～３９号－２０１６年４月１日発行～
１０代、２０代、３０代以上の不登校・ひきこもりの方たちの社会参加を応援する団体です。

ポラリス通信

～不登校・ひきこもりの対応ニュース～

不登校情報センター
訪問サポート部門トカネット・代表藤原宏美

下記の予約先
E-mail／tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp（藤原）／ 090-4953-6033（藤原）

不登校・ひきこもりの個別相談　行なっております

（予約制・ご相談料金3000円です。）

訪問サポート（メンタルフレンド　・同行援助）説明日

◆4月17日（日） 13時～ ・ ◆4月29日（祝） 13時～
（無料/保護者様対象で、お一人でも行います。/お子様の年齢10代～40代）

皆様、こんにちは。桜が咲いて4月になりました。
進級、進学、就職と世間が動き出す季節になり、その流れがちょっとしんどいお子様、がんばってみようとしているお子様、いろいろだと思います。
先月、民間テレビで、あるひきこもり支援団体のドキュメントを放映して、ネット上で批判の声が殺到しました。30代のひきこもりの男性を、親の承諾の元ですが、ドアをたたき壊して大声で納得させて支援施設に連れていきます。その彼が親元を離れて集団生活をしていく中で、その団体の関連の介護や、工場などで就労につながっていく様子を放映しました。
もしかしたらこの先もずっとひきこもっていたかもしれない事を考えたら、家族としては藁をもすがる気持ちです。でも世間的には、人権や非人道的なやり方に批判が出ました。難しい問題です。
私たちも『トカネット』という訪問支援部門を持ち、20年近く訪問支援をして、不登校や、ひきこもりの人たちを学校や就労を含めた社会参加につなげてきました。
その経験から、第三者の介入は必要な場合が多々あると思います。ただ、その場合、他人に会いたくないと思っている本人に対する敬意や、尊重の意を持ってゆっくりと信頼関係をつくっていく事から始める事が大切だと思っています。

【トカネットは10代から40代くらいの方への訪問サポートをしております。】

〔質問21〕現役大学生で友達のいない不登校の私です

　私は今年大学に入学した19歳の女性です。人間関係が苦手で中学、高校時代も友達はほとんどいませんでした。大学に入れば何とかなると思っていましたが、語学や専門の授業には中学・高校のときのようにクラスがあって、みんなの前で発表をしなくてはなりません。とても緊張して教室から逃げ出したくなります。
　サークルにも入ってみましたが、最初の新入生歓迎コンパの段階でみんなのようにたのしく騒いだりできなくて、自分の周りだけとても暗い雰囲気をつくってしまい途中で帰ってきました。いちばんつらいのが一人で昼食を食べることでした。結局学校に行けなくなり半年が過ぎてしまいました。いまのような精神状態では学校に行くことが出来ないので退学も考えました。
　だけど私には子どもの頃から翻訳の仕事がしたいという夢があり、必死で勉強して英文科に入学しました。それをあきらめることもまだできません。でもいまは自分の気持ちを聞いてくれる友達がほしいです。どうしたらいいでしょうか。

（お答え）社会経験のある社会人のメンタルフレンドとの交流をお勧めします。

大学生で不登校のご相談が最近増えています。小学校・中学校・高校でも、大学でも、または職場でも、基本的に必要なものは人間関係を保つ力です。
　大学の場合、小学校・中学校・高校に比べてあまり拘束されない自由な形態ではありますが、まったく他人と関わらないで学校生活を送るということは不可能です。受験勉強から開放されて毎日が楽しくてしょうがない人ばかりのように思えるかもしれませんが、決してそういう人ばかりではないと思います。
　いつも一人で昼食を食べている人、地方から出てきて家族と離れてさびしい思いをしている新入生、学費を自分で稼いで学校へ行っている学生、いろいろな人たちが大学にもいるはずです。みんな自分のおかれた状況の中で精一杯生きています。幸いあなたには
　素晴らしい夢があります。その夢をもっともっと大きく持ってください。それが必ずあなたの自信につながっていきます。
　そのために、社会経験のあるメンタルフレンドと関わることをお勧めします。まず一人、自分の気持ちを聞いてくれる人、安心できる人をつくっていきましょう。自分の気持ちや考えを受けとめてくれる人がいれば、少しずつ自信が持てるようになっていきます。他人と関わることが怖くなくなっていくはずです。たとえ4年で卒業ができなくても、夢を簡単にあきらめないでください。

（次号に続く）

ひきこもり大学 in 下町

■開催日時：2016年5月8日（日）、13：00～16：00

■会場：カメリア（江東区亀戸文化センター）5階第2研修室
　＊JR総武線「亀戸」駅北口出て左側50m（歩いて1分）

■参加費：一般1000円（会員500円）
　　：当事者500円（会員0円）
　　＊会員とは不登校情報センターの会員。

■対象者：ひきこもりの当事者、経験者、家族、支援者、関心のある方。

■申込方法：申込不要（約50名、先着順）

■内容：
●1限目：講演＝2人が話します（30分程度）
　　テーマ①：登録派遣で生き抜いてきた方法（当事者）
　　テーマ②：ひきこもりと関わって感じてきたこと（会社員）

●2限目：分科会＝テーマ別のテーブルに分かれて話し合い
　　（1）テーマ①の講師
　　（2）テーマ②の講師
　　（3）兄弟がひきこもり
　　（4）居場所の様子
　　（5）フリーテーブル、その他希望の分科会用意。
16時以降はフリー（16時45分・撤収）

◆今後のお知らせ

★大学生や社会人による、不登校やひきこもりの人への訪問サポート（メンタルフレンド・同行援助）を１９９８年から行っています。
サポーターとかかわることで、どのように学校や、就労を含めた社会参加につながっていくのかを中心に説明を行い話し合います。

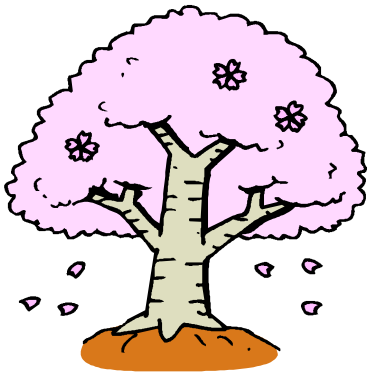
（１）訪問サポート（メンタルフレンド・同行援助）説明日
＊日時：４月１７日（日）、１３時～・　４月２９日（祝）、１３時～

（２）トカネット親の会　〈春の臨時企画〉
＊日時：４月１６日（日）、１３時～
＊対象：親ご様（お子様年齢１０～３０代）★お一人でも行います。

（３）不登校・ひきこもりの親の会
●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・・・など複数の専門家と一緒に考えていきます。
＊日時：４月　２３日（土）、１３時～。
＊参加費：お一人 500 円。
＊対象：１０代および２０代の子供の親　・体験者　・学びたい人

（４）「大人のひきこもりを考える教室」
＊日時：４月　１０日（日）、１３時～１５時。
＊参加費：お一人 500 円。
＊対象：３０代以上のひきこもりのご家族・経験者・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、下記のホームページ（URL）をご参照ください。



●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・予約先
TEL／03-5875-3730／090-4953-6033（藤原）
E-mail／tokanet1998-lucky-chance@docomo.ne.jp
URL／http://www.futoko.info/tokanet/