

第IV章 早期支援

この章では、第III章で述べたアセスメントに対応する、要因や支援例、関連情報を紹介しています。児童・生徒の状況に応じて活用してください。

身体・健康面		心理面		社会・環境面	
「睡眠」	P.32～33	「学力」 「学習」	P.42～43	「児童・生徒間の関係」	P.56～57
「食事」 「運動」	P.34～35	「情緒」	P.44～45	「教職員との関係」	P.58～59
「疾患」 「体調不良」	P.36～37	「社交性」 「集団行動」	P.46～47	「学校生活」	P.60～61
「特別な教育的 ニーズ」	P.38～39	「自己有用感」 「自己肯定感」	P.48～49	「家族関係」 「家庭背景」	P.62～63
身体・健康面の その他の状況・支援例	P.40～41	「関心」 「意欲」	P.50～51	「地域での人間関係」	P.64～65
		「過去の経験」	P.52～53	社会・環境面の その他の状況・支援例	P.66～67
		心理面の その他の状況・支援例	P.54～55		

- ・ 短期間に理由が不明の欠席や遅刻が、連続して又は継続して2～3日程度の場合を想定していますが、それ以外の状況の場合でも参考にしてください。
- ・ これらの観点は重なる部分があり、どの観点到該当するの判断が難しい場合もあります。どこに該当するのかを厳密に特定する必要はなく、重要な要因・背景を見落とさないことが大切です。
- ・ 支援会議でSCなどの助言を参考に、支援計画を立てましょう。
- ・ 支援シートに、主な支援内容を書き込みましょう。
- ・ 定期的に、本人の状態などについて支援会議で確認しましょう。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～について

担任や教職員全体で組織的に行う支援例を示しています。

担任が本人や保護者の様子などに応じて、内容・方法などを工夫して行う支援例や、他の教職員や関係機関と連携を図ったり、時間を掛けて行ったりする組織的な支援例などもあります。

- * 具体的な支援例には、必ずしも順序性はありません。
- * この支援を行えば、必ず改善・解消できるというものではありません。児童・生徒の実態に応じて支援する際の参考にしてください。
- * 各観点の「その他の支援例」も参考にしてください。

睡眠



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 睡眠不足である
- 2 寝つきが悪い
- 3 朝、起きられない
- 4 寝る時間が安定しない
- 5 夜中に目が覚める
- 6 授業中に眠ることが多い

などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.26 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)

例:起立性調節障害(★)

精神疾患(疑い含む)

例:うつ病

心理面

考え事、悩み事
スマホ・ネット・
ゲーム等への依存傾向
不安 葛藤
自己否定

社会・環境面

夜型の家庭生活
眠れない家庭環境
保護者の無関心

★ 本書で記載している診断名等は、ICD(WHOの国際疾病分類)やDSM(アメリカ精神医学会の心の病気に関する診断基準)の診断名等とは異なることがあります。

良さを生かそう【保護因子(※)】

良い睡眠は、体調の回復や情緒の安定につながり、不登校状態から回復するための重要な鍵となります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 日頃の就寝・起床時間などを確認する。
- 起床後、ストレッチをするなど、軽く体を動かすように伝える。
- 遅く起きた日でも、安全に気を付けてできるだけ登校するように話す。
- 眠れないとき、何か共通して思い当たることなどが無いかを聞く。
- 養護教諭と連携を図り、保護者に、本人の状態に応じて医療受診を勧める。
- 朝がつらい場合、登校できそうな時間やつらい原因を相談する場があることを伝える。

◎心理面

- 心配事や悩みがないかを聞く。
- 十分な睡眠が成長にとって大切なことを教える。
- 宿題に取り組む時間を決めるなど、家庭生活の計画を立てるよう勧める。
- 自分に合ったリラクスの方法を一緒に考える。
- 寝る前のゲームやスマートフォンの睡眠への悪影響について教える。
- ネットやゲーム以外の楽しみを見つけ出せるように話す。

◎社会・環境面

- 夜間の過ごし方や寝室の環境を確認する。
- 保護者に、家庭での寝起きの様子などについて聞く。
- 保護者に、本人が寝る時刻になったら声掛けをしてもらう。
- 保護者に、本人の寝る場所の音や明かりに気を付けてもらう。
- 保護者に、規則的な生活習慣が大切であることについて話をし、協力を求める。
- 睡眠時間の確保のために、家庭環境の改善が必要なときは、SSW と連携を図る。

* 「その他の状況」は P.40 に、「その他の支援例」は P.41 にあります。

関連情報

「起立性調節障害」：血液循環がうまくいかず朝起きられない、動悸がする、疲れやすいなどの症状があります。

(引用：教職員のための子供の健康相談及び保健指導の手引 ―令和3年度改訂― (令和4年3月 公益財団法人 日本学校保健会))

「睡眠障害」：不眠、睡眠リズムが乱れる、日中に強い眠気があるなど、様々なタイプがあります。

「うつ病」：眠れない、すぐ目が覚めてしまう、長時間眠り込むなどの症状があります。小児の場合のうつ症状は、怒りっぽくなるなど、大人のうつ状態と異なる現れ方をすることがあります。

＜参考＞

・「早寝早起き朝ごはんで輝く君の未来～睡眠リズムを整えよう！（中学生・高校生等向け普及啓発資料）」（文部科学省 平成27年3月）

食事 運動



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 食欲がないことが多い
- 2 朝食をとらないことがある
- 3 家庭で食事がとれていない
- 4 過食・拒食傾向である
- 5 偏食気味である
- 6 運動不足である

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.26 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】



身体・健康面

慢性疾患(疑い含む)

精神疾患(疑い含む)

例：食行動障害

運動嫌い

心理面

体型への強い意識と不満

食事と運動についての
知識不足

給食・食べ物の好き嫌い

保護者への反発

社会・環境面

夜型の家庭生活
不安定な家庭環境

保護者の無関心

貧困

良さを生かそう【保護因子(※)】

バランスの良い食事がとれて、適度な運動ができていると、心身の成長、情緒の安定、思考の向上など、様々なメリットがあります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 朝食を欠かさず取っているかを聞く。
- 習い事や趣味などで行っている運動について聞く。
- 気になる体調の変化について養護教諭等に相談するように勧める。
- 食事の量やバランスなど、日頃気を付けていることについて聞く。
- 休み時間や休日は、なるべく体を動かすように話す。
- 疾患による食事の問題が疑われる場合は、保護者に、医療機関への受診を勧める。



◎心理面

- 食事について、嫌なことや悩みがあるかについて聞く。
- 運動能力や体型について、嫌なことや悩みがあるかについて聞く。
- 望ましい健康づくりの情報を伝え、取り組むように促す。
- 給食時に食事の量を調節するなど、食事を楽しめるように配慮する。
- 体育の活動内容を調整するなど、運動を楽しめるように配慮する。
- 気づいたら食べ過ぎていることがないかを聞く。
- 人の成長や発達に関する心理教育をSCに依頼する。

◎社会・環境面

- 運動能力について、周りの友達から、からかいやトラブルなどがないか様子を見る。
- 保護者に、食事や運動の量や様子について聞く。
- 体育や部活動時に体調が良くないときは、我慢せずに保健室へ行くよう声掛けをする。
- 保護者に、本人の食事や運動の悩みについて伝え、協力を求める。
- 食事や運動について、家庭生活の改善が必要であれば、SSW と連携を図る。

