実施します。

**訪問相談員**は、我孫子市が心の教室相談員として採用しています。心の教室相談員が在宅訪問相談員を兼務しています。保護者の同意を得て、校長の命を受けて、家庭を訪問し、相談業務を実施します。

**質問2 学校外で教育を受けられる場所を知りたい。フリースクールなどについても。**

**回 答**

我孫子市にフリースクールはありません。「インターネットすらら」という、インターネット学習ができる場所があります。「すららネット」というところに事務局があるようです。

**質問3 「ヤング手賀沼」に通うことは、小学校は退学することか。「ヤング手賀沼」の現況と方向性を知りたい。**

**回 答**

「ヤング手賀沼」に通っても小学校は退学になりません。

あくまでも「ヤング手賀沼」への通級という形になります。現在の「ヤング手賀沼」は、湖北台東小で活動を行っています。今後は20校目の学校として整備をしていきます。また、西側地域への分校の開校を考えています。

現在「ヤング手賀沼」の利用者は53人になりますが、実際通っているのは小学生13人、中学生24人です。

**質問4 適応指導教室の充実について。小学校の中にあるのは困っている。**

**回 答**

「ヤング手賀沼」が学校内にあることで困っている児童生徒は、学校という建物自体に嫌悪感や恐怖を感じてしまうこと、また、他の児童生徒に対する恐怖感を持ってしまっていると考えられます。このふたつの理由だけではないと考えられますが、不安や恐怖が不登校の児童生徒には、多く見られます。よって、学校ではない場所での分校の開校を考えています。

**質問5 学校に No と言える子、NO と言えずひたすら学校に通う子がいるとしたらどちらに導くのがよいのか。**

**回 答**

わが子が学校に行かない、行き渋る姿を見せている時、親は学校に行って

欲しい、このまま、行けているのであれば行き続けてほしい、と願うのは当然のことだと思います。だからこそ、大人が正しい知識を持ってどうするかが大事だと思います。子どもが大人に対して、No ということはとても難しいです。一番大事なことは、子どもの命を守ること、そして、その命が守れた時、その子の人生を豊かなものにしてあげられることだと思います。よって、私は、No と言える子に導きます。学校だけではなく、他者に対して、No と言えることはとても大切だと考えます。

※この質問については、悠々ホルンさんにもご回答いただきました。ご参照ください

#### ◆ 高校講師 伴火穂様

**質問 1** 辛くても、辛いと言えず学校には休まずに登校していました。学校は休んではいけないものと思っていました。学校は卒業することはできましたが就職することはできませんでした。自分の気持ちを口にできなくて今も苦しんでいます。怒りが心の中にあるのか、なんとなく声をかけることを周りの人が躊躇してしまう雰囲気があります。このような方にはどのように声かけをして行けばよいのでしょうか。

#### 回 答

この方は、規範意識が強く真面目な方だと感じます。ただ、周りからの評価を気にし過ぎる傾向と自己評価の低さが気になります。この方に、困っていることがあるので手伝って頂きたいとお願いしてみるのはいかがでしょうか。引き受けてくださったら、心からの感謝を。終了後は感謝とともに次のお願いを。もし断られても、他のお願いをしてみたいと思います。そんな余裕はない、自分の方が助けてもらいたい立場だと言ってもらえたら、そこで初めて支援の申し出ができます。自分が世の中に必要な存在だと思えないと、ヘルプは出せないのではないかと思いますし、本人のヘルプなしに支援を申し出ても、拒否されるだけでなく、かえって自尊心を傷つけてしまう危険性を感じます。「私はあなたを必要だと思っている」と伝え続けてください。

**質問2 教育者である教師の資質にも問題があるのではないか。教師のストレスの発散の場が教室ではないか。**

## **回 答**

教員の質の低下や仕事上のストレスが子どもたちの不登校に影響しているのではないかと、というご心配ですね。

私は永年、高校で教員を続けてきました。私の知る限りでは、教室で強権を振るって生徒を思い通りに動かすことでストレスを発散する教員はいません。というより、今どき、強権を振るったところで生徒が思い通り動いてくれることはありません。もし、自分の言うとおりに生徒が動いてくれたとしても、それだけで教師のストレスは解消されません。教員は学者ではなく実践家ですから、授業等で生徒と相対することが第一の仕事であり、やりがいです。短期的にはその授業で生徒が満足感を得られたか、長期的には生徒の成長に少しでも貢献できたか、日々それを考えつつ次の授業に臨む意欲を奮い立たせています。

