

半世紀にわたる「問題」を、いま問い直す。

# 不登校 50年

## 証言プロジェクト

### #21 うめざわしのぶさん

学校基本調査で「学校嫌い」の統計が開始されたのは1966年。今年はそれから50年にあたります。学校を長期欠席する子どもは、学校制度とともに常にいました。しかし、現在につながる「問題」として不登校が社会現象化してきたのは、この統計開始以降とも言えます。この50年、不登校は「問題」であり続けてきました。それは、学校、教育行政、精神科医療、家族のあり方、働き方などが、さまざまに問われてきた「問題」だったと言えます。この50年は学校に行かない子どもたちにとって受難の歴史だった一方、親の会やフリースクールなどの市民運動が立ち現れてもきました。いったい「不登校50年」の歴史は何を語るのでしょうか。不登校をめぐる、時代ごとにどんな状況があり、どのように問題とされ、どう対応されてきたのでしょうか。

不登校新聞社では、「不登校50年」を機に、証言プロジェクトを開始し、不登校経験者、親、親の会、居場所・フリースクール、医者、教員、学者、弁護士など、さまざまな関係者の生の声を集め、アーカイブにしていきます。インタビュー・寄稿は、社会的意義を考え、購読者に限定したのではなく、無料で公開します。そのため、プロジェクトは、寄付によって運営します。ぜひ、このプロジェクトへのご支援・ご協力をよろしく願います。

2016年7月15日 全国不登校新聞社

プロジェクトチーム（統括：山下耕平）

関東チーム委員：奥地主子、木村砂織、朝倉景樹、石林正男、加藤敦也、佐藤信一、

須永祐慈、関川ゆう子、野村芳美、藤田岳幸、前北海、増田良枝、松島裕之、山口幸子

関西チーム委員：山下耕平、石川良子、貴戸理恵、栗田隆子、田中佑弥、山田潤

## #21 うめざわしのぶさん



1978年、山口県周南市生まれ。小学6年生のころ、学校に行くつらさを感じ、無理をしながら登校を続けるなか、山口県精神保健センター（現在の精神保健福祉センター）と出会い、不登校となる。不登校時代は各地のシンポジウムやセミナーで、パネラーや講演などをして活躍。同センター内の居場所「星のうさぎ」を中心に、「東京シューレ」や各地のフリースクールと交流を持つ。中学卒業後、2年間のアルバイト期間を経て、福岡の調理師専門学校へ進学。19歳でレストランへ就職。20歳で結婚、出産。子育てをしながら飲食店で経験を積み、2005年、27歳で夫婦で飲食店を独立開業。10年目にして、自分をつちかってくれた土地でパン屋を開業するために、廃業。現在、夫と息子を福岡に残し、単身、山口県周南市でパン屋開業準備中。

インタビュー日時：2016年10月29日

聞き手：奥地圭子、木村砂織、山口幸子

場所：福岡市博多区の飲食店

写真撮影：木村砂織

**奥地** しのぶさんは小6のときに、不登校が始まったということですが、幼児期・小学生時代はどのように過ごしていましたか？

**うめざわ** 私が生まれた年（1978年）の10月に、実家がスーパーを始めました。私に通っていた保育園の前に実家のスーパーがあるんですよ。いつも「家に帰りたいのに」って思っていましたね。小学校は、全校生徒15人の小さい小学校に入りました。人数が少なかったんで、1〜2年、3〜4年、5〜6年の複式学級（ふたつ以上の学年をひとつにした学級）でした。私の年齢が一番人数が多くて6人で、そのうち女の子が私を含めて5人、女の子ばかりで、低学年のころは、よく高学年の子にいじめられました。私は、わりとお勉強ができて、ハッキリものを言う「リーダータイプの子」だったから、上の子から叩かれるところがあつたのかも。いまだにそうだけど。

**奥地** 大人になっても？

**うめざわ** 大人になってもそう。上からは叩かれるけど、同級生のなかではリーダータイプになるっていう。ハッキリものを言うし、痛いところを突いたりするわけですよ。かわいくないでしょ、そんなの。

学校の授業に対しては、「学ぶ」というよりは「先生の考え方を押しつけられてるな」っていう窮屈感がありました。小学校は、自分の思っていることを教育によって引き伸ばされるといよりは、先生の考えを刷り込まれる場所だと思っていました。

