



「いいこと＝しなければいけない ＝やらされている」という思考

特定非営利活動法人京都教育サポートセンターも2017年度の運営に入りました。16年目の活動になります。私がこの不登校・ひきこもりの当事者・経験者、学校中退、対人関係が不安・苦手、発達障害などの方のサポートをし始めて、19年目になります。

当所を必要として来られる方の事情は当然ことながら千差万別、全く同じなんてことはないのですが、いろいろな方と関わっていくうちにこんな傾向があるのかな、というものに当たることがあります。当然全員に当たるわけでもないですし、細かくすれば違いは出てくるのですがここでは大雑把なものとして経験上（私は心理の出ではないので基本知識が少なく実務経験が中心でそのきっかけで学習したものはありますが）こんなものがあるかな、というのを今後私が原稿を書いていくときには出してみようと思います。

当てはまるな、と思える方は良ければ参考にさせていただき、当てはまらないと思える方はそういう一つの傾向があるんだ、くらいに見ていただければと思います。

今回の傾向と思えること、それは物事の判断が「良いこと」「悪いこと」とか「正しい」「間違っている」という白黒的なものになる傾向がある方・・・これ自体が実はどうこうではないのですがこの思考から「悪いこと」「間違っている」＝「してはいけない」「すべきではない」はそれで構わない（これも時には疑問になるものもありますが）のですが「良いこと」「正しいこと」＝「しなければいけない」という縛りがしんどさを生みだしているということです。

人のアドバイスであつたり、本に書いていたり、ネット情報で書いてあつたりなどと媒体は様々ですが提供者その人の経験・知識を下にしたこれいいよ、というものがたくさんあります。

その中でも、子どもの教育の流れでもこの思考を使う場合があり、家庭の影響としてそれが身につけてしまっていることもあるでしょう。そこで「良いこと」「正しいこと」＝「しなければいけない」でやらされてしまっていくと実はやりたいことでないかもしれないのにしている、ことが増えてきて心のエネルギーの負担になっていると思われれます。するとエネルギーが切れれば何もしたくない、何も関わりたくないということが起こりえるのです。すると不登校やひきこもり、になる一つの例になってきます。しかし、この思考でも社会の中でしっかりと生活されている方もいるのでじゃあ違いは何だろうか、と。

同じ「良いこと」「正しいこと」を実行するにしてもワンクッション「したい」「しよう」と「したくない」を思って実行または実行しないことができていないかと思えます。同じ実行しているものでもきちんと選択という意識が必要なんだろうと思えます。そして、選択ということも踏まえるなら「良いこと」「正しいこと」＝「しなければいけない」ことではなく、「してもいいこと」でしかないのです。そして、「しても」「しなくても」いいことなのです。そして、きちんと意思として選んでいくことを習慣づけていき、世の中いろいろ実行していると結果としていい結果、悪い結果両方ありますが悪い結果であっても自分がきちんと選択の上実行したことならば気持ちの納得や折り合いをつけやすいはずなので、やはり「しなければいけない」ことであっても「しよう」「まあやるかあ」などという気持ちが挟まることはすごく大事なのではないかと思えます。

このような思考の要素を例えばこのようにしたいと思っても簡単になることもないだろうと思えます。しかし、できるときに少しずつでも意識づけてみてちょっとでも「自分で決める」生活をしていければと思います。

2017年度フリースクール活動について

2017年度京都教育サポートセンターのフリースクール活動（アポロ活動・集い場○活動）は原則としてどなたでも参加いただけるようにいたしました（参加費などが内部生・アポロ会員・その他で変動します。また内部生の後請求方式の方はその他扱いとなります）集い場○活動は6つのサークル活動で複数回数を実施していくもの（以下に記載）、アポロ活動は社会活動（清掃活動・フリマなどのリユース活動など）・他団体活動への参加・行事への参加・飲食中心のレクリエーションとします。内部生以外は原則として事前申込制としますがぜひご参加ください。

