



「ひとりじゃないよ。大丈夫！」

卒業生保護者 中島 玲子

はじめまして。今年の3月に志成館を卒業した息子の母です。現在も息子は家ででの生活が主で外に出ることはほとんどありません。志成館時代もほぼ登校はせず、卒業したというのも親の自己満足かな？と感じています。息子が不登校になり、家に引きこもって4年目に突入しました。この間、親子共々様々な経験をしました。子どもにとって学校に行けない、というのは苦しかっただろうし、学校に行かない行動を起こしたというのは勇気がいったことだと思います。息子からは突然笑顔が消えました。私からの罵倒に一気に何事にも無気力・無関心・悲観的になりました。ちょうど熊本地震の時だったので、私には二重のショックで何が何だかわからずうろたえ、原因を探り、関連する本を買い、ネットで検索し、あらゆる方法で情報を得ました。息子は部屋に閉じこもり物音ひとつ立てず過ごしていました。まるで生きているのか死んでいるのかもわからない状態でした。外に出ると楽しそうに通学している高校生を見ると涙が止まりませんでした。息子も辛かったことでしょう。自分に、親に、将来に絶望したことでしょう。私もかなり辛かったです。それまでの自分の子育てを全否定された感じです。自分を責めました。主人も責めました。毎日欠席の連絡をしないといけない高校の先生も責めました。きつかったです。それまで仲良くしていたママ友からの悪意はないけど傷つく言葉…。近所の目…。主人の母からの冷たい視線…。

志成館に入り、息子よりも私の方が行くことが多かったです。何より「保護者会」では同じ悩みをもつ保護者に出会えたことが今の私を支えてくれています。卒業した今でも連絡をとり各自が「今！こういうことが知りたい！」を念頭においたワークショップやランチ会、飲み会などを開催しています。返事はしてもしなくてもOK、参加ももちろん自由、その時来たい人が来ればいい、無理はしなくていいんです。まだこういう事に参加するのもためらうお母さんたちも大勢いると思います。お仕事の関係や家庭環境などで参加したくてもできない人もいますかと思ひます。学年にとらわれず、できれば今も苦しんでいるお母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんたちの力になりたい、とあらゆる方法を考え中です。

息子はまだ動き出してはいません。が、私は息子から色々なことを学び、教えてもらった経験を活かし歩き出しています。自分のストレスを減らし、楽しみを増やし、世間体を捨て、罪悪感からは解放されました。家族に感謝する毎日です。息子には将来は楽しんで生きていてもらいたい、それが私の望みです。そのためにはまずは私が楽しめない…。

今年、息子は車の免許をとりました。これはすごいことだと思います。運転しての外出はまだ少ないですが、少しずつ少しずつ楽しみを見つけてくれたら、と思います。息子には良い時と悪い時の波がありますが、この先どんなことがあっても周りの人の力を借りながら乗り越えていけると信じています。不登校などを経験した人（親も含め）たちは批判も受けます。だからこそ、その後 這い上がってきたら強いです。とても繊細な気持ちを持つ優しい子どもたちです。周りの大人たちがそんな彼らをサポートしてあげるように努力したいと思います。

どうかこの世の中が多様性を認めてくれる社会でありますように…。

もっといろんな子どもたちが少しでも生きやすい世の中でありますように…



日	曜	11月の予定	
1	金	大受】マーク模試 高校】志成祭打ち上げBBQ	
2	土	↓ 職員】ひなたぼっこの会（八代校）	
3	日	「文化の日」	
4	月	「振替休日」	
5	火		
6	水		
7	木		
8	金	高校】総合学習：遠足（熊本市動植物園）	
9	土	■高等学院 くまもと通信制高校等スポーツフェスティバルが 11月22日（金）に行われます。 ☆9:30 熊本市総合体育館中体育室2F 観覧席集合 ☆各自、昼食・飲み物・体育館シューズ持参 ☆競技参加者は運動しやすい恰好で！ 	
10	日		
11	月		3年】三者面談
12	火		
13	水		
14	木		
15	金		
16	土	保護者茶話会/オープンスクール 全体】カウンセリング	
17	日	↓	
18	月		
19	火		
20	水		
21	木		
22	金	高校】スポーツフェスティバル 3年】レポート締切	
23	土	「勤労感謝の日」	
24	日	■ 大学受験科 秋の夜長にしっかり勉強を！とよく言われますが、朝夕の冷え込みが厳しくなってくる時期でもあります。 ただなんとなくダラダラと長時間勉強をするのではなく、体調管理も心掛け、メリハリをつけた学習を行ってみては？	
25	月		1・2年】二者面談
26	火		
27	水		
28	木		
29	金		
30	土		

カウンセラー森下の 心理学コラム



こんにちは、森下です。最近、保護者の方と話していると、「うちの子は一日中スマホかゲームをしている」と困った表情で言われます。ですが、スマホやゲームの利用自体は問題視するべきものではなく、例えば不登校や引きこもり状態の人にとっては、ストレス発散やコミュニケーションの機会となります。

問題視しなければならないのは、「自分でやめたいと思いつつもやめられない」「実生活に支障が出ている」「無理にやめさせられると精神が不安定になる」など、使用によるプラス面よりマイナス面のほうが大きくなってきた場合です。

近年、SNSや動画配信サイトをスマホで簡単に閲覧することが可能になり、自分では長時間使用するつもりがなくても、SNS上の仲間につき合うことなどによって、長時間化しやすくなっています。予防と対応としては、「スマホやゲームの使用時間を決める」「使用目的をはっきりさせる」「スマホ、ゲーム以外の活動を増やす」といったことを心がけると良いでしょう。

“自分もそうかも知れない・・・”と不安になった人は、いつでもご相談ください。

「写真の事」

小堀 翔



最近サークルの時間に、皆さんにカメラについて伝授できていないことを反省しながら原稿を書いています。小堀です。ということで、ひとつ。

写真は「引き算」の芸術だといわれています。カメラマン自身が画面の中の何に着目したのかがはっきりとわかる写真が、良い写真だといわれる傾向にあるようです。例えば猫の写真を撮るにしても、背景に犬がいたり、カメラマンの靴が映り込んでいたりすると、むしろそっちのほうが気になって仕方がなくなってしまう人もいないでしょうか。そういったモノを「引き算」していき、すっきりとした写真に仕上げることを、私は志成館ブログ用の写真で心がけています。

季節は冬になりますが、まだまだ学校行事はたくさんあります。皆さん一人ひとりの活躍に着目して、良いなと思ってもらえる写真、頑張りたいと思います。皆さんの撮った写真も、ブログ用としての持ち込み大歓迎です！

奥深いフォークの世界 by 沖住



今回紹介するのは友川かずきの「夢のラップもういっちょ」です。

ジャンル狂である友川かずきが、競輪の滝澤正光を唄った作品で、全盛期を過ぎててもなお一杯走る彼の姿に覚えた感動をつづっています。

私たちが何に熱中し、何に心を奪われるかは人によって異なります。自分の信じるものを疑うことなく信じぬくことで、それを信じている自分も救われるはず。心動かされたものと真剣に向き合うことの大事さをこの歌は教えてくれます。

♪夢再び教えてくれたのはディランでも
スプリングスティーンでもなく
朝もやを突いて走る滝澤正光
走ることしかそがれていかないもの
沢山あることを知っている滝澤正光様が走っている
憧れゆく理由がそこかしこにある

へっほこハンター甲斐先生の 趣味のお部屋



どうも、甲斐です。第2回目の趣味のお部屋は食べ比べです。また「食」に関するネタですが、どうかお付き合いください。

一番ありきたりなのがカップ麺やお菓子などの季節限定商品を試してみることに、これも一興ですが、私が行っているのはメーカー別の食べ比べで、鯖缶にハマっています。同じ鯖缶(味噌煮)でも、メーカーによって、カロリー、塩分、食感、若干の風味、容量、脂っこさなどが微妙に変わってきます。(高級鯖缶は反則です)

違いがわかるようになると違いがわかる自分すごい人のように思えて自尊心が高まります(たぶん)。それだけでなく、おいしさ=値段ではないということも発見できます。同じような値段価格帯でも、できればおいしいものを食べたいですよ？

同じ味を極めた後での、別の味はまた新しい発見があります。さらに、同じ味を極めたら、同じ要領で缶詰、レトルトカレーと無限の広がりを見せてくれます。

あえて、おすすめの鯖缶は書きません。みなさんには是非、鯖缶を手にして、味わい、自分の中の最高の鯖缶を見つけてほしいです！

志成館・ぐるぐるログ

2019年度第8回「志成館・ぐるぐるログ」、今回は志成祭特集です。志成祭は今年も大盛況でした。打ち上げBBQのお知らせと一緒に紹介していきたいと思います。それでは、LET'Sぐるぐるウォッチング！



【志成祭打ち上げBBQ】

日時： 令和元年11月1日（金） 総合学習の時間（昼休みから準備）
場所： 志成館1F駐車場 にて

* 飲み物は各自で準備してください。



 志成館

日本航空高校【熊本キャンパス】

志成館高等学院

志成館【高認受験科】

志成館【大学受験科】



Where there is a will, there is a way!
志あるところ道あり!



〒862-0973 熊本市中央区大江本町7番3号

(味噌天神バス停徒歩0分/味噌天神となり)

TEL 096-366-1008

FAX 096-371-3871

ホームページ

URL : <http://www.siseikan.net>