

～15号～2014年4月1日発行～

\*10代、20代、30代以上の不登校・ひきこもりの方の社会参加を考えるNPO法人です。

# ポラリス通信

～不登校・ひきこもりの対応ニュース～

◆大学生の不登校・中退・卒業後の生き方を探している若者とその家族のためのブログ  
<http://ameblo.jp/wakamono-ikikata-kurabu>

◆「若者生き方くらぶ」・【交流掲示板】  
<http://wakamono-ikikata.bbs.fc2.com/>

訪問サポート・トカネット代表藤原宏美

■トカネット無料相談のお知らせ（前日までの予約制）7名様

◆4月15日(火)/22日(火)それぞれ10時30分～・14時30～

◆4月19日(土)15時～ ◆4月20日(日)10時～

◆4月26日(土)10時～

[E-mail/tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp](mailto:tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp) (藤原)/ 090-4953-6033(藤原)

皆様、こんにちは。

桜が咲いて、いよいよ春到来ですね。

通常、環境が変わって動き出す時期ですが、全く変化のない子供の状態に心配なご家族がたくさんおられることと思います。不登校や長くひきこもっている子供たちの状況を少しでも変えるために必要なものは何でしょう。

実は、私の身内に高校時代に不登校になった子がいます。彼女は2年近く高校生活とよべる経験をしていませんが、保健室登校や、別室でテストを受けるというような、学校の配慮で何とか高校卒業資格をもらいました。

大学に受かったことで東京でひとり暮らしをして、今は部活や、ボランティア、そして就活と何とかやっています。

人に気を使い過ぎて自分の意見を我慢したり、嫌と言えなかったり、感受性が強すぎて細かいことに身動きがとれなくなったり、本来の生きづらひであろう基本的な性格は変わっていないけれど、

環境がかわって、そんな自分を普通に受け入れてくれる人の数が増えていったことで、「この自分でいいんだ！」と少しずつ自分で自分を受け入れていったのだと思います。

普通に生きていけるように自分を変えるのではなくて、うまく生きていけない自分を、これでいいんだと思えることが大切で、この「自己肯定感」が必要な物のひとつだと思います。

# 引きこもりとはいえ援助を受けるより助ける側にいたい

松田武己

ある団体のアンケート調査によると、引きこもっている人が「会ってもいい」と思える人のいちばんは引きこもりの経験のある人だそうです。自分の状態を弁解せずともよく理解されそうに思うからでしょうか。

訪問サポートのトカネットの取り組みのなかでも、引きこもった経験のある人が引きこもっている人への訪問をしています。誰にも会わないと思われた人でも、そういう人が何回か訪問するうちに会えるようになったことがあります。

文通の取り組みも細ぼそと続けています。メールの時代になり文通は少なくなったのでこのまま消えてしまいそうでした。直筆の手紙は活字とは違う暖かさや人柄が自然にでるので惜しいと思っていました。

そうしたら文通ボランティアを希望する人が現れました。しかもだんだん増えて10人以上になりました。ところが文通ボランティアの相手になる文通希望の引きこもり等の当事者がいません。

文通ボランティアの希望者にそんな事情を話しながら聞くと、文通ボランティアもまた引きこもり経験者が多いとわかりました。助ける側に自分は回りたいというのです。援助を受ける役割を演じてしまう自分のままではいたくない人もいます。

そうなんです。引きこもっている人でも、自分は支援を受ける側にいたくはないのです。自分にできることで何かの役に立つこと、人の手助けになることをしたいのです。しかし、何ができるのかわからない、何をしたいのかと問われても見つからないのです。それで引きこもり状態がつづき、気づいてみると長い時間が過ぎてしまった……こういうことです。

引きこもっていてもこれならできるものを見つけた人はそれをしています。外からは何を見ているのかわからないがネットを見ている、ゲームばかりもその一つです。

絵を描いたり詩を書いたりする人もいます。それは無駄なことと言われると、自分でもそう思うってしまうことも多いのです。

話の聞き役ならばできるかもしれない、カラーセラピーや身体療法が自分に合うと思って調べてみる……そういうできそうなことを探している人もいます。これという形ができないまま時間が過ぎている人もいますが、なかにはそれが形になりつつある人もいます。不登校情報センターのホームページに「社会参加をめざす当事者」ページをつくったのはそういう人を応援するためです。

