

令和七年度石川県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表会

日時 令和七年十月十一日（土） 午前九時半

場所 石川県立金沢泉丘高等学校 啓泉講堂

本大会は、石川県立高等学校定時制や通信制で学ぶ生徒がお互いの経験を発表し、今の学びに誇りを見出すための行事として開催されています。最優秀の生徒は、県代表として、十一月に東京で行われる全国定時制通信制生徒生活体験発表会（全国高等学校定時制通信制教育振興会主催）に出場します。

本記録は、県内定時制通信制で頑張っている生徒について、ご理解とご支援をいただくために公表するものです。

○著作権／二次利用・無断掲載・引用の禁止について

本記録に掲載されているすべての内容の著作権は、特別の断りがない限り、石川県高等学校定時制通信制教育振興会に帰属するか、同会が著作権者より承諾を得て、掲載しているものです。

本記録の掲載内容の一部およびすべてについて、権利者の許可なく複製、複写、転載、転用、編集、改変、送信、放送、配付等の二次利用を固く禁じます。

第七十三回石川県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表会 生活体験作文

遠回りがくれたもの

金沢中央（夜）二年 扇間 鈴音

「逃げる」という選択肢

羽松 一年 細川 颯太

私の人生

小松北（昼）四年 東 美優

代わりのいない自分へ

輪島（定）

孤独も良しと知る

七尾城北 四年 山本 希羅

私のパワースーツ

金沢中央（昼）四年 田中 莉緒

高校での成長記録

金沢泉丘（通）三年 杉林 心花

いまのわたし

小松北（夜）四年 岡山明香里

学歴が大事だという理由

加賀聖城 四年 塩村 凜

最優秀

遠回りがくれたもの

石川県立金沢中央高等学校夜間制 二年 扇間 鈴音

小さい頃はおおらかでマイペースな子供でした。得意なことは卵焼きを作ること。両親やおばあちゃんに美味しいとほめられたのを覚えています。

小学校時代は田舎の小さな学校で、のびのびと平和に過ごしました。こんな穏やかな毎日が中学校に入っても続いていくものだと思っていました。そして中学校に入学。一学年、七クラス、一クラス四十人という大規模校。教室に入ったとき、机と机の距離が、異常に近いなあと思ったのが第一印象です。隣の人の匂いがわかる気がして、窮屈な空間だなあと感じました。中学校ってこんなところなのか、でもきつと時間が経って、慣れれば、小学校の頃のように、新しい友達ができ、普通に過ごして、卒業するのだろう、そう思っていました。

でも私がまともに通えたのは六月まででした。朝起きられなくなりました。目覚ましの音が聞こえ、ベッドから起き上がり、リビングのある一階へと向かう。足元がおぼつかない、壁にもたれかかりながら、五分以上かかってなんとか一階へ行く。さあ、準備しなくちゃ、そう思っているのに体が言うことを聞かない。頭がくらくらして目が回る。とりあえず横になりたくてソファに倒れこむ。そしてそこから気を失ったかのように二時間眠りこけるのです。自分で自分をコントロールできない日々の始まりで

した。それでもなんとか、遅れてでも学校に行っていたのですが、次第に周りの目が気になるようになり、通うこともできなくなりました。そこからの日々を一言でいえばからっぽです。何をする気力もなく、何にも興味がわかず、シーンと静まった真つ白の部屋にただうずくまっているような、そんな虚無な毎日、時間が止まったかのようにでした。

このままじゃいけないということはわかっていました。勉強しなければまともな大人にはなれない。そんなのは嫌だ、ここから抜け出さなければ。そして私は長いトンネルを抜けだすために、高校に行くことを決意したのです。

全日制は難しいだろう、そう思い、担任の先生に相談したところ、勧められたのが中央高校でした。私にとっては最後の砦です。勇気を出して見学に行きました。小さい教室、少人数の授業、ニコニコと話しかけてくれる先生、ここだ！ここが私の居場所だ！少し回っただけで、直感し、中央高校で学ぶことを決意しました。

ただ一つだけ不安なことがありました。勉強です。高校に入れば今まで避けてきた勉強を毎日やらなければなりません。中学校三年間、まともに勉強してこなかった私はついていけるのだろうか。中学校から逃げ出した私が知識を身に着けられるのだろうか。

そして今、入学して二年が経とうとしています。中学時代、あんなに憂鬱で長く感じていた時の流れが、今は、過ぎていくのが、今が過去になるのが、辛く感じるほど、速く過ぎていきます。高校では遠足にバーベキュー大会、映画鑑賞会など楽しい行事がたくさんあるけれど、何よりも楽しいのは日々の勉強です。あんなに不安に思っていた勉強が気づけば好きになっていました。知らないことを知ることができる。知らないことを

教えてくれる。こんなすばらしいことが他にあるのかと思うぐらい、学ぶ喜びを日々感じています。

例えば、一年の科学の授業では宇宙の勉強をしました。宇宙ってどんなところなのだろう、先生は何を教えてくれるのだろう、宇宙のことを何も知らなかった私はワクワクしていました。でも知らないことを頭に入れるのはやはり難しく、書いて、聞いて、必死に覚えしました。大変でも、もつともつと知りたいと思えたからです。ある日先生に、質問をしたところ、今まですべての質問に答えてくれた先生への答えは「それはまだ誰にもわからない」でした。私は驚きました。同時に、まだわからないことだらけの宇宙に、この地球が存在していて、そこに私が生きている。そんなことを考えただけで、胸が高鳴りました。そしてこの世はわからないことであふれていて、まだまだ学ぶことだらけなのだと、実感しました。

