

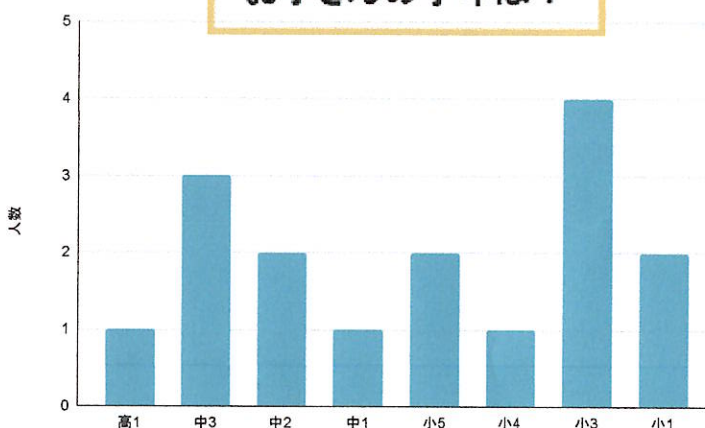
はみんぐ親の会 よりそい通信

令和5年 10月

こんにちは。はみんぐ親の会は、不登校・行きしぶりなどの子どもを持つ親どうしで、安心して気持ちを出し合い、分かち合い、学び合う自助グループです。当事者だからこそ分かり合える仲間がここにはいます。

今回のよりそい通信は、駒ヶ根の唐澤が担当します。数年前に比べ、学校へ行きづらい子供達への対応の方法や学校以外の居場所づくりなど、世の中が少しずつ変わってきていることを、当事者として実感しています。私は、もっと多くの方に、私たち保護者が実際経験してきたことや、現在行っていることなどを知っていただきたいと思い、駒ヶ根在住の保護者7名に協力していただき、アンケートをとりました。あまり表立って出てこない、現在学校へ行きづらい子どもの生活実態と、保護者が現在感じていること、必要だと思うことなどを聞いています。不登校(園)歴長めの親子が多く、今まで様々なことを経験してきたからこそ、貴重な意見を頂くことができました。是非、支援者の方々や学校の先生にも見ていただきたいです。

お子さんの学年は？



不登校実録アンケート

平日の日中は、どこで又は何をして過ごしてる？(複数回答)

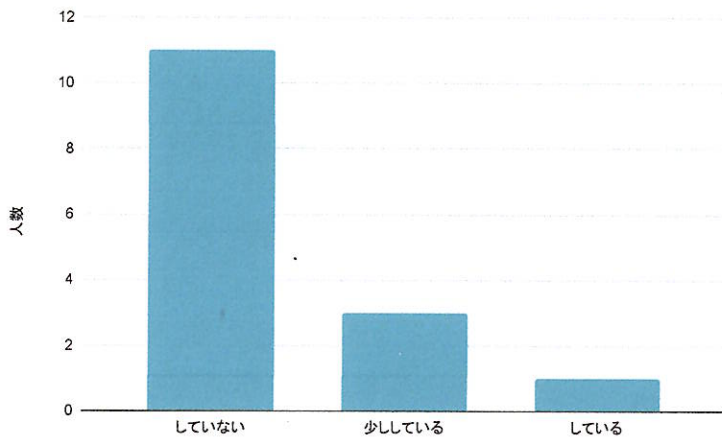
家で

- ・ゲーム 5名
- ・YouTube 6名
- ・買い物 3名
- ・美味しいものを食べに行く 3名
- ・工作・絵 2名
- ・TV、おもちゃ、虫をさわる
- ・ギター
- ・アニメ鑑賞
- ・部屋の模様替え
- ・ドライブ
- ・公園・森(むしとり)へ行く
- ・焚火、自転車で散歩(お父さんと)

家以外の場所

- ・フリースクール 2名
- ・デイケア
- ・学校1時間、塾1時間
- ・祖父母宅で遊ぶ

勉強は？



勉強をしている子は、どのような方法ですか？

- ・塾のみ
- ・公文のプリント
- ・学校の教材

学校で学ぶような勉強はしていませんが、YouTubeやGoogle検索でリサーチして、自分が興味あることを調べて深めている子もいます。



学校や先生との関わりはどうしてる？

(複数回答)