教員の資質の低下を心配する声が高まっています。教員の職務範囲は従来の教科指導、生活指導に留まらず、どんどん広がっていると感じます。道徳教育、食育、生命教育、IT教育、国際理解教育等々。そのすべての分野で、教員は年齢や経験を問わず即戦力でオールマイティーに働くことを求められています。新しい指導項目が加われば、それに伴ってとにかくその授業をこなせるようになるための最低限の研修が行われます。しかし、それで満足できる授業が行えるはずもありません。内容を自分の中で咀嚼して、自分の担当する生徒達の特性に合った形に組み立てていく、かなりの時間が必要です。それが確保されないまま、どの分野もマニュアル通りの授業をこなせばよしとするのでしょうか。何を持って教員の質を計るのか、教員の資質を確保するためにどんな方策が必要なのか、広く議論が必要だと思います。

そもそも、すべてにオールマイティーな教員が以前には存在したのでしょうか。最初からオールマイティーな教員などいないし、何でもできる教員がすばらしいとも思いません。学校には色々なタイプの教員がいる方がいい、自分とは違うタイプの教員を認めることができ、助け合い、議論し合って補い合える教員のいる学校がいいと私は思います。担任とはうまくいかななくても、話をしたくなる先生がいて、その先生に愚痴を聞いてもらえるだけで、担任との距離を持ちながら学校生活が送れるかもしれない。多様な教員が許容さ

れる学校でなければ、生徒の多様性を認め育てることはできないと思うのです。

不登校を生徒の生きづらさのサインと捉える時、一般的には誰が悪いのかという話に陥りがちですが、生きづらさをどうしたら解消できるか考えることが必要だと思います。せっかく出したサインを受け止め、生きづらさをシェアして、適切なケアにつなげていただける方が増えることを願ってやみません。

### ◆子どもの SOS ソングライター 悠々ホルン様

**質問 1** 悠々ホルンさんは我孫子出身とありましたが、不登校になったのは我孫子の小、中のころからですか。

我が子の場合、高校2年に進級した際に担任の先生を受け入れがたく、その他の理由もあったのだろうとは思いますが。適応できない自分を責めて、過呼吸、摂食障害、自傷と、どんどん加速して卒業も危うくなりそうでした。たぶん中学の頃からその根はあったのかとは思いますが。参考のため教えてください。

### 回 答

高校生の時になります。一番の理由は、身体症状が辛かったからです。精神的な辛さが影響して出たものだと思います。(色んな症状がありましたが、その一つに私も過呼吸がありました。) 小学生の頃から色んな症状が少しずつ発症しだし、段々エスカレートしていきました。

その精神的な辛さですが、家の問題で小学4年生の頃から病み始めまして、ピークは中学生の時です。ですが中学時代はあまり休むことなく学校に通っていました。本当はかなりしんどかったのですが、熱が38℃以上あった分わりやすく周りが納得しやすい理由が無ければ休むことを許されないと思い、さらに「休んだことを同級生に自分の知らないところで悪く言われるのではないか」「先生に怒られるのではないか」「同級生に見つかるかもしれないから外に出られなくなる」などいくつかのリスクが頭に浮かんでくるため、休むのは勇気がいることでした。家に居たくなくなるような出来事もあったので仕方なしに学校に行っていたところもあります。高校生になって状況が少し変わったことで家に居ることが以前より楽になったのですが、

身体症状は良ならず、結果「行きたくない」というよりも「行けない」状態になりました。

お子さんは、担任の先生が受け入れがたい先生だったほか、摂食障害などになったりもされたのですね。心も身体もとても辛かったのではないかと思います。その毎日を耐えてらっしゃったわけですね。こうしてイベントに足を運ばれご質問くださったように、ご家族の皆さんは心配されたでしょうし、どうしたらよいかとずっと悩んでこられたと思います。親の立場からするとお子さん本人の口から気持ちや状況を詳しく聞きたいと思われるかもしれませんが、子どもの立場からすると相手が親だから言えないということもあるでしょうし、子ども本人でさえ自身の辛さの理由を渦中にいる時には気付かず10年20年経ってから気付くということも結構ありますので、お子さんに起きた変化の理由を考えても分かり切ることにはなかなか難しいかもしれませんね。