学ぶ喜びを知った私は、風の強い日も大雪の日も毎日学校に通いました。熱が出た日でさえ、何とか学校にいけないものかと思うほど、学校が楽しくなったのです。一年生の終わりには精勤賞をいただきました。嬉しかったです。家族も喜んでくれました。中学生の私に見せてあげたと思います。

これから学びたいことはたくさんあります。将来のことはまだわかりませんが、どんな勉強を続けるにしても、どんな職業を選ぶにしても、私は誰かにとって湖のような存在でありたい、と思っています。ひきこもっていた時、どこにも行きたくなかった私が、唯一行けた場所は海でした。海は私の心を静かに慰めてくれ、大きく包んでくれました。海は大きすぎて私にはたちうちできないけれど、小さな湖のような存在として、周りの

人に安らぎを与えることはできるのではないかと思います。そんな優しい人間になりたい、今、心から、そう思っています。

優秀

「逃げる」という選択肢

石川県立羽松高等学校 一年 細川 颯太

皆さんは、何かから「逃げた」経験はあるだろうか。

私は、何かの選択や、勉強、人間関係など、たくさんの中から逃げてきた。何からも逃げてしまう自分を責めるのが、いつしか当たり前になっていった。何かから逃げるのは良くないことで、どんな状況であろうとまっすぐ進み続けなければならない、そう思っていた。

しかし最近、『逃げる』という選択肢も、決して悪いものではない」と考えるようになった。それには、羽松高校への入学が深く関係している。

私は、中学校時代に長い間不登校の期間があった。些細なきっかけで学校を休み始め、それが次第に長引いていった。気づけば、一年のうちほとんどを休むようになっていた。勉強や人間関係から目を背けながらも、何も行動を起こせない自分を責める日々が続いた。

そんな毎日を通してながら、訪れた中学三年生の冬。「高校に入学して、なんとか自分を変えよう」そう思い立った私は、同級生からかなり遅れて受験勉強を開始し、全日制の高校に合格することができた。きつとここからやり直すことができる、と淡い希望を抱きながら、私は学校の門を

くぐった。

しかし、高校の勉強内容にはついていけず、クラスにも馴染むことができなかった。今まで努力を積み重ねてきたクラスメイトと、何もしてこなかった私。あまりにも大きな差を感じてしまった私は、高校も休みがちになってしまった。

そんな私の姿を見かねた両親が、「これからどうしたいのか」と問いかけてきたのは、一年前の、夏休みが終わる頃だった。

「今の高校を辞めるのは、逃げるのと同じだ」と、私は意地を張っていた。しかし、一方で「このままこの高校にいても、何も変わらないかもしれない」とも感じていた。

悩んだ末に、私は羽松高校への入学を決意した。長く勉強や人との関わりから離れていたこともあり、不安は大きかったが、無事に合格することができた。

それでも、「また勉強についていけなくなってしまうのではないか」「クラスメイトと上手く接することができるだろうか」と不安は絶えなかったが、そんな考えは杞憂に終わった。

学校生活を送っていると、私と同じように今まであまり学校に行けていなかった人や、様々な悩みを抱えながら登校している人が多くいるということが分かった。「学校に行けずに苦しんでいたのは、私だけではなかった」私の心は少し軽くなったような気がした。

先生方も私の境遇を理解し、「辛いことがあるのなら、無理をしなくていい」と言ってくれた。クラスメイトの皆も、私に気さくに接してくれた。休み時間にもよく会話したり、放課後に一緒に遊ぶようになったりし

た。そんな時間を過ごすのは、私の毎日の楽しみだ。

最初は不登校だった頃を思い出し、「無理してでも学校に行かなくてはならない」と考えていたが、たくさんの優しさに触れていくうちに、いつからか自分から進んで学校へ行く準備をするようになっていた。今では、何も気負うことなく登校できている。

逃げるのは良くないことだ、と考えていた私が、「逃げてきた」羽松高校。それが、今は楽しみに溢れるかけがえのない場所になっている。

「逃げることは、決して「弱さ」などではない。『逃げる』という選択は、自分を生きるための大切な手段になる」羽松高校での経験を通じて、私は考えを大きく改めることになった。

羽松高校に入学することを、全力でサポートしてくれた中学校の先生方や両親。入学後、過去を受け入れ、温かく接してくれた羽松高校の先生方やクラスメイト。こんなに素晴らしい人たちに出会えたことは、私にとって何よりの宝物だ。

私は、「逃げる」ことを恐れずに、挑戦を続けていく。羽松高校に入学するという大きな決断を下した一年前の私に胸を張れるように、これから先の人生を、自信を持って歩めるように、この羽松高校で成長を重ねていきたい。

私の人生

石川県立小松北高等学校昼間制 四年 東 美優

今の私って何だろう。ストレス発散の道具。それとも施設で育った底辺。いえ、今の私は他の人と変わらない人です。施設育ちで良い環境ではないけれど、感情もあるし、自分の意思もあります。私が、この感情に至るまでには、悩みや葛藤、挫折がありました。

