

チャイルドラインを「あなた」に「つたえる」情報誌

# With You

第72号 2022年冬



認定特定非営利活動法人

よこはまチャイルドライン

Tel 045-342-0255 Fax 045-342-0288  
<http://www.yokohama-childline.com>



## コロナで増えた『登校しぶり』

「何で不登校になったんだろう。きっかけは、一斉休校だった。ゲームして、友人と連絡取り合って、休校が終わり、学校が始まると体に吐き気や頭痛などの異変が現れ、不登校になった。それまでは元気で、皆勤賞。友人もいていじめもない。コロナがなければこうはならなかった」(中3男)

コロナによって思いもかけない異変が起こった中学3年生の叫びです。

突然のパンデミックで一斉休校を余儀なくされたり、マスク装着や休み時間の友人との遊びの制限などを求められたりした子どもたちにも、「登校しぶり」ともいえる状況がじわじわと広がっており、クラスによっては3〜4人くらい休んでいる子がいるといえます。

今回は、そんな子どもたちの気持ちに思いを馳せてみます。



## 「登校しぶり」の背景にあるもの

「学校に行きたくない。でも、なんで行きたくないのか自分でもよくわからない」(小3男)

「学校に行っても、休み時間でも先生は友だちとしゃべるな、と言う。つまらない」(小5男)

「分散登校の方がよかった。先生がおおらないから」(小4女)

「おとなはコロナで学校に行くなど言ったり、始まったら行けと言ったりする。すごく勝手だ。子どもの気持ちなんかどうでもいいんだな」(小3男)

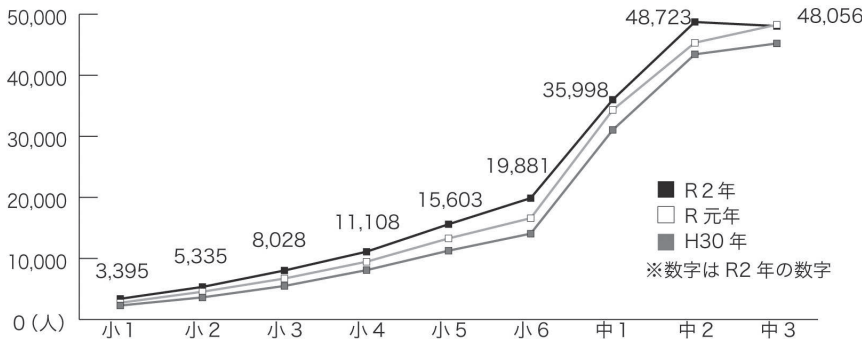
「勉強についていけない。行かないといけないと思うが、がんばれない」(中2女)

最近、チャイルドラインに寄せられた「登校しぶり」に係ると思われる子どもたちの声です。

「登校しぶり」の背景として考えられるのは、コロナによる突然の休校や分散登校が、それまでのリズムをくずしてしまい、ギリギリで行けていた子も行きづらく

### ◆小・中学校における不登校の状況

令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査 (文部科学省)



なったこと。また、行事が短縮になったり、休み時間も補習があったりするように過ごせなかったりするなど、コロナ以前の学校生活に戻れていないことによる子どもの戸惑い。コロナでおとなの言うことが二転三転したり、子どもは子

どもなりにニュースなどの情報をよくみているため、いろいろな価値観のなかでの戸惑いがあるのではないかということ。さらには、おとな(学校や先生)も混乱し、疲弊しているなかで、その姿や焦りの雰囲気を感じてしまいがちな「繊細さのある子」はとくに「登校しぶり」に陥りやすい傾向があるように思います。

一方で、子どもが自分の気持ちや言ってもいいんだという「こころの解放」のような現象とも感じられるのも事実です。そして、それ自体は子どもへのかかわり方次第では「レジリエンスの獲得」となるチャンスでもあるのではないのでしょうか。

