

ふとうこうしえん 不登校支援ガイド

ふとうこう こ ささ
～不登校の子どもを支える

ほごしゃ ちいき
保護者・地域のみなさまへ～

ひがしおおさかしきょういくいいんかい
東大阪市教育委員会

ふとうこう じょうきょう 不登校とはどういう状況？

ふとうこう なん しんりてき じょうちよてき しんたいてき しゃかいてきよういん
不登校は、「何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・

はいけい とうこう じょうきょう ねんかん
背景により、登校しない、あるいはしたくともできない状況にあるため年間

にちいじょうけっせき もの びょうき けいざいてき りゆう もの のぞ
30日以上欠席した者のうち、病気や経済的な理由による者を除いたもの」

とされています。



こ しょうす かが 子どもの様子と関わりのポイント

ふとうこう い とうこう うなが がっこう い
“不登校”と言っても、登校を促すことで学校に行けることもあれば、

りゆう がっこう い じょうたい ひょうめんじょう なま
理由もなく学校に行けなくなるなど、状態はさまざまです。表面上は怠けて

いる、嫌なことを避けているように見えてしまう場合もあるかもしれませんが、

こ なか へ きゅうそく もと
子どものこころの中ではエネルギーが減ってしまって、休息を求めているの

かもしれません。子どもにとってこころのエネルギーの貯まり方はそれぞれ

なので、子どもの様子に応じた支援や関わりを考えていくことが大切です。

2ページの表は、こころのエネルギーの減り始めから貯まり始めるまでの

こ しょうす へんか だんかい わ こ かが かた
子どもの様子の変化を3つの段階に分けたものです。子どもへの関わり方

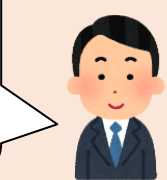
さんこう
の参考にしてみてください。



	エネルギーが減り始める	エネルギーがなくなる	エネルギーが貯まり始める			
こころのエネルギー						
子どもの様子	<ul style="list-style-type: none"> 朝起きられない 腹痛や頭痛など、身体症状を訴えることが多くなる 	<ul style="list-style-type: none"> 睡眠時間が減る等で生活リズムが乱れる 外出を渋る 学校の話に拒否感を示す 	<ul style="list-style-type: none"> 一人で居たがる 昼夜逆転の生活になりやすい 動画やゲームなど、好きなことしかなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 気持ちが外に向き始める 家族と接する時間が少しずつ増える 	<ul style="list-style-type: none"> 友人の様子が気になったり、担任や学校関係者に会う意欲が出てきたりする 将来のことを考えたり、話題に出したりする 	<ul style="list-style-type: none"> 学習意欲が始め、好きな教科には取り組むことができる 友人と遊ぶ機会が増える
関わりのポイント	不安をやわ和らげる	気持ちや身体の安定を目指す	エネルギーが貯まるのを見守る	じりつ 自立を支える		
関わり方	<ul style="list-style-type: none"> 身体の調子、気持ちを聞いて、登校については無理のない程度に促す 子どもの様子について学校と共有する 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの意思を聞き、できる限り尊重する 無理な登校刺激は避ける 相談機関などの情報を集める 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもが安心して過ごせる環境を作る 好きなこと、今できていることを否定せず、一緒に関心を持って見守る 	<ul style="list-style-type: none"> 外出や登校は、子どもの意思を尊重する やる前に気持ちが変わったり、続かなかつたりしても、怒らず見守る 子どもが望めば、家庭や学校以外の居場所を見つける 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの将来の希望や、やってみたいことについて、否定せず一緒に考える 無理のない登校の方法を一緒に考え、学校と共有する 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの自発的な行動を認め、支援する 子どものペースで進んでいけるように見守る

参照：佐賀県教育センターホームページ
 目黒区教育委員会ホームページ
 NPO法人 D.Live ホームページ

自分の子どもが「学校に行かない」など、これまでの日常と変わることは、見守っている保護者の方も不安な気持ちやストレスを感じることでしょう。そのような気持ちを一人で抱え込まず身近な人や信頼できる人に話したり、各相談機関に相談したりしてみることも一つの方法です。



よくあるご質問



無理やりにでも学校に行かせた方が良いでしょうか。

お子さんが過ごす環境には、さまざまな選択肢があります。
学校に登校することのみを目標にせず、将来、お子さんが精神的にも経済的にも自立し、豊かな人生を送るために、自らの進路を主体的に考えられるよう後押しすることが大切です。