* 「その他の状況」は P.40 に、「その他の支援例」は P.41 にあります。

関連情報

「食行動障害・摂食障害」：食べる感覚が嫌で食事をしない、体型を気にして無理なダイエットをする、大量の食物を摂取する、意図的に食べた物を吐く、食べ物でない物を食べてしまうなどのタイプがあります。

＜参 考＞

- ・「小学生用食育教材『たのしい食事つながる食育』」（文部科学省 平成 28 年 2 月）
- ・「食生活学習教材（中学生用）」（文部科学省 平成 21 年 3 月）

疾患 体調不良



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 頭痛やめまいがある
 - 2 吐き気や嘔吐がある
 - 3 胃痛、腹痛、下痢がある
 - 4 アレルギー疾患（疑い含む）がある
 - 5 疲れや体のだるさがある
 - 6 部位がはっきりしない痛みがある
 - 7 情緒の著しい乱れがある
- などが、みられます。
(第三章アセスメント P.26 参照)

考えられる要因【危険因子（※）】



身体・健康面

- 慢性疾患（疑い含む）
例：過敏性腸症候群
- 精神疾患（疑い含む）
- 感覚過敏（視覚・聴覚）

心理面

- 不安
- 葛藤
- 焦り
- ストレス
- 自信喪失
- 受診、治療への抵抗感

社会・環境面

- 時間的にゆとりのない生活
- 家庭、学校の認識不足
- 医療を受けられない環境

良さを生かそう【保護因子（※）】

体が元気であることは、困難なことを乗り越える上での基盤になります。まずはよい生活リズムなどを心掛け、体調を整えることを目標にすると、本人、教職員、保護者との連携が図りやすくなります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 朝の健康観察のときなどに、気になる子供の体調について特に注意する。
- どのようなときに具合や気分が悪くなりやすいかを聞く。
- 具合が悪くなりやすい体の部分や痛みの程度について聞く。
- 具合が悪くなったとき、どうしたいか、どうすれば和らぐかについて聞く。
- 養護教諭と子供の様子を共有し、本人が体調不良を訴える場面の規則性などを探る。
- 体調が回復するまで休養をとらせたり、無理をしないように配慮したりする。
- 本人の状態に応じて養護教諭や学校医と連携を図り、保護者に教育相談センター等への相談や医療受診を勧める。

◎心理面

- 体調の変化で心配があるときは、担任や養護教諭等に伝えるように話す。
- ストレスを感じることが多くないかを聞く。
- 体調が悪いときは、原因を追究するような話はせず、表情や様子を見る。
- 医療機関への受診や治療に対する不安などがあれば、養護教諭との相談の場を設ける。
- 本人の状態に応じて養護教諭と連携を図り、保護者に医療機関への受診を勧める。
- 心理的要因から症状が出ている可能性を考慮し、養護教諭やS Cとの相談の場を設ける。

◎社会・環境面

- 本人の体調不良について、十分な配慮の下、周りの児童・生徒に説明をする。
- 疾患による体調不良でどのような状態になるか、どのように対処すれば良いかを本人や保護者から聞き、校内での共通理解を図る。
- 保護者に、家庭で体調が悪くなったとき、どのように対応しているかについて聞く。
- 周りの友達に協力を求め、参加できなかった授業の内容を伝えるなどする。
- 係や委員会活動などで関係のある教職員に、体調に配慮してもらうよう協力を求める。

* 「その他の状況」は P.40 に、「その他の支援例」は P.41 にあります。



関連情報

「過敏性腸症候群」：疾患がないにもかかわらず、下痢、便秘、腹痛などの症状が慢性的に繰り返されます。

＜参 考＞

感情を抑えることは大切ですが、我慢のしすぎも良くありません。小学校、中学校でも心の健康やストレス対処について学ぶようになっていきます。

- ・「小学校学習指導要領」（文部科学省 平成 29 年 3 月）第 2 章 第 9 節 体育 P.142～155
- ・「中学校学習指導要領」（文部科学省 平成 29 年 3 月）第 2 章 第 7 節 保健体育 P.115～131

特別な教育的 ニーズ



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 コミュニケーションが苦手である
 - 2 聞いて理解することが苦手である
 - 3 読み書き計算が苦手である
 - 4 人前であまり話をしない
 - 5 集中することが苦手である
 - 6 多動傾向がある
 - 7 感覚過敏がある
 - 8 過度のこだわり、興味の狭さがある
などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.26 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)

精神疾患(疑い含む)

障害の診断

心理面

劣等感

自分や他者への不信、疑惑

自意識

不安

社会・環境面

特性についての理解不足

特性に応じた支援の不足

教職員による対応の違い

保護者の理解不足

特性に適さない環境

良さを生かそう【保護因子(※)】

様々な才能や個性をもっている児童・生徒がいます。特別支援教育コーディネーターやスクールカウンセラー(SC)と連携を図り、その良さを生かし、伸ばし、自己有用感を高めるような支援を常に考えていきましょう。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎ 身体・健康面

- 教科や活動などにおける、得意・不得意について聞く。
- 困難なことや苦手なことは、できるところや分かるところから始めてもよいことを伝える。
- 気持ちが不安定になっているときの本人が心掛けている対処法などについて把握する。
- 苦手な活動や作業などについては、必要に応じて応援を頼み、個別にアドバイスをを行う。
- 特性による困難さを理解し、本人の特性に応じた言葉掛けや環境整備を心掛ける。
- 本人の状態に応じて SC と連携を図り、保護者に教育相談センター等への相談や医療受診を勧める。

◎ 心理面

- 話の内容や会話中の動作から本人の特徴をつかむようにする。
- 努力していることを見付け、その場で具体的に褒める。
- できていることについて本人に一つ一つ伝え、自信をもてるようにする。
- 苦手な学習活動については、スモールステップを意識し、複数の課題を一度に与えないなど配慮する。
- 困っている様子ときは、周りの友達が本人に分かるように伝えたり、確認したりして協力してもらえようにする。
- 学校生活での不安や悩みについて、SC への相談を勧める。

◎ 社会・環境面

- 周りの友達から本人の特徴について、からかいやトラブルなどがないか様子を見る。
- 教材や教具などの使用で、苦労したり困ったりしていることがないかを聞く。
- SC に、授業中や休み時間の様子を見てもらい、より良い対応や支援について相談する。
- 関係のある教職員で、本人への教育的ニーズや指導の方法などについて共有する。
- 障害の特性に応じた困難さを取り除くために、できる範囲で学習・生活環境を整える。
- 保護者と連携を図り、家庭と学校で共通の目標や指導内容などを決める。

* 「その他の状況」は P.40 に、「その他の支援例」は P.41 にあります。

関連情報

「注意欠陥多動性障害」：注意力の欠如、または衝動性・多動性を特徴とする障害で、じっとしていたり、長時間同じ作業をしたりすることが苦手です。

「高機能自閉症」：人間関係の形成、言葉の発達、興味や関心の狭さ・こだわりを特徴とする障害で知的障害を伴わないものです。集団行動や人とのコミュニケーションが苦手です。