それで、小学校6年のとき（1990年）に思ったのは、「学校は必要ない」ってことです。友だちとギクシャクした時期があつて、自分にとって、学校に行く意味がなくなつたんですね。「勉強するために学校に行くんだつたら、私には学校は必要ないな」って思つたんです。だって、学校でやっている勉強は、ぜんぶわかつたから。

**奥地** 自我に目覚めちゃつたわけですね。

**うめざわ** 昔から本を読むのがものすごく好きで、知

らないことを知るのが好きでした。

**奥地** まあ、その後、世の中に出て学ぶことも多いからね。

**うめざわ** そうですね。社会と理科とか世の中の仕組みというのは、専門的なことは無理だけど、おおまかな成り立ちはテレビを観てればわかる。

**奥地** 暮らしのなかで学べるんですよ。本が好きなことは、自学自習にすぐ役立つたんじゃない？

**うめざわ** 幅広いものの考え方ができるようになりました。それで、「もう行く必要がなくなっただな」というのと、あとは、いろんなことが重なったんですね。思春期で、女の子は外見を気にしますよね。私はぼちゃぼちゃしてたから、それをほかの子から指摘されたのがイヤで、ダイエットを始めました。いまも、そういうところがありますけど、中途半端にできない性分で、ダイエットのつもりが、だんだん行き過ぎて神経的に

**うめざわ** だから「学校に行きたくない」と思っている「私」は、まちがっている存在で、いてはいけない存在なんだと思っていました。みんなを困らせる、お母さんも悲しませている。でも「学校に行きたくない」と思っている「私」は、たしかにここに存在していて、「私」はいてはいけない存在なんだ」「私、いなくなればいいのに」って思うようになりました。

それで「死にたい」と言っても、「そんなことを言わないで」そんなことを言われたら悲しいから」って、お母さんは言うわけです。結局、私は「お母さんを悲しませていい存在」ではなかったんですよ。

もっと言えば、「死にたい」というよりも、「元からこの世の中になかった存在として、消えてなくなればいいのに」と思っていました。

**奥地** 「存在そのものが消えてなくなればいい」というのは、相当の自己否定ですよ。

**うめざわ** 「自分が死んで何かを変えたい」とか「何かを訴えたい」とかいうのは、「自分が世の中に存在

食べられなくなって、拒食症ぎりぎりでした。それと「学校に行きたくない」というのが重なって、いま思えば、うつ状態だったんですね。

## 私、いなくなればいいのに

**奥地** 当時は、ずっと家にいたんですか？

**うめざわ** いえ、一番最初に通ったのは精神科医のところ、で、「1日でも学校に行かないと行きづらくなるから、1分でいいから毎日通いなさい」と言われました。

**奥地** うつ状態になったので、お母さんが医療機関に連れて行ったのですか？

**うめざわ** そうですね。「いいところよ」って聞いて。

**奥地** お母さんは行かせたい。医者も「行け」と言う。

していること」を自分が否定していないじゃないですか。そういうのじゃなくて、消えたいという気持ちを抱えながら、学校には毎日行っていました。ですから、くたくたでした。

**奥地** だって、行きたくないのに行くわけだからね。

**うめざわ** でも、私は「行きたくない」とは言ったらいかん存在やけん、「行かなきゃいけないんだ」と思っていました。だけど、そういう時期にチャットと「あそこの子も行ってないらしいよ」という話を聞くと、「そういう子が世の中にいるんだ」「私以外にもいるんだ」って感じて、ちょっとホッとしていたりもししていました。

小学校6年の秋に、精神保健センターで「カウンセリングを受けてみたら」って言われて、そのときの相談員の人に「こういうふうに思っています」という話をしました。すると、「そんなにイヤなら、行かなくてもいいんじゃない」って言われたんですよ。そのとき、「え、行かなくてもいいっていう選択肢がある