私が初めて不安や悩みを抱えたのは小学校六年生の時でした。きっかけは、親友だと思っていた友達にいじめられたことです。なぜ、いじめられていたのかは、今でもはっきりとはわかりません。ただ、私はこの頃から家庭環境の影響で両親に甘えることができていませんでした。そのため、今思えば親友に甘えていたのかもしれませんが。その甘えが依存につながり、親友を束縛してしまい、精神的に彼女を追い込んでしまったのかもしれませんが。

いじめられる前の私は、友達に気軽に話しかけるなど、社交的な性格でした。しかし、いじめられた後の私は、思っていることを友達に素直に話せなくなり、仲良くなっても自分の言動次第で友達が離れていくのではないかと、という不安が出てきて、仲良くなればなるほど不安が増え、気が付くと、自分から距離を置くようになりました。

中学校一年生の六月ごろに、家から離れて、私は施設で生活することにな

りました。そのときに思ったことは、「自分の思う、身の周りや家族との関係は、他の人には普通ではなかったこと、みんなが思う当たり前は、私にはなかった」ということです。親と暮らせない私がいる、愛情が何なのかかわからない、そんな生活を送っていました。

その後、七尾城北高校に入学しました。高校に入ってから、勉強についていけなくて赤点をとるのではないかと、学校を休みすぎて単位が取れなくなるのではないかとという不安。学校の友だちが親からの愛情をもらえていることへのうらやましさ。それが、なぜ自分にはないんだろうというつらさ。こうした多くの原因で、この時期には病院への入退院を繰り返していました。今思えば、先が見えない、絶望感しかない時期でした。

しかし、この入院が、私が前向きになれるきっかけをくれました。それは入院時にサポートしていただいた、看護補助の方との出会いでした。何もすることのない退屈な入院生活で、私の話を真剣に受け止めて、いつも笑顔で聞いてくれました。私の中で、はじめて救われた気持ちを感じることができました。それまで自分の気持ちを素直に話すことができなかった私が、その方とは自然と話すことができました。「どうしたい？」この言葉は、看護補助の方が、いつも掛けてくれた言葉でした。この言葉によって、今までどんなことも自分で判断することができず、人に頼ってばかりいた私に、「自分にあったやり方で生きていいんだ」、そう思わせてくれた言葉でした。これをきっかけに私は将来、看護補助の仕事に就きたいという目標ができました。

その後、退院してからは小松北高校に転入学しました。心機一転した私は、自分の夢に近づくために勇気を出して苦手なことにも積極的に挑戦しました。その一つに、看護補助の仕事につながるようにと始めた介護のアルバイトが

あります。アルバイトでは看護補助の知識を身に付けること以外にも、多くの場面で「ありがとう」という言葉をいただくことが何よりも嬉しいです。そして、今の私にとって、日々のやりがいや幸せにつながっていると感じています。

また、小松北高校では多くの素晴らしい先生と出会うことができました。その中でも、私はある先生に憧れています。先生は、いつも笑顔で元気があり、先生や生徒から愛されています。いつも相手のことを思いやり、ひとつひとつに熱心で、その姿勢がカッコいいなと思いました。私も看護補助の仕事に就いたら、入院の時にお世話になった看護補助の方や、憧れの先生のような「熱心で、周りを明るくし、助けることができる人」になりたいです。そして、こうした日々を過ごす中で、私は気づきました。昔の辛かったことを忘れるくらい今、とても充実しているということに。

最後に皆さんに伝えたいことがあります。私は今、自分のペースで自分に合った形で前に進むことができます。それは、辛く苦しい経験があったからだと思っています。皆さんも今現在、もしくはこれから辛く苦しいことがあると思いますが、その時間は自分自身を成長させてくれる時間だということを、今日の発表を通じて感じてくれたらとても嬉しいです。

ご清聴ありがとうございました。

代わりのいない自分へ

石川県立輪島高等学校定時制

「自分の代わりはいくらでもいる」

「自分なんかなくてもいい」

今の学校に入学するまで、私はそのような考えに囚われていました。

中学一年生。私は勉強や部活を頑張る、ごく普通の生活を送っていました。しかしある日の朝、目覚めた時に私は、いつもと違う感覚を覚えしました。「起きるのがしんどい…」それがなぜなのか、はつきりとした理由は自分でも分かりませんが、その日から学校を休む日が少しずつ増えていきました。

そんな中、所属していた部活動の顧問に促され、断れずに参加した試合。結果は私達のチームの負けでした。そして、帰り際にチームメイトの一人から面と向かって言われた言葉。「お前のせいで負けたやん。真面目に練習こない奴が試合に出んな。」私は、とうとう学校に通うことができなくなりました。

そこからの私は家に引きこもり、自分を卑下する考えに囚われながら日々を過ごしていました。ある日、課題を渡しに来た先生に、部活動の戦績が良いことを聞きました。先生は私を元気づけたかったのだと思います。でもその時は、「私がいなくても世界は問題なく回る。私の代わりはいくら

でもいるんだ。」と言われているようで、ますます落ち込むばかりでした。

中学校三年生の夏休み、私は母から進路の話をされました。「高校に進学したいんだったら、定時制高校っていう選択肢もあるよ。」そんな母の言葉を聞いた時、私は「全日制に通うより、人に迷惑をかけなくていいかも知れない。」と思いました。そして、その程度の軽い気持ちで私の進路は決まりました。