「場面緘黙（選択性かん黙）」：話し言葉が獲得されているにもかかわらず、学校などの特定の場所で、声を出して話すことができない状態が続くことを言います。周囲の理解が不十分で、障害特性にする苦手なことを強制すると、強いストレスを感じたりパニックを起こしたりします。本人が辛さを言えない場合は、体の症状に出たり、登校しぶりにつながったりすることもあります。

身体・健康面のその他の状況

不登校の要因となり得る身体・健康面の危険因子の例と、支援の手掛かりとなる保護因子の例を紹介します。支援シートを作成する際の参考にしましょう。

「睡眠」「食事」「運動」

<危険因子>

- ・ 寝ている時間が長すぎる。
- ・ 給食をあまり食べようとしない。

<保護因子>

- ・ 体を動かして遊ぶのが好き。
- ・ 生活リズムの維持に気を配っている。



「疾患」「体調不良」

<危険因子>

主に身体的な不調に関する疾患など（医師による診断名）

片頭痛（偏頭痛）	頭の片側だけが痛む頭痛で、吐き気などを伴うこともある。
緊張型頭痛	首、肩、背中、頭の筋肉が緊張することで頭痛が起こる。
概日リズム睡眠障害	体内時計を調節できないために、睡眠リズムが崩れる。
ナルコレプシー	急に眠ってしまうなど、日中に強い眠気に襲われる。
低血糖症	安定した血糖値を維持できず、集中力の低下、脱力感、不安感などの症状を示す。
小児慢性疲労症候群	疲労、倦怠感、睡眠リズム障害などの症状が、3か月以上続く。

主に精神や行動の不調に関する疾患など（医師による診断名）

適応障害	ストレスによって引き起こされる情緒面や行動面の問題で、抑うつ気分、不安、怒りなどの症状を示す。
強迫性障害	ある考えや衝動が心から離れない（強迫観念）、やめたいと思ってもある行為がやめられない（強迫行為）症状を示す。
躁うつ病（双極性障害）	気分が著しく高揚する躁状態と、うつ状態の両極端な症状を示す。
統合失調症	妄想、幻覚、感情に抑揚がない、意欲の減退などの症状を示す。
パニック症	パニック発作（動悸、ふるえ、息苦しさ、めまい、発汗、強い不安感など）を繰り返す。
分離不安障害	保護者など、愛着をもっている存在と離れることを過度に恐れる。

<保護因子>

- ・ 明朗な性格である。
- ・ 情緒や思考の乱れがない。

「特別な教育的ニーズ」

<危険因子>

- ・ 衝動的に行動してしまう。
- ・ 行動の切替えをすることが難しい。

<保護因子>

- ・ 運動や学習に必要な能力が平均かそれ以上である。
- ・ 適切な方法で他者に支援を求められる。

身体・健康面のその他の支援例

日常的な健康観察例

- 朝、健康観察を行うときなどの観察項目として、「普段と変わった様子が見られる」「元気がない」「顔色が悪い」「せきが出ている」「目が赤い」「鼻水・鼻詰まりがある」「けがをしている」などが挙げられます。
「教職員のための子どもの健康観察の方法と問題への対応」（文部科学省 平成 21 年 3 月）から抜粋
- * 健康観察は、児童・生徒とのコミュニケーションのきっかけになるとともに、教師が見守っている姿を示すこととなります。

医療機関への受診について

- 本人の心身の悪い状態が続く場合は、必ず養護教諭へ相談し、医療機関への受診などについて検討することが大切です。
- * 医療機関への受診については、養護教諭やスクールカウンセラー（SC）の専門的な視点から話すことで、保護者が受け止めやすくなる場合があります。



受診結果・治療について知る（児童・生徒が受診している場合）

- 保護者に許可をとり、担当医と情報交換を行う。
- 保護者を通じて担当医からの助言などを確認する。
- 担当医から言われている注意事項などを本人に確認する。
- * 医師の診察結果などについて知り、学校ができることを把握しましょう。また、保護者とも連携して、児童・生徒の健康の増進を図りましょう。学校医に相談することで解決の糸口が見つかることもあります。

精神的な不調への対応例

- 保護者から、精神疾患の診断が医師から出たと報告があった場合は、配慮すべきことなどを確認する。
- 精神的な不調のある児童・生徒に対し、配慮すべきことについて教職員の間で共通理解を図る。
- * 養護教諭やスクールカウンセラー（SC）と連携を図り、学校でどのようなことに配慮しなければならないか、あるいはどのような支援ができるかを考えましょう。



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 学習につまずきがある
 - 2 考えることが苦手である
 - 3 語彙が少ない
 - 4 文字を書く、写すことが苦手である
 - 5 極端に嫌いな教科がある
 - 6 グループ学習が苦手である
 - 7 時間内に作業が終わらないことが多い
 - 8 ケアレスミスが増えた
- などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



心理面

苦手意識
自信喪失
意欲の低さ
回避傾向
ストレス
不安・葛藤

慢性疾患 (疑い含む)
精神疾患 (疑い含む)
発達障害 (疑い含む)

社会・環境面

家庭の学習環境
授業のサポート体制不足
落ち着きのない学級

良さを生かそう【保護因子(※)】

欠席しても、学力を維持したり、向上させたりしていることは、不登校からの回復の過程で有利に働きます。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 授業に集中して取り組めているかどうか様子を見る。
- 特定の教科の授業などで、体調不良の訴えがないか様子を見る。
- 体調不良や生活リズムの乱れなど、学習に影響していることがないかを確認する。
- 学習に集中できないときの心身の状態を、本人に聞く。
- 養護教諭との相談の場を設け、どのような不調が学習の妨げになっているかを聞く。
- 読み書き計算などの困難さについて、障害によるものではないか注意して様子を見る。

◎心理面

- 授業や学習に関して、感じている悩みや不安について聞く。
- 極端に語彙が少ないことがないか様子を見る。
- 得意・不得意な教科や活動などについて聞き、苦手意識に配慮した支援をする。
- できていること、頑張ったことを、その場で具体的に褒める。
- 授業中、困っていることがないかなど、表情や様子を注意して見る。
- 学習する意味について共に考え、アドバイスをする。
- 学習内容が分からない場合は、個別の教材で支援をするなどの配慮をする。



◎社会・環境面

- 周りの友達から学習やテスト結果などについて、からかいなどがあかないか様子を見る。
- 授業中、達成感や満足感を感じられるように、声掛けや助言などを工夫する。
- 分からないときや困ったときは、手を挙げるなど、意思表示の方法を決めておく。
- 本人の努力を評価してもらえよう校内で共通理解を図る。
- 本人の意向を聞き、必要に応じて、放課後などに補習を行う。
- 家族に、宿題などの家庭学習への協力を求める。

* 「その他の状況」は P.54 に、「その他の支援例」は P.55 にあります。

関連情報

「学習障害」：基本的には、全般的な知的発達に遅れはないが、聞く、話す、読む、書く、計算する、推論するなどの特定の能力の習得と使用に著しい困難を示す、様々な障害を指すものです。

「学習障害児等に対する指導について（報告）」（文部科学省 平成 11 年 7 月）から抜粋

情緒



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 すぐにイライラしてしまう
 - 2 怒りを爆発させることが多い
 - 3 緊張することが多い
 - 4 気分が落ち込むことが多い
 - 5 泣いてしまうことが多い
 - 6 自分の気持ちを抑えすぎる
 - 7 表情の変化がほとんどない
- などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】