不登校の状態が続いています。今後のことが心配です。

お子さん一人ひとりの状況に応じたサポートが大切になります。
お子さんに合わせた対応を専門家に相談するのはいかがでしょう。
2ページの「子どもの様子と関わりのポイント」の表もよければ参考にしてください。



保護者の声

夏休み明けから、子どもが学校に行きにくくなり、子どもと会い合いをする毎日でした。スクールカウンセラーと子どもへの関わり方を考える中で、自分や子どもの気持ちに気付くことができました。

相談を経て、まずは子どもが家庭で心身ともに休めるようにすることや、生活リズムを整えることを意識するようになりました。

学校の先生やスクールカウンセラーなど、さまざまな人に支えてもらい、安心して子どもと過ごせるようになりました。

一人で抱えこまずに、相談してみてもよかったです。

がっこうない しえん 学校内における支援



どんなことなやで悩んでいるのだらう？
 ようすきが気になるけど、保護者ほごしやに
 れんらくふたんしすぎて負担ふたんになっていない
 かな？

相談そうだんしたいけど誰だれに言いったら
 いいのかな？
 先生せんせいに言いって困こまらせたり
 しないかな？



こ しょうしよくいん しえん きも いっしょ きがる そうだん
 <子どものことを支援したい気持ちは一緒！！ どんなことでも気軽に相談してみてください。>

きょうしよくいん せんもんか しえん 教職員や専門家による支援

がっこう ふとうこうしえん がっこうちよう がっきゆうたんにん
 学校での不登校支援については、学校長のリーダーシップのもと、学級担任だけでなく、
 がくねんしゆにん ふとうこうたんとくきよういん ようごきようゆ れんけい たいおう けっせき じようきよう
 学年主任や不登校担当教員、養護教諭などが連携して対応します。欠席の状況などをふまえ、
 きょうしよくいん でんわ かていほうもん ひとりいちだいたんまつ かつよう れんらく こ ほごしや
 教職員が電話や家庭訪問、一人一台端末を活用した連絡などにより、子どもや保護者とコミュニ
 ケーションを図るなど、支援策を考かんがえて一人ひとりの状況じようきように応じた対応たいおうを行おこないます。また、スク
 ールカウンセラーエスシーやスクールソーシャルワーカーエスエスダブルユー（SSW）等の専門家せんもんかにも相談そうだんできます。

がっこう きょうしよくいん けいけん せんもんせい はっき じようほうきようゆう かいぎ
 このように学校では、教職員がそれぞれの経験や専門性を発揮しながら情報共有や会議な
 おこな こ ほごしや そうだん がっこう たいおう
 どを行おこない、子どもや保護者からの相談そうだんに「チーム学校」として対応たいおうします。

エスシー スクールカウンセラー (SC)

がっこう こ しんり かん しえん おこな しんり せんもんか
 学校において子どもの心理に関する支援を行う心理の専門家です。

こ めんせつ とお こころ じようたい はあく じよげん ほごしや めんせつ おこな こ
 子どもとの面接を通して心の状態を把握して助言をしたり、保護者との面接を行い、子どもへの
 りかい たいおう しかた じよげん
 理解や対応の仕方について助言したりします。

エスエスダブルユー スクールソーシャルワーカー (SSW)

がっこう こ と ま かんきよう かん しえん おこな ふくし せんもんか
 学校において子どもを取り巻く環境に関する支援を行う福祉の専門家です。

こ お かんきよう はたら きょうしよくいん じようほうきようゆう ふくしきかん
 子どもたちの置かれたさまざまな環境に働きかけ、教職員と情報共有しながら、福祉機関や
 いりようきかんとく かんけいきかん れんけい しえん おこな
 医療機関等につなげるなど、関係機関と連携した支援を行っています。



ひがしおおさかしきょういくしえん 東大阪市教育支援センターが行っている不登校支援

① ふれあいルーム

ひがしおおさかしりつしょう ちゅうがっこう ふとうこうじどうせいと たいしょう しゃかいてきじりつ む
東大阪市立小・中学校の不登校児童生徒を対象に、社会的自立に向けて
かつどう おこな
さまざまな活動を行っています。

【学習支援】

みづか もくひょう き ひとり がくしゅう がくしゅう かだい がっこう
自ら目標を決めて、一人ひとりのペースで学習します。学習の課題は学校
れんけい はか そうだん き
と連携を図り、ふれあいルームのスタッフと相談しながら決めていきます。

