

子どもを受け止め、応援する



# 保護者のための不登校支援リーフレット

## 心配な状態が続いている

- 外出が減った
- 忘れ物が多くなった
- 興味を示さなくなり、投げやりになってきた
- ゲームやSNSに没頭して昼夜逆転している
- 学習の進度が遅れ、学校の授業についていけない
- このままでは、将来、進学や就職ができないのではないかと心配
- 情緒が不安定
- 友達との関わりが少なくなった

## 学校に行きたがらない

- 学校から帰ってくるといつも疲れている
- 学校に行こうとすると頭やお腹が痛くなる
- 学校の様子を聞いても、ほとんど話さない
- 学校を休むことがある
- 家や自分の部屋から出たがらない

## 子どもへの接し方が分からない

- 子どもに学校に行くよう働きかけてよいか
- 学校に行かない理由を聞いてよいか
- 理由を聞いてもよく分からない／答えたがらない
- 誰にも相談できない

## 一人で悩まないでください。

不登校は誰にでも起こり得ることです。家庭・学校・関係機関等の連携により、子どもを支援していくことが大切です。このリーフレットが、子どもの気持ちをどう受け止め、どう支援したらよいか、ヒントとなる資料となれば幸いです。

不登校の児童生徒のための相談や学びの場、  
保護者の方の相談窓口があります。

令和8年度 徳島市教育委員会

# 多様な学びの場や支援の仕組みがあります

## 家庭で大切なこと

### ①受容

- 子どもの気持ちを否定せず、共感した言葉をかけましょう。
- 子どもの小さな変化を探し、思いや頑張りを認め、褒めましょう。
- 「わかってほしい」という思いを受けとめましょう。

### ②傾聴

- 一度手を止め、子どもの目を見て話を聴くなど、聴く体制をつくりましょう。
- 子どもの話を、話し終わるまでじっくり聴きましょう。
- 聴いてもらえたという安心感をつくりましょう。

### ③支援・連携

- 本人の好きなこと、得意なことから少しずつ関わりましょう。
- 焦らず、今日できることから始めましょう。
- 小さなことでも、本人に決断を委ね、自己決定を積み重ねていきましょう。

保護者の皆さんが、気持ちを楽に普段の生活を心がけることが大切です。

## まずは、学校や教育委員会に御相談ください

### すだち学級相談員

すだち学級では、相談員2名とスクールカウンセラー1名が常駐し、随時相談を受け付けています。どなたでも御利用いただけます。

### スクールカウンセラー

公認心理師・臨床心理士など専門性を有する「心の専門家」です。保護者からの相談の他、児童生徒のストレスへの対処法など心のケアを行います。

### スクールソーシャルワーカー

社会福祉士や精神保健福祉士など「福祉の専門家」です。保護者からの相談の他、必要に応じて、福祉の窓口につなぎ、手続きの補助などを行います。

利用に関しては、学校（教育相談コーディネーター）にお問い合わせください。

## 学校内外における支援

### 校内教育支援センター

学校には行けるけれど、クラスには入れない時に利用できる場所です。子どものペースに合わせて相談や学習のサポートを行います。令和8年度は、中学校3校に専門の支援員を配置しています。設置状況については、各学校にお問い合わせください。

### すだち学級

不登校や学校に行き渋りのある児童生徒（小中学生）を対象に、学校復帰や社会的自立に向けた支援を行っています。学習、スポーツ、実習活動（音楽、美術、調理、栽培）や行事（校外活動、すだち祭、巣立ち式）を実施しています。



### 学生メンタルサポーター(SMS)

学校に行きづらく、ひきこもりがちな児童生徒（小中学生）の家庭に、臨床心理学を専攻する大学院生を派遣し、1週間に約1時間程度、一緒に話をしたり遊んだりする中で、児童生徒を支援しています。





# 不登校を考える保護者の会

## 「とまり木の会」

「子どもが学校に行けない」「教室に入りにくい」と悩まれている保護者の方々が、専門家の意見を聞いたり、参会者と悩みや思いを共有したりして、共に考え学び合う会です。保護者の方が少しでも元気や勇気を得られる会にしたいと考えています。

## 不登校に関する相談窓口

### ①不登校に関する相談窓口(無料)

名称	相談方法	問い合わせ先
徳島市適応指導推進施設 (すだち学級)	★来所・電話・メール相談 月～金曜日 午前8時30分～午後5時まで (来所相談は要予約)	徳島市上吉野町3-38 TEL 088-623-5150 sudachi@tgn.tcn.ne.jp 
徳島市教育研究所	★来所・電話相談 月～金曜日 午前8時30分～午後5時まで	徳島市幸町2丁目5番地 徳島市役所11階 TEL 088-621-5432 
徳島県立 総合教育センター	★来所・電話・メール相談 月～金曜日 午前9時～午後5時