身体・健康面

- 慢性疾患（疑い含む）
例：ホルモン分泌の問題
- 精神疾患（疑い含む）
- 発達障害（疑い含む）
- 愛着障害（疑い含む）

心理面

- 不安
- 葛藤
- 焦り
- 無力感
- 劣等感

社会・環境面

- 家庭での人間関係
- 学校での人間関係
- 地域での人間関係
- 時間的にゆとりのない生活
- 虐待の経験

良さを生かそう【保護因子(※)】

情緒が安定していることは、その児童・生徒の良さであり、登校しぶりからの回復や集団生活に戻る上で有利に働きます。気分転換やリラクゼーション、信頼できる人や専門家への相談が大切です。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 疲れていることやイライラすることが多くないか様子を見る。
- 発表の場面などで、過度に緊張していることがないか様子を見る。
- 心身の健康状態について、気になることや悩みがないかを聞く。
- 気持ちが落ち込んだときに、具合が悪くなることはないかを聞く。
- 気持ちが不安定なときは、落ち着くまで別室で過ごしてもよいことを伝える。
- 本人の状態に応じて、養護教諭・SCと連携を図り、保護者に、教育相談センター等への相談や医療機関への受診を勧める。

◎心理面

- 気持ちが落ち着く場所や方法などについて聞く。
- 気持ちが不安定なときは、共感的態度で聞く。
- 気持ちが乱れるのはどんなときに多いかを聞く。
- 感情を素直に表現してもよい場所や相手について一緒に考える。
- 気持ちの変化について心配なことがある場合は、SCへの相談を勧める。
- 気持ちが高ぶったり乱れたりするときの、共通する出来事について一緒に考える。



◎社会・環境面

- 友達との関わりの中で、怒ることや悲しい気持ちになっていることがないか様子を見る。
- 学校生活の中で、気になることや、気持ちがイライラすることがないかを聞く。
- 気持ちが不安定になったときにクールダウンできる場所（別室）などを用意する。
- 状態や必要に応じて、組織として対応できる体制を整えておく。
- 家庭で不安定なときの対応について、保護者と共通理解を図る。
- 情緒の安定のため、家庭生活の改善が必要であれば、SSWと連携を図る。
- 虐待の疑いがあるときは、直ちに対応し、関係機関と連携する。

* 「その他の状況」は P.54 に、「その他の支援例」は P.55 にあります。

関連情報

「ホルモン分泌の問題」：ホルモンが過剰になったり、不足したりする問題で、だるさ、イライラ、動悸、体重の減少など様々な症状が出ます。

「無気力」：何についても気力がない状態。うつ病の症状や失敗経験の連続などで生じます。

「愛着障害」：養育者から十分な愛情を受けられなかったために生じる、心理的・行動的な問題の総称です。

「児童虐待」：保護者がその監護する児童（18歳に満たない者）に対して行う虐待で、身体的虐待、性的虐待、ネグレクト、心理的虐待が含まれます（P.77 参照）。

社交性 集団行動



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 人と関わるのが苦手である
- 2 集団行動が苦手である
- 3 人前では過度に緊張する
- 4 一人であることが増えた
- 5 人に暴言を吐くことが多い
- 6 自分勝手な行動が多い

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)

精神疾患(疑い含む)
例: 社交不安症

発達障害(疑い含む)

愛着障害(疑い含む)

心理面

不安
苦手意識
回避傾向
劣等感・自己否定
情緒不安定
過去の体験

社会・環境面

コミュニケーションの
経験不足
落ち着きのない学級
学校での人間関係
家庭での人間関係
地域での人間関係

良さを生かそう【保護因子(※)】

社交性が高く、集団生活を得意としていると、他の問題を乗り越えた後の学級への復帰がスムーズに進む場合があります。人と関わることへの自信が、集団生活の中では重要です。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 人との関わりや集団活動の後に、極度な疲れや体調不良などが無いかを聞く。
- 周りの活動の流れに付いていけない場合は、自分のペースで取り組んでもよいことを伝える。
- 人混みやにぎやかな場所の音や、雰囲気から疲れることが無いかを聞く。
- 発達障害や愛着障害などが疑われる場合は、SCなどへの相談を勧める。
- 本人の状態に応じて、養護教諭・SCと連携を図り、保護者に、教育相談センター等への相談や医療機関への受診を勧める。

◎心理面

- 一人でいることが増えた理由を聞く。
- 人との関わりや集団活動で、悩みや不安になることが無いかを聞く。
- 好きなことや得意なことを、友達と一緒に活動する機会をつくる。
- 集団活動において配慮が必要な場合は、教職員が近くにおいて安心できるようにする。
- 人と関わるときに不安や緊張、恐怖心などがあれば、SCへの相談を勧める。
- 他の児童・生徒と楽しく活動する経験を増やす。



◎社会・環境面

- 周りと一緒に行動するのがつらそうときは、一人の時間をつくる。
- 図書室、保健室など、一人で安心して過ごせる居場所を決めておく。
- 集団行動などがうまくできないことで、周りの友達からのからかいなどが無いか様子を見る。
- 学級の児童・生徒同士が、互いを認め合う活動を取り入れる。
- 保護者に、家庭での会話や近所の知り合いの人との関わりの様子について聞く。

* 「その他の状況」は P.54 に、「その他の支援例」は P.55 にあります。

関連情報

「社交不安症」：人前で何かをしたり、注目されたりすることで強い苦痛が生じます。

「自閉スペクトラム症」：社会的コミュニケーションの障害や独特のこだわり行動・感覚が生じたり、見られたりします。

「感覚過敏」：音、光、味、服の肌触りなどについて過度に敏感で、苦痛を感じる場合があります。

自己有用感

自己肯定感



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 人から褒められたり感謝されたりする場面があまりない
 - 2 人のために行動することがない
 - 3 自分を否定する発言が多い
 - 4 自分の意見を言うことができない
 - 5 過度に人に気をつかう
- などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面

体調不良
運動が苦手



心理面

苦手意識
無力感
劣等感

社会・環境面

いじめの経験
虐待の経験
集団活動・体験的な
活動の経験不足
失敗や挫折の経験

良さを生かそう【保護因子(※)】

自己有用感や自己肯定感が高いと、くじけそうなことに直面しても、自分に自信があるので、諦めずに挑戦したり、乗り越えたりしやすくなります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 身体や運動面のことで、困っていることや悩んでいることがないかを聞く。
- 体調不良になると、やる気や意欲がなくなることがあるかを聞く。
- 体調不良のときは、無理せず自分のペースで取り組むよう声を掛ける。
- 健康・運動面で自信がないことについて、養護教諭やSCへの相談を勧める。

◎心理面

- ネガティブな発言が多い場合、どうしてそう思うのかを聞く。
- 本人の良いところを多く見付け、言葉で伝えるよう心掛ける。
- 失敗したり間違えたりするのは特別ではないことを伝える。
- 自分で何か自信があること、自信を付けたいことについて聞く。
- 意欲的に頑張れるのはどんなときかについて聞く。
- 自分が周りの人から頼りにされないと感じることなど、気になることがあれば、SCに相談するように勧める。
- 友達と比べるのではなく、自分に自信をもつことの大切さを伝える。
- 苦手なことでもスモールステップで取り組ませ、成功を実感できる機会をつくる。