【各種活動】

えんげいかつどう そうさくかつどう こべつ しゅうだん なか しえん おこな
園芸活動、創作活動、スポーツなど、個別と集団の中での支援を行い、
じどうせいと もくひょう あ とりく
児童生徒それぞれの目標に合わせた取組みをサポートします。

【心理支援】

しんりしえん
じどうせいと ほごしゃ めんせつ こべつ おこな
児童生徒のカウンセリングや、保護者の面接も個別に行っています
きぼうせい こうざ
(希望制)。また、コミュニケーションスキルアップ講座(ソーシャルスキル・トレー
ニング)なども実施しています。

② ふれあいオンラインルーム

ひがしおおさかしりつしょう ちゅうがっこう ふとうこうじどうせいと たいしょう しゃかいてきじりつ む
東大阪市立小・中学校の不登校児童生徒を対象に、社会的自立に向けて、
アイシーティー かつよう がくしゅうしえん ひと こうりゅう ば ていきょう
ICTを活用した学習支援や人との交流の場を提供しています。

【学習支援】

ない つうわ
メタバース内でのチャットやビデオ通話などでふれあいオンラインルームの
スタッフと相談し、みづか もくひょう き ひとり がくしゅう
自ら目標を決め、一人ひとりのペースで学習します。

【レクレーション等の活動】



おこな
クイズやゲームなどのレクレーションを行う「わくわくタイム」やふれあいオン
ラインルームのスタッフやルーム生同士で会話を楽しみながら交流する「こで
まり相談室」などを実施しています。

くわ ひがしおおさかしきょういく
詳しくは、東大阪市教育センターのホームページ
うきにじげん かくにん
(右記二次元コード)をご確認ください。



ふとうこう かん そうだんさきいちらん
不登校に関する相談先一覧

ひがしおおさかし
【東大阪市】

<p>ひがしおおさかしきょういく 東大阪市教育センター (カウンセリング他)</p>	<p>06-6727-0113 <small>てんわ ようやく しよかい へいじつ</small> 電話で要予約。初回は平日のみ。</p> 
<p>こどものなや そうだん 子どもの悩み相談 <small>ほごしゃお てんわ そうだんまどぐち</small> (保護者向け電話相談窓口)</p>	<p>06-6720-7867 <small>げつようび きんようび</small> 月曜日～金曜日、9:00～17:30 まで。</p>
<p>いじめ・なや ぼん いじめ・悩み110番 <small>こどもむ てんわ そうだんまどぐち</small> (子ども向け電話相談窓口)</p>	<p>06-6732-0110 <small>げつようび きんようび</small> 月曜日～金曜日、9:00～17:30 まで。</p>
<p>こうみんれんけいふとうこうしえんじぎょう 公民連携不登校支援事業 <small>しよくぼたいけん</small> 職場体験「そばにいるよ」</p>	<p>072-968-8838 <small>しよかいふくしほうじん せいざんかい ほうじんほんぶ</small> (社会福祉法人 青山会 法人本部) <small>ふとうこうとう じょうきょう しょうちゅうがくせい たいしやう</small> 不登校等の状況にある小中学生が対象。</p> 

おおさかふ
【大阪府】

<p>すこやかきょういくそうだん すこやか教育相談24 <small>じかんたいおうてんわ そうだんまどぐち</small> (24時間対応電話相談窓口)</p>	<p>0120-0-78310</p>
<p>おおさかふまな 大阪府学びのアクセスセンター LACO (ラッコ) <small>がくしやう つうしよ ふとうこう かん そうだんほか</small> (オンライン学習・通所・不登校に関する相談他)</p>	<p>06-6699-3530 <small>おおさかふ こうとうがっこうおよ おおさかふないざいじやう ふとうこうとう</small> 大阪府の高等学校及び大阪府内在住で不登校等 <small>じやうきやう しょうちゅうがくせい たいしやう</small> の状況にある小中学生が対象。 <small>おおさかし さかいし こくりつ しりつ しょうちゅうがくせい たいしやうがい</small> ※大阪市・堺市、国立・私立の小中学生は対象外。</p> 



れい わ ねん がつ はっこう
令和7年10月 発行

れい わ ねん がつ かいてい
令和8年 4月 改訂

ひがしおおさかしきょういく
東大阪市教育センター