高校に入学した当初も、授業や行事に前向きに取り組むことはできませんでした。アルバイトを探したり家事を手伝ったりすることもなく、私は毎日ゲームばかりして過ごしていました。ゲームだけが私の唯一の趣味でした。依存とも取れるような日々の中、私は、とあるゲームの中の言葉に出会いました。

「何が何でも生きることだ。お前や俺に代わりはいない。そう思え。」大事な場面でもない時に語られた言葉でしたが、なぜか気になってしまい、心の中で何度もその言葉を繰り返す自分がいました。

私の中で何かが変わり始めたのは、高校一年生の宿泊体験学習の時でした。通常の学校とは違ってクラスメイトと過ごす時間が長かったため、いろいろなことを話すことができ、今までは知らなかったクラスメイトの一面を知ることができました。特に、好きなゲームが同じだという人を見つけた時は、とても嬉しかったです。それ以来、普段の学校生活でも人と会話をすることが増えていきました。休み時間や帰るまでの間にたくさん話をして、みんなの趣味を共有したり、学校以外でも友人たちと一緒に遊んだり、買い物に行ったりするようになりました。

高校生活で思い出深いのは、二年生の時に行った修学旅行です。その中でも一番心に残っているのは、友人たちの手にネイルをしたことです。普

段は自分の手にするばかりで、人にするのは初めてだったけれど、それでも喜んでくれたことが嬉しかったです。勇気を出してやってみてよかったと思いました。それ以外にも、ホテルの部屋で楽しく過ごしたり、いろいろな場所を見学したりすることで、友人たちとさらに仲良くなれた五日間でした。

また、高校生になって初めて挑戦できたこともあります。一つはバドミントンです。未経験だったので不安に思っていました。先生や先輩方に教えてもらい、友人たちと楽しく取り組むことができました。もう一つは、体育の先生に勧められて始めた、円盤投げと砲丸投げです。先生方の指導を受けて練習をしていくうちに、記録が伸びていくことが楽しいと感じるようになりました。三年生の夏には全国大会の舞台に立つことができ、貴重な経験になりました。

「自分の代わりはいくらでもいる」そう思っていた私は、さまざまな出会いによって「自分の代わりは誰も務めることはできない」と考えられるようになりました。

私は今、ネイリストを目指しています。きっかけは修学旅行の際に、友人に喜んでもらえてとても嬉しかったことで、もともとたくさんの人に笑顔になつてもらいたいと思うようになりました。そのために、三年間で卒業できるように併修で必要な単位を取得したり、進学先で学ぶ内容についての勉強をしたりしています。今でも前のように自分を卑下する考えに囚われることもありますが、以前よりも引きずることはなく、「自分の代わりは誰も務めることはできない」と考えて行動できるようになりました。これから先もつらい出来事や、全てを諦めなくなってしまうような出来事に出席うかもしれないが、この言葉と、大切な人とのつながり、そしてこれ

からの出会いを大切にして、前を向いて進んでいきたいと思っています。

孤独も良しと知る

石川県立七尾城北高等学校 四年 山本 希羅

いつ何時（なんどき）も自分を否定する。私はきつといつまでも孤独。周りを見渡せば仲間がいる。家族がいる。何故だろう。心の中は孤独でいっぱい。

私は中学をまともに行かず、入学する先は七尾城北高校しかなかった。他の高校とは全く違う、四年間夜に通う学校。別に嫌でも何でもなかった。ただ卒業して「普通」の生活を送ればいいかなと思っていた。入学した当初、ほんとに友達も何もいないから、独りでいいから、まるで過去の罪を消そうとするように、必死に毎日休まず学校に通っていた。

半年の時が流れ、私には友達が出来ていた。それは自然なことで自身に特別変わったことは無かった。だけど何故だろう。ずっと一人だった自分に友達が出来た今も何処か孤独を感じていた。それはきつとこの生活で感じる謎の違和感。それが私を孤独にする。普段の授業や学校での生活で感じていた周りとの違い、そこから見えていた景色は不安な未来ばかりだった。

自分がおかしなことなんて気づいてる。そんな自分に嫌気がさした。

「もう変なこと言わないし変なことしない。」

そう決めていた。そう思っているけど結局何も変わらない、私はおかしな

人。もう自分に期待なんてしない。自分の中のネガティブが日に日に強くなるのを感じた。それでも強く生き続けた。

私を強くしてくれたのは、中学一年の頃たまたま流れてきた、今まで聞いてこなかったジャンルの音楽。今までの弱い自分が苦しみ続けたこの違和感と孤独を力に変えてくれた気がした。自分がおかしいこと、周りと違うことは、悪いことではなく長所であり武器になると言うことを教えてくれた。

けれど、私の孤独が全て救われたわけでも変わったわけでもない。所詮は自分の考え方の変化であり、環境は変わらない。むしろ自分との向き合い方を知った分、周りとの向き合い方が分からなくなった。今は周りの人間に嫌気がさしてしまっていた。

周りの人間はよく誰かも分からない人に対して、言う必要もない事を言うことが多い。例えば他人のルックスに対して

「あの人の髪型おかしくね」

「あの人が可愛くなくね？」

私からしたらどうでもいいし、退屈な話だった。ルッキズムな人間とはとても波長が合わない。どうでもいい人間だからそう簡単にいうのだからうけれど、なんだかすぐく退屈で居心地が悪い。自分に違和感を感じる日々から、少しづつ周りの人間にも違和感を感じ始めてた。