あるお医者さんが「引きこもって生活していることそれ自体が経験の蓄積になる」といっていました。そういう目からは引きこもっている人を生かせることが見えてきます。

## 新しく「企業の社会貢献の呼びかけ」グループを準備中

事務的なことならできる、そういうのが好きという人もいます。1年前から不登校情報センターには事務作業グループができました。ホームページで紹介している学校や支援団体や公共機関に情報提供をお願いする作業などです。主にFAXを使い、できない部分を郵送で補っています。

この事務作業を広げ、収入につながる新しい取り組みの準備をしています。仮称「企業の社会貢献・CSRの呼びかけ」というものです。中小の事業所などに「不登校・引きこもり支援する運動を応援してください」と呼びかけ、あわせてその企業の広報・宣伝活動を行います。不登校情報センターのホームページはそれが可能なレベルに成長していたのです。ある広告代理店からその提案を受け、初めて知ったホームページの活用の仕方です。これに取り組む人を探しています。

現在の事務所を仲介した不動産会社にCSRの第1号をお願いしました。知り合い等に関心のある会社の人にも勧めたいです。しかし営業的なことを苦手とする引きこもり経験者にうってつけの方法もあります。郵送等で案内書を送り返事を待つのです。ホームページで紹介している学校や支援団体はそのようにして集めた紹介情報です。この方法を「企業の社会貢献・CSRの呼びかけ」にも援用するのです。

この「企業の社会貢献・CSRの呼びかけ」に関心のある人に説明会をします。初めての説明会を4月13日(日)にします。4月度の大人の引きこもりを考える教室を終えた後、15時30分から17時までとします。

当事者が参加できないときは家族に来ていただき何をするのがわかれば、自宅にしながらこの作業をしてもらえるかもしれません。それをきっかけに一步すすむ取り組みです。事務作業グループは数人ですがこの「企業の社会貢献の呼びかけグループ」も数人の中心メンバーをつくりたいと思います。

## 創作品の展示販売コミティアに参加しませんか

5月5日には東京ビッグサイトで開かれるコミティアに自主制作した本10種類ばかりを持って出展し、作品を販売します。2月のときは15冊売れました。次は30冊が販売目標です。創作活動をしている人、それを商品化しようとする人は相談にきてください。できればコミティアと一緒に行きましょう。

## ◆今後のお知らせ

### (1) 「訪問サポート（メンタルフレンド）説明と質問会」

●うちの子は誰にも会わないと、あきらめないで下さい。

メンタルフレンドとかかわって、不登校やひきこもりの子供たちが、学校やバイトなどを含めた多様な形で社会と繋がっていきます。

まずは、一緒に考えましょう！！

\*日時：4月20日（日）、13時～15時30分。

\*参加費：500円。 \*対象：不登校・未就労の子供の親

### (2) 第19回不登校・未就労の対応「ミニセミナー&質疑応答の会」

●何が子供におきているのか。●親が出来る事。●安心出来る人間関係を作っていくこと。●モチベーション・自己肯定感を上げていくこと。●学校復帰・バイト・友達づくりなどの社会参加につなげていくこと・・・など専門家と一緒に考えていきます。

\*日時：4月26日（土）、13時～16時。

\*参加費：500円

\*対象：10代および20代前半の子供の親・体験者・学びたい人

### (3) 「大人のひきこもりを考える教室」

\*レクチャー：高齢になった引きこもりの困難を開く道

\*日時：4月13日（日）、13時～15時。

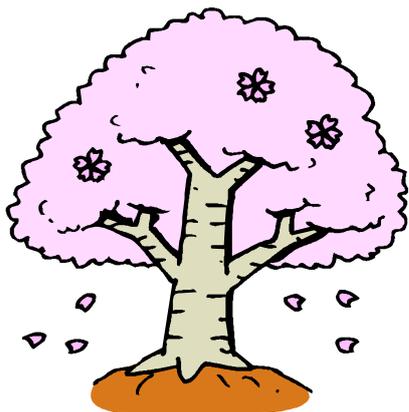
\*参加費：500円

\*対象：親・体験者・学びたい人

◎上記は、全て予約制です（連絡先は下記まで）。

◎場所：NPO 法人不登校情報センター（JR総武線「平井」駅南口・徒歩5分）

◎地図はHPを参照ください。



●NPO 法人不登校情報センター

●訪問サポートトカネット

【発行元】 ポラリス通信編集部

〒132-0035 東京都江戸川区平井 3-23-5-101

連絡先

TEL／03-5875-3730／090-4953-6033（藤原）

E-mail／tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp

URL／<http://www.futoko.info/tokanet/>