社会福祉法人
京都いのちの電話
ニュースレター
第115号

相談電話
075-864-4343
24時間　年中無休
ナビダイヤル　0570-783-556
10:00～22:00

コロナ禍の学校 ～休校、自粛で何が起こったのか～

吉岡幸司　龍谷大学付属平安高等学校中学校　カウンセリング係主任
ガイダンスカウンセラー　学校カウンセラー　中級教育カウンセラー

臨時休校までの学校

本校の高校１年生「情報科」は、２月にプレゼンテーションの発表ということでシラバスを組んでいる。「メモを見ず、３分±５秒で発表を終わらせる」という今までにない経験に、彼らは緊張していた。１月に「中国で新型肺炎…」という話がニュースで飛び交っていたことさえ気にせず、ごく「普通」の生活を送っていた。

教室では各学年の終わりに向け、最後の授業が進行していた。２年生は２月中旬にある国内外の「研修旅行」を楽しみにしていたし、教員もその準備で大変であった。2020年２月。私にとり「いつもの通り」の平安での冬だった。

２月28日（金）。高度な政治的判断で前総理大臣安倍晋三氏が国内の学校へ呼びかけた。

「新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、３月２日（月）から春休みまで、全国の小中高校や特別支援学校を臨時休校にするよう要請」したのだ。２月末の最終金曜日。学校は年度末の成績処理を始めなければならない時期。また高校の多くは卒業式の時期。突然の要請を聞いて全国の学校がパニックになった。

自粛中の学校

本校では卒業生当事者と保護者のみの卒業式を挙行。翌日には後期考査（学年末考査）を実施し、臨時休校へ突入した。採点や学年末の成績処理が終わった頃、「授業再開か」と期待はするが、休校継続。生徒の学習が途切れないように…と、教員は配布する課題の作成を行ったが、印刷ができないのだ。印刷をしてもどう配布すべきかが不透明な状態であったのだ。学習の心配をしていたら、次年度の新入生の登校日がきてしまい、新入生、保護者に最低限の話を伝え、配布物を渡し早々に解散した。その後新学年のクラス編成など、最低限の会議を開き新年度を迎えた。しかし年度がかわっても一向に学校再開が見えてこない。「人の動きを８割止める」という政府の要請から、ついに出勤は管理職と部長のみになってしまった。他の教員は自宅待機となり、１週間に１度の出勤となる。「黄金週間明けには学校再開か…」と期待はするものの、その気配はない。学校再開の目処が立たない中、第１回目の教材を生徒へ郵送。ついにオンライン授業の話が飛び出し、大きな動揺と不安が学校に広がっていった。オンライン授業の講習会も不充分なまま授業を組み立てるストレスは教員には大きかった。

カウンセリング係もパニックになった。例年３月に「学校を続けていく自信がない生徒のことで、生徒や保護者、担任と話し合い」「長欠傾向にあった生徒と、４月から登校できるようになるための登校練習」などの予定を立てている。それが全部止まってしまった。これだけ長い休校期間であったのだから、本来であれば家庭訪問を実施したかった。ただ感染を気にして訪問も出来ず、せいぜい家庭への電話連絡が精一杯であった。

このコロナ肺炎は「災害」で有りながら、全く未知の経験である「災害」なので、何をするべきなのかさえ模索する有様だった。とにかくカウンセリング室通信を作り、「電話相談は受け付け中」と生徒や保護者へ連絡をした。相談件数こそ少なかったが、その多くがゲームやスマホにまつわるもの。「止めて課題をしなさいというのですが、全く聞く耳を持ちません」「ゲームに夢中となり、昼夜逆転生活になっています」「Wifiを切ると怒りだし、親子げんかになります」という電話が舞い込む。電話の向こうから「ほら学校に電話したよ。いい加減に切りなさい」「なんで電話すんねん。くそババア」「先生に怒ってもらうから…」「うるさい!」このようなやりとりやゲーム機を投げる音などが受話器の向こうから聞こえてくる。電話口で「といった具合で…」とまた母親の大きなため息が漏れた。

休校が解除される前に不登校の生徒宅を家庭訪問すると、生徒や保護者から次のような報告を受けた。「生徒が朝から家

（次ページに続く）

（1面から続き）

を出てランニング」「日中散歩や買い物に出かける」「地元の友だちと遊ぶ」など、ごくごく登校している生徒と同じような生活を送っていた。ご近所の目を気にせず、不登校になる以前の生活を取り戻していたのだ。しかし残念ながらこれは休校期間中だけのことだった。