2017年度集い場○

以下の6つのサークル活動を実施します。

どのサークルも初回体験は無料です。

（連絡先など含めたアンケートの記入をお願いいたします）

またサークルによっては参加費以外に各種実費がかかります。

○学食 walk 大学の学食をめぐる

ミーティング参加無料

実施日参加費 内部100円 アポロ会員200円 その他300円

※ミーティング参加の方は100円引き

○散策部（旧バスで京都散策）

バスと京都というカテゴリをはずしていろいろ行きたいと思います。

ミーティング参加無料

実施日参加費 内部150円 アポロ会員250円 その他350円

※ミーティング参加者は100円引き

○活字倶楽部

本について語ったり、ちょっとした創作したりしています。

参加費 内部無料 アポロ会員100円 その他200円

○健康体操教室

簡単な運動やヒーリングなどを講師の先生の指導のもと行っています。

毎月第3火曜日で実施します。参加費無料。

○ものづくりかふえ

タイルアート・羊毛フェルト・ビーズなどを使った手芸などを行っています。

毎月第3金曜日で実施します。参加費無料。

○レクリエーション部

3つのカテゴリがあります。

A 事務所内活動 カルム・麻雀・ボードゲーム・カードゲームなどのレクリエーションします。

内容は参加者がその日で決定いたします。

B お出かけのインドア 博物館見学・美術館見学・プラネタリウム見学・工場見学・ボウリングなどが可能です。

ミーティングをしてすることや日時を決めて実施します。

C お出かけのアウトドア 外で遊ぼう・ハイキング・ピクニック・バーベキュー・キャンプなどが可能です。

ミーティングをしてすることや日時を決めて実施します。

参加費 内部100円 アポロ会員200円 その他300円（カテゴリAは100円引き）

ミーティングは無料 ミーティング参加者は実施日の参加費100円引き

活字倶楽部

3月は年度納めということで、今年度の活動を振り返りました。改めて見返してみると、こんなこともやったなあ、いろんな作品が出来上がったなあ、感慨深いものがありました。

そして、中でも特に面白いと思うテーマについておしゃべりしました。いつもの創作活動では、「あいうえお作文」を作ってみました。思い付きでパッと書く人、一つ一つ考えて書く人、様々でしたが、笑いのある作品ができたと思います。次回は5月17日(水)15:30~です。



ものづくりかふえ

☆3月17日

18日19日のユースフリマに向けて準備の1日でした。

☆3月18日19日

ユースフリマ参加

中京青少年活動センターのロビーでユースフリマ参加しました。タイルアートワークショップがほぼ予定数体験していただきました。ありがとうございます。



イベント紹介・報告

☆3月3日 集い場○学食 walk

今回は京都橘大学に行きました。きれいなところでした。



☆3月4日 フリースクール野球大会参加

洛南ライオンズクラブ杯フリースクール野球大会にほっとハウスさんからお誘いを受けてオープン参加しました。LPWさんと連合チームで試合をしました。負けましたがいい運動になったと思います。



☆3月4日 集い場

☆3月18日 集い場

集まった方々はめいめい楽しく過ごされました。

☆3月5日 年度末パーティ

毎年恒例の年度末パーティでした。お菓子を食べて談笑し、人生ゲーム大会で締めました。



☆3月11日 集い場○バスで京都散策 北野天満宮～わら天神

2016年度最後のバスで京都散策でした。北野天満宮では梅がきれいでした。2017年度からは散策部として実施いたします。



☆3月12日 きょうと地域力アップ おうえんフェア出展

きょうと地域力アップおうえんフェアがゼスト御池にて行われ、京都教育サポートセンターもブース出展しました。活動内容の広報とタイルアートのワークショップを行いました。