確かに、コロナで子どもたちはおとな以上にいろいろがまんせざるをえませんでした。よこはまチャイルドラインが行ったアンケートからもそのことがわかりました。そして、子どもはおとな以上にニューノーマルに適応したともいえます。子どもは本来、動き回りが、友だちと遊び、わいわいがやがやと過ごすことがノーマルなので

に、きちんとマスクをつけ、できるだけ友だちとは話さず、遊びもせず、給食も前を向いて黙々と食べ、大切な居場所である学校にも行けなくなっていました。

その結果、何らかのストレスをかかえている子どもは70%以上、小学4年生以上の子どもは15~30%に中等度以上のうつ症状がみられるといえます(国立成育センター調査)。

そう考えると、「登校しぶり」は、子どもたちからの大切なメッセージ、そう「こころのSOS」ともいえるのではないのでしょうか。

### 親だつて心配なんです

わが子が熱もないのに、突然「学校に行きたくない」と言い出した親の気持ちはどうなのでしょう。そんな小学生の子どもをもつ30~40代のお母さんに話を聞きました。

「熱もないのに学校を休むなんて考えられない時代を生きてきたので、子どもの気持ちがわからない



## やるべきことはたったひとつ

では、そんなとき、親はどう子どもに接すればいいのでしょうか。

「やるべきことはたったひとつ。学校に行きたくない、という子どもの気持ちを受けとめるだけなのです。『あー、そうなんだ。そうか、行きたくないという気持ちなんだね』と、渡辺さんはきつぱり。

登校をしづる子どもを前にして、声を荒げて「行きなさい」と強制しても、逆効果になります。子どもの行きたくないという気持ちを受けとめることで、事態は変わりませんが、子どもは「いやだ」という気持ちを親にわかってもらえて、ほっとできるのです。

そして、無理やり登校させたり、休ませて行きたくないまで見守っているだけなど、子どもを変えることにエネルギーを使うよりも、学校へ行っても行かなくても、子どもに言葉で行動で愛情を伝える関わりをすることで、自己肯定感

を高めることに親のエネルギーを使うことをお勧めします。

そして、学校を休んで家にいる日は親子で仲良く過ごすようにします。たとえば、お昼を一緒に食べるとか、たわいもない話題でおしゃべりするとか、とにかく「あなたが大事だよ」と伝える時間を使うのです。たとえ学校を休んだとしても、子どもが元気である、笑顔がある状態を目指します。

「たとえば、ガソリンのない車は走れませんがね。登校しぶりのあるお子さんへ、親はガソリンスタンドのようなイメージになったら、わかりやすいでしょうか(渡辺さん)」「頑張って学校に行けた場合は、お子さんはものすごくエネルギーを使って帰ってくるので、ガソリンは空っぽに近い。この状態のお子さんに帰宅後も厳しくすると翌日登校するエネルギーはなくなります。学校へ行った日はとにかくね。ぎらう。子どもが好きなあやつやご飯を用意して『あなたのこと大事だよ』と伝えることで、子どものこのころのなかのガソリンはたまっていきます。」(同)



渡辺さんが所属する子育て心理学会では、このガソリンのことを「ココロ貯金」と呼んでいます。「あなたが大事だよ」「あなたのことを気にかけているよ」「大好きだよ」と親の愛情を言葉や行動で子どもに伝えることで、子どもの

このころのなかに「ココロ貯金」が貯まってくると、渡辺さんは言います。そして、「ココロ貯金」がある程度貯まると、子どもはやる気と自信を持って、その子が本来持っている力を発揮して前に進めるようになります。

子どもの「コロナ貯金」を貯める方法としては、「認める」「触れる」「聴く」があります。

子どもの話を否定せずに聴く、抱きしめたり、横を通る時に頭をなでたりするなど触れる機会を多くする、どんな小さなことでもいいので子どもの良いところや頑張りを認めるのです。