- ・必要な時に電話 4名
- ・必要な時にLINEやメールをする 2名
- ・年に数回支援会議をする 2名
- ・短時間登校
- ・フリールーム利用(中学)
- ・通級指導教室利用(中学)
- ・1週間に1度、30分程、先生と物を製作かキャッチボール(中2)
- ・たまに登校している。(給食がおいしいときに給食だけ、5時間目だけかき氷を作り、図書館に、など。他のお友達がきていないときに、午前中だけ、とかもあります。支援級の先生との信頼関係はあるので、他のお友達がいないときに、少し遊びに行きたいようです。母も付き添いです。)
- ・中1は月2回登校。イエレットのOTさん、学校の先生と連絡調整を都度しています。小学生2人は、たまに支援会議や電話です。

学校以外で利用している場所やサービスは？

(複数回答)

- ・イエレットの訪問 5名
- ・ステージアイ 3名
- ・フリースクール(オールブルー) 2名
- ・こころの医療センター駒ヶ根のデイケア
- ・森カフェ(はみんぐ)
- ・スクラムプラス
- ・つくし園のトムソーヤクラブ
- ・オルタ

保護者が悩んだり、困ったときの相談先は？

(複数回答)

- ・親の会 6名
- ・イエレットさん 5名
- ・行政心理士相談
- ・病院(精神科医、小児科医) 2名
- ・ステージアイさん
- ・市の心理士さん
- ・スクラムプラスさん
- ・教頭先生
- ・支援級の先生
- ・支援センター(中川のバンビーニ)のスタッフさん
- ・お金を払ってカウンセリング
- ・教育相談員さん

学校・先生との関わり方は、いろいろな方法があります。

各家庭で、利用している場所やサービスの数は違いますが、皆さん1か所以上はどこかと繋がっていました。

また、相談先も1か所以上は持っていて、学校以外での相談先をそれぞれ持っています。



やっで良かったことや、やっでおけば良かったと思うことは？

- ・親の会での交流で情報をもらえたり、仲間がでけたり、気持ちが楽になった。
- ・親の会にいて、センパイママの声を聞くこと。どこよりも一番情報が得られた。元気になってきたら、フリースクール、デイケアに行けると、親も、子も気持ちが楽になれます。
- ・親の会に参加した事、学校に行かせようとした事をやめて良かった。
- ・早く病院に受診して福祉に繋がっておけば良かった。親の会に行くことで仲間を見つけた。子どもらの気持ちを優先して寄り添うことに全力をそそいだ、初めからそうしてあげたかった。
- ・複数の相談先、居場所をもっていてよかったと思います。いろいろな人の意見を聞き、自分自身の気持ちや考え方が、どんどん自分の心が楽になる方へと向かっていきました。まだまだ不安や心配はつきないし、すべての執着を手放せたわけではありませんが、一番苦しかった頃を思えば、一人じゃないなど日々思っています。一緒に頑張る先輩お母さんや、仲間のお母さんに出会えたことが、一番ありがたかったなあと思います。子供に関しては、突然「いかない、やだ。」となることも多いので、学校にこだわらずに、行けるときに行ける場所をチョイスしていく、くらいがいいのかなと思います。
- ・子供に課題があるわけではなく、自分自身の内面の課題に早く取り組めると良かったです。
- ・福祉サービスを利用することで、気持ちが楽になった。学校以外の相談先を持つことで、視野が広がった。早く、子供の気持ちを第一に考えてあげれば良かった。



不登校の子供の親を経験して、学校に望むことは？

- ・そうなった時の相談場所や、どんなことができるのかななどの情報が欲しい。
- ・相談先を教えてください。学校以外のこどもの行ける場所を知りたい。無理やり学校に行かせないこと。親の会の存在。
- ・親子さんの負担軽減・親子さんが必要に応じた相談先の紹介。
- ・学校だけで対応するのではなく、専門の方にすぐ相談ができる環境を整えてほしい。
- ・「学校へどうにかして行けるように」ではなく、子供にとってよりよいのは何なのか？を、一緒に考えていてもらえたらありがたいと思います。学校以外の相談先や居場所の紹介もしてもらえたらいいかなと思います。
- ・学校でできることという枠で考えるのではなく、子供がその瞬間ほっとできたり、安らげたりするにはどんな関わりがいいかという視点で関わって頂けるといいのかなと思います。
- ・学校へ行きしぶったり、行けなくなった時、親はまず学校へ相談します。学校の対応だけでうまくいかない場合は、学校以外の相談先へ繋がるように紹介して頂けると、先が広がっていくように感じます。



今、子供の不登校に悩んでいる方達へ一言



・同じ悩みのある人との交流は、学ぶことがあったり情報が溢れています。家に子どもといると、お互いに苦しくなってしまうので、時々自分の時間を取りリフレッシュすることが、親子関係も良くなりいいと思います。