不登校につながった背景に何があるのか、思い当たる点がいくつかありつつもはっきり分からないとモヤモヤされるかもしれませんが、分からずともできることはきっと色々あると思います。その一つとして、どんな場合でもまずは家が子どもにとって安心して心と身体を休めることのできる場所であることが重要なのだと色々な当事者の話を伺う中で私自身何度も気付かされました。そのためには子どもだけでなくご家族も気持ちに余裕を持てることが大切になってきます。ご家族の焦りや不安な様子に子どもは敏感でして、それが本当は力になりたいとの思いから出た焦りや不安であっても、家族から責められているように感じてしまう子もいたり、「自分のせいで」と罪悪感から自己嫌悪する子もいたり、苦しくなってしまうことがあるのです。そうして考えると、学校に行く・行かないということにこだわり過ぎず、家族仲良く楽しく晩御飯を食べることを考えてみるの方が実は今大切かもしれませんね。なんだか変なことを言っているように思われるかもしれませんが、実はそれにこそ非常に大切な意味があったりします。これまでに不登校の子達からお手紙などを頂いてきたのですが、学校のことよりも家族のことを沢山書いて送ってくれる子が多かったです。

一つでも何か参考になることをと思い書き始めたら長々と差し出がましい文章になってしまいました。どうかご容赦くださいませ。と言いつつ、まだまだお伝えできそうなことは色々あるので、宜しければまた今回のような場でお会いできますと幸いです。先程気持ちに余裕を持つと書きましたが、

気の持ちようでは余裕を持つことは難しいでしょうから、抱え込まず、我孫子の支援者や当事者とつながりながら一緒に考えていけるといいですね。

**質問2 学校にNoと言える子、NOと言えずひたすら学校に通う子がいるとしたらどちらに導くのがよいのか。**

## 回 答

学校にNOと言える子というのは、「学校に行けません」「OOがつらいです」と自ら学校の先生や家族に言って休むことができる子、NOと言わずにひたすら学校にかよう子というのは、どんなにつらくてもそれを打ち明けることなく我慢をして登校する子というような理解で概ね合っておりますでしょうか。もしくは、組織としての学校や教師個人の対応に何か疑問を感じていて、そのことに対する納得いかない気持ちを示すべきか、つらい気持ちをこらえて黙って受け入れるべきかというご質問かとも思ったのですが、いかがでしょうか。もし見当違いな解釈をしてしまっていたらすみません。ですので、ここでは解釈が異なっていた場合でも共通してお伝えできそうなことを書いてみたいと思います。

何らかの理由で学校に通うことを苦しく感じている子ども達の中で、自らNOと周囲に言える子は少ないと感じています。私が出会った子達の多くも言えないまま毎日を耐えていました。そのNOが何であるかにもよりますが、例えばそれが「学校を休みたい」という訴えにつながるNOであれば、言ったら「先生や親に怒られるんじゃないか」「知られたくない人にまで話が伝わったらもう学校に行けない」「口にしたら自分がつらくなってしまいそう」など、イベントの中でも少しお話をさせて頂きましたが、不安やリスクがいくつもあるので言いたくても「言えない」のですね。中には、「親が迷惑に思うから言えない」「言ったって誰にも助けてもらえないから言わない」という子もいます。NOと言えない自分自身を責めている子もいました。私も学校に通っていた頃そうでしたが、NOと言うことはとても難しかったと記憶しています。

しかし、NOと言えず我慢を続けることで状況や状態が悪化し、さらに大きな問題を抱えて苦しむことになる場合もあります。苦しんでいる我が子そのままにしておくことは親としても焦りや不安を感じることでしょう。それを踏まえた上でどうするかですが、「NOと言えるように子どもを導く」