そんな中進んでいく時間。気づけば二年の時が流れた。今から二年前、私は人生で感じたことのなかった恐怖と悲しみに襲われた。生きる意味すら失い、何に対してもやる気が起きない日々が変わっていた。

そんな時、私は嫌気がさしていた周りの人間に声をかけてみた。少しでもこの苦しみから救ってくれないかと、都合のいい自分に呆れながら

こんな情けない私を助けてくれないかと。その時、自分が酷く醜い人間に見えた。ところが何故だろう、周りの人間はすぐに助けてくれた。初めてそこで私は、自分は孤独じゃないんだと気づいた。

私には友達がいた。この七尾城北高校で出会った仲間がいた。ただ過去の罪を消そうと必死に通っていた学校なのに、気づけばそれは、かけがえない時間となっていた。そしてかけがえない友達が出来ていた。その時、私は初めて嫌いだったから行かなかった学校に苦しい思いをしながら通っていてよかったと心からそう感じた。それはきっと孤独に苦しみ、孤独と戦った自分だから。自分と向き合い、孤独を知ったから。だからこそ、この小さな学校で出会えた仲間の大切さを知ることができた。

勝手な妄想で孤独になり、訳分らない程に落ちる日もあった。けれどそんな日にもちゃんと意味がある。立てば転ぶようにできて繰り返し繰り返す。苦しみすら変わらない退屈なそんな日、孤独も良しと知る。

私のパワースーツ

石川県立金沢中央高等学校昼間制 四年 田中 莉緒

私にとってかわいい服はパワースーツ。パワースーツを着ると、私は少し強くなれる気がする。

私が学校にいけなくなったのは、小学校五年生の時。ぶつんと生活がすべて止まるように、学校にいけなくなった。それまでは元気でよく先生からも褒められる学校生活を送っていた私が、まるで人が変わったように心も体もフリーズしてしまった。

不登校の日々は、周りの人に心配をかけてしまった。一日中眠って、やつとの思いで起きてもご飯はお茶碗半分もお腹に入らない日々。起きているときは何もできない自己嫌悪から消えたいと思っていた。人目を気にしていたので、外に出るまでの身なりを整える時間がかかった。心身ともにフリーズしていた私だが、調子がいい日には笑顔でハンドメイドをすることができた。「かわいい」を追い求めることが楽しかった。

できることを少しずつ増やして時間が過ぎていった。時間が過ぎると私に大きな選択の場面が訪れた。高校選びだ。周りの大人に通信制高校を勧められた。だが、自分で高校を調べているうちに定時制高校を見つけた。しかも歩いていける距離の高校。制服がなく、好きな服で高校に通える。

「可愛い服を着て、学校に通いたい!!」と無茶を言う私に、周りの大人はとても困惑していたと思う。それでも頑固で決めたら絶対曲げない私は、中学校卒業までの三ヶ月間、毎日朝起きて中学校に向かった。勉強も遅れている分、支援員の先生のサポートをもらい、取り返せるように猛勉強した。周りの大人はまだまだ不安は残っているだろうが、心身ともに少し成長して変わった私をわかってくれたと思う。

そうして周りに助けてもらい定時制高校に入学した。定時制高校に入学してからは、化粧やファッションを楽しみながら学校生活を頑張り、友達もできた。毎日通うことは高校四年生になった今でも難しいが、なんとか通っている。

高校に入学してからできることが増えた。起きる時間や外に出る時間が、不登校の時に比べると多くなった。アルバイトも始めた。もともと人と話すことが大好きだった私は接客が楽しく、店長にも褒めてもらえるほど接客スキルが上がり、性格も明るくなった。ハンドメイドのスキルもどんどん伸びた。高校の授業で挑戦した編み物がとても楽しく、趣味として家でも毛糸を用意してかわいい作品を編んでいる。

ある日の朝いつも通りかわいいを楽しんでたら、奇抜なファッションのせいなのか街の人に睨まれたり馬鹿にされたりすることがあった。私は悲しかった。その出来事を担任の先生につたえた。先生は「そのかわいい服は莉緒のパワースーツだよ」と肯定してくれた。私はその言葉で服にパワーをもらっていること、周りに理解をもらっていることがとても嬉しかった。バカにされて悲しかったことはなくならないけど、それ以上に嬉しかった。

また違う日、放課後に友達と遊ぶ約束をしたためおしゃれをした。白い

リブニットに形がかわいい黒のマーメイドスカートを着ていた。いつもはふりふりの服を着ているが、この日は大人っぽくおしゃれをした。系統は違っても私のパワースーツだ。けど黒のマーメイドスカートの印象が強かったのか、「喪服みたい」と学校でからかわれてしまった。悲しかった。

しかし私はそのスカートを気に入っている。たしかに黒い服は喪服という印象があるが、黒という色をレディースファッションとして開拓したデザイナーのココ・シャネルのエピソードを知っていたので、それを思い出すと自信を持って好きな服を着る強い気持ちが持てた。