◎社会・環境面

- 学級で、お互いの良さを見付け、伝えるような活動を行う。
- 係や当番など、本人が頑張っていることや努力していることを状況に応じ、みんなの前や個別に褒める。
- 友達から認められたり、褒められたりする経験を増やす。
- 保護者に家庭内で本人ができる役割をもたせ、認めるよう協力を求める。
- 保護者に、本人の良いところを認めてあげるよう協力を求める。
- いじめの疑いがあるときは、直ちに対応する。
- 虐待の疑いがあるときは、直ちに対応するとともに、関係機関と連携する。

関連情報

「自己有用感」：自分が人に必要とされている、人の役に立つという気持ちです。

「自己肯定感」：自分に自信があるなど、自分の良さを肯定的に認める気持ちです。

「心理的虐待」：虐待の種類の一つで、保護者などからの言葉による脅し、無視、兄弟姉妹間での差別的扱い、子供の目の前で家族に対して暴力を振るうことなどです。

＜参 考＞

・「自信 やる気 確かな自我を育てるために 子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料【基礎編】【発展編】」（東京都教職員研修センター 平成 24 年 3 月）



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 なんでも面倒くさがる
 - 2 好きなこと、熱中していることがない
 - 3 すぐに飽きてしまう
 - 4 興味をもつことの範囲が狭い
- などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



心理面

慢性疾患 (疑い含む)
精神疾患 (疑い含む)
発達障害 (疑い含む)

社会・環境面

不安
苦手意識
自信喪失
自己否定
無気力
逃避傾向

保護者の子供への
無関心・過干渉
自発的に取り組む
機会のなさ
失敗経験のなさ
体験的な活動の経験
の不足

良さを生かそう【保護因子(※)】

本人が関心・意欲をもっていることを応援して伸ばすことが、登校や社会的自立、将来の進路選択につながります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 曜日や時間帯によって物事に取り組む意欲に違いがないかを確認する。
- 睡眠や食事が不足していないかを確認する。
- 限定的な関心や独特のこだわりなどがないかを確認する。
- 体調不良や疲れが気になるときは、症状について、養護教諭への相談を勧める。
- 疲労により意欲が低下している場合は、毎日の過ごし方や休養の取り方を改善させる。
- 発達障害などが疑われる場合は、SCへの相談を勧める。

◎心理面

- 本人の興味・関心があること、主体的に取り組んでいることについて聞く。
- 興味・関心をもっていることについて、関連する情報を伝える。
- これまで、何か意欲的に取り組んだことがないかについて聞く。
- 学習や体験活動などについて、自分に合った方法で取り組ませ、達成や成功した経験を増やす。



◎社会・環境面

- 保護者に、学校外の場面で意欲的な姿が見られるかを聞く。
- 学習や活動において、本人に意思決定させる場面をつくる。
- 学級全体で、目標に向かって意欲的に取り組む機会や雰囲気をつくる。
- 学習などで間違ったり失敗したりしたとき、周りの友達から、からかいなどがないか様子を見る。
- 本人の興味・関心を広げられるよう、図書館などの地域の施設を紹介する。
- 保護者に、あまり干渉せず、できるだけ本人に任せるなど、自主性を大切にするよう、協力を求める。
- 保護者に、家庭内で関心のあることや得意なことを増やせるよう協力を求める。

* 「その他の状況」は P.54 に、「その他の支援例」は P.55 にあります。

関連情報

「学習性無力感」：失敗経験や報われない経験の繰り返しにより、無力感が学習されま
す。

「発達障害によるこだわり」：自閉スペクトラム症などの特徴であり、興味の対象や行
動が限定されます。

過去の経験



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 体調不良、ひどく疲れている
- 2 悪夢や夜驚がある
- 3 気分の浮き沈みがある
- 4 無力感や恐怖心がある
- 5 ものごとから逃げたがる
- 6 自己嫌悪や自責の念がある

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.27 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)
精神疾患(疑い含む)
怪我や病気をした経験

心理面

気分の浮き沈み
不安
無力感、恐怖心
絶望感
回避傾向
逃避傾向

社会・環境面

いじめの被害
虐待の経験
外傷(トラウマ)体験
教職員の叱責や暴言を
受けたことがある
喪失の経験

良さを生かそう【保護因子(※)】

過去や現在の楽しい経験、成功体験が生きる支えになることがあります。つらい経験による心の傷に十分配慮しつつ、新たな良い経験を積み重ねられるように支援をしましょう。新しい成功体験、人との温かな関わりが、過去のつらさを乗り越えることにつながります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 頭痛や腹痛、過呼吸などが起きることがないかを聞く。
- どのような体調のときに、過去の経験を思い出すことが多いかを聞く。
- 心身の不調が現れたときは、無理をせず、保健室などを利用するよう伝える。
- 本人に恐怖や悲しみがあるときは、相談室等で素直に表出させ、ありのままを受け止める。
- 本人の状態に応じて、養護教諭・SCと連携を図り、保護者に、教育相談センター等への相談や医療機関への受診を勧める。



◎心理面

- 感情を言葉で上手く表現できないときは、表現の手助けをする。
- 本人にとって気持ちが落ち着いて安心していられる場所について聞き、できる範囲で環境を近づける。
- 災害や事故など、つらいことを思い出す話題は、避ける。
- いら立ちや気分の落ち込みが続くようなときは、SCへの相談を勧める。
- 日頃の楽しかったこと、悲しかったことなどを話せるよう定期的に話す機会をつくる。

◎社会・環境面

- 保護者に、可能な範囲で本人の過去の経験について聞く。
- 関係のある教職員に対し、授業などで優しい声掛けをするなど校内での共通理解を図る。
- 本人だけではなく、保護者へも不安や悩みを一人で抱えず、SCなどの周りに助けを求めてもよいことを伝える。
- 保護者と、家庭で不安定なときの対応について相談し、共通理解を図る。
- 虐待の経験が関係しているときは、すぐにSCなどと連携を図る。

* 「その他の状況」は P.54 に、「その他の支援例」は P.55 にあります。

関連情報

「PTSD（心的外傷後ストレス障害）」：非常にショックなこと、強い精神的ストレスを経験することにより、心にダメージが残り、時間がたっても心身の不調が続くことがあります。

「夜驚^{やきょう}」：眠っているときに突然起き上がり、泣き叫ぶなどの症状が出ます。

「外傷（トラウマ）体験」：地震や戦争被害、災害、事故、性的被害など、その人の生命や存在に強い衝撃をもたらす出来事を外傷性ストレスと呼び、その体験を外傷（トラウマ）と呼びます。

＜参 考＞

外傷（トラウマ）体験については、文部科学省の「CLARINET へようこそ 在外教育施設安全対策資料【心のケア編】」に解説があります。

心理面のその他の状況

不登校の要因となり得る心理面の危険因子の例と、支援の手掛かりとなる保護因子の例を紹介いたします。支援シートを作成する際の参考にしましょう。

「学力」「学習」

<危険因子>

- ・ 板書を写すのが苦手（間に合わないなど）である。
- ・ 平面図形、立体図形などを理解することが苦手である。
- ・ 文字や文を読んだり、書いたりすることが苦手である。
- ・ 文字を図形のようにしか捉えられない。

