

1月10日の新庄市の積雪深は144cm。9日には豪雪対策本部が設置されたことが新聞に掲載されました。

12月の電話相談・来室相談から ～ 揺れ動く受験生 ～

面談をした日、A子の就寝時刻は午前2時、起床時刻は6時でした。今日は気分がすぐれないという。「生活リズムはいつもこんなのか?」「だいたい・・・。」とA子。「お母さんは学校に行けとうるさいし、学校には相談しやすい先生はいない。」だからここに来るのだと言う。学校にはほとんど行けていないが、週末は次週の登校計画を立てていると言う。母親からは毎朝「これからどうするつもりなの?」「どうして学校に行けないの?」と怖い口調で責め立てられるので、頑張ろうとしている気持ちが萎えるのだという。お母さんが進路について心配してくれているのは分かる。このままでは高校進学も学力面で厳しい状況であることも分かる。だから、もっと頑張らなくちゃダメだということも分かる。でも自分を押しさえられず反発してしまう。口答えしても理屈で攻めてくる母親にはとても敵わないし、学校に行くと約束して行かない自分が情けなくなると言う。イライラする。大声で叫びたい。壁を思いっきり叩きたい。頭を掻き毟っている自分に気づく。



今日も朝ごはんを食べずに来た。「体調は最悪。」といって彼女は机に突っ伏した。しばらくして思い出したように顔を上げると、3日間職場体験したことを語った。この仕事だったら私でもできそうだったと言う。「頑張ろうとしていることをお母さんにどう伝えたの?」と訊ねると「伝え方が難しいし、顔を向けて聴いてくれない。」と言う。「職場体験で成長したことはどんなことだと思う?」「ん～。よく分かんない。」

相談室には、ほぼ定期的に顔を出せるようになったが表情に明るさは感じられない。これから高校受験を控え大変だ。帰り際、「卒業式には皆と一緒に参加できるといいね。」と声を掛けた。反応はなかったが、背中は何か感じているように見えた。勉強は好きではないが、高校の制服に憧れがあるので進学したいと以前言っていたことを思い出した。

「肩の力を抜いてまず楽しく」

昨年末の様子をお知らせします。12月は真冬のような天気が続き“全員集合”ということが困難な時期がありました。そこで、体験活動でちょっとリラックス。案の定、日頃のメンバーが全員顔をそろえました。

1回目の4日はものづくり。ドングリを使ってのトトロツリーの制作でした。拾い集めていたドングリに顔を描き、マツボックリや綿、ビーズを接着して10数cmのどんぐりトトロツリーをイメージし、作業に移りました。生徒たちは途中で、楽しみながらも予想外に凝り過ぎて、全員が時間内に完成とはいきませんでした。後日こんな風にできましたと、画像を見せてもらって喜んだところでした。



どんぐりトトロツリー



ハート型クッキー



今川焼き

2回目の17日はお楽しみ会のお菓子づくりでした。もう張り切って身支度しグループに分かれて今川焼き、クッキー、ピザの3種類に挑戦です。皮に小豆を挟み縁も転がしながら上手に焼き、ホカホカに完成したのが今川焼き。プレーンとチョコ風味が半々のハート形で、さくさくに仕上がったのはクッキー。餃子の皮にいろいろな具材をあふ

れるほど載せ、とろけたチーズが主役になっているのはピザ。やはりおいしいものを作って食べられるという幸せは、心を解きほぐしてくれたのでした。

さて年も改まり、シャイニングの回数も残り少なくなりました。今年はどんな顔を見せてくれるのでしょうか。硬軟取り混ぜながら年度末を迎えたいと思います。



餃子の皮でピザづくり

適応指導教室 ～ みんな、それぞれ始動 ～

正月明けの7日が今年初めての学習日。再開時、それぞれがどんな顔をして来るのかを楽しみにしていました。8時30分頃の欠席連絡は、幸いありません。思い起こせば、年の締めくくりをしっかりと過ごすとの思いの現れか12月最後の日も全員参加でしたし、正月に一人ひとりが今年目標を考え決意したためかと頼もしく思いながら会場のプラザに向かいました。参加者は半数でしたが、後日複数の人たちが登校したことを知り大変嬉しく思いました。

8日には半数の生徒が学校、他の生徒は体験活動「書道（一文字色紙）」を行い、一文字に思いを込めました。趣味や進みたい高校への思いを表現した「海」。歌手になりたいという思いを託しての「歌」。受験に向け4月から新たな歩みを決意しての「歩」を、各自が気持ちを込めてしたためました。登校した生徒たちは実力テストを受験したり、課題を黙々と解いたり、5時間精一杯過ごしたようです。

それぞれが「自分」についてじっくり考え、目標を立て、周りに相談し行動し始めました。きっと機が熟し始めたのでしょう。家族も少しほっとしていることでしょう。本人は意識していないかもしれませんが、今の生きにくさや困り感を克服しようとしていることはきっと将来に役立つものと思います。これからも寄り添っていきます。そして、それぞれの道に幸いあることを祈っています。



1～2月の活動 シャイニングクラス在籍 6名

< シャイニングクラスの学習 >

- 月曜日 数学、国語 ○ 水曜日 社会、英語
- 金曜日 理科、体育 ○ 木曜日 体験活動（月2回）
- ◆ 体験活動(20) 1月8日（木）
「一文字色紙」
- ◆ 体験活動(21) 1月22日（木）
「生活プラン・マネーゲーム」
- ◆ 体験活動(22) 2月5日（木）
「理科実験講座」
- ◆ 体験活動(23) 2月19日（木）
「修了の会に向けて」



あ と が き

「不登校 12 万人、広がる子どもの睡眠障害」の見出しで、睡眠障害に悩む中学生の実態が放映されていました。(1/8、NHKクローズアップ現代)。幼い頃から活発でスポ少でも活躍していた子が中学生になり、めまい・胃の痛み、そしてある日突然朝起きられない、身体に力が入らない、声を出すことすらできないといった症状になる。原因は“生活リズム”の乱れによる成長期の自律神経のバランスの崩れだと言う。睡眠障害が悪化すると脳の発達に影響が出ることもあるようだ。小・中学生の睡眠時間は以前と比べ1～2時間少なくなっていることも報告されていた。起きたいのに起きられないのは脳が過労しているのだと医師は指摘する。学校では不登校生だけでなく、授業中に居眠りをしているような子供について、家庭では、我が子に目を向け十分睡眠がとれているかどうかを調べてみる必要があるように思います。

教育相談連絡先

- ダイアルなんでも相談
TEL 23-7266
- 適応指導教室（シャイニング）
TEL 22-2111
（内線 445、448）
林、小野、鈴木が担当です。