

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

番号	原告記事	本件投稿記事
1	<p>・不登校になったキツカケ</p> <p>私が不登校になったのは、中学1年生の2学期です。夏休みの後半に部活を休むようになり、そのまま夏休みが明けても学校に行くことができませんでした。元々身体が弱く、小学生の頃から休みがちな子供でした。</p> <p>しかし、中学で入部した部活が厳しく、中学に入ってから はなかなか休むことはできませんでした。しばらくの間は 厳しいながらも、なんとか踏ん張ることが出来ていたの ですが、夏休みのある日突然「しんどい。休みたい。」とい うと、つともなく強い思いが湧き上がってきました。それ からは部活の時間になると身体が動かなくなり、夏休 みの最後まで部活にいきませんでした。</p> <p>私に通っていた学校は全生徒が部活に入らなければいけ なかつた為、「学校に行くこと＝部活に行くこと」でし た。部活に行けない私は自動的に学校にいけなくなっ てしましました。今振り返ると部活をやめるとい う選択肢もあつたのですが、周りに部活を辞める人 などおらず、辞める選択肢が考えられませんでした。</p> <p>・不登校の日々とその終わり</p>	<p>1</p> <p>・私が不登校になったきっかけ</p> <p>私が不登校になったのは、中学1年生の2学期です。 夏休みの後半に部活を休むようになり、そのまま夏 休みが明けても学校に行くことができず、元々身体 が弱く、小学生の頃から休みがちな子供でした。 しかし、中学で入部した部活が厳しく、中学に入 ってからなかなか休むことはできませんでした。 しばらくの間は、厳しいながらもなんとか踏ん張 っていましたが、夏休みのある日突然、「しんどい。 休みたい。」というつともなく強い思いが湧き上 がってきました。それからは、部活の時間にな ると身体が動かなくなり、夏休みの最後まで部 活にいきませんでした。</p> <p>私に通っていた学校は全生徒が部活に入らな ければいけなかつたため、「学校に行くこと＝部 活に行くこと」でし。部活に行けない私は、自 動的に学校にいけなくなりました。</p> <p>今振り返ると部活をやめるとい う選択肢もあつたのですが、ま わりに部活を辞める人などお らず、辞める選択肢が考えら れませんでした。</p> <p>・学校に行かない日々</p>

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

	<p>そこからまったく学校に行かない時期が数ヶ月ありました。身体自体はしばらく休むことで学校に通えるくらい回復していましたが、学校の目が気になり学校に戻りにくいという状況でした。結果的にテスト期間だけ登校したり、月数回たまたま調子がとても良い時に登校するという状況が中2の終わりまで続きました。</p> <p>しかし、私はあるキッカケがあり中学3年生の時に不登校から脱しました。その後は普通に学校に通えるようになり、部活や学校行事にも積極的に参加し、第一志望であった高校にも合格することができました。不登校になって以降、担任の先生が家庭訪問してくださったり、スクールカウンセラーや病院のカウンセラーの方とお話させて頂くなどの支援を受けてきて、それらの支援も人と話す良い機会ではあったのですが、私の不登校を脱するキッカケになったのはまったく別のことでした。</p> <p>少々長くなってしまいましたが、キッカケについては次回詳しく紹介させて頂きたいと思います。</p> <p>最後まで読んでいただきありがとうございます。</p>	<p>そこからまったく学校に行かない時期が数ヶ月ありました。カラダ自体はしばらく休むことで学校に通えるくらい回復していました。</p> <p>ただ、学校を休んでいた時期が数ヶ月に及んでいたため、周囲の目が気になり、学校に戻りにくくなりました。回復してからも、結果的にテスト期間だけ登校したり、たまに調子がとても良い時に登校するという状況が、中2の終わりまで続きました。</p>
2	<p>・学校に行きたい、でも行けない</p> <p>不登校がはじまった当初、両親は私をなんとか学校に行か</p>	<p>・学校に行きたい、でも行けない</p> <p>不登校がはじまった当初、両親は私をなんとか学校に行かせ</p>