・いっぱい頑張ってきたと思うのでとにかく休ませてあげてほしい。勉強のことはひとまず忘れてあげてほしい。今のままの子どもを受け入れあげてほしい。学校以外の他の場所もあるんだよと教えてあげてほしい。親の会に参加した方が得られるものがあるし、元気になります！

・1人で抱え込まないで、あなたは1人じゃないです。

・1人で悩まないで、親の会などに参加して仲間をみつけると良いと思う。お母さんの気持ちを理解して受け止め合える仲間がきっといます。いろんな考え方、捉え方を知り子どもの事をより深く理解できるきっかけになってほしい。子供と向き合っ、信頼関係がしっかり築けるような方法がきっと見つかります。

・不登校になる子の親は、小さい頃から我慢してきたり、周りに合わせて自分を抑えてきた人が多いのかなと思います。もちろん子育ても子どものためにととても一生懸命。頑張ってきた自分をまずはしっかり労ってあげてほしいです。自分の心をまず救ってあげて、楽にしてあげてを優先してあげて下さい。そうすれば自然と子供にも笑顔がもどります。今はいつか巣立っていく子供たちと、不登校を通してたくさん話せて一緒に時間を過ごせて幸せだなあと今は感じています。親子の絆を深めるのにいい期間かなと思います。子どもは子どもの力で成長していくことができるし、ペースはほんとに人それぞれ。不安になることもありますが、1番は親が幸せになることだと思います。

・親が元気で、楽しそうにしていることが大切だと感じます。私は、親の会へ参加して気持ちが楽になりました。親子だけで悩まず、みんなで支え合っていきましょう。

・突然、目の前の子供が「保育園や学校へいきたくない」というと、多くの方が動揺すると思います。私もそうでした。大丈夫、一人じゃありません。みんな一緒です。どうか孤独にならずに、繋がっていきましょう。いろんな生き方があるんだ、いろんな生き方をしてもいいんだ、と、思えてくると思います。



いかがだったでしょうか。7名の保護者が、それぞれ大変な経験をして、辿り着いた今の状況と、想いが詰まったメッセージとなっています。

何か参考にして頂けると幸いです。

こどもが辛い状況の時は、親も同じ様に辛く、苦しい状況になってしまいやすいです。不登校支援は、子どもだけでなく、保護者への支援がとても大切だと感じています。私たちも、未だに悩むことや苦しいことはありますが、それぞれが安心できる人・信頼できる場所に話をして気持ちを吐き出したり、アドバイスをもらったりしています。しんどい時は、お互いに支え合っていきましょう。

最後に、アンケートに協力して下さいましたお母さん方ありがとうございました。みんなの存在が、私の心の支えです(*^-^*)

🐙 娘と母の臨海学習体験 🐟

中2、小5、小3の学校へ行っていない子供達と、日々模索しながら生活している駒ヶ根在住の母です。今回は、ほぼ学校へ行けていなかった小5の娘と母が、様々な配慮をして頂きながら、学校の臨海学習へ行って、楽しい思い出を作ることができた話を書きます。

娘は、感覚の過敏さがあり、刺激を強く受け取りやすく、人が大勢いる場所や大きな声、ざわざわする場所が苦手で、小1の頃から教室で過ごすことができませんでした。不安も強く、学校の活動に誘っても参加することはできませんでした。そんな状態でしたが、5年生になり、「母ちゃんと一緒なら、臨海学習行こうかな」と自分で決断しました。ここへ至るまでには、学校や先生との適度な距離感での関わりや、娘なりの成長があったのかなと感じています。

この時から、どうしたら娘が安心して臨海学習へ参加できるかを先生とお話しました。不安に思っていることの確認と、こうしたら安心して参加できそうだけれども、できるかどうかを、母から提案しました。例えば①母も一緒にバスへ乗る。席は一番前にして欲しい。②部屋はみんなとは別で、母と一緒にして欲しい。③みんなと同じ活動が出来ないときは、ホテルの部屋で待機してもいいか。④お腹がすと機嫌が悪くなるので、少しおやつを持っていってもいいか。⑤食事する場所を、みんなと少し離して欲しい。などです。

心配や不安が強い娘にとって、安心できる環境というのは、一番大切なお願いでしたが、みんなとは違うわがままのような言い分で、何か申し訳なさを感じていました。しかし、先生は全てを受け止めて、「大丈夫ですよ」と言ってくださいました。身体的に配慮が必要な子もいて、娘さんだけに配慮するわけではないので、大丈夫ということでした。母からの提案が、娘にとって必要な配慮だということを受け入れて下さったことに感謝しています。