私の夢はアパレル業界で生きていくことだ。ファッションが好きという強い気持ちを持った私は学校を卒業した後、アパレル店員のアルバイトを始めたと思う。フルタイムで働くことは体調面で今は難しく、卒業後の就職は断念したが、絶対この仕事に就くと心に決めている。なぜなら、洋服のパワーは私だけではなく、多くの人に勇気を与えられると思っているからだ。着る服によって私のように少し元気が出たり前向きになれる人がいると思う。私が提供した洋服やアドバイスした着こなしによってその人にパワーを与えることができるようなそんな存在になりたい。

だから夢は何一つ諦めていない。私のかわいいは万人受けしない。この会場にいるみなさんも登壇した私を見て半分ぐらいの人は「え？」と思ったかもしれない。けれども、パワースーツを身にまとうと自分に自信がつく。外見は見た目の為だけに大切なのではなく、自分自身のためにこそ大切なかもしれない。

体調が優れなかったり、苦しい出来事があると激しく落ち込んでしまう。生活が上手く回らないことも多い。しかし、私はパワースーツを着れば頑

張れる。何よりも可愛い服が私を励まし、力をくれる。今日も私を励ましてくれるパワースーツを身にまとう。

高校での成長記録

石川県立金沢泉丘高等学校通信制 三年 杉林 心花

私は昔からずっと学校が大嫌いでした。「お楽しみ会をやります」という先生からのサプライズ発表に歓声をあげたり、席替えて盛り上がったりするクラスメイトたちにとずっと壁を感じていました。学校に馴染めないことに分かりやすい理由があった訳ではありません。ただただ、私がそういう性格で生まれてしまったとしか言いようがなく、自分さえ変われば解決する、でもできない、というもどかしさや自責の念を抱えていました。

そのため、ずっと自分に自信が持てませんでした。学校が世界の全てと言っても過言ではない時期に、その学校にうまく通えない自分に自信が持ててはなかったです。そうして、小中の約九年間もの間、周りとは少し違う学校生活を送っていた私にとって、全日制の高校を通い切るなど、夢のまた夢の話で、通信制に進学することに決めました。ここから卒業まで一人で静かに過ごせる、そう思っていました。

しかし、いざ入学してみると、校内は人で溢れかえっていて、友だちがいなくて寂しい思いをすることも多く、完全に予想を裏切られた結果となりました。そのため、学校にいる間はずっと、うつすらと「逃げたい」という気持ちを抱えていました。週一回の学校すら前向きに通えな

い自分にどん底まで自信を無くして、自己嫌悪に陥って、赤の他人にすら何となく嫌われているような気がしていました。他人の声から逃げるように、学校にいる間はイヤホンを手放せませんでした。

そんな一年生を過ごした私でしたが、二年生に進級する前の三月、大きな転機が訪れます。それはアルバイトを始めたことです。それまでは本当に、学校以外は何もしていなかったもので、さすがに焦りを感じ始めていた頃でした。今思えば、学校じゃないところなら、上手くやっていたんじゃないか、というすがるような思いもあったと思います。すごく不安でしたが、母の後押しもあり、「人と関わらないバイト」で検索をかけまくって、薬局の品出しのアルバイトを始めることになりました。

アルバイト初日、誰とも喋らないで黙々と作業するぞ、と意気込んでいた私でしたが、もちろん人と関わらない仕事など存在するはずもなく、嫌でも色々な人と会話をしなければなりませんでした。

またもや予想に反した結果で、最初はびくびくしていましたが、お給料のため、と言いつけながら続けていくうちに、周りの人は誰も私のことなんて嫌っていないし、いい意味で、ただのアルバイト仲間としか見られていないことに気が付きました。

考えてみればそうです。私がアルバイト仲間をただのアルバイト仲間としてしか見ていないのに、なんで自分はそれ以外の存在として見られているかと思っていたのだろう。急に今までの自分がバカバカしく思えてきました。

学校でも同じです。私は周りの人を同じ高校に通う不特定多数の人たちとしてしか見ていないのだから、向こうも同じなんだと思えるようになりました。他人にとっての私もただの他人なんだ。なんでそんな簡単なこと

に気付かずに怯えていたのだろうと思うと、学校ではイヤホンを外して前を向いて歩けるようになりました。

今考えると、それまでの私は、自分以外の人間の考えに触れる機会が絶望的に足りていなかったと感じます。自分の価値観で全てをはかって、自己完結させていました。ですが、アルバイトを始めて、様々な人と関わって視野が広がり、人間関係を客観視するという力が付いたと思います。

それを実感したのは、二年生の途中に、勇気を出して同級生に声をかけて友だちができた時です。それまでは、話しかけても、どうせ嫌な顔をされて終わる、と決めつけていました。しかし、その時は、「友だちになるう」と声をかけられて嫌な気持ちになる人なんて、そんなにいないでしょ、と客観的でポジティブに考えることができたのです。自分の成長を感じました。

現在、学校が楽しいかと聞かれたら、正直微妙ですが、怖いという気持ちはなくなりました。今までの人生で、学校に行く前に泣いた経験は数え切れないほどある私が、今では「めんどくさいし、眠いけど行かなきゃな」くらいの気持ちで学校というものに向き合えていることに凄く感動しています。正直、通信制だからそう思えるんだ、全日制だったらきつと通用しない、と少なからず考えてしまう自分もいますが、私がこうして、学生という自分の存在を人生で初めて認めてあげることができたのは、通信制を選んだからだと思いますし、本当にそうして良かったなと心から思います。

