

「必要な時間」

長野西高等学校（望月サテライト校）通信制

三年 丸山 槇

私は、この生活体験発表会をきっかけに、自分のいままでを整理し、発表することで自分に自信をつけ、これからの人生の踏切台となれば、という思いで発表する事にしました。

この決断ができたように、今、私は前を向いて、少しずつ歩くことができます。

ですが、中学時代の私は、将来に希望が全く見えず、苦しんでいました。

小学生の頃の私は、児童会選挙に立候補したり、授業で発言するのが大好きだったり、活発な性格でした。

小学六年生の時、私にとって分岐点となる大きなできごとがありました。教室で吐いてしまったことです。原因は胃腸炎だったのですが、周りの反応は冷たく、みんなのひいているような声を聴いて、私は恥ずかしい気持ちに追い打ちをかけられたようになってしまいました。

そのできごとのあった頃から、人混みに行くとき苦しくなり、飲食店でも食事が喉を通らなくなりました。当時は、私自身も何が起きているのか分からず、周りから

は「気持ちの問題でしょ」と言われ、冷たくあしらわれたように感じていました。自分は理解されていない。大事にされていない。そんな気持ちがありました。

治らないまま、私は中学生になりました。当時は勉強を中心に、いろんなことにとってもやる気がありません。ですが、そんな中学校生活は、長くは続きません。給食などの学校生活も、私にとっては辛く苦しいもので、部活動での人間関係もうまくいかず、一年の夏休み前から、私は学校に行けなくなりました。

当時の私は、周りに自分の辛さをうまく言葉にして説明することができず、「おなかが痛い」「頭が痛い」と、そんな風にしか助けを求めることができませんでした。そのため、周りには、私の気持ちは届きませんでした。そんな入り乱れた気持ちが大きくなっていくように、あの時から過度にいろんな事が怖く感じるようになって、気持ちが不安定になったりといった症状がでてきました。ずっと不安がつきまとい、自分にはもう平穏な日々は送れないんだと思っていました。

その異変に気付いて、病院に行きました。そこで、よくわからない大きな不安の正体がわかり、私は少し安心しました。その頃から徐々に家族にも理解してもらえようになりました。

家から出られなかった毎日を過ごして、しばらく時間が経過し、もうすぐ三年生になる頃、徐々に外を歩けるようになりました。時の流れが私を落ち着かせてくれたようでした。

三年生になった私は高校のことについて考え始め、中間教室に通うようになりました。

そこで長野西高校の通信制が身近にサテライト校としてできることを知りました。そして、学校説明会に積極的に参加し、この学校の仕組みを聞き、今の自分に合っていると感じました。私は、高校生を目指す勇気をもらいました。

そして、面接試験を経て、私は高校生になりました。

はじめは新しい生活に戸惑いながらの登校でしたが、徐々に生活に慣れ、悩みを共有できる友達にも出会えました。とても嬉しかったです。その他にも、生徒会活動に参加したことで、様々な人と話をする機会も増え、その人の今までの経験や、抱えてきた不安を聞くことができ、きました。共感したり、新しい感覚に触れることができ、自分の視野も少し広がったように思います。本当の気持ちを話してもらえた時の喜びも忘れられません。

高校に入った今も、気持ちは波のように変化し、大きく沈むことはたくさんありません。

でも、以前の私に比べ、だいぶ楽観的に物事をとらえられるようになりました。なにより、こうして日々学校に通い、この場で発表していることは、前の私には考えられなかったことです。

今までの経験が全てよかったとは言えません。あのまま体調を崩さず、勉強を続けられていたら。全日制の高校に通えていたら。これまでの苦しんでいた時間は、無駄な時間だったのでないか、と考えてしまうこともありません。ですが、家族の私に対する思いに気づけたこと。不登校で苦しむ人の気持ちを知れたこと。この学校に来たからこそできた体験や今の友達。これらすべての経験が、私にとっては必要な時間だったんだ、と思わせてくれました。

今も満足といえる状態ではありませんが、体調を崩してから約五年が経ち、時間が私にたくさんの変化を与えてくれました。ずっと自分自身に問い続け、苦しんできた正解がない問い、「生きる意味」についても、少しずつ自分なりに考えられるようになりました。

私は、未熟ながらも前を向いて少しずつ歩いています。明確な夢は見つかっていませんが、自分の得手不得手を考え、やりたいことをみつけようと、未来に希望をみいだそうと、頑張っています。たまには後ろを振り返って

もいい。でも、後悔ばかりにとらわれず、いままでの
きごとがあつたから、今の自分があること。それを忘れ
ずに生きていきたいです。

そして、徐々に私の現状を受け止め、支えてくれた家
族のように、今度は私が家族や周りの人の心の支えとな
れるよう頑張っていきたいです。