今回の臨海学習では、私たちと同じ様な形で参加した親子が、もう一組います。私たちとは別のクラスでしたが、そちらでも、子供が無理なくいつもと同じ様に過ごせるために、安心アイテムを持っていくこと、お腹がすいたら途中で買って食べてもいいかなどお願いしたところ、先生は「いいですよ」と受け入れて下さいました。

学年全体で、私たちを受け入れてくれている気持ちが伝わって、親はとても安心しました。

班には入らず、係などの役割もなく、行動は母と一緒に、次どうするかはこちらに委ねて下さり、上記のような配慮をして頂いた結果、当日私たちは、全ての活動に参加することができました。クラスメイトと共に貴重な経験をして、楽しい思い出を作ることができ、お友達とも話をすることができました。

今回、臨海学習へ参加することができて感じたことは、どうしたら自分の子どもが楽しく参加できるのかを、学校と一緒に考えて、保護者からも提案していくことの大切さです。もし、提案を受け入れていただけなかったとしても、どんなことならできるかを、先生と一緒に考えることをしていくと、自然と子供もその雰囲気を感じ取ってくれるような感覚があります。

みんなと同じ方法じゃないと、行事に参加できないと思っている方々もいらっしゃるかもしれませんが、私たちのような方法で、楽しく参加できたということを知って頂き、何かにチャレンジする一歩になって頂けたら嬉しいです。

最後に、先生が帰りのバスの中でお話して下さった言葉で終わります。

「全ての子供は、学校へ行く権利がある」

「全ての子供は、学校の行事へ参加する権利がある」

Y. K ㄟ



NPO法人子ども・若者サポートはみんぐの 小中児童生徒支援紹介

相談・コーディネート

電話または、メールでお問合せください。
月～金(祝日は除く) 9:00～17:00
面談は、日程調整をして実施します。
支援コーディネーターと一緒に考えます。

伊那市 居場所「オルタ」

毎週(月)(金)10:00～15:00

場所:伊那市allla(アルラ)1F

ホッとて安らげる空間の中で自分らしく過ごします。時々、いろんな体験活動もあるので、チャレンジしてみてもいいと思います。

多目的室で軽運動やダンスもやっています。



駒ヶ根市 「森カフェ」

(駒ヶ根市地域子どもの未来応援事業)

開催日:月2～3回木曜日13時～15時30分

場所:駒ヶ根キャンプ場 (年間24回)

- 不登校状態にある児童生徒及び学校外の居場所を求める児童生徒が、森林環境及び自然の中でリラックス効果を得つつ、自分らしく過ごせる時間と場所を提供しています。
- 「森カフェ」はカフェのように気軽に行けるがコンセプト。焚き火と共に心地よい時間を過ごす他、プレーパークのような自由な自然体験も行います。
- 自然体験チャレンジでは、さらにチャレンジングな体験を、市内及び近隣のアウトドアフィールドで行います。

スポーツの居場所 「はみ×スポ」

毎週(水)13:00～15:00

場所:水曜日・・・伊那市民体育館

のびのびとからだを動かしましょう。



「小・中学学習支援」

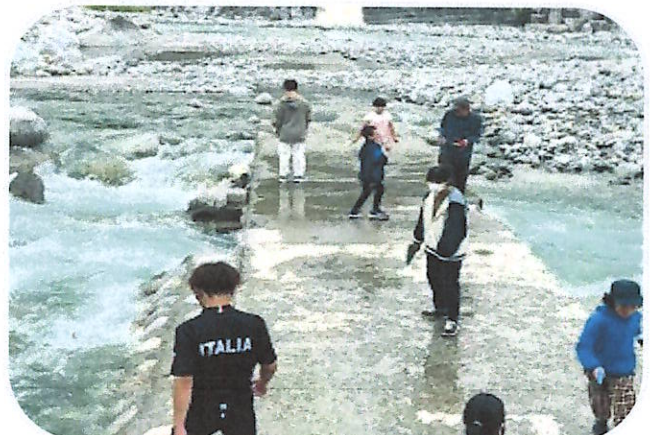
本人の希望があれば、平日、個別で50分間、(原則週1回)、有料で実施します。

学校に行きにくい子と歩む「親の会」

ひとりで悩まないで、まずは、親が安心安全な自分の居場所を持ちましょう。

親の会通信「よりそい」発行

年2回、親の会のメンバーで発行しています。



私たちは、困難を有する子ども・若者が、夢と希望を持って未来を切り拓くお手伝いをするとともに、誰もが、孤立することなく、安心して暮らせる地域社会を目指して活動しています。