最後に、私はこの経験を通して、アルバイトをすれば変われますよ、ということが言いたい訳では、決してありません。変わるきっかけは人それぞれだと思いますし、私の場合は、たまたまアルバイトだったというだけです。

ですので、きっかけや過程の部分はあまり重要ではなく、一般的な学生生活のルールから逸れて、負い目を感じて生きてきた私でも、こうして大勢の前で話せるようになるくらい変わったんだということを伝えたいです。私でもできたんだから、全てのことは案外何とかなるのだなと、他人事のように思って、自信となっています。

それと同じように、現在、何となくしんどい思いをしながら学校に通っている人がいたとしたら、この話を思い出して、きっと自分も大丈夫だと思ってもらえたら嬉しいです。

いまのわたし

石川県立小松北高等学校夜間制 四年 岡山 明香里

私は今、高校生活とアルバイトを両立させながら、毎日、忙しくも充実した日々を送っています。大変だと感じることもありますが、それでも、これまでの人生の中で間違いなく、今がいちばん楽しく、幸せだと感じています。しかし、このように思えるようになるまでには、少し時間がかかりました。

私は、中学校、高校と、学校に通えなくなった時期があり、何度も登校を挑戦しては諦める、ということを繰り返してきました。そして、これで最後だと思い、小松北高校に転入しました。しかし、昨年度に一年間学校を休学することになり、その間アルバイトだけを一生懸命頑張っていました。いつしか、アルバイトは私にとって、何にも代えがたい心の拠り所となっていました。

「学校の近くだから」という理由だけで、私はラーメン店のアルバイトに応募しました。ラーメン店といえば、活気にあふれ、店員さんとはつらつと接客をするイメージがあったため、人見知りが強かった当時の私にとっては、少し勇気のいる選択でした。

最初は分からないことばかりで、先輩方に何度も繰り返し教えてもらいながら、少しずつ仕事を覚えていきました。包丁の持ち方やネギの切

り方など、調理の基礎から、ラーメン店ならではの、チャーシューの肉巻きやタレの味付けなど、普通の生活ではなかなか経験できないような仕事を覚える必要がありました。日常生活でなかなか経験できない作業が多く、覚えるのが大変であった分、今までにない充実感とやりがいを感じることができました。そして、憧れであった「麺上げ、湯切り」も、今では任せてもらえるまでに成長しました。

何も分らず先輩方に聞くことしかできなかった私も、最近では新人スタッフから質問されたときに、すぐに答えられるようになり、自身の成長を実感できる瞬間が増えました。麺上げをしているときは、「自分が厨房とお店を回しているんだ」と感じられるようになり、今の自分とアルバイトを始める前の自分との大きな違いを感じています。そして、なにより嬉しかったのは、一緒に働く仲間に褒められた時です。アルバイト開始当初から私の頑張りを見守ってくれた仲間が、私の成長と一緒に喜び、認めてくれることが、自信につながり、今まで努力してきて良かったと心から思います。

もちろん、良いことばかりではなく、つらく嫌なことやうまくいかないことも多くありました。以前の私ならば、落ち込み、諦めていたでしょうが、今ではそのような経験も自分自身が次の段階に成長するためには必要なことなのだ、と思えるようになりました。日々、お客さまと一緒に働く仲間から学ぶことが多く、そのたびに自分のことを客観的に見つめ直す機会になり、「まだまだ努力が足りないな」と日々感じながら、今も自分なりにベストを尽くして頑張っています。

さらに、私の心情に、ある変化が生まれました。それは、一緒に働く仲間に対する「尊敬」と「憧れ」です。今までの私は誰かに憧れても、「あ

の人にはなれない」「どうせ自分とは持っているものが違う」と、どこかで自分を卑下する気持ちがありました。周囲に対する「尊敬」や「懂れ」を、自分に自信がなかったせいで、素直に受け止めることができなかったのだと思います。しかし、今では、尊敬する仲間たちと働き、支えてもらう中で自分も頑張ろうと思えるようになりました。「私もこのようになりたい」と思える人たちが、身近にいてくれる環境は、恵まれたことであり、とても心強いことです。

私がここまで頑張り、前向きに変わることができたのは、アルバイトの経験とそこで出会った人たちばかりではありません。私を変えてくれたのは、何よりもいつもそばで、後ろ向きになって立ち止まってしまった私を支えてくれた母の存在です。中学校のときも、高校のときも、そして小松北高校でもうまく学校生活を送れなかった私に、母は諦めることなく、いつも寄り添い話を聞いてくれました。私が諦めてしまっても、母はいつもそつと背中を押してくれました。

「今日こそ頑張ろう」と無理に登校したものの、途中でつらくて我慢できなくなり、母に連絡をしたことがありました。その時に母から返ってきた言葉は「好きなご飯を作って待つてるよ」でした。その言葉にどれほど安心したかわかりません。別の日には、気分転換にと二人で少し遠くまで出かけたこともありました。そうした、一つ一つの小さな優しさには何度か救われました。「大丈夫だよ」と言葉にしなくても伝えてくれるような母の存在は、私にとってかけがえのない支えです。母がいてくれたからこそ、私は物事に後ろ向きになっても、何度でも立ち直り、また前を向くことができたのだと思います。今は卒業に向けて、毎日学校に出席して、ゆっくりですが、確実に歩みはじめたところです。

