

# 宮城県PTA連合会 健全育成委員会だより

発行日：令和6年2月28日  
発行：宮城県PTA連合会  
企画・編集：令和5年度健全育成委員会

※「健全育成委員会だより」は宮城県PTA連合会webサイトからダウンロードできます

皆さんは不登校についてどんなイメージを持っていますか？  
友達がいらない、いじめられている、怠けている…などあまりいいイメージを持たれていないのではないのでしょうか？子どもたちも友達の数日休んだだけであの子は「不登校」と決めつけてしまったり、不登校についてあまりよくわからないからこそ間違った認識でいる場合も多くあると思います。

## 「不登校」の定義

皆さんは不登校についてどんなイメージを持っていますか？  
友達がいらない、いじめられている、怠けている…などあまりいいイメージを持たれていないのではないのでしょうか？子どもたちも友達の数日休んだだけであの子は「不登校」と決めつけてしまったり、不登校についてあまりよくわからないからこそ間違った認識でいる場合も多くあると思います。

昨日、テレビや新聞、ネットニュースなど様々な場面で不登校の話題がとて多くなりました。  
令和4年度の調査によると、小中学生で不登校となっている子どもは全国で約30万人。宮城県内では約6千人となっていて、クラスでおおよそ1人〜2人が不登校となっている計算になります。そして、その数は県内、全国共に年々増加しています。  
「不登校」という言葉だけを聞くと少し特別な状況のように感じるかもしれませんが、月3日程度の欠席でも、10か月続けば年間30日となります。つまり、実はどんな子どもも同じ状況になる可能性はあり、思っているより身近なことなのではないでしょうか。  
令和5年度健全育成委員会では、改めて「不登校」について学び理解を深めると共に、保護者としてできることは何かを考えました。

## 子どもの不登校 保護者としてどう支援しよう

「不登校」について「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に年間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」と定義しています。

すのでしょうか。  
不登校になる原因は一人ひとり違い、先生や友達との人間関係に悩んだり、起立性調節

## 原因は一人ひとり違う

## 『ありがとう』の言葉のチカラ

皆さんは一日に何回、感謝の気持ちを「ありがとう」という言葉で伝えていますか？  
どんな小さな事でも「ありがとう」と言葉にして伝えることで、心の距離がほんの少し縮まり、笑顔と共にお互いが温かく幸せな気持ちになります。「ありがとう」は人間関係を築いていくうえで大切な役割を担っている言葉です。

子どもたちを取り巻く日常が笑顔と優しい気持ちで満たされるように、身近な「ありがとう」を見つけてみましょう。そして、まずは私たち大人から子どもたちへ向けてたくさんの「ありがとう」を贈りましょう。



私たち保護者はどうしても子ども  
の未来を考えてしまいますが、  
今難しい状況にある場合には、子  
どものつらい気持ちを受け止め、  
寄り添いながら同じ方向を見て歩  
いていくことが大切なのではない  
でしょうか。それは子どもに安心  
感を与え、子どもが自分の存在意  
義を見出すことにもなるでしょう。  
悩みをかかえている保護者の方は  
どうか一人で悩みを抱え込まず、  
勇気を持って身近な誰かに相談し  
てみましょう。また、周囲の私た  
ちはPTAの仲間として見守りつ  
つお互いを認め合い、どこにい  
ても誰かと繋がっている明るい環境  
づくりを目指していきましょう。

令和5年度健全育成委員  
委員長 笹原由佳  
早坂基 星 岳大  
佐藤博 大平一光  
入間川徹  
担当副会長 佐藤 英 高橋禎毅

宮城県PTA連合会では『いじめゼロ』を目指した活動を推進しています。

障害など体の不調で学校に行きたくても行けなかったり、うまく言葉で伝えられなかったり、と原因は一つではなく様々な要因が重なっている場合も多く、はっきりとした原因がわからないこともあります。子どもたちの心は私たちが思っている以上にデリケートであり、ちょっとした事がきっかけで学校に行けなくなってしまうこともあります。

### 原因を探すより つらい気持ちを受け止めて

原因が一人ひとり違うように、それぞれに合った対応が求められますが、原因を探すよりもまずは子どもの今のつらい気持ちを受け止め寄り添いながら、いつもどんな状況にあっても一番の味方である事が何よりも大切だと思います。