休校があけてからの学校

6月1日からの学校再開。生徒たちの大きな声。「ああ、学校が始まった」という安堵感。しかしその安堵感はわずか数日だけのことだった。

いつまた臨時休校に入るのかという不安から、まずは遅れた授業の回復をはかることから始まった。従来の参加型の授業から三密を避けるために教員からの一方的な講義をせざるを得ない。

私は授業の遅れと「再度臨時休校となるのではないか」という不安から、早い授業を展開。そして例年以上に宿題を出した。生徒がフラフラ状態になっているのが分かりながら、「どうにも止まらない」状態で突き進んだのだ。

夏休みの短縮、行事もなくなり、息つく間もなく学習一色で突き進む学校。生徒に「悪い」と思いながら授業を展開する教員…。後期始業式での「本当に苦労をかけ申し訳なかった。そして本当によく頑張ってくれた」という学校長の言葉に教員の思いは集約されていた。前期は生徒・教員ともに辛い日々が多かった。

私立カウンセリング研究会のメンバーで話をした際、授業再開後、怖いことがわかり始めた。コロナ関連で「保護者の失業」「保護者の失踪」「離婚」「子どもへの虐待」「生徒自身のゲーム依存」…。目に見えない、深刻な家族や個人の問題が水面下で起こっていたのだ。生徒は誰にもこの苦しみを発することが出来なかったのだ。今、多くの学校の相談室では、「苦しかった…」「辛かった…」の声がため息交じりに聴こえている。もちろん生徒だけではない。そうせざるを得なかった保護者からの嗚咽も。

大きな決意

Withコロナ　と言われている。しかし我々のどこかに、コロナ蔓延以前に回帰したい気持ちがあるようだ。しかしワクチンや薬が出来るまで、それはままならない。その間に新たな世界が展開され、従来の価値観は変化していく。

今私は、V・フランクルに注目している。彼は「現実に対する自分がとるべきあり方（態度的価値）」の重要性を述べている。京都いのちの電話運営委員長だった石井完一郎先生は「ミーイズム」社会の到来を予想されていた。ミーイズム社会が行き着くところまでいった現代。私は教員が新しい価値観を見いだせるような教育を展開し、「人生から何を期待されているのか」を模索する生徒を育てていきたいと考えている。

イラスト・柏木牧子

活動報告

相談員養成講座　6月13日（土）から10名の研修生をむかえ、第43期生の養成講座がスタートしました。

相談員全体研修　9月22日（火・祝）、吉岡幸司氏（龍谷大平安高等学校・中学校カウンセラー）による「現代中高生気質（かたぎ）」がハートピア京都で行われました。聴き応えのあるお話しに多くの相談員が聞き入り、子どもたちの置かれた現状や、その思いにどう寄り添えばよいのかを学びました。

相談員全体研修
（ソーシャルディスタンスに配慮し広い会場を使用）

24時間365日の電話相談活動
（感染防止のため第二相談室を設置）

事務局日誌

5月	11日（月）	ナビダイヤル受信開始
	16日（土）	第96回理事会（みなし決議）
	23日（土）	42期2年次セミナー開講・オリエンテーション『いのちの電話相談の在り方』（岡田盾夫氏 加藤廣隆氏）
	26日（火）	第97回理事会（みなし決議）
	30日（土）	43期養成講座受講者面接
6月	4日（木）	京都府いのちのリレー講座講師（オンライン講義）（中瀬真弓事務局長）
	9日（火）	第81回評議員会（みなし決議）
	13日（土）	43期開講式・前期オリエンテーション（岡田盾夫氏）
	15日（月）	第98回理事会（みなし決議）
	20日（土）	コロナ禍フリーダイヤル受信開始
	26日（金）	日本いのちの電話連盟 定時社員総会（書面評決）
	27日（土）	42期グループ研修（～11月まで全6回）（岡田盾夫氏・加藤廣隆氏）
		43期養成講座『いのちの電話の基本理念とその相談の在り方』（平田眞貴子理事）
7月	4日（土）	42期2年次セミナー『精神医学概論』（武本一美氏）
		43期養成講座『電話相談の基本的応答』（中西龍一氏）
		京都府犯罪被害者支援センター研修会講師（中瀬真弓事務局長）
	11日（土）	43期養成講座『DVと児童虐待』（安保千秋氏）
	23日（木）	スーパーヴァイザートレーニング（～9月まで全3回）（岡田盾夫氏・中瀬真弓氏・高田育子氏）
	25日（土）	43期養成講座『精神科領域の電話相談～精神疾患を持つ方への理解と接し方～』（平木久代氏）
	26日（日）	41期認定後フォローアップ研修（髙田育子氏）
8月	6日（木）	広報チーム会議
	8日（土）	43期養成講座『自殺と危機介入』（岡田盾夫氏）
	22日（土）	43期養成講座『応答実習』（全4回）（研修スタッフ）
	28日（金）	会計監査・法人監査
	29日（土）	42期2年次セミナー『発達障害の方からの電話』（定本ゆきこ氏）
9月	5日（土）	フリーダイヤル初心者研修（中瀬真弓氏）
	9日（水）	京都府自殺対策推進協議会計画部会（平田眞貴子氏）
	19日（土）	42期2年次セミナー『相互ミラー描画展開法』（名取琢自氏）
	22日（火）	相談員全体研修『現代中高生気質』』（吉岡幸司氏）（於：ハートピア京都）
	28日（月）	京都総合教育センター電話相談研修講師（中瀬真弓事務局長）

