

小学生～40歳くらい対象 不登校・ひきこもり・学校中退などの状態にある若者  
または学校や社会人生活に生きにくさを感じている方への総合サポート活動



2019年1月号 No.6

## TOP Column

### 「マラソンのスタートは大変。」

マラソンと人生。共通点を挙げるなら、どちらも「スタートが大変」でしょうか。

11月は大阪マラソン、3月は東京マラソンと秋から春にかけて多くの大会があります。一般ランナーも参加できる大会の場合、スタートと同時に走ることが出来る人は、オリンピックを目指している等のアスリートに限られます。

大きなマラソン大会ですと、参加ランナーは約3万人。スタート地点は大行列、大渋滞。ほとんどの一般ランナーはスタートの号砲が聞こえてからしばらく待たないといけません。

スタート地点となる公園やスタジアムには、スタッフや応援の人も集まりますのでとても混雑します。そんな中、ランナーは受付を済まし、荷物を預け、寒空の下、薄着で待機します。

マラソンだけではなく、外出の支度、勉強、家事等、一番大変なのはスタートすることかもしれません。韓国に「始まりは半分」

ということわざがあります。始められたら、それだけで半分達成しているという意味だそうです。つまり、始めることは物凄く大変とも考えられます。

私達は「スタート」「始める」という言葉を聞くと、気合いを入れなきゃと考えがちですが、全部そうじゃなくて良いと思います。布団からまずは上半身を出す。とりあえずテキストを開く。コップを1つだけ食器棚に戻す。小さなことから少しずつ始めていけば、気付けば結構進んでいるかもしれません。

また、スタートが大変だと考えるのは、ちゃんとゴールしないといけないと思いつているからかもしれません。規模にもよりますが、マラソン大会でランナー達は、エネルギー・水分補給にトイレと、ゴールまで全員ずっと集中して走り続けている訳ではありません。疲れて歩く人もいますし、途中棄権する人もいます。もちろんライバルとタイムを競うアスリートや、自己ベストを目指す一般ランナーもいます。スタートとゴールをどうするかは人それぞれで良いのです。

無理なく自分のペースで。今年も楽しくスタートしたいものですね。(宗石 舞)



当所に来られているのは不登校・ひきこもり・学校中退・社会人からの退社などの経験者で心理的に生きにくくなっている方の心のエネルギーをためる場所です。その方に寄り添っていただけるボランティアスタッフを募集しています。同じ曜日に安定してこれるとありがたいですが月4日以上活動していただけるとありがたいです。(現在利用者は12歳～37歳までおられます)



火曜日～土曜日 11時～18時が活動時間です。半日などは可能です。安定して活動いただけて利用者との関係性を構築していただだける方、遊び相手話し相手イベント運営手伝いなどです。オプションで学習サポート活動もあります(希望者のみ・学習は18時以降でも実施しています)するかしないかも含めてその前の見学は歓迎です。お気軽にお問合せください。

075-211-0750  
QRコードはKSC Eホームページです。

## ○年末年始休業のお知らせ

KSCE フリースペース  
KSCE・MES 学習サポート・面談相談・電話相談 12月28日まで  
ことばのがくしゅう・家庭教師は担当スタッフとの合意で決定。

KSCE フリースペース 1月8日火曜日から  
KSCE 学習サポート・面談相談・電話相談 1月5日土曜日から  
(面談と電話相談予約は12月28日まで受付分)  
MES 学習サポート 1月5日から

KSCE 通常電話連絡対応 12月29日～1月7日までお休み  
非常時は 090-6206-3738 南山まで  
内容により電話対応料金(休日用)を適用いたします。



11月23日スポッチャ



11月3日BBQ

レク日



# お知らせ

◎「歩（あゆむ）プロジェクト」は定期的なサークル的活動と社会活動・レクリエーションイベントなど行いながら人と関わる・心のエネルギーをためるためのフリースクール活動です。様々なことを実施しています。よかったらまずは見学にお越しくださいね。歩プロジェクトは当所の利用生の有無を問わずどなたでも参加可能です。KSCEのルールはお互いの尊重です。

## ◎「いろいろ募集中」

「ゆっ歩のロゴ」「キャラクター」「歩プロジェクトロゴ」「マーク」デザイン募集中です。何かいいものがあれば、案でもデザインでもお寄せください。よろしく願いいたします。こんなイベントをして欲しい・こういう定期的活動がしたいというものも随時受け付けています。その中から可能なものは実施に向けていきたいと思います。

◎「ものづくりかふえ・健康体操教室以外のイベント」は原則前運営日18時が申し込み締め切りです。また2人以上の参加申込がない場合は実施しません。（参加申込が2人以上あったが、当日キャンセルが出て減った場合は原則実施します）実施確定となった場合は、一部のイベントは当日参加も可能とします。

## 当所の参加者区分について

「内部生」前納型フリースペース利用・前納型学習サポート受講者  
「利用生」内部生以外の施設利用登録者（利用終了者は除く）  
「スタッフ」当所ボランティア登録スタッフ（在籍登録中）  
「保護者」内部生・利用生の保護者  
「その他」上記以外の方