「おはよう」「おやすみ」「いってきます」「いってらっしゃい」、普段の何気ない会話から子どもものちよっとした変化やSOSを見逃さないために日頃からコミュニケーションを取りながら、子どもたちが日々安心して過ごせるように優しく温かく見守っていききたいですね。

### 悩んでいるのは あなた一人ではありません

現在、様々な原因で学校に行けない小中学

生は、全国に約30万人。子ども自身に比べて注目されませんが、その子どもを支える保護者も、また同じ数だけ悩みをかかえているのかもしれない。

今あなたのお子さんが学校に行けずに悩んでいるとしても、あなたは一人ではありません。なかなか外には見えませんが、同じように悩む仲間がたくさんいます。

国や県、自治体から不登校支援についての発信はされていますが、それでも未だに学校に行けないこと自体にマイナスのイメージを持つている方は多くいます。そのため、自分の子どもの不登校で困ったり悩んだりしているも、それをSOSとして誰かに伝えることをためらう方もいるのではないのでしょうか。

### 一人で悩まないで… まずは相談してみる

まずは、一番身近な学校のスクールカウンセラーに相談してみるのはいかがでしょうか？スクールカウンセラーからいろいろな窓口や支援センター、交流会などを紹介してもらえませんかと思います。

また、学校からのおたよりや自治体の広報などに、交流会や情報交換会の案内が入っていることもあります。少し勇気を出して一歩外に出て、話を聞いてもらったり仲間と意思を共有

したりすることで、未来が明るくなるきっかけが見つかるかもしれませんね。

### 保護者自身が笑顔で楽しく 過ごしましょう

今は、学校以外でも様々な場所で社会とつながる機会があります。

保護者としては、育て方が悪かったのか？などと自分を責めて落ち込んでしまうこともあるかと思いますが、でも、保護者がいろいろなことにチャレンジして楽しく過ごしていると、子どもも「自分も一歩踏み出してみようかな？」と思うきっかけになるかもしれません。

例えば、親子で一緒に映画や買い物に出かけたり、一緒に習い事を始めてみたりするのはどうでしょうか？使い方に気を付ければ親子でネットやゲームも、その機会の一つになるかもしれませんね。

子どもたちを見ていると、出口が見えないトンネルの中にいるようで、どうしても先のことや不安になってしまいます。でもまずは保護者自身が笑顔で過ごし、家庭が子どもにとって気を張らずに安心していられる場所であるためにも、ぜひ自分自身の時間を大切に過ごしていきましょう。

## ▼▼▼ 勇気をもって、はじめの一歩を踏み出すために ▲▲▲

誰かに相談する事で、お子さんや保護者の方々の未来が明るく変化していくかもしれません。

### スクールカウンセラー



「スクールカウンセラー」は外部から派遣される心理についての専門家です。児童・生徒の心理面でのサポートを行います。普段の人間関係の枠組みから外れる第三者だからこそ、心を許して相談しやすいということもあるかもしれません。

### みやぎ子どもの心のケアハウス けやき教室（適応指導教室）



「みやぎ子どもの心のケアハウス」は33市町村に設置。心のケアスペースを配置し、複合的なサポートを行っています。「けやき教室（適応指導教室）」では、学校復帰を見据えて集団生活への適応、基本的な生活習慣の改善などの支援を行います。在籍校とも連絡を取り合い、個別の状況に応じた学習指導を行い、出席も在籍校の出席扱いになります。

### スクールソーシャルワーカー



「スクールソーシャルワーカー」は児童・生徒の抱える問題に環境からサポートします。児童・生徒への支援と共に、保護者への支援や学校への働きかけ、自治体に対して体制整備の働きかけなどを行います。

### 親の会



「親の会」は、不登校の子どもを持つ保護者、親の会を卒業した人、退職・現役教員などで構成されています。同じ様な立場、境遇の方々とコミュニケーションをとることで新たな気づきや、精神的な安定を得ることが出来ます。

### 宮城県不登校相談ダイヤル

宮城県では「宮城県不登校相談ダイヤル」

☎022-784-3567

月曜日～金曜日 9時～16時 を開設しています。