＊毎月10日はフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」を実施しております。

コラム 聴く 思う 考える

精神科医　北村隆人
東洞院心理療法オフィス／太子道診療所精神神経科

コロナ禍の希望

新型コロナウイルス感染症は、多くの人たちの生活を変えてしまった。最近は新しい生活様式が社会に行き渡ったことで、以前よりは活動を広げやすくなってはいるが、それでも誰もが何らかの自粛を迫られている状況に変わりは無い。それは多くの人にとって、大きなストレスになっているだろう。

ただ緊急事態宣言が出されていた頃、私が精神科診療に当たる中で、はっとさせられることがあった。それは何人もの方から次のような発言がなされたことだった。「自粛が呼びかけられて、ほっとしています」と。

この発言は、ひきこもり生活が続いている方からのものだった。なぜそう発言されるのか。それは概ね次のような理由からだった。――これまで引きこもった生活をしていることに、罪の意識を抱いていた。でも今回、自分の過ごし方でよいんだと言われているようで、それでほっとしているんです――。つまり、コロナ禍において政府から発せられた「人との接触をできるだけ減らして下さい」という呼びかけが、ひきこもりの当事者の苦しさを緩和したということだ。

ひきこもる人たちの多くは、疲れやすさや対人関係に対する過敏さを有し、自分の心を守るために引きこもらざるを得なくなっている。しかし社会の多くの人は、そうした事情を知らずに、「学校をさぼっている」「仕事を怠けている」と考えてしまう。なぜなら多数派の人にとって、活発に社会活動を送り、多くの人と交流することは当然のことだからだ。

ひきこもりの当事者は、この多数派の常識によって苦しめられてきた。しかしコロナ禍によってこの常識が逆転し、人と接触しないほうが善いこととされ、それが当事者の苦しみを一時的にでも緩和した。

この皮肉な現実から、私たちは二つの学びを得ることができる。一つは、私たちが常識だと思っている考えは、絶対的な真実ではないこと。そしてもう一つは、常識が変化すれば、それによって生きやすくなる人がいるということ。

今回のコロナ禍は、多くの人に災厄とも言うべき大きな困難をもたらした。しかしそこには、わずかな希望も存在している。それは今回の災厄によって、私たちがこれまでの常識を疑うようになったことだ。職場に行かないと仕事はできないのか。都会でないと良い生活が送れないのか。多くの人と交わることが良い生き方なのか……。コロナ禍が私たちにもたらしたこれらの疑問を考えることを通じて、これまでの常識を見直していけば、コロナを克服した後の社会は、多くの人にとってもっと生きやすいものになっているはずだ。そこにコロナ禍における私たちの希望がある。