☆3月16日
健康体操教室

今回は小学生の新規参加者がいて
活気がいつも以上にあったと思います。



☆3月18日
集い場〇麻雀部

麻雀部という名前では最後になりました。
2017年度からは麻雀も含めて
レクリエーション部というもので実施
していきます。



☆3月21日
ヒーリング体験

健康体操教室の一部の時間でも行っ
ているヒーリングの体験を行いました。
2017年度はこのヒーリングをま
た組み込んでいきたいと思ひます。

☆3月25日
年度末食事会

毎年恒例の年度末食事会でした。
今回も12名の参加で大きく盛り上
がりました。



☆3月26日
勇気の出るライブ鑑賞
～京都マック～

京都マックさんで行われた勇気の出
るライブを鑑賞に行きました。
出演者の歌や太鼓の演奏などとても
楽しめました。



お知らせ

☆ 機関紙の購読または設置していただける方を募集しています

- ・当所の活動報告を行う機関紙「KSCE 通信」や案内三折パンフレット・各種活動チラシ・同居団体個別指導学習塾「個別教育予備校 MES」の三折パンフレットなどをおいていただける方・場所の情報を教えていただける方などを募集しています。
- ・個人で機関紙を購読という形でご支援いただける方募集しております。機関紙購読は送料込みで年3600円でご支援をお願いしております。メール添付による個人の方は2400円・関連団体や連携団体の方は原則無料で送付させていただきます。
- ・機関紙に広告を掲載させていただくことでの広告料という形式でのご支援も募集しております。
- ・機関紙は紙面による配布とPDF形式によるメール添付形式で行っております。

☆ 賛助会員・寄付会員を募っています

賛助会員は12000円／年

寄付会員は金額は任意です。どちらの会員も機関紙による活動報告をさせていただき、会員の種類・金額により、ものづくりかふえ活動での手作り品のお礼をさせていただいています。寄付会員の方は、良ければ機関紙に寄付の方のお名前を掲載させていただけると幸いです。

☆ 物品寄贈も随時募っています

衣類・雑貨・書籍など市役所前フリマに出店して販売できるものを随時募集しています。ゴミの減量目的のリユース活動として、フリマの収益は当所の運営に充当させていただきます。NPOの苦しい会計の手助けをしていただくと幸いです。また当所の学修サポート・フリースペース提供・フリースクール活動で使用できる教材・赤本・高校卒業程度認定試験対策問題集・教科書・教科書ガイド・問題集・マンガ・小説・知育玩具・パズル・ボードゲーム・カードゲーム・スポーツグッズ・収納関係（要事前相談）・OA機器・OAサプライ等を随時募集しています。宅急便（費用はお願いしています）・持ち込みなどをお願いしております。徒歩圏内は台車でのお伺いも可能です。賛同していただける方は電話・メールでお申し出ください。もしよろしければ、通信による活動報告や、通信へのお名前の記載をさせていただけると幸いです。

京都府左京区 匿名様、京都府下京区 匿名様

より寄贈いただきました。ありがとうございました。

（お名前掲載の許可をいただいた場合には氏名で掲載させていただきます）

○ 京都教育サポートセンターの活動をご支援ください

ボランティア募集・物品寄贈・賛助会員・寄付会員・などのお問い合わせはお気軽にお申し出ください。電話（075-211-0750）は火曜日～土曜日の11時から18時（時間外も代表在中時は対応いたします）メールは24時間受付 soudan@ksce.jp まで。

ボランティアスタッフ募集中

満20歳以上45歳くらいまでの方で不登校・ひきこもり・対人が苦手・発達障害などの若者に対する総合サポート活動をお手伝いいただける方を募集しています。まずは電話またはメール syomu@ksce.jp にて見学兼面談をお申し込みいただき、そこで詳細の説明をさせていただきます。

- ①週1日以上同じ曜日で同じ時間（4時間以上）お手伝いいただける方
- ②仕事の都合などで同じ曜日には難しいがイベントの手伝いも含めて月4回以上くらいは手伝っていただける方

