# 不登校、引きこもりを乗り越えて

＊不登校、引きこもりを乗り越えた方の手記を一部抜粋し掲載

小学校２年生の夏休みが終わると、明るかった笑顔が消えた。登校時刻が近づくにつれ腹痛が始まる。毎朝、ランドセルを背負ったまま、玄関でうずくまった。心の中が恐怖でいっぱいになり、一歩も動けない。学校に通えなくなった。

外出すると、「どうして学校に行かないの」と責められているように感じ、周りの目が怖い。

中学校へ進んでも、登校したのは入学式の一日だけ、全身を刺すような緊張感に襲われ、教室にいるのがつらかった。その後、３年間一度も学校に行けず、卒業証書は校長室で受け取った。

「自分なんて、消えてなくなればいい。中学を卒業したら死のうかと思っていた」。そんな中でも、６歳で出会った「ドミノ倒し」に向かう時だけは、全てを忘れて熱中できた。ドミノを並べていると、「すごいね」と周りの人が褒めてくれる。唯一、自分の存在を認めてもらえる場だった。

母は、無理に学校に行かせようとはしなかった。父も「勉強はいつでも取り返せる。今は、やりたいことを思い切り楽しめばいいんだよ」と、励ましてくれた。その安心感に支えられ、高校は通信制へ。人形職人の工房に入って、仕事にも就いた。

だが、一年しか続かなかった。17 歳になると、外出しようとするたびに涙が止まらず、息が苦しくなる。不安が心を覆い、夜も寝れなかった。結局、高校も仕事も辞めた。

病院に行くと「不安神経症」との診断。「自分にいいところなんて一つもない。生きている価値もない・・・」。やがて部屋に引きこもり、３ヶ月に一度の散髪以外は、ほとんど家から出なかった。

「こんな姿を人に見られたくない」。成人式にも行けなかった。感情を抑

えられず、食器棚の皿を全て割ったこともある。

そんな自分を心配して地域の先輩が頻繁に訪ねて来てくれていた。しかし、人に会えるような状態ではない。母が対応する様子をドアの向こう側で、じっと聞いていた。「先輩の気持ちはありがたかったけど、その時はまだ、受け止められる自分じゃなかった」。

平成 21 年の夏、外出できていたころに関わっていた NPO 法人　日本ドミノ協会から突然メールが届いた。「一円玉で作るドミノ倒しの世界記録に挑戦します。力を貸してもらえませんか？」

それが再びドミノに向かうきっかけとなった。協会の活動に参加するため、家を出ることもできた。一円玉ドミノは見事に成功し、世界記録を樹立した。

平成 25 年、母に背中を押され、パソコン修理のアルバイトに応募する。面接はやはり極度に緊張した。「やっぱりダメかも・・・」。しかし、趣味を聞かれ、ドミノ倒しについて話すと、これがウケた。後日、採用が決まる。初めて給料をもらった日、うれしさが込み上げ、視界が涙でにじんだ。

誠実な働きぶりが認められ、翌年には正社員に。自分に自信が持てるようになった。

一方で、ドミノ倒しにも一層、のめり込んだ。高さ１ｃｍ、幅５mmのミニドミノにも挑戦。ドミノを壁のように高く重ねたり、ピラミッド型に積み上げたりする、高いスキルも磨いた。

ドミノを並べる時の研ぎ澄まされた集中力。少しの狂いも許されない緊張感。その先に、カタカタと倒れていく爽快な達成感が待っている。

「苦しさが永遠に続くんじゃないかと思う日もあったけど、ドミノの先に自分の使命があったんです」

今、若きドミナーの目には、苦闘を乗り越えて宿った力が光っている。