<保護因子>

- ・ 計算が速くて正確である。
- ・ 漢字や文章を書くことが得意である。
- ・ 雑学的な知識が豊富である。
- ・ 短時間で記憶することが得意である。

「情緒」

<危険因子>

- ・ 死にたいということをお口にしている。
- ・ 自傷行為（リストカットなど）がある。
- ・ 完璧主義である。

<保護因子>

- ・ 穏やかである。
- ・ 明るく朗らかである。
- ・ 積極的である。



「社交性」「集団行動」

<危険因子>

- ・ 人前での発表が極端に苦手である。
- ・ 自己主張ができない。
- ・ 嫌なことを頼まれたとき、断ることが苦手である。
- ・ 学校以外の外出も嫌がる。
- ・ 人の視線を過度に怖がる。

<保護因子>

- ・ 人懐っこい。
- ・ 友達と協力することが好きである。
- ・ 集団行動の決まり・ルールをきちんと守れる。
- ・ 思いやりがある。
- ・ 動植物の世話が好きである。

「自己有用感」「自己肯定感」

<危険因子>

- ・ 自信のなさを隠すために極端に虚勢を張る。

<保護因子>

- ・ 特定の教科や活動・趣味について自信を持っている。
- ・ 自分の良いところ、好きなことを言える。
- ・ 自然体験活動をすることが好きである。

「関心」「意欲」

<危険因子>

- ・ 学ぶことの意味に疑問を強くもっている。

<保護因子>

- ・ 失敗を恐れない。
- ・ 何事にも挑戦する。
- ・ 集中して体を動かす、競技に打ち込む。

「過去の経験」

<危険因子>

- ・ フラッシュバック（過去の怖かったことなどを、鮮明に思い出すこと）がある。

<保護因子>

- ・ 過去に担任や部活動顧問、SCなどと良い関係を築けた経験がある。
- ・ 過去に成功した経験がある。

心理面のその他の支援例



学習に関する支援例

- 学習面での苦手意識や基礎学力の定着のためには、以下のような支援が考えられます。
 - ・ 教科ごとのノートの取り方、予習・復習の方法を教える。
 - ・ 本人の興味や習熟度に応じた学習課題を与える。
 - ・ 図書室の学習マンガや学習クイズ・パズルを使って、学習への抵抗感を弱める。
 - ・ 日誌や連絡帳を活用し、文字での自己表現や担任との交流を促す。
 - ・ 欠席したときの学習内容について、必要に応じて補充指導を実施する。
 - ・ 人前での発表の代わりに、別室や放課後での一人の発表でも認めるなどの配慮をする。

教育相談の考え方や技法を用いた支援例

ソーシャルスキルトレーニングの例

〈ねらい 感情をコントロールすることの大切さを知る〉

- ① **ルールづくりをする**：児童・生徒同士で嫌なことがあったときは、教員に伝えることをルールにします。
- ② **落ち着かせることを優先する**：児童・生徒の感情が高まっている状況になったときは、まず落ち着かせることを優先します。
- ③ **児童・生徒が落ち着いたら**：「〇〇の時にどのように思っていたのですか。」「どうすると良かったですか。」と個別に質問し、トラブルの原因を振り返り、考えさせます。
- ④ **体験を共有する**：別の機会に、似たような別の事例を基にグループや学級全体で具体的に話し合います。嫌な気持ちになった経験などの具体例が出たら、「では皆さんはこのように時にどうしていますか。」「どうすると良いですか。」と質問し、ふさわしい対応や感情をコントロールする方法を、グループ、学級全体で話し合い、発表して共有します。
- ⑤ **般化を促す**：特に感情のコントロールが苦手な児童・生徒には、個別に振り返る機会をつくり、次に感情が高まってしまう場面に遭遇したらどうしたら良いのかを教員と一緒に考えさせます。



「ソーシャルスキルトレーニング事例集」（東京都教育委員会 平成 29 年 3 月）より抜粋

SOS の出し方に関する教育について

「SOS の出し方に関する教育」は、子供が、現在起きている危機的状況、又は今後起こり得る危機的状況に対応するため、適切な援助希求行動ができるようにすること、及び身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすることを目的としています。また、心の危機に陥った友達への関わり方を学ぶことも重要です。

「SOS の出し方に関する教育を推進するための指導資料」（東京都教育委員会 平成 30 年 2 月）から抜粋

児童・生徒間の 関係



- 児童・生徒の現在の状況・様子として、
- 1 いじめの訴えがある・いじめの情報がある
 - 2 対立がある
 - 3 悪口・陰口を言われている
 - 4 孤立している
 - 5 気まずくなっている
 - 6 相談できる友達がいない

などが、みられます。
(第三章アセスメント P.28 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)
精神疾患(疑い含む)
身体的な特徴
発達障害(疑い含む)
愛着障害(疑い含む)

心理面

周囲への恐怖や不安
競争心
虚栄心
劣等感
自己否定
集団へのストレス

社会・環境面

落ち着きのない学級
進学、進級、転入等の不適応
特性についての理解不足
家庭での人間関係

良さを生かそう【保護因子(※)】

良い友人関係は、他には代え難い喜びをもたらします。友達の支えが、登校を再開するきっかけになることも多いです。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 様子が気になるときは、別室などでその理由について聞く。
- 友達と関わることで、つらいことや疲れることがないかを聞く。
- 友達とトラブルが多く発生する場合、どのような場面やきっかけで起きるのか様子を見る。
- 本人に合った心身の休め方、リラクセスの仕方などについて知っておく。
- 発達障害等が疑われる場合は、保護者やSCとの連携を図る。
- 特定の人への強過ぎる依存などが疑われる場合は、保護者やSCとの連携を図る。

◎心理面

- 友人関係について、今、抱えている悩みや不安などがないかを聞く。
- 仲の良い友達や苦手な友達について聞く。
- 一人になりたいときは、保健室や相談室などで過ごしてもよいことを伝える。
- 活動中や休み時間など一人でいるときは、周りから声を掛けてもらうようにする。
- 担任や養護教諭から、積極的に声掛けなどをして、相談しやすい雰囲気をつくる。
- 日常的に、友達との関わり方や声掛けの仕方などについてアドバイスする。

◎社会・環境面

- 学級指導等で、いじめや暴力は絶対に許さないという姿勢を示す。
- 学校生活で、嫌なことや困っていることがないかを聞く。
- 必要に応じて教員が他の友達とのトラブルの仲裁などに入れるよう体制づくりを行う。
- 本人の特性により、友達との関わりで苦手なことや困難なことがあることを校内で共通理解する。
- 保護者に、学級内や友達関係などで悩みがないかを聞いてもらう。

* 「その他の状況」は P.66 に、「その他の支援例」は P.67 にあります。

関連情報

文部科学省の「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」によると、近年では、不登校の要因として「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が多くの割合を占めています。

教職員との 関係



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 教職員に反発している
- 2 教職員を避ける
- 3 教職員に対する緊張が見られる
- 4 教職員の前では本心を見せない

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.28 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面

身体的な特徴

発達障害(疑い含む)