んだ」って思いました。

奥地 そのときに、初めてそう思ったの？

## 白黒テレビが カラーになった感じ

うめざわ うん、なんかね。いま話していて、そのときのことを鮮明に思い出したんですけれど、「白黒テレビがいきなりカラーになった」ような感じでした。それまでは真つ暗闇だったんですよ、毎日。「明日が来なければいいのに」って思っていて、「寝たら、そのまま起きなければいいのに」とも思っていました。そんな状態から、急に目の前に色がついてきたんです。スポンジとかをぎゅーって押し固めると小さくなるでしょ。でも手を離すと、ぱーってふくらむじゃないですか。あんな感覚。

奥地 すごいですね。「白黒テレビがいきなりカラーに」って、そういう表現をした人は少ないです。そこ

んぜん思ってた。だけど、星のうさぎに行ったらし、「みんな生きてんじゃん」って思ってた。

その後、中学生になるとき、母は「友だち関係がギクシャクして学校に行けなくなっただけど、中学に行けば環境が変わるし、新しく勉強も始まるから行けるんじゃないの？」と言ってきました。でも、私は、そのときには星のうさぎに刷り込まれているから(笑)、「学校に行かないで生きるのが私の生き方」って思ってるわけです。「一度は学校に行かなくてもいいよって言いながら、また学校に戻れというのか」って思ってた。また親に不信感を持ちました。

奥地 星のうさぎは週2回の居場所だったそうですが、それ以外の日はどうやって過ごしていましたか？

うめざわ 家で本を読んだり、新聞をスミからスミまで読んでました。あと、料理をつくるのが好きだったので、晩ご飯もつくってました。それと、喫茶店でアルバイトをさせてもらったこともありました。13〜14歳くらいから16歳くらいまでアルバイトして、その間

で、精神保健センターでされていた、不登校の子どもの居場所「星のうさぎ」につながるんですね。世界に色がついたと感じて、その後は、どういふことがありましたか？

うめざわ 星のうさぎに来ると「学校に行っていないこと」が当たり前じゃないですか。こんなに行っていない人がいっぱいいて、20歳くらいの人も入れば、高校に行っている人もいて。それまでは「学校に行かなくなったからお先真つ暗だ」と、みんなが言っていたし、私もそう思っていたけど、星のうさぎに行ったら「あ、生きていけんじゃん」と、頭で考えるよりも「私、これで生きていける」と感じて、「じゃあ、学校行かん」とこ」って思いました。

奥地 そこではつきりと「学校に行かない気持ち」になったということ？

うめざわ それまでは「そうは言ってもね……」と思ってました。学校に行かなくても生きていけるとは、ぜ

に1〜2カ月ほどの期間、ひとり暮らしをさせてもらったこともありました。

奥地 「自分で生きている」って感じですね。親御さんは、その後は「学校に行け」って言わなかったんですか？

## 不登校のなかの優等生に

うめざわ 言わなくなりましたね。親の会とかもあつたし、私はわりと話すほうだったので、親と直接は話さないけど講演会とかで話していて、それを親が聞くわけです。そして、ここポイントなんですけれど、私はそのころ、不登校のなかの優等生になろうとしたんですよ。

奥地 そういう意識はあったの？

うめざわ いま思うと、そうだと思う。ひきこもりがダメとは思ってないですよ。思ってないけれども、学



校に行かないなら、学校に行かないでも「この子は大丈夫よね」って思われるようにふるまっていました。そうすれば、親も安心するでしょ。

奥地 なるほどね。

うめざわ でもね、それは、ほんとうはよくないことなんです。そういうのって、結局は自分自身を生きたくないじゃないですか。自分を偽っていますよね。ほんとうは、そんなことを感じなくてすむ価値観がなきゃいけないんですよ、「学校に行かない」ということに対して。「学校に行かないなら、これをしなさい」じゃなくて、子どもがどんな状況でも「あなたはあなたでいいんだ」って言える土壌がなければダメです。ね。それなのに、「学校に行かないなら、こうしなさい」とか「学校に行かなくても、あなたみたいにしっかりしてたら大丈夫」とか、そんなことを考えさせなきゃいけない世の中っていうのが、第一にまちがってるんです。

うめざわ だったら10時くらいに集まって、だったらとお昼ご飯食べて、「体育館行こうか」とか。で、体育館でバスケットやって適当に遊んだり、あとはボードゲームやったり、くっちゃべったりしていて、17時くらいに「そろそろセンター閉まるけん、帰ろうか」と言われて、帰っていた感じでした。