「いわはじは、学校の先生にもお願いしたいことなんです。先生も感染対策に留意しながらの授業など、苦労をなさっていると思います。が、学校に来るだけでも大変なエネルギーを使っている子もいる。そんな子に先生のひところは大きいです。『○○○○おはよう』『○○○○さんよ来たね』などのあたたかいあいさつ、ほんの小さな声でもいい、学校でも子どもの頑張りを良いところを見つけて、認めて声をかけてほしいと思います。また、子どもは先生はちゃんと早くを見ていてくれると、やる気と自信を取り戻していいのです。」

登校しぶりのきつかけはさまざまですが、「最初に学校に行きづ

最初に行きづらいつ感じ始めたきっかけ (小学生) ※複数回答		最初に行きづらいつ感じ始めたきっかけ (中学生) ※複数回答	
先生のこと	29.7%	身体の不調	32.6%
身体の不調	26.5%	勉強がわからない	27.6%
生活リズムの乱れ	25.7%	先生のこと	27.5%
きっかけが何か自分でもよくわからない	25.5%	友達のこと	25.6%
友達のこと	25.2%	きっかけが何か自分でもよくわからない	22.9%

令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査 (文部科学省)

らいつ感じ始めたきっかけで「先生のこと」と答える当事者は、小学生約30%、中学生約28%となっています。

「先生も大変でしょうけれど、コロナ禍でストレスフルな子どもにどんなかわりをすればいいのかわか協力して子どもを支えてほしいで

すね」

最後に、渡辺さんはこう付け加えることを忘れませんでした。

「登校しぶりのお子さんを支えるには親も大変なエネルギーを使います。先生でもスクールカウンセラーでも、他の専門家でもいいので、親も支えてもらってほしい。そして、毎日毎日お子さんに寄り添う自分自身も自分でたくさん認めてあげてくださる」と。

### 社会全体で真剣に考えるべき

よこはまチャイルドラインが行った子どもたちへのアンケートでも、「うれしかったことは何ですか?」との問いに、「友だちと会えたこと」「学校に行けたこと」と答えた子どもたちがダントツで、あらためて学校が子どもたちにとつて、とても大切な場所であることを再確認しました。

にもかかわらず、「登校しぶり」になる子どもたちの気持ちは、「本当は学校には行きたいけど、行け

なくなった」というものではないでしょうか。それは単に「学校がいや」とか「学校には行きたくない」といった単純なものではないはず。

はからずもコロナによって、一斉休校や生活の変化を余儀なくされた子どもたちからの「こころの叫び」「異議申し立て」ともいえるものです。

コロナの感染を防ぐためには、子どもたちへの対応も仕方がない面ももちろんあるでしょうけれど、子どもの大切な成長期にこのような負荷がかかることについて、その影響について、親や先生だけに負担を負わせるのではなく、社会全体でもっと真剣に考えるべきなのではないでしょうか。未来の日本を背負う子どもたちなのですから。

そしてもちろん、こんなときこそチャイルドライン、です。子どもの不安な気持ちをしっかりと受けとめ、子どもたちが元気を取り戻すお手伝いができたら、と願わずにはいられません。

## 子ども支援者養成講座 2022 前期 2022 が始まりです

来年度、受け手ボラン  
ティア募集のための養成講  
座が7月2日から開講い  
たします。

前期講座は子ども支援に  
興味のある方ならどなたで  
もご参加いただけます。

子ども支援者養成講座 2022 前期			
日 程	タイトル	講 師	
7月2日	子どもの状況と チャイルドライン	松原 康雄	明治学院大 学名誉教授
7月9日	子どもの権利擁護	高橋 温	弁護士・ 子どもセンター てんぼ 副理事長
7月16日	オープンダイアログ ～社会的ひきこもりを長期 化させない対話とは～ (仮)	斎藤 環	精神科医
7月23日	性の多様性 LGBTQの理解	遠藤まめた	にじーず 代表
7月30日	子どもの SNS相談の実際	宮田 智基	帝塚山学院 大学大学院 教授