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

	<p>せようとしてしました。親としてごく自然な対応であったと思います。子供が普通から外れることに対して両親も不安があったのだと思います。しかし、当時の私にとつては辛いことでもありました。自分でも学校に行かなければならないとわかっていました。</p> <p>しかし、どうしても行けなかったのです。不登校が始まってしばらくの間は家にいるのもつらいものでした。「学校に行かなければいけない」でも、「学校にいけない」という繰り返しで、「なぜ他の人が普通にできることが自分にはできないんだろう・・・」自分を否定する毎日でした。</p>	
	<p>・「できない」を否定せず、「できる」ことを認め、伸ばすしかし、しばらく経つと少し状況が変わってきました。それは両親が「○○ができないこと」を叱るのではなく、「○○ができること」を認めてくれるようになっただけです。それ以降私にとって家や家族がとも安心できる場所になりました。確かに他の子とは同じように学校に通うことはできません。しかし、私ができることも確かにあったのです。</p>	<p>ようとしてしました。</p> <p>親としてごく自然な対応であったと思います。子供が「普通」から外れることに対して両親も不安があったのだと思います。</p> <p>しかし、当時の私にはとても辛いことでもありました。もちろん、自分でも学校に行かなければならないとわかっていました。</p> <p>でも、どうしても行けなかったのです。不登校が始まってしばらくの間は家にいるのもつらいものでした。</p> <p>「学校に行かなければいけない。でも、学校にいけない」その繰り返しで、「なぜ他の人が普通にできることが自分にはできないんだろう・・・」自分を否定する毎日でした。</p> <p>・自分を受け入れてくれた両親</p> <p>しかし、しばらく経つと少し状況が変わってきました。それは両親が「○○ができないこと」を叱るのではなく、「○○ができること」を認めてくれるようになっただけです。それ以降は、私にとつて家や家族がとも安心できる場所になりました。</p> <p>確かに他の子とは同じように学校に通うことはできません。しかし、私ができることも確かにあったのです。</p>

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

	<p>・伸び盛りの中学生。学校に行っていないくても、確かに日々成長していたのです。</p> <p>両親がそういった努力を認め、才能を認めてくれたことは私が自信を取り戻し、学校に戻る上で非常に大きな出来事でした。不登校を脱してから、私は人とは違った選択をたくさんすることになります。しかし、それでも自信を持って、充実した人生を歩めるのはその時に認めてもらった経験があるからだと思っております。両親には大変感謝しています。また<u>両親は私が学外でする活動にも非常に協力的でした。</u>普通ならば「学校に行っていないのに、好きなことをするなんて、好きななんてものほかだ！」という風に考えるでしょう。場合によっては周りの親から非難されるかもしれません。しかし、<u>両親はまず私が楽しく過ごすこと、熱中することを大事にしてくれ</u>ていました。そしてそれが<u>不登校を脱する大きな一歩となり</u>ました。次回は学外の活動でどのような心境が変化していったかについて書いていきたいと思えます。最後まで読んで頂き誠にありがとうございます。</p>	<p><u>両親は、私が学外の活動に取り組むことにも非常に協力的でした。</u></p> <p><u>普通ならば「学校に行っていないのに、好きなことをするなんてものほかだ！」という風に考えるでしょう。</u></p> <p><u>場合によっては、まわりの親から非難されるかもしれません。</u></p> <p><u>しかし、両親はまず私が楽しく過ごすこと、熱中することを</u>持つことを大事にしてくれています。</p> <p><u>そして、学外の活動が不登校を脱する大きな一歩となり</u>ました。</p> <p>不登校になって以降、担任の先生が家庭訪問して下さったり、スクールカウンセラーや病院のカウンセラーの方と話す機会はありません。</p> <p>もちろん、それらの支援も人と話す良い機会ではあったのですが、私が不登校を脱する</p>
--	---	---

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

3	<p>・<u>囲碁との出会い</u> 私が当時出会った学外の活動は囲碁でした。中学生が囲碁!?!と不思議に思われるかもしれませんが、当時囲碁を題材にした「ヒカルの碁」という漫画がブームだったのです。私は当時ブームだったこと、またネットを通じて遊べることをキッカケに囲碁をはじめました。学校へ行っていないことにより、元々好きだったスポーツができなかったこともあり、私は囲碁に夢中になりました。</p> <p>・<u>人と交流する機会ができる</u> しばらくは一人でネットを通じて囲碁をやっていたのですが、ある時から囲碁教室に通いはじめるようになりました。囲碁教室では同世代、年下、年上など色々な人がいました。不登校になると家にこもりがちになり、人との関わりあいがないがなくなってしまうが、私は囲碁を通して、外に出るキッカケ、人と関わるキッカケを得ました。</p> <p>・「<u>不登校</u>」というラベル抜きで認められる経験をする 囲碁という学外の活動をしていた中で最も大きかったのは「<u>不登校</u>」というラベル抜きで認められる経験をしたこと</p>	<p>きっかけになったのはまったく別のことでした。</p> <p>・<u>囲碁との出会い</u> 私が当時出会った学外の活動は囲碁でした。 「中学生が囲碁!?!」と不思議に思われるかもしれませんが、当時囲碁を題材にした「ヒカルの碁」という漫画がブームだったのです。 私は当時ブームだったこと、またネットを通じて遊べることをキッカケに、囲碁をはじめました。 学校へ行っていないことにより、元々好きだったスポーツができなかったこともあり、私は囲碁に夢中になりました。</p> <p>・<u>人と交流することの大切さ</u> しばらくは一人でネットを通じて囲碁をやっていたのですが、ある時から囲碁教室に通いはじめるようになりました。囲碁教室では同世代、年下、年上など色々な人がいました。不登校になると家にこもりがちになり、人との関わりあいがないがなくなってしまうが、私は囲碁を通して、外に出て人と関わるきっかけを得ました。</p> <p>・「<u>不登校</u>」というラベル抜きで認められる経験 囲碁という学外の活動をしていた中で最も大きかったのは「<u>不登校</u>」というラベル抜きで認められる経験をしたこと</p>
---	---	---