はみんぐ 小中支援の流れ

対象者：学校に行くのがつらい小学生・中学生

(高校生・生きづらさを抱える若者の相談も別事業として受け付けています。)

*お問合せ下さい。(0265-76-7627)



学校に行きにくい
子どもとそのご家族

電話：0265-76-7627

E-mail: info@kksc.org

まずはご連絡ください。面談の日程を調整します。



面談・居場所見学

相談受付票にご記入いただいたあと、お話を聞かせていただきます。子どもさんの最善の利益をご一緒に考えていきたいと思えます。はみんぐの活動内容をご紹介します、見学・体験していただきます。

他機関のご案内・情報提供

学校に行きにくい子どもと歩む親の会

■ 伊那親の会

毎月 第1 火 19:00~21:00

会場：いなっせ 5F はみんぐ事務所

毎月 第3 火 10:00~12:00

会場：産業と若者が息づく拠点 alla オルタ

■ 駒ヶ根親の会

毎月 第2 水 10:00~12:00

会場：駒ヶ根市市民交流センター(赤穂公民館)

■ 中川村親の会

毎月 第4 金 19:30~22:00

会場：中川文化センター

□ 連携団体：てんとうむしの会

☑ tentoumushi.komagane@gmail.com

□ 連携団体：発達障害の家族会 ぼちぼち

☑ bochibochi.komagane@gmail.com

支援がスタートしたら・・・

- * 活動に参加する子どもたちの自己決定を尊重しながらともに過ごします。
- * 必要があれば、児童生徒の在籍する学校や関係機関で開かれる支援会議に参加します。
- * 学期末に参加状況を児童生徒の在籍する学校に報告します。
- * 不登校に関する研修会や講演会の情報や子どもの居場所の情報をお知らせします。
- * 保護者の方々から様子を聞かせていただき支援をより良いものにするように努めます。
- * 地域で活動する他の子どもの居場所と連携し、子どもたちの多様な居場所、多様な学びの場づくり、体験機会を創っていきます。

発行：NPO 法人子ども・若者サポートはみんぐ

〒396-0025 伊那市荒井 3500-1 伊那市生涯学習センター5階

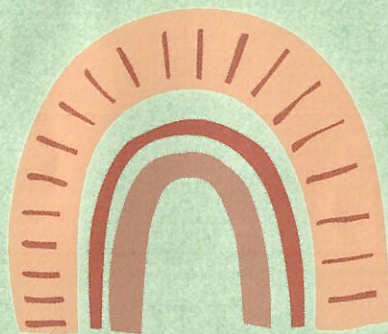
TEL&FAX 0265-76-7627

E-mail info@kksc.org



はみんぐHP →





映像を観て話し合おう ～自分を生きるために～



会場：伊那まちBASE

参加費：おとな1,000円

子ども無料（高校生以下）

予約フォームからご予約下さい。

10月15日（日）17：00～
ドキュメント映画
「自立への道」



種蒔夫監督と映画を観たあと対話します。

12月5日（火）18：30～

オープンダイアログを学ぶ

フィンランド発祥の新たなメンタルヘルスの手法「オープンダイアログ（開かれた対話）」が注目を集めています。統合失調症の患者を薬物治療を行わずに「対話」だけで回復に導いてきた実績があるからです。そこで、オープンダイアログはどのようなもので、なぜ人の心を癒やすのか、オープンダイアログは、日常生活のあらゆる場面で有効なのか…映像を観たあと、実際に体験してみたいと思います。

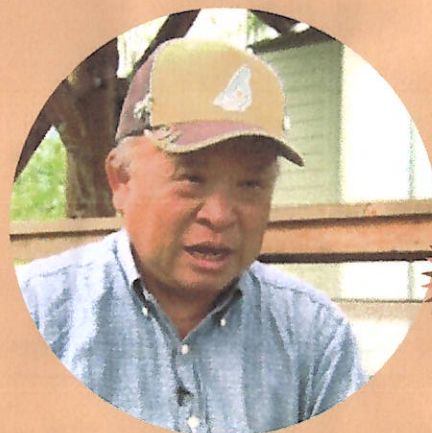
11月24日（金）18：30～

ありがとうクリッカー
ポニーと子どもたちの3年半

伊那小順組（平成3年度卒業生）の子どもたちと担任の春日幸雄先生のクリッカーと過ごした3年半の日々。

子どもたちは、何を感じ何を学んだのだろうか。

特集番組を鑑賞した後に、春日先生から「学び」とは何かというテーマでお話をお聴きします。



主催：生涯学習@おむすびLab（ラボ）

連絡先：omusubilab@gmail.ne.jp