心理面

劣等感
自信喪失

担任や他の教員への不信
担任や他の教員への
緊張・恐怖
教員からの圧迫感

社会・環境面

支援体制の未整備
教職員間の連携不足
担任や他の教員に
対する保護者の不信
自他を含む叱責の経験

良さを生かそう【保護因子(※)】

「学校には、自分を大切にしてくれる先生がいる。先生は、自分の登校を待っていてくれる。」という思いが、児童・生徒の登校意欲を高めます。様々な立場の教職員が「チーム学校」として組織的に不登校対策に取り組んでいることが伝わると、本人や保護者にとって大きな励ましとなります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 朝の出席確認のときに、声の調子や表情などから様子を確認する。
- 体調不良のときは、様子を見たり、具合を聞いたりするなど気に掛ける。
- 教職員とトラブルになることが多い場合、どのような場面やきっかけで起きるのか様子を見る。
- 教職員との関わりの中で、心身が不調になるのはどんなときかを聞く。
- 心身の不調による負担を軽減するため、養護教諭への相談を勧める。

◎心理面

- 日頃から、教員が積極的にコミュニケーションを図り、信頼関係をつくる。
- 本人が安心して話をしたり、相談したりできる教職員がいるかを聞く。
- 本人や周りへの過度な指示や注意は控え、丁寧な言葉遣いを心掛ける。
- 教職員に対して、怖く感じたり、緊張したりすることがないかを聞く。
- 担任不信の場合、養護教諭や SC などにその理由等を聞いてもらう。

◎社会・環境面

- 日頃から、常に丁寧な言葉遣いを心掛ける。
- 校内での本人への支援や配慮について校内で共通理解を図る。
- 指導するときは公正・公平に努め、場面や状況に応じた適切な対応を心掛ける。
- 個別の対応が必要なときは、担任一人だけではなく、他の教員と複数で話をする。
- 保護者に、本人の学級での様子や頑張りなどについて伝え、理解を求める。
- 他の教員等から「悩みがあったら相談に乗るよ。」などの声掛けをしてもらう。

* 「その他の状況」は P.66 に、「その他の支援例」は P.67 にあります。

関連情報

「ガイダンス」：学校生活への適応や人間関係の形成、進路の選択等について、主に集団を対象に必要な指導や援助を行います。

「カウンセリング」：個々の児童・生徒の多様な実態を踏まえ、一人一人が抱える課題に個別に対応した相談や援助を行います。

「体罰」：児童・生徒等に対する懲戒のうち、児童・生徒等の身体に直接的・間接的に肉体的苦痛を与える行為をいい、学校教育法第 11 条で禁止されています。

学校生活



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 校則になじめていない
- 2 学校になじめていない
- 3 委員会を欠席する
- 4 クラブ活動・部活動を欠席する
- 5 通学に時間がかかる

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.28 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】

身体・健康面



慢性疾患(疑い含む)

例: 気管支喘息

精神疾患(疑い含む)

心理面

不 満
所属感の不足
不 安

社会・環境面

進学、進級、転入
適切な指導の不足

良さを生かそう【保護因子(※)】

キャリア教育が目指すものと、不登校状態にある児童・生徒への支援とは、社会的な自立を目指すという共通点があります。キャリア教育は、それだけでなく、自分づくり、生き方づくりを促進するものであり、夢の発見や学ぶ意欲の向上につながることもあります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 学校生活全般において、困っていることがないかを聞く。
- 学校生活の中で、特に疲れを強く感じる場面がないかを聞く。
- 心身のリラックスや休養の大切さについて話をする。
- 体調を崩さないようにするため、予定を立てて学習や生活をするように伝える。
- 心身の不調が続くときは、養護教諭への相談を勧める。

◎心理面

- 学校での学習や生活などが、現在、充実しているかどうかを聞く。
- クラブ活動・部活動などでの様子や気になることについて関係教員で共通理解を図る。
- テストや定期考査などの成績や勉強の仕方などについて、困っていることがないかを聞く。
- 学校生活において、戸惑いや困っていることがないか様子を見る。
- 進級や進路に関する事で、不安や悩みなどがないかを聞く。

◎社会・環境面

- 学校が、安心して過ごせる居場所になっているか様子を見る。
- 学校の決まりや校則で、困っていることや違和感がないかを聞く。
- クラブ活動・委員会・部活動で、トラブルなどがないかを聞く。
- クラブ活動・委員会・部活動で悩んでいるときは、顧問などの職員と連携を図り、話を聞く場を設定するなどの支援をする。
- 進学や受験についての悩みや不安を聞く。

* 「その他の状況」は P.66 に、「その他の支援例」は P.67 にあります。

関連情報

「キャリア教育」：一人一人の社会的・職業的自立に向け、必要な基盤となる能力や態度を育てることを通して、キャリア発達を促す教育のことです。

「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について（答申）」
（文部科学省 平成 23 年 1 月 31 日）から抜粋

家族関係

家庭背景



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 保護者に反発している
- 2 家族の話をほとんどしない
- 3 心身の不調を抱えている家族がいる
- 4 保護者や兄弟姉妹が過度に厳しい
- 5 家庭内での変化が激しく、安定していない
- 6 家庭が経済的な厳しさを抱えている
- 7 虐待の痕跡が見られる
- 8 保護者と連絡が取れない

などが、みられます。

(第Ⅲ章アセスメント P.28 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】



身体・健康面

身体的な特徴

発達障害(疑い含む)

愛着障害(疑い含む)

心理面

自立心の欠如

劣等感

依存心

家族への不信

社会・環境面

虐待の経験

過干渉・過保護

貧困

学習・進路重圧

親子・兄弟姉妹関係が悪い

良さを生かそう【保護因子(※)】

児童・生徒にとって家庭が安心できる居場所であることはとても重要です。家族の仲が良いと、家庭が安全基地(体や心の休息の場)の役割を果たし、新しい世界へ挑戦していく際の支えとなります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 家族の誰と、週に何回ぐらい食事をしているのかについて聞く。
- 頭髪、服装などの衛生面の状況について様子を見る。
- 病気やけがなどがある場合は、医療機関に受診しているかを聞く。
- 保護者に、本人の家庭での過ごし方や習慣などについて聞く。
- 養護教諭等が、本人の家庭での健康管理の状況について話を聞く場を設ける。
- 本人の状態に応じて養護教諭や学校医と連携を図り、保護者に医療機関への受診を勧める。
- あざ等を見つけたら、丁寧に話を聞く。



◎心理面

- 家庭や家族について聞いたときに、本人の表情や態度などに不自然なところがないか様子を見る。
- 家庭生活や家族に関する楽しい思い出などについて聞く。
- 保護者との関係について、不満や不信感を一人で抱えないように伝える。
- 本人が孤独を感じないよう、友達や教職員と相談しやすい雰囲気をつくる。
- 家族のことでストレスがあるときは、いつでも相談するように伝える。
- 障害等による困難が疑われる場合は、SCへの相談を勧める。

◎社会・環境面

- 家庭訪問で、家庭での過ごし方やコミュニケーションの様子について聞く。
- 前年度の担任や担当学年の教員から、家族関係などについて情報を集める。
- 保護者に、本人との関わりで心配なことや、困っていることがないかを聞く。
- 保護者に、顔を見ながら話す時間を増やすなど、本人が信頼や安心を感じられるような関わりを求める。
- 保護者に、養育や家庭教育などについて相談できる窓口を紹介する。
- 家庭環境に改善が必要なときは、SSWや民生委員・児童委員等との連携を図る。
- 虐待の疑いがあるときは、直ちに対応するとともに、関係機関と連携する。

