

◇関係機関ホームページ等

荒川区教育委員会 荒川区立教育センター
電話番号：03-3802-5720
受付時間：午前8時30分から午後5時15分
<https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a050/shisetsuannai/kosodate/gakkoukyouiku001.html>



不登校支援ガイドライン
(改訂版)

<https://www.city.arakawa.tokyo.jp/documents/26422/guidelinehogosyamuke.pdf>



あらかわ子ども応援ネットワーク
<http://www.kodomo-network.com/>



◇荒川区の事例から学ぶ (ガイドラインP.7, P.8より)

事例1

自己肯定感が低く、自信がもてない生徒への支援

生徒のペースに合わせ、悩みを聞くことから始め、別室登校でスモールステップの指導を行いました。登校時間の延長や給食への参加など、できることを増やし、学校とのコミュニケーションを保つことで、生徒の自己肯定感を高め、学校に対する意識に変化が見られました。

事例2

無気力で、学力と理解力の難しさを伴う生徒への支援

教室登校が難しい生徒に対し、別室登校を継続しました。それぞれの要因に個別に対応し、生徒に寄り添った結果、学校に対する意識や登校しようとする気持ちに変化が見られました。

これらの事例は、お子さんの状況に合わせ、粘り強く寄り添うこと、そして学校と区が連携することの重要性を示しています。

◇学校との連携のヒント

お子さんが学校に行けない状況でも、学校とのつながりを保つことは大切です。

【定期的な連絡】

電話や連絡帳、デジタル連絡ツールなどで、お子さんのことを共有し、情報交換をしましょう。

【面談の機会】

必要に応じて、学校の先生などとの面談を行い、今後の支援方針を話し合しましょう。

【「できること」からのスタート】

完全な学校復帰ではなく、別室登校や短時間登校、給食の参加など、お子さんができることから少しずつ学校との接点を作ることを相談しましょう。

◇あなたと子どもの未来のために

今すぐ解決できなくても大丈夫です。荒川区は、お子さんの「社会的自立」を目標に、皆さんとお子さんに寄り添い続けます。

ご不安な時は、いつでもお気軽にご相談ください。

不登校支援ガイドライン
保護者向けリーフレット2



今、子どもにできること、
親ができること
～荒川区の支援と関わり方～
支援体制・連携編



お子さんの状態が続いているご家庭へ

保護者向けリーフレット1「もしかして、不登校？」のリーフレットを手に取り、お子さんの状況と向き合い始めてくださった皆さま、ありがとうございます。お子さんが学校に行けない状態が続くと、先の見えない不安や焦りを感じることもあるかもしれません。

荒川区では、「子どもたちとつながりを保つこと」と「子どもたちに寄り添い支援すること」を支援の柱としています。このリーフレットでは、お子さんを理解し、支えるために、ご家庭でできること、そして荒川区が提供する具体的な支援についてご紹介します。



◇荒川区の具体的な支援体制

荒川区には、不登校のお子さんと保護者の皆さまをサポートするための様々な機関があります。

○登校サポートルーム

【どんな場所？】

区内小・中学校に設置された、学校に行きづらいお子さんが安心して過ごせる居場所です。専任のスタッフが常駐し、学習支援や様々な体験活動、個別面談などを行います。

【どんなメリット？】

学校以外の安心できる居場所で、学習を継続したり、他のお子さんとの交流を通じて自信を取り戻したりすることができます。学校との連携もスムーズです。

※まずは学校の先生や教育相談室にご相談ください。見学や体験も可能です。



○教育相談室

不登校、学習、発達など、お子さんに関する幅広い相談を専門の相談員が受け付けています。保護者の皆さんの心のケアや、今後の具体的な支援の方向性を一緒に考えます。

【SC：スクールカウンセラー】

心の専門家として、お子さんや保護者の心の状態に寄り添い、カウンセリングを行います。学校の先生とも連携し、心理面からのサポートをします。



【SSW：スクールソーシャルワーカー】

社会福祉の専門家として、家庭環境や経済的な課題など、不登校の背景にある様々な要因を調整し、区の支援機関などとの橋渡しを行います。
※利用を希望する場合は、まず学校にご相談ください。

◇家庭でできること、親ができること

ご家庭で、お子さんの心のエネルギーをチャージし、次の一歩へ向かうための大切な関わり方です。

○「安心できる居場所」をつくる

家庭が、お子さんにとって最も安全で、心が休まる場所であることが何よりも重要です。否定せず、ありのままを受け入れる姿勢で接しましょう。

お子さんの「安心したい」「一人になりたい」という気持ちを尊重し、無理強いしない環境を整えてください。



○自己肯定感を育む関わり

「すごいね！」「よく頑張ったね！」「ありがとう」など、お子さんの良い点や努力した過程を具体的に褒め、認めましょう。どんな小さなことでも構いません。

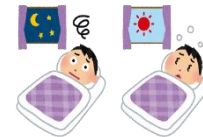
家のお手伝いを頼んだり、趣味の時間を一緒に過ごしたりして、お子さんが「自分は役に立つ存在だ」「楽しい」と感じられる機会を作りましょう。



○生活リズムの調整をサポートする

不登校になると生活リズムが崩れがちですが、まずは夜に寝て朝起きるなど、できる範囲で規則正しい生活を送れるようサポートします。いきなり学校生活に戻すのではなく、スモールステップで進めましょう。

朝起きたらカーテンを開ける、食事を一緒に取るなど、できることから始めてみましょう。



○「学び」の機会を提供する

学校に行けなくても、学ぶ方法はたくさんあります。お子さんの興味のある本やテレビ番組、インターネット教材などを活用したり、地域の図書館や博物館へ行ったりするのも良いでしょう。

お子さんのペースに合わせて、登校サポートルームの利用や家庭学習の時間を検討しましょう。



○保護者自身の心のケアも大切に

不登校の長期化は、保護者の皆さんの心にも大きな負担をかけます。無理せず、区の相談窓口や信頼できる人に相談したり、息抜きできる時間を作ったりして、ご自身の心も大切にしてください。

保護者同士の交流会などに参加してみるのも良いでしょう。



◇つなカフェの開催について

お子さん一人ひとりの状況は違っても、「つなカフェ」で保護者同士がつながり合うことで、お子様との関わり方の参考としていただけたらと思います。

詳細は右記の二次元コードをご参照ください。