## 飲食店のバイトから 調理師専門学校に

中3になると、「高校に行く？」という話になるじゃないですか。ただ中学生って、世の中のことを何も知らないでしょ。何も知らないのに選択肢を考えるのって無理じゃないですか。だから「社会に1回出てみて、もいいかな」って考えました。それで、16歳になって、堂々とアルバイトができるようになったので、ファーストフード店で働き始めました。

親には「その後に必要になれば高校か専門学校に行くし、一度社会に出てみたいんですけど」って話しました。実際、働くなかで、料理の仕事がしたいと強く

奥地 不登校そのものを社会が認めてないから、そうなっちゃうんだよね。それは、いつごろ気がついたの？

うめざわ わりと早くに、10代のうちだったと思います。

奥地 それは鋭いですね。中学は無事にすんなりと卒業できましたか？

うめざわ できました。中学校には、学割をもらいに行ったりもしましたし、担任の先生がよかったのもあって、「いま、私はこういうことをしてます」ということを自主的にレポートに書いて中学校に提出しました。

奥地 そういうことを認めてくれたのね。通っていたのが県の精神保健センターだったから、公立学校としては評価しやすかったのかもしれないですね。星のうさぎの活動で覚えていることは？

思うようになりました。それで、18歳になる年の4月に、福岡の調理師専門学校に行きました。

奥地 その調理師専門学校はどうだったんですか？

うめざわ 学生は中学を卒業した15歳くらいの子から60歳くらいのおばあちゃんまでいました。私の行っていた学校はちよつとゆるかったから、なんかね、楽しかったですよ、いろんな人がいて。

奥地 何年通ったんですか？

うめざわ 1年で修了のところだったので、1年間通いました。私はエスニックやフレンチに興味があって、「和の食材でフレンチをつくる」とか、そういうことにすごく興味があったんです。ちょうどそのときに、学校の栄養科でレストランのキハチの話をしてたんです。それを聞いて、「私のつくりたい料理はこれだ」「ここで働きたい」と思って、福岡にもキハチがあったので、お店に直接、電話したんです。そうしたら、その

年の10月に三越がオープンして、そこに新店舗を出すからオープニングスタッフで働いてみないかって言われたんです。

奥地 運がよかったというか……。

うめざわ 運がよかったです。私、面接に落ちたことは一度もないんです。

奥地 それは、あなたの能力だと思う。それでキハチで何年働いていたの？

うめざわ それが、デパートのレストランで、自分が思い描いていたフレンチの世界とはちがったんですね。それで、そこはわりとすぐに辞めました。

奥地 なるほど。その後はどうしたの？

うめざわ もとのアルバイト先に戻ったりしたんですけど、その後、20歳で結婚、出産しました。

店をやっていたおかげで、親だけじゃない大人が彼の価値を認めてくれたのは、よかったと思います。結果として、息子は福岡県の公立高校でナンバーワンのところを受かっているんです。いま、高校3年です。

私が一番最初にしたのは、子ども自身の興味を大事にする、ということです。だから、彼の興味ある環境を整えてあげるのが、私の仕事かな。それは「育てる」っていうのとはちがう。「教育」っていうのともちがいますね。むしろ、なんかいっしょに育っているというのかな。

こんなに勉強っていうもの、知識っていうものが必要だということを、私が身を持って体験したのは、自営業を始めてからです。そして開店から10年目、去年の夏に、ずっともんもとやってたお店をたたもうって思ったんです。

奥地 「店をたたもう」って決めて、これから、あまり不安はなくやれそう？

うめざわ はい。

奥地 愛する人ができたんだから、よかったよね。

うめざわ そして、相手がわりと年上で、仕事がいっかりあったのがよかったですね、料理人つながりで。それが、いまの旦那さんです。

奥地 それで、20歳で結婚して、その後、自分たちで店をやるうってなったわけ？

うめざわ そうです。開業したのは、私が27歳のときです。

## いっしょに育っている

奥地 27歳というと、お子さんは……。

うめざわ 小学校1年生になった年です。たまたまなんですけど、お店のお客さまたちが息子を好きでいてくれたんですね。私たちだけの価値観ではなくて、お

奥地 これから、どういう仕事をしようかというイメージはあったの？

うめざわ 山口に帰って、山口県の小麦粉や食材を使ったパン屋さんをやろうと思ったんです。なぜかというと、20年、福岡に住んで、もう一度、私をつちかってくれた水と空気と環境に戻りたいと思ったからです。