* 「その他の状況」は P.66 に、「その他の支援例」は P.67 にあります。

関連情報

「民生委員・児童委員」：厚生労働大臣から委嘱された非常勤特別職の地方公務員であり、社会福祉の増進に努める役割を担っています。
それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行います。

地域での 人間関係



児童・生徒の現在の状況・様子として、

- 1 非行グループとの交流がある
- 2 繁華街など危険な場所に行っている
- 3 地域の人などとトラブルがある
- 4 SNS 等での危険な交流がある

などが、みられます。
(第Ⅲ章アセスメント P.28 参照)

考えられる要因【危険因子(※)】



身体・健康面

生活リズムの乱れ

発達障害(疑い含む)

心理面

スマホ・ネット・ゲーム
等への依存しがちな傾向

劣等感

虚栄心

無気力

社会・環境面

夜型の家庭生活
放任
地域での人間関係
学校での人間関係
家庭での人間関係
SNS 等による人間
関係

良さを生かそう【保護因子(※)】

地域の力が、不登校への支援(登校の付添いや毎日の児童・生徒への声掛け、家族からの相談への対応など)において重要になることもあります。民生委員・児童委員、保護司、自治会の方など、地域と連携することで、できるようになる不登校支援も多くあります。

※ 危険因子・保護因子の説明は P.5 にあります。

つなげていこう ～ 具体的な支援例 ～

◎身体・健康面

- 習い事で、強い疲労を感じることや体調が悪くなることはないかを聞く。
- 近所との関係で、生活音などによるストレスがないかを聞く。
- 本人が関心のある近隣地域のスポーツイベントなどについて、情報を集める。
- 近所に、健康や安全面で心配や不安に思う人や場所などがないかを聞く。

◎心理面

- よく行く好きなお店や施設、公園などについて聞く。
- 近所の人を知っているか、挨拶などを行っているかについて聞く。
- 登下校の途中や近所であった出来事で、怖い経験や悲しい経験がないかを聞く。
- 近所に、安心して相談できる知り合いや親戚などがいるかを聞く。
- 習い事などで、感じているストレスやプレッシャーについて聞く。
- 非行グループとの関係が疑われる場合、関係を断たせるため、学校、保護者や警察・関係機関との連携を図る。

◎社会・環境面

- 繁華街での遊びや、非行グループとの関わりがないかを確認する。
- 近所に住んでいる、幼なじみや仲良しの友達、同じ学級の児童・生徒について聞く。
- お祭りなどのイベント情報を伝え、近隣地域の人との交流を促す。
- 保護者に、近隣地域で気になることがあるときは、町会や自治会などへの相談を勧める。
- P T Aや保護者の会等と連携し、町会や自治会へ、地域の安全・安心について協力を求める。
- 治安の問題や事件などへの対策が必要なときは、S S Wと連携し、自治体や警察などの関係機関を紹介する。

* 「その他の状況」は P.66 に、「その他の支援例」は P.67 にあります。

関連情報

「保護司」：保護司法に基づき、法務大臣から委嘱された非常勤の国家公務員であり、犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支えます。
民間人としての柔軟性と地域の実情に通じているという特性を生かし、保護観察官と協働して保護観察に当たるほか、犯罪や非行をした人が刑事施設や少年院から社会復帰を果たしたとき、スムーズに社会生活を営めるよう、釈放後の住居や就業先などの帰住環境の調整や相談を行っています。

社会・環境面のその他の状況

不登校の要因となり得る 社会・環境面の危険因子の例と、支援の手掛かりとなる保護因子の例です。支援シートを作成する際の参考にしましょう。



「児童・生徒間の関係」

<危険因子>

- ・ 学級の間人間関係が過度にグループ化している。
- ・ 学級の間人間関係に主従関係ができています。
- ・ 休み時間に一人であることが多い。

<保護因子>

- ・ 学級に本人を支えてくれる、助けてくれる友達がいる。
- ・ 困っている友達にも優しい学級である。

「教職員との関係」

<危険因子>

- ・ 教職員の行きすぎた指導、暴言などがある。

<保護因子>

- ・ 教職員と一緒にいることが楽しい。
- ・ 「信頼できる」「心が通い合える」教職員がそばにいる。

「学校生活」

<危険因子>

- ・ 勉強と部活動の両立が難しい。
- ・ 委員会活動が重荷になっている。
- ・ 行事などで活躍できる場面がない。
- ・ 進路について偏った情報を信じ込んでいる。

<保護因子>

- ・ 学校生活が楽しいと感じている。
- ・ 部活動が心の支えとなっている。
- ・ 委員会活動や係活動にやりがいを感じている。

「家族関係・家庭背景」

<危険因子>

- ・ 家族が不在のため一人で過ごす時間が長い。
- ・ 主な養育者が変わり、落ち着かない。

<保護因子>

- ・ 家族が本人の状況をよく理解し、支えることができる。
- ・ 保護者と教職員が密に連絡を取り合っている。

「地域での人間関係」

<危険因子>

- ・ 近くに友達が住んでいない。
- ・ 関係機関（教育相談所など）が遠くて通いにくい。
- ・ 深夜に近所を徘徊している。

<保護因子>

- ・ 地域のボランティアなどが児童・生徒を支えてくれる。
- ・ 地域に子供向けの楽しいイベントがある。
- ・ 地域のサークルなどに居場所を感じている。

社会・環境面のその他の支援例

児童・生徒が以下のような体験活動で学んだ内容を実際に日々の授業や学級活動の中で生かすことができるよう、支援することが大切です。



学級でできる人間関係づくりの支援の活動例

ピア・サポート活動

- ねらい 児童・生徒の社会的スキルを段階的に育て、児童・生徒同士が互いに思いやる関係をつくるために役立ちます。
- ポイント 児童・生徒同士の双方向のトレーニングで、担任は指導・助言・賞賛・支持などを行います。

グループエンカウンター

- ねらい グループ体験を通して、自己理解、他者理解を深めていきます。相互理解や人間関係づくりに役立ちます。
- ポイント 担任が活動を進めていき、児童・生徒がリラックスしながら交流していくことを促します。

ソーシャルスキルトレーニング

- ねらい 様々な社会的技能をトレーニングにより育てます。コミュニケーションに必要な技能を直接的に育てることに役立ちます。
- ポイント 担任が扱う技能を明確に示し、手本を示します。次に実際に児童・生徒に行かせます。その後で良かったところや改善点を確認します。

アサーショントレーニング

- ねらい 対人場面で自分の伝えたいことを表現しつつ、相手を傷付けないためのトレーニングです。適切な自己主張ができるようにすることがねらいです。
- ポイント 「断る」「不満を伝える」などの葛藤を解決する表現と、「褒める」「感謝する」などの肯定的な気持ちを伝える表現の両方を育てることが大切です。

アンガーマネジメント

- ねらい 自分の中に生じた怒りへの対処法を学ぶ活動です。自分の中に怒りがあることやその前兆に気付くこと、その場合の対処法（深呼吸する、話を聞いてもらうなど）について学びます。
- ポイント 職員の話聞き、児童・生徒で話し合うことで、自分に合った対処法を見つけていきます。