

2 全日制課程（全日制高校）で学ぶ

全日制課程は、平日の昼間に授業を行う課程で、1日に6～7時間程度の授業を行います。

修業年限は3年、教育課程は高校ごとに定められていて、卒業に必要な単位の修得が求められます。

学科は、大きく分けて「普通科」、「専門学科」、「総合学科」の3学科があります。

【普通科】

国語、数学、外国語などの普通教科及び多様な選択科目を学びます。

【専門学科】

職業系専門学科 → 農業科、工業科、商業科、家庭科、福祉科

普通科系専門学科 → 理数科、自然環境科、国際科、体育（スポーツ）科、芸術科

【総合学科】

普通教科と専門教科の科目が幅広く開設され、自分の進路についての考えを深めながら、適性、興味・関心等に応じて科目を選択し、学習を進めることができます。

※学科及び公・私立高校の詳細な情報は、「群馬県のハイスクールガイド」をご覧ください。<http://www.cms.gsn.ed.jp/nc/hsg/htdocs/>



学校への通いづらさを感じたら…

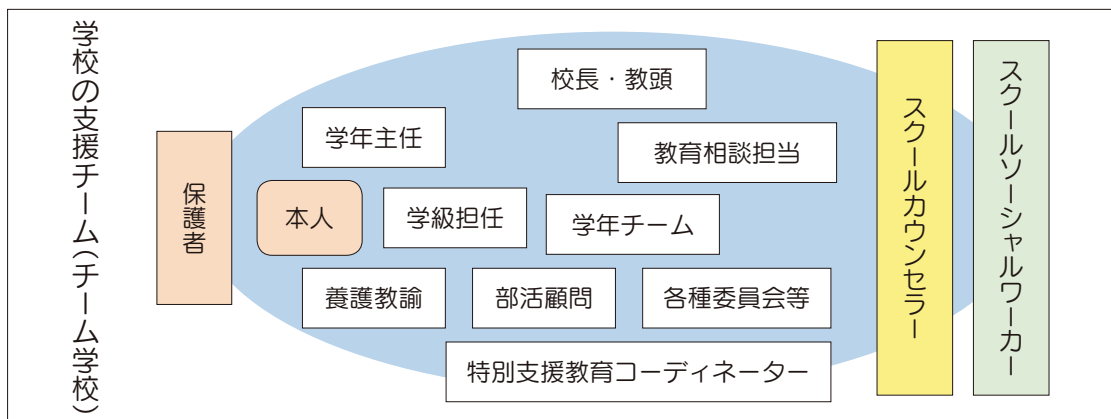


高校教諭
Aさん

不安や悩みがあるときは、自分一人で抱え込まないことが大切です。担任の先生をはじめ、学校の先生方はいつでもあなたの相談にのりますし、心の専門家であるスクールカウンセラーの方に相談するのもよいでしょう。

あなたの思いを、遠慮なく相談してみてください。

また、学校に相談しづらい場合は「24時間子供SOSダイヤル（0120-0-78310）」など、学校外の窓口にご相談してみるのもよいと思います。



【事例1】

● 高校進学は自分にとっての「リスタート」。

中学時代は不登校でほとんど学校に行けませんでした。友達関係が上手くいかなかったこともあります。長く休んでいたため勉強がよく分からなくなっていました。

中学3年生になってから進路に関する三者面談がありました。成績が思うように伸びず、特に希望する高校はありませんでした。でも、高校進学には関心があったし、今までの自分を変えたい気持ちも少しありました。

入学した高校は、中学校とは違ってボランティア活動を取り入れた科目がありました。地域の人とふれ合う機会もあり、「ありがとう」と声を掛けてもらうことも多くありました。人に感謝されることが嬉しいと素直に思いました。

前向きになれなかった中学の頃と違い、自分のペースで頑張れる雰囲気がありました。担任に励まされながら、毎日の豆テストにチャレンジしました。努力すると結果が現れ、親にもほめられて、少しずつ自信が持てるようになりました。初めてチャレンジした部活動では、頑張っレギュラーになることもできました。

いろんな先生に声を掛けてもらいながら3年生になり、卒業が見えてきました。卒業後は、県内企業で働くことが決まっています。自分にとって高校進学は「リスタート」でした。



< Bさん(男) 高校3年生 >

頑張る姿を見ているうちに、我が子に対する見方が変わりました。

中学3年生になった時、不登校が続いていたので入学できる高校があるのだろうか、毎日心配ばかりしていました。ようやく進学が決まった高校でも、息子がきちんとついて行けるのか、不安は募るばかりでした。

でも、入学説明会の時に聞いた話で、安心感を抱くようになりました。基礎学力の学び直し、生活習慣の立て直しなど、内容は具体的であり、かつ努力目標が明確でした。また、当然のことながら家庭での見守り支援が不可欠だと言われました。

高校に通い始めてしばらくすると、息子が持ち帰る豆テストの成績が徐々に上がっていくのが目に見えて分かりました。また、部活動で頑張っている話を聞かされたときに嬉しくなりました。驚いたのは、本人が「皆勤賞を目指すんだ」と言い続けて頑張ったことです。