申込時期、方法につきま  
しては、4月初旬にHP  
でお知らせいたします。(養  
成講座の講師、内容につい  
ては変更になる可能性があ  
りますので、ご了承ください  
い)

## 内部研修も充実しています

年が明けて最初の内部研  
修は、セーブ・ザ・チルド  
レンのトレーナーであり、  
臨床心理士で児童精神科病  
棟にお勤めの久保千晶先生  
による「子どものための心  
理的応急処置」でした。  
災害や強いストレスにさ  
らされた子どもたちが、そ  
の出来事が起きてから少し  
時間をおいて電話をかけて  
くることがあります。何気

## 子どもたちにカードを 配布しました

今年度分の神奈川県全域の小中  
高校生へ向けたカード配布が完了  
いたしました。

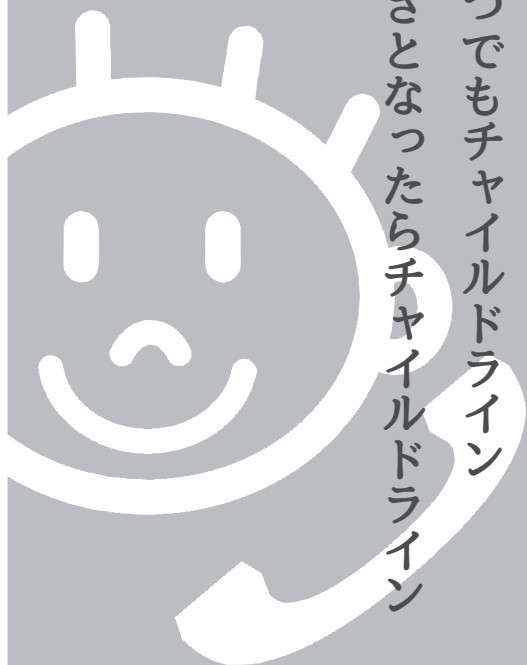
学校へ通っていない子どもたち  
や、県外の学校へ通っている子ど  
もたちにもカードが行き渡るよ  
う、カードを置いて下さるところ  
がございましたら、事務局までご  
連絡下さい。



ない会話からそういう話に発  
展することもあり、応急処置  
の心得は災害時に限らず、チャ  
イルドラインにも役立ちます。  
よこはまチャイルドライン  
では、今年も受け手のスキル  
アップに力を入れていきます。

よこはまチャイルドライン  
電話利用状況  
2021年9月～12月

主訴	9月	10月	11月	12月
学校 フリースクール	15	21	23	33
部活	0	5	0	1
性	16	21	8	12
家庭	9	9	9	17
職場	1	0	2	0
ネット トラブル	1	0	0	0
地域	1	0	1	3
自分	27	25	29	49
不明	121	180	154	157
累計 (会話成立率)	191 (37%)	261 (31%)	226 (32%)	272 (42%)



はい、チャイルドラインです。

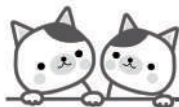
「初めてかけるのですが」

短い沈黙のあと「初めてかけるのですが」と話し始めた。

チャイルドラインに繋がってくれてありがとう。もしかしたら繋がった途端に切ってしまうことも何度もあったのかな。でも今日は話し始めてくれた。本当にありがとう。ほんの少しかもしれないけど前に進めたね。良かった、良かったと心の中で思う。

年齢を重ねていくと初めてのこと

が少なくなってくる。感動することも少なくなっているのかなと感じることもある。初めてのことがあると心ときめくし胸がザワザワする。日常の何気ない生活の中で敏感にアンテナを張り巡らせて何かを察知してあげたいいな。と、初めてかけてくれた話ができた子どもとの電話が終わった後にほっこりとした気持ちになりました。