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

	<p>とです。それまでは学校のことに関して良い成績を収めていても、「〇〇できるのはすごいけど、でも学校にまらず毎日いけるようにならないと」「〇〇はできるのに、学校にはいけないんだね・・・」など、どんなにがんばっていても、学校に行っていない限り認められず、学外の活動である囲碁ではそんなことは関係ありませんでした。しかし、学外の活動である囲碁ではそんなことは関係ありませんでした。純粋に囲碁の実力だけで見ても、そこでの努力や姿勢を認めてくれました。純粋に囲碁の実力だけで見ても、そこでの努力や姿勢を認めてくれました。それまで「不登校」ということで、否定のまなざしで見られることが多かった私にとって、その経験は自信をつけ、新たな一歩を踏み出す上で必要不可欠でした。</p> <p>・来るべき時に備える</p> <p>そして私は中3になってから学校に行きはじめようになり、中3になって学校に行き始めたのは、今までは書いてきたこと以外にも色々な要因があります。不登校を脱するタイミングは何度か来ます。その中でうまくいったのが、私の場合は中3の時期でした。重要なのはそのタイミングが来たときに一歩踏み出せる状態を作っておくことだと思えます。例えば、勉強は遅れないようにしておくこと</p>	<p>す。</p> <p>それまでは学校のことに関して良い成績を収めていても、「〇〇できるのはすごいけど、でも学校にまらず毎日いけるようにならないと」「〇〇はできるのに、学校にはいけないんだね・・・」など、どんなにがんばっていても、学校に行っていない限り認められず、学外の活動である囲碁ではそんなことは関係ありませんでした。しかし、学外の活動である囲碁ではそんなことは関係ありませんでした。純粋に囲碁の実力だけで見ても、そこでの努力や姿勢を認めてくれました。それまで「不登校」であるがゆえに、否定のまなざしで見られることが多かった私にとって、その経験は自信をつけ、新たな一歩を踏み出す上で必要不可欠でした。</p> <p>・不登校は来るべき時に備えるのが大切</p> <p>そして私は、中3になってから学校に行きはじめようになり、中3になって学校に行き始めたのは、クラスが新たに始まるタイミングだと復帰しやすいうように感じたからでした。ほかにも、友人が声をかけてくれたり、行事だったり、年明けのタイミミングだったり、学校に行き始めようか迷ったタイ</p>
--	---	---

別表2 各原告記事と本件投稿記事の内容の対比表

	<p>と。例えば、生活リズムは乱れないようにしておくこと。例えば、<u>人との交流の機会を保つ</u>ておくこと。例えば、<u>自信をつけておく</u>こと。それらを積み重ね、「来るべき時」に備えることが次につながります。今すぐ不登校を脱するのは難しいかもしれませんが、しかし、いまのうちから自分ができる準備をしていくことは必要です。焦らず、自分のできることをひとつひとつ積み重ねていく。それが不登校を脱するために必要なことではないかと思えます。最後まで読んでいただきありがとうございます。</p>	<p>ミングは何度かありました。その中でうまくいったのが、私の場合は中3のスタートでした。</p> <p><u>不登校を脱出するタイミングは何度も訪れます。</u>重要なのは、そのタイミングが来たときに<u>一歩踏み出せる状態を作っておく</u>ことだと思います。</p> <p>例えば、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・勉強は遅れないようにしておく ・生活リズムは乱れないようにしておく ・人との交流の機会を保つておく ・家や学外で<u>自信をつけておく</u> <p>といったことを積み重ね、「来るべき時」に備えることが次につながります。</p> <p><u>今すぐ不登校を脱するのは難しいかもしれませんが。</u></p> <p>しかし、いまのうちから自分ができる準備をしていくことは必要です。</p> 焦らず、自分にできることをひとつひとつ積み重ねていく。それが不登校を脱するために必要なことではないかと思えます。</p>
--	---	---