奥地 「原点に戻りたい」ということですね。余裕が出てきたんだね、人生に。

うめざわ 福岡でお店をしていたときは、毎日、同じことのくり返しで、でも、新しいことをする勇氣もなかったというか、「こんなことがしたいのに、それができない」という枠を、自分でつくってたんですね、きつと。「ここまで」っていう。

奥地 ご主人もいっしょに山口に？

**うめざわ** いやいや、彼はいま、福岡でサラリーマンをしていて、子どもが独り立ちしたら、また福岡で店をやろうかなと言っています。

**木村** じゃあ、それぞれで生活されるということですね。

**うめざわ** それぞれです。でも、夫はもともと農業に興味があるみたいなので、その後、また、いっしょにやるかもしれないし。

## 自分を映す鏡

**奥地** いま振り返ってみて、不登校について、どういうふうに感じていますか？

**うめざわ** いろんな方面から物事が見れるようになったと思います。物事を表面だけじゃなく、その成り立ちについてとか、根底にあるものをちゃんと見れるようになった。

のはいません。よっぽど打ち解けて、私っていう人を知ってもらってからでないと、言いつらいですよ。そうですね。何かあったときに「学校に行ってなかったから、こうなんだ」って、フィルターをかけて見られてしまう。

**奥地** 色眼鏡で見られることがあるから、いまでもフランクには言えないことだけど、心の中では「不登校は意味のあったことだ」と思っているということですね。いま、悩んでいる人たちに、かつての体験者として、どういふことを言いたいですか？

## どこにいても

### 自分を生きること

**うめざわ** あのね、「自分を生きていくんだな」っていうことです。世界中をヒッピーみたいに放浪して旅行している人もいれば、何年も自分の家に耐えてひきこもっている人もいます。学校へ行っている人も行ってない人もいて、みんな、それぞれが自分を生きていくしか

になったというか。友だちもそうですよね。なんとなく、その場において友だちっていうわけではなくて、心底、自分の考えだったり、ほんとうの自分を取り戻すというか、自分を映す鏡ですね。自分が世の中で生きていくなかで、そのときに「大丈夫？」「ホントにいま、自分を生きてる？」って聞いただしてくる存在。その人たちと話していたら「あ、私ちがつた」「私自身はここにいて、私はこういう人じゃなかった」って導かれるっていうか。そういう親友というのは、学校に行かなくなってから出会った人たちですね。

**奥地** しのぶさんが不登校してから26年くらい経っていることになりましたが、いまでも、子どもたちは学校に行かないと、「死んでしまいたいくらい価値がない」「もうダメだ」と思ったり、まわりからも「弱い」「逃げていく」「情けない」とか見られてしまって、苦しんでいます。

**うめざわ** それはありますよ。私だって、よっぽど親しくないとか、学校に行ってなかったことがあるという

ない、自分を見つけるために生きてるんだって思いますが。何をやって、どこにいても、それは変わらないと思っています。いまいるその場所が、自分を見つける場所。自分が行きたい場所が、その場所。

**奥地** 不登校もそのひとつだよってことですよね。

**うめざわ** そのひとつだと思う。それはね、誰にもわからない、自分にしかわからないことだと思う。

見つけたと思っただけのもの、また見逃してしまうからね。ぐるぐる回ります。それは一生続くことだと思っただけ。自分を失うこともあるし、私もたぶん、もう2回くらいは来ると思う。でもそれは、学校へ行つてるとか行つてないとかの問題じゃなくて、誰しもあることですよ。30代女性は悩みますよ。