という表現を少し変えて「NO と言いやすい状況を作っていく」ことが大事かもしれないですね。例えば子どもに「NO と言いなさい」と言い聞かせようとすると、「NO と言えない自分を責められている」と感じてつらくなったり反発心がわいてくる子が少なくないので、先程書かせて頂いたような子どもが感じる不安やリスクをどうしたら軽くできるだろうかと考えてみるのが大事だと思います。

子どもからすると組織としての学校や一人の大人である教師に NO と自ら言うことはやはりハードルが高いと思いますし、多くの子が先にまず「親に分かってもらえるだろうか」と心配しますので、例えば子どもが「学校に行きたくない(行けない)気持ち」を親御さんに言いづらそうにしていた場合、そのことを言ったら親としてどんな反応を示すか子どもに予め伝えておくことで「学校に行きたくないと言ったら親に怒られるんじゃないか。嫌な顔をされるんじゃないか。」といった不安やリスクが軽減できるかもしれません。(例：「昨日テレビで不登校のことやってたんだけど、もしあんたが学校行けないって言ったら母ちゃんは無理に行け行け言わんよ。母ちゃんちょっと鈍感かもしれんから、つらさにどこまで気付いてあげられるか分かんないけど、つらいならほんと無理はさせたくないからね。休ませてあんたにエビフライたくさん食べさそうかな。(笑顔)」)

ただ「言いやすい」とはいつでも1から10まで全て言える子はそうそういませんし、NO と言えることも大事だとは思いますが、たとえ言えなかったとしても、解決とまでは至らなかったとしても、つらさがいくらか軽くなることも1つの重要な目標だと思うのです。「絶対に行きたくない(行けない)」が「あんまり行きたくない(行けない)」になるだけでも心身への負担感は大きく違ってきます。そのために大事なものを1つ挙げるとすれば安心感です。たとえ学校では安心感を持てなくてもお家に安心感があることで1日トータルとして見たらやはり負担感は軽くなります。そしてその安心感もNO と言いやすい状況を作る上での大事な要素となります。少しご質問頂いたことと変わってしまったかもしれませんが、「NO と言いやすい状況に」「安心感を与えられるように」との意識が大事と回答させていただきます。



## ◆我孫子市教育委員会指導課長 戸塚美由紀様

**質問1 我孫子市の教育の目指す方向性を知りたい。**

### 回 答

我孫子市では「子どもの創造性と自主性をはぐくむ教育の充実」を目標に、「学校教育の充実」「地域に根ざした教育の充実」「子どもの成長・自立への支援」の3つの施策を重点に行っています。また小中一貫教育をとおして、『「ふるさと我孫子」を愛し、誇りに思う子ども（郷土愛）』『確かな学力を身につけ、夢を持ちチャレンジする子ども（未来を拓く力）』『自分に自信を持ち、自他を大切にする子ども（輝く心）』を育てています。

今後も、誰一人取り残すことなく、個に応じた支援・指導をしてまいります。

**質問2 卒業後の進路について親子の意見が違う場合、どうしたらいいか。**

### 回 答

卒業後の進路については、親子で納得のいくまで話をすることが大切です。親は、子どもにとって良いと考えた進路を勧めると思いますが。しかし、大事なのは進路先ではなく、子どもが「将来どうなりたいか」とか、「何をしたいか」ということです。自分の将来について、よく考えて納得のいく進路が決定できるように、親は子どもの話をじっくり聞き、アドバイスをしてあげてください。

**質問3 教育者である教師の資質にも問題があるのではないか。教師のストレスの発散の場が教室ではないか。**

### 回 答

教員の資質向上のために、さまざまな研修を行っています。また各学校では、予測困難なこれからの時代をたくましく生きていく力を、子ども達に身につけさせるために、日々、教育活動をしています。子ども達を大切に思う気持ちは、教員も保護者と同じです。

**質問4 不登校児の母。学校の担任の先生は理解してくれているが、校長が会いたいという。本人は嫌がっている。校長にはすべての児童・生徒に会わなくてはいけないというプレッシャーがあるのか。**

**回 答**

校長先生は、児童生徒に会うことで、少しでも力になればと考えて、会いたいと言っているのではないのでしょうか。児童生徒自身が嫌がっているのに、校長先生と会わなくてはいけないということはありません。担任の先生に、お子さんの状態を話して、校長先生に伝えてもらうとよいと思います。