学校にも行けず、「なににもできない」と思っていた過去の私からすれば、今、こうして毎日を前向きに生きられていることは、本当に大きな変化です。なにかに一生懸命になれること——。それ自体が、一人で悩みを抱えていた当時の私には、とても幸せなことでした。だからこそ、あの時、アルバイトをひたむきに頑張ってきた本心に良かったと、心から思います。

そしてなにより、ここまで支えてくれた大好きな母と、学校の先生方への感謝の気持ちを忘れずに、これからも進み続けたいと思います。私は私なりの歩幅で、「今の私」を大切にしながら、前を向いて歩いていきたいです。

学歴が大事な理由

石川県立加賀聖城高等学校 四年 塩村 凜

私は、中学一年生の五月頃、突然学校に行けなくなりました。理由は？と聞かれると困ってしまいますが、何かのスイッチが切れたかのようにでした。考えてみても、いじめやトラブルがあったわけではありません。ただ、学校という場所そのものと、制服を着ることが苦手だったということは確かです。

不登校になってしまった私を心配し、母は色々調べてくれました。教育支援センターの「のぞみ教室」という、フリースクールのようなものがあると分かり、学校に相談し、見学に行き、そちらに行くことに決めました。

はじめは、週一〜二日、午後にバドミントンをする日だけ行っていました。そこから、週三〜四日、徐々に行事にも参加できるようになり、少しずつ学校へ行けるようになった中学三年の夏頃、担任の先生に、高校進学について聞かれました。しかし、私は進学するという考えにはなれませんでした。当然、先生の言った内容もまったく耳に入らず、私はどうしたら良いのか分かりませんでした。

家に帰り、母に相談しました。母は一言、「高校くらいは出たほうが良いよ」

「なんで？」と聞くと、

「高校くらい出てないと仕事ないよ。高卒が普通の世の中やから。」

私は、この言葉の意味が理解できませんでした。母は進学することを望んでいる、ということだけは分かりました。

数日考えてみましたが、今の自分のペースでは、どう考えても全日制の高校は無理だと母に話すと、

「だったら定時制高校もあるし、詳しく先生に聞いてみたら？」
と言われました。

担任の先生に話すと、先生は、
「同じのぞみ教室に通う同級生も定時制を希望しているから、調べるね」と言ってくれました。

数日後、担任の先生と進路指導の先生が、
「定時制高校について調べたよ。」

と、声を掛けてくれました。まず、体験入学の日程を知らされ、
「そのときに色々説明してもらえと思うけど全日制と定時制の違いは、全日制は三年、定時制は四年で卒業するところと、定時制は、理由があって高校に行かなかった人や、いろんな年代の人がいて、仕事をしながら学校に通うっていうのが大きな違いかな？ 学校見学する？」と話してくれました。

私は、なんとなく興味を持ち、参加しました。
体験入学では、のぞみ教室で一緒だった一つ上の先輩が手を振ってくれ、頑張っている様子を見ることができました。漠然と、自分も行ってみようかな、と、思うようになりました。

先生と母に、思ったことを伝えました。母は、

「いやならいつでも辞められるんやし、行こうと思うなら行ってみた
ら？」

と言ってくれました。

そして、加賀聖城高校へ入学することになりました。聖城高校に通う
人は、日中はアルバイトや仕事をする人が多いと聞き、私も日中は働く
ことにしました。

入学後、仕事探しをする中で、目につくのは、学歴は高卒以上、の文
字でした。こんな仕事してみたいなあと思うものには必ず学歴は高卒以
上、と書いてあるのです。ここでようやく、母が中学時代に言っていた
言葉の意味がわかりました。

私は、先輩達にどうやって仕事を探したのかを聞いてみると、

「卒業見込ということで採用してもらった。」

「あえて学歴不問のところを探す」

など、色々聞くことができました。

その中で、とくに私のことを気にかけてくれた先輩は、子育てをし、
仕事をしながら学校に来ていました。私はとても驚きました。その先輩
の紹介で、先輩が働いている会社を面接してもらえることになり、私は
初めて履歴書を書きました。

名前・住所・生年月日を書いてからは、書くことができません。職歴
・免許・資格はすべてなし。学歴は高校入学まで。空欄の目立つ履歴書
の完成です。母に、

「ね？ 学歴に高校卒業って一行足して、学校で取れる資格は取ったら
書けるし、そのうち車の免許だって取るだろうし。一つ一つ頑張って空
欄を埋めてみたら？」

と言われ、私は納得しました。

初めて書いた空欄だらけの履歴書を持ち、面接に行きました。無事に
合格となり、今の仕事に就きました。

あつという間に二年生になり、仕事と学校の両立は思ったより厳しく、
どちらかを辞めようかと悩んだこともありました。しかし、担任の先生
は、

「頑張って仕事して学校来とるんやし、目標が卒業することなら、何年
かかってもいいんやぞ！」

と言ってくれ、気持ちになりました。そして、不登校だった私が、
仕事と学校の両立をしていることに、少し自信をもてるようになりました。
聖城高校に入学して、仕事探しをしたことで、学歴が大事な理由が
分かりました。

私は、履歴書に、必ず、

「石川県立加賀聖城高校 卒業」

と書けるようにこれからも学校生活を頑張りたいと思います。