**木村** 40代は40代だね。

**奥地** 50代になってもまたね、人生、新しいことにずっと出会っていくからね。

**うめざわ** 自分の中でも自問自答があって、「これでもいいのかな？」って確認しながらですね。「私は私で生きていけば、どこでも生きていける」って、いまは思っているけど。

## やっぱり土台は不登校に

**奥地** その「どこでも生きていける」っていう自信は、どこでつちかわれたんでしょう。そこには不登校経験もあるのかな？

**うめざわ** たぶん、ぐるぐる回る人生のなかで、少しずつ上乘せされていったんだと思いますけど、やっぱり土台は不登校にあります。あの世界が色づく感覚が。

**奥地** その感覚から、いまの自分を肯定しているわけですね。

**うめざわ** 自分だけじゃなくて、子どもに対してでも

でも閉じてても、そこには何も見えなくて、ゆらゆら揺られて、何もたどり着くものがないときに、唯一、しがみつけたのが母親だったと思う。そこで、いっしょに揺れていたと思います。だから、ただ、ひとりじゃなかった。

**奥地** まわりはみんな学校へ行っていて、不登校への理解もなかった時代に、それができたお母さんは、すごいですね。

**うめざわ** 理解はしてはいなかったと思いますよ。「学校へ行かなくていいよ」なんて、精神保健センターで言われるまでは、母は思ってもなかったし。ただ、いっしょに揺れてくれていたんです。

いま、息子との関係でも、自分が不登校していたことは活きていると思います。誰かの目で見ただけじゃなくて、自分は自分、子どもは子どもで。親だからといって、子どもに教えられることはそんなに多くないし、彼が思っていることのほうがいっぱいある。彼のほうが知識は上やけんね。

すね。学校に行くかどうかだけじゃなくて、子どもが学校に行っているけど、不安なことはあるじゃない。おもしろいと思わなかったら行く意味がないし、かたちだけ学校に行っているのだったら意味がない。

**奥地** 自分をいかに生きるかが、あくまでテーマだったことですね。

**うめざわ** あくまでテーマだと思います。何をやっていても。何の仕事をしていても、自分とどう向き合っていくかです。だって、人生すごい楽しいもん。

**奥地** つらかったとき、世界に色がなかったころ、支えになったものはなんだったんでしょう？

**うめざわ** やっぱり母親のことを思いますね。彼女も何が正しいかわかんなかったし、自分を責めたと思うけれども。ほんとうに真っ暗闇のなかで、何が正しいか、どっちに進めばいいかもわからない。真っ暗闇の海のなかを漂っているような状況ですね。目を開け

彼も、自分の人生を自分で生きてほしいですね。だから学歴とかはこだわらないです。自分のやりたいことをやってくれれば。

**奥地** 今日久しぶりにお会いできて、深い話を聞かせていただいて、うれしかったです。しのぶさんならではの生き方をつくっているなあと思いました。ほんとうに、ありがとうございました。



本プロジェクトは寄付で運営し、すべての記事を無償で公開しています。  
ご寄付のほど、よろしくお願いします。

郵便振替口座：00100-6-22077

加入者名：全国不登校新聞社

一口 1000 円 / 3000 円 / 5000 円

不登校 50 年証言プロジェクト <http://futoko50.sblo.jp>

#21 うめざわしのぶさん

インタビュー日時：2016 年 10 月 29 日

場 所：福岡市博多区の飲食店

聞き手：奥地圭子、木村砂織、山口幸子

写真撮影：木村砂織

記事公開日：2017 年 6 月 28 日

編集・発行：全国不登校新聞社

© 2017 Zenkoku Futoko Shimbun sha

東京編集局（関東チーム事務局）

〒 114-0021 東京都北区岸町 1-9-19

TEL:03-5963-5526 / FAX:03-5963-5527

E-mail:tokyo@futoko.org

大阪通信局（関西チーム事務局）

TEL:050-5883-0462

E-mail:osaka\_c@futoko.org

◇本プロジェクトにおける用語の取り扱いについて  
「不登校」を意味する用語は、長い年月のあいだに「学校恐怖症 (school phobia)」「登校拒否 (school refusal)」「学校嫌い」「不登校」など、さまざまな用語が使われてきました。立場や人によって、その言葉の使い方や、意味するところが異なります。不登校 50 年証言プロジェクトでは、統一した用語に整理するのではなく、話し手の文脈に即して使うこととします。