## レクリエーション日について

通常のフリースペースと違い、TVゲーム・カルム・麻雀などの他者への影響が出そうなものもできる日です。またこの日はどなたでも参加可能です。

活動の告知は機関紙・事務所掲示以外に ブログ  
[http://ksce.jpn.org/?page\\_id=1234/](http://ksce.jpn.org/?page_id=1234/)  
フェイスブックページ  
<https://ja-jp.facebook.com/ksce.apollo/>  
twitter ID = KSCEleader  
代表 SNS (LINE・twitter・facebook 他) 問合せください。

内部生－無料・申込不要  
利用生－500円・申込不要  
その他－700円・申込必要

実施日は4ページカレンダー参照。

## 「京都教育サポートセンターは個別指導学習塾要素も持ったフリースクールです」

不登校・別室登校・過去不登校などで学習が進んでいないことが気になる方、分かっていないところから遡って個別指導にて学習のサポートを実施することができます。スポット受講・自習利用も登録制にて可能です。無料で見学・体験（2回まで受けられます）可能ですのでお気軽にお問合わせください。普通の学習塾ではない家みtainな雰囲気の中での学習が可能です。目標・期限に合わせたカリキュラムを作成し、実施内容の提案を行います。そして進度に応じて随時カリキュラム修正を行います。

ご意見・ご要望・ご感想は 特定非営利活動法人 京都教育サポートセンター まで  
〒604-8005 京都市中京区恵比須町439早川ビル6階 HP: <http://ksce.jpn.org/>  
電話 075-211-0750 FAX 075-211-0750 mail: [syomu@ksce.jpn.org](mailto:syomu@ksce.jpn.org)  
org

# 2019年1月

歩プロジェクトは、京都市による平成30年度 NPO 等民間団体の子ども若者支援促進事業の助成を受けて実施しています。

日	月	火	水	木	金	土
		元日 1	2	3	初詣 4	MES 年始開始 5
6	FS 休み 7	KSCE 年始開始 8	9	十日戎 10	11	レク日 12 学食 Walk 京大北部食堂
13	成人の日 FS 休み 14	15	健康体操教室 16	17	ものづくりかふえ 18	レク日 19 大学入試センター試験
大学入試センター試験 20	FS 休み 21	22	23	レク日 24	25	26 でかけよう LPW 文化祭 合同ミーティング
KSCE 事務所内バザー 27	FS 休み 28	29	30	31		

## スケジュール

12月3日時点の予定

### カレンダー中の表記について

「KSCE」京都教育サポートセンター  
「MES」個別教育予備校 MES  
「お休み」KSCE・MES 共休業です  
「歩」歩プロジェクト活動  
「FS 休み」居場所利用がお休み(学習・家庭教師などは実施しています)

(歩)と書かれたものは原則どなたでも参加可能です。(参加費等が異なります。)

2018年12月29日(土)～  
2019年1月7日(月)  
通常運営休業(KSCE)  
※個別教育予備校 MES は1月4日まで休

☆1月4日金曜日(歩) 初詣  
12時30分早川ビル1階前集合  
参加費 内部生無料  
利用生・その他100円  
参加申込締切12月31日18時  
2人以上で実施  
当日参加は実施確定後は可能

☆1月5日土曜日  
個別教育予備校 MES 年始開始  
授業設定のみ・自習利用日(自習利用

12:00～17:00・要申込)  
自習・描画・作業・読書利用が可能です。  
入退室時間自由。  
利用申込12月31日18時  
申込者いない場合は授業終了後閉所  
利用料 内部生無料  
利用生・その他500円

☆1月8日火曜日  
京都教育サポートセンター年始開始  
(ことばのがくしゅう部門は7日より実施)

☆1月10日木曜日(歩) 十日戎  
18:00集合 参加費無料

☆1月12日土曜日(歩) 学食 walk  
京大北部食堂  
11時30分集合  
参加費 内部生100円  
利用生・その他300円  
交通費・食事代は各自  
11月MT参加者は100円引

☆1月16日水曜日(歩)  
健康体操教室  
14時半～15時半 参加費無料

☆1月18日金曜日(歩)  
ものづくりかふえ  
15時～16時半 参加費無料

☆1月19日土曜日～20日日曜日  
大学入試センター試験(当所イベント  
ではありません(笑))  
受験される方頑張ってください

☆1月26日土曜日(歩)  
でかけよう  
LPW文化祭(予定)11時集合  
バスで高野教会に向かいます。  
参加費無料。  
フリースペースは14時開所(14時までは授業のみ実施)

☆1月26日土曜日(歩)  
学食・でかけよう・体を動かそう  
合同ミーティング  
16時半～17時半 参加費無料

☆1月27日日曜日(歩)  
KSCE事務所内バザー(仮・予定)  
準備ができれば書籍・衣類・雑貨  
のバザーを行います。  
興味のある方・手伝っていただける方  
詳細は後日お知らせいたします。

★レク日  
1月12日土曜日  
19日土曜日 24日木曜日

出かけるイベントの交通費ならびに出かけた先での経費などは各自負担です。