RECOMMEND

By. 猫のみみ

Book

小説8050  
(ハチマルゴーマル)

著/林 真理子 (新潮社)

みなさんも「8050」という社会問題をニュースなどで耳にしたことがあると思います。80代の親が50代のひきこもりの子どもを年金で養っているという現実があります。今や「ひきこもり」といわれる人が100万人もいます。これはまさしく社会問題です。

「ひきこもり」の中には「いじめ」から「不登校」になり、人をさけて家にひきこもるといったケースが少なくありません。いじめで心を病んでしまった青年が人との出会いで再生していくようすがリアルに描かれています。夢中になって読んでしまいました。

Movie

ショーシャンクの空に

監督/フランク・ダラボン

この映画は「ショーシャンク」という刑務所に入れられた囚人の物語です。

刑務所に入ったということだけで絶望的なのに、さらに刑務所内での暴力や搾取にあいながらもまわりの囚人たちにやすらぎを与えることができた人と接して、心の豊かさってなんだらう…

刑務所に入っても心が豊かになれる人は心までは搾取されない。

どんなに絶望的な中にも、人とつながることで希望を育てていくことができるということを教えてもらった映画です。

## ご支援ありがとうございます



よこはまチャイルドラインの活動は、多くの方のご支援で成り立っています。  
子ども達からのフリーダイヤルの費用など、これからも皆さまからのご寄付が必要です。  
どうぞ応援よろしくお願いたします。

2021年9月23日～12月31日のご支援総額

**184,294円**

## あなたにもできる社会貢献

### ● 会員募集 ●

個人	正会員	3,000円/1口	総会の議決権あり
	賛助会員	3,000円/1口	—
法人	正会員	10,000円/1口	総会の議決権あり
	賛助会員	10,000円/1口	—

お忘れなく!

よこはまチャイルドライン賛助会員の  
年会費は、「寄付金」になります

※正会員費は控除対象外です



年会費は何口でも歓迎!

ご入金は郵便局の払込票をご利用ください

※匿名希望の方は、その旨払込票にお書き添えください

□ 座番号 **00270-6-13812**  
□ 座名 **NPO法人よこはまチャイルドライン**  
ゆうちょ銀行 当座 ○二九店13812

### よこはまチャイルドラインに寄付すると 「寄付金控除」が受けられます

横浜市の認定NPO法人であるよこはまチャイルドラインへの寄付は、「寄付金控除(税額控除)」の対象となり、確定申告をすることで税制上の優遇措置が講じられます。

#### 所得税

【寄付金の合計額-2000円】×40%が税額控除されます。  
※所得税額の25%が上限です

#### 住民税

横浜市在住の方は【寄付金の合計額-2000円】×10%が税額控除されます。※お住まいの自治体によって異なります

#### 相続税

相続または遺贈により財産を取得した方が、取得した財産を相続税の申告期限内に寄附した場合、寄附をした財産には相続税が課税されません

#### 法人税

法人による寄付は、一般寄附金の損金算入限度額とは別に、損金算入することができます。

詳細な手続きについては、最寄りの税務署にお問い合わせください

### ● 未使用切手、書き損じハガキはありませんか? ●



一年を通じ、神奈川県内の小中高生一人ひとりへチャイルドラインカードを配布しています。その数、実に100万枚。未使用の切手や書き損じのハガキはその配送代に充てることができます。封書に入れ、下記の宛先まで郵送してください。ご協力お願いいたします。(テレホンカードの受付は終了いたしました。)

〒240-0002 横浜市保土ヶ谷区宮田町1-70-16 よこはまチャイルドライン事務局宛

#### 編集後記

コロナ禍は今回の『登校しぶり』のように、子どもたちにもさまざまなことに影響を与えている。よこはまチャイルドラインの電話でも「ココロ貯金」と同じように「認める」「触れる」「聴く」を大切に子どもに接したいと切に思う。