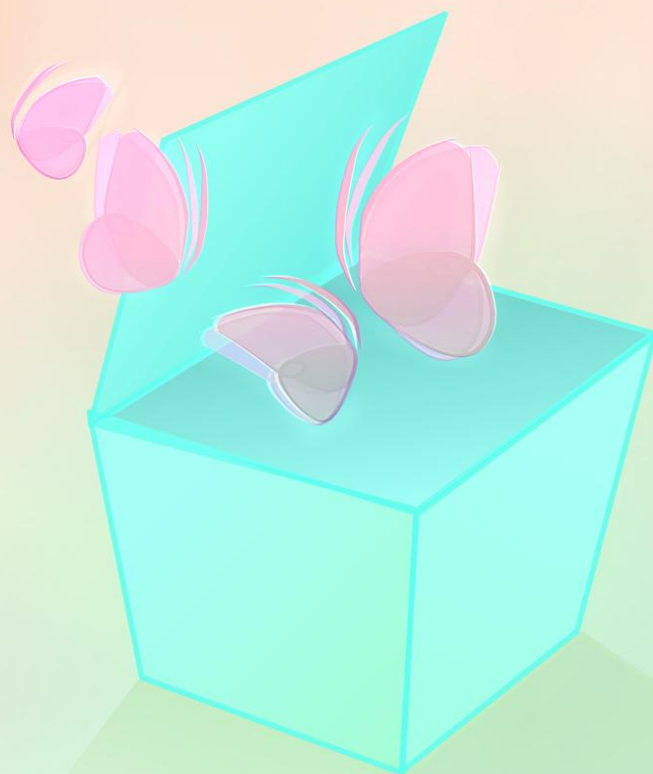


不登校支援ガイド

～不登校の子どもを支える

保護者・地域のみなさまへ～



東大阪市教育委員会

不登校とはどういう状況？

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・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。



子どもの様子と関わりのポイント

“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、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、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 学校の話題に拒否感を示す | <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、好きなことしかしなくなる | <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 | 不安を和らげる | | エネルギーが貯まるのを見守る | | 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て支援する 子どものペースで進んでいるように見守る |

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され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、子どもと言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、相談してみてよかったです。

学校内における支援



(教職員)

どんなことで悩んでいるのだろう？
様子が気になるけど、保護者に
連絡しすぎて負担になっていない
かな？

相談したいけど誰に言ったら
いいのかな？
先生に言って困らせたり
しないかな？



(保護者)

<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。>

教職員や専門家による支援

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、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、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、支援策を考えて一人ひとりの状況に応じた対応を行います。また、スクールカウンセラー(SC)やスクールソーシャルワーカー(SSW)等の専門家にも相談できます。

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どを行い、子どもや保護者からの相談に「チーム学校」として対応します。

スクールカウンセラー (SC)

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。

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、子どもへの理解や対応の仕方について助言したりします。

スクールソーシャルワーカー (SSW)

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。

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。



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

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さまざまな活動を行っています。

【学習支援】

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】

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、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】

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（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

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、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】

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、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】

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。

詳しくは、東大阪市教育センターのホームページ
(右記二次元コード)をご確認ください。



不登校に関する相談先一覧

【東大阪市】

| | | |
|-----------------------------|---|---|
| 東大阪市教育センター (カウンセリング他) | 06-6727-0113 電話で要予約。初回は平日のみ。 |  |
| 子どもの悩み相談 (保護者向け電話相談窓口) | 06-6720-7867 月曜日～金曜日、9:00～17:30まで。 | |
| いじめ・悩み110番 (子ども向け電話相談窓口) | 06-6732-0110 月曜日～金曜日、9:00～17:30まで。 | |
| 公民連携不登校支援事業 職場体験「そばにいるよ」 | 072-968-8838 (社会福祉法人 青山会 法人本部) 不登校等の状況にある小中学生が対象。 |  |

【大阪府】

| | | |
|---|--|---|
| すこやか教育相談 24 (24時間対応電話相談窓口) | 0120-0-78310 | |
| 大阪府学びのアクセスセンター LACO (ラッコ) (オンライン学習・通所・不登校に関する相談他) | 06-6699-3530 大阪府の高等学校及び大阪府内在住で不登校等の状況にある小中学生が対象。 ※大阪市・堺市、国立・私立の小中学生は対象外。 |  |



令和7年10月 発行
令和8年 4月 改訂
東大阪市教育センター