活動内容

- 利用者に対して話し相手・遊び相手をするために「いて」いただく。
- イベント実施時は準備や参加など可能なところをお手伝いいただく
- 月1回のミーティング（一部を除きほぼ第1日曜日18時30分～）も参加可能であればなお、ありがたいです。
- 事務作業などは任意でお願いしています
- 学習サポート・発達障害向け学習サポート興味ある方はそれもお申し出ください
- 活動日時は火曜日～土曜日10時30分から18時30分
- 一部時間でも可能です。

4月13日現在

常勤1名（事業所長 兼 同居個別指導塾運営）南山勝宣

火曜日1名（16時以降が0名）

水曜日1名

木曜日2名（5月より）

金曜日1名

土曜日3名

不定日1名

イベント・発達障害向け指導担当1名



が在籍していますが各曜日4名程度を希望しています。

ボランティアといえど小学生から30代までの若者をサポートする

人と関わる活動なので大変なものもありますがお力を貸していただけるとありがたいです。

どうぞよろしくお願いたします。

編集後記

新年度も始まって1カ月程度、新たな環境の方は少しずつでも慣れてきましたか？京都教育サポートセンターでは学校や会社などに通っておられる方（主婦の方でも）に対しても相談・カウンセリングを実施しています。ちょっと生活の中で話を聞いてほしいなど吐き出すことで気持ちの整理と軽減をサポートいたします。お気軽にお申し出ください。

（南山 勝宣）

フェイスブックページ

<https://ja-jp.facebook.com/ksce.apollo>

Twitter ID 「ksceleader」

ブログ http://ksce.jp.org/?page_id=1234

2017年5月

日	月	火	水	木	金	土
	GW 休業 1	GW 休業 2	GW 休業 憲法記念日 3	GW 休業 みどりの日 4	GW 休業 こどもの日 5	GW 休業 6
GW 休業 7	8	9	10	11 集い場〇レクリ エーション部 ミーティング	12 パレット清掃	13 集い場〇散策部 枚方パーク
14	15	16 集い場〇 健康体操教室	17 集い場〇 活字倶楽部	18	19 集い場〇 ものづくりかふえ	20 集い場〇散策部 ミーティング
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

5月

- 4月29日(土)～5月7日(日)
GW休業
- 4月29日(土)・5月6日(土)
個別教育予備校MES授業のみ
(4月13日時点の予定) 振替など必要な場合において実施します。
- 11日(木) 集い場〇レクリエーション部ミーティング14時から 参加費無料
- 12日(金) パレット河原町清掃活動日
- 13日(土) 集い場〇 散策部
11時集合 枚方パークに行きます。
参加費 内部150円 アポロ250円
その他350円
4月のミーティング参加者は100円引きになります。
- 16日(火) 集い場〇 健康体操教室
14時30分から 参加費無料
- 17日(水) 集い場〇 活字倶楽部
15時30分から 参加費 内部無料
アポロ100円 その他200円
- 19日(金) 集い場〇ものづくりかふえ
15時から 参加費無料
作成物持ち帰りできます (実費)
- 20日(土) 集い場〇散策部ミーティング
14時半から 参加費無料
- 集い場〇学食 walk 4月14日ミーティングにて決定します。
参加費内部100円 アポロ200円 その他300円
4月14日ミーティング参加の方は100円引き
- まだ未定のもの決まり次第掲示や各種SNSにて告知いたします。
フェイスブックページ
<https://ja-jp.facebook.com/ksce.apollo>
Twitter ID 「ksceleader」
ブログ http://ksce.jpn.org/?page_id=1234
- 毎週日曜・月曜 お休み

KSCE 全般もしくは通信に関するお問い合わせ・ご意見は、下記までお願いします。

E-mail の場合 soudan@ksce.jpn.org、TEL/FAX の場合 075-211-0750、郵便は〒604-8005 京都府京都市中京区三条河原町東入ル恵比須町 439 早川ビル 6F 京都教育サポートセンター KSCE 通信係 まで。

2017年4月10日発行 特定非営利活動法人 京都教育サポートセンター