あなた

あなたの寝息は
誰が聞いてくれるのでしょうか
隣に眠る孤高の老人ですか
見知らぬ人びとなのですか

あなたの身近にいた
子どもたちは
そして　妻は
どこを歩いているのか

夜具に涙しても
誰もが涙しているとき
拭いてくれる者はいない

そんな夜
冬の星の輝きが窓から入ってきたなら
あなたは
その美しさを誰に話せるのでしょう
あなたの眠りは
誰と共にあるのでしょう

（T）

受信件数

2020年2月1日～2020年9月30日	11,417件
開局以来（2020年9月30日現在）	812,060件

自殺予防 いのちの電話

0120-783-556（なやみ こころ）

【時間内無料です】

毎日　16:00～21:00
（2021年3月末までの予定）

毎月10日　8:00～翌日8:00

「京都いのちの電話 チャリティーコンサート2020 京都カルテット」は、新型コロナウイルス感染拡大を考慮し、中止になりました。次回開催にご期待ください。

“聴く”大切さ　聴ける人になるために

第44期ボランティア相談員の募集が始まりました

応募資格：20～68歳の方
（職業・経験不問　こころざしのある方）

養成期間：1年次　2021年5月15日～2022年3月
2年次　2022年4月～2023年3月

講座内容：1年次　1泊研修・講義・グループ研修や実習
（研修は主に土曜午後）
2年次　インターン実習および各種研修

受講料：1年次　前期20,000円・1泊研修費9,000円
後期15,000円
2年次　10,000円
＊今期は35歳以下の方は1年次受講料（前期・後期）がそれぞれ半額になります

場所：京都市内（公共交通機関利用可能）

募集期間：2020年10月1日～2021年4月14日（必着）

＊募集要項、申込書はHPからもダウンロードできます。

相談員の声

相談員になって気付いたこと
- 自分を見直したり、新しい気づきがあったりする
- しんどいことも多いが、得られることの方が多い
- 「生きるとは」という問いに向き合える貴重な時間が得られた

続けられる理由
- 電話をかけてくる方、電話をとる仲間との出会い
- イベントへの取り組みで思い出が一杯できた
- 人として成長出来るかもしれないという思い

心がけていること
- いつも互いに対等の立場であるということ
- 様々な考えを受け止める努力をしていきたい
- 気持ちを聴くことを大切にしていきたい

初心者向け傾聴講座

入場無料 要申込み

2021年**1月24日（日）**午後2時～4時
1月29日（金）午後6時30分～8時30分
2月14日（日）午前10時～12時
2月26日（金）午後6時30分～8時30分

（受付開始 各回共に開講時間の30分前）
於：ハートピア京都（市営地下鉄丸太町駅 徒歩5分）

公開講演会 & 第44期相談員募集説明会

入場無料 要申込み

2021年**3月14日（日）**午後2時～4時（受付開始1時半）
於：ハートピア京都（市営地下鉄丸太町駅 徒歩5分）

「あふれでたのはやさしさだった」
～ 人は人の輪の中で育つ ～

講師：**寮美千子（りょうみちこ） 氏**　作家

＊講演会終了後、相談員募集説明会を行います。ご興味のある方は是非ご参加ください。

＊感染症の影響等により、内容が変更になる場合がございます。
詳細はホームページ又は事務局へお問い合わせください。

お申込み・お問い合わせは、下記事務局へ

資金ボランティアのお願い

京都いのちの電話の活動は、みなさまからのご支援により運営されております。
あなたも京都いのちの電話を支えるおひとりになっていただけませんか？

- 千人会会費は（個人）年間1万円、（法人・団体）1万円・5万円・10万円です。
- 自由な金額をご賛助いただくこともできます。
- 遺言・遺産のご寄付も承ります。

＊会費と寄付は税法上優遇措置が受けられます。
＊銀行振込の場合、ご住所をお知らせください。領収書をお送りいたします。

振込先は以下のいずれかになります。
郵便振替：01050-0-44782
銀行振込：三菱東京UFJ銀行京都支店　普通299707
京都銀行帷子の辻支店　普通130302
口 座 名：社会福祉法人　京都いのちの電話

編集後記

「はい、京都いのちの電話です」。
受話器をとる時は、まっすぐに向き合っていよう。対話するふたりの心のクッションが潰れないようにと願い、時には鋼のように言葉を伝えることもおそれずに、正直に向き合っていようと思う。そうした心持ちで、どれだけの人の気持ちや生き方を受け止められただろうか。
いつも成長をしていこう。これまで受けた「いのちの電話」の研修はknow-howではなく、人と一緒に生きていく姿勢を学んできたと思う。これからも、世代を超えた人々と学び、経験も交えて、エネルギーにしていきたい。煮詰まった処は消しゴムで消して、余白に変えていこう。ご一緒にチャレンジを!!　（H）

社会福祉法人　京都いのちの電話
事務局：〒616-8691　京都西郵便局私書箱 35号
TEL. 075-864-1133　FAX. 075-864-1134
URL. http://kyoto-lifeline.com/
（9：30～17：30 日・祝日休）
発行人：平田　哲
編　集：京都いのちの電話　ニュースレター広報チーム
郵便振替：01050-0-44782

＊このニュースレターは公益財団法人JR西日本あんしん社会財団のご協力により作成しています。