高校の三者面談で息子の頑張りを評価していただき、自分自身の息子に対する見方が変わってきていることに気付きました。

< Bさんの母 >

対
談

全日制課程(全日制高校)
で学ぶ

定時制課程(定時制・
フレックス高校)で学ぶ

通信制課程(通信制高校)
で学ぶ

高等学校卒業程度認定
試験合格を目指して学ぶ

資
料

【事例2】

● 思っていることを少しずつ話せるようになりました。

中学3年の時、部活動で仲間外れにされたのをきっかけにリストカットを繰り返すようになりました。母親のことが嫌いだったし、父親も無視していたので、家ではいつもイライラしていたように思います。

友人関係のストレスでリストカットが増えていき、いつも保健室で手当てをしてもらいました。ある時、心配した先生が精神科を紹介してくれました。医師に「少し発達障害の傾向が見られる、音に過敏のようだ」と診断され、薬を使うようになってから、少し気分が落ち着くようになりました。

高校入学後は、毎日、頑張っけて登校しました。でも、5月の連休明けから教室に入るのが怖くなり、再び保健室に通うようになりました。自分自身、授業に出ないと単位を取れなくなると思っていたので、無理して教室に戻ろうとしました。ところが、教室の前に着くと急に胸が苦しくなり、意識がなくなって倒れてしまいました。何度も同じことを繰り返しました。

保健室の先生に「どうしたの？」と訊かれても、自分でもどう話したらいいか分からなくて泣きじゃくっていました。落ち着くと、「あなたの気持ちを言葉にしてくれないと、どうしていいか分からないよ。思っていることを言葉で伝えてほしいな」と優しく声を掛けてもらいました。そして「保健室に来てもいいよ、居場所はあるからね、先生は待っているからね」と言ってくれました。今は少しずつ、苦しいこと、つらいことを話せるようになりました。



< Cさん(女) 高校2年生 >

【事例3】

● 不安が募り教室へ行けなかった私の支えは、保健室の先生でした。

大学進学が目標だったので進学校を選びました。成績が上位だったので、高2の時の担任に「この調子で頑張れ」と言われ、家でも両親が塾の送迎をするなど応援してくれていました。

自分でも順調だと思っていたのですが、高3になったある時、急に不安な気持ちが沸いてきて勉強する気力が薄れ、夜も眠れなくなって体調もおかしくなりました。

そして、教室に入ることが怖くなり、いつしか「死にたい」と口走るようになりました。精神科を受診すると「うつ病」と診断されました。

母親が心配していろいろと声を掛けてくれたのですが、私の苦しさを何で分かってくれないのかと、反発する気持ちが増すばかりでした。

そんな時、私は保健室に通うようになっていました。保健室の先生は女性で、とても優しくだったので安心感を持つようになったのだと思います。しかし、保健室には他の生

徒も来るので、先生が私だけの相手をする訳にはいかないと分かっていた。それでも自分に注意を向けてほしくて、ペンでノートにグルグルと円を書いたり、自傷行為をしようとしたりしたこともありました。

母親に抱きしめてもらった記憶がない私が、ある日、先生にそれを求めると、「帰る時に1回必ず“今日も頑張ったね”って抱きしめるから、大切な自分を傷つけるのはやめようね」と言ってくれました。それから気持ちが落ち着くようになりました。

保健室の先生が両親の相談にもものってくれる中で、私の気持ちを代弁してくれるようなこともあったのか、母親の雰囲気が変わったような気がしました。その後何とか卒業ができたけど、大学受験には失敗しました。予備校に通った翌年、希望する大学に合格、学生生活が始まりました。



<Dさん(女) 大学2年生>



養護教諭
Eさん

あなたが悩みを持った時、ひとりで抱え込まないで周囲の信頼できる大人に話をしてください。保健室もその選択肢の一つです。

保健室の先生(養護教諭)は、今までも多くの子どもたちの声を聞いてきました。心の中のモヤモヤを言葉にして人に伝えるという作業は、それだけで自分の気持ちを整理することに繋がります。

私たちはいつでもそのお手伝いができますよ。一緒に考えましょう。

知っていますか? スクールカウンセラーとスクールソーシャルワーカー

スクールカウンセラー(SC)は、県内全ての公立小学校・中学校・中等教育学校、県立高等学校に配置されています。不登校(登校渋り)、いじめ、友人・先生との人間関係、性格・行動、子育て等について、児童生徒・保護者の方々からの相談を受け、一緒に解決方法を考えていきます。



スクールソーシャルワーカー(SSW)の活動イメージ



スクールソーシャルワーカー(SSW)は、いじめや不登校、その他学校における多様な困りごとを抱えている子どもと家族を支えるための専門家です。県内全ての学校に対応でき、子どもが安心して学校生活を送れる環境づくりに先生と協力して取り組んだり、生活環境を改善するために必要な福祉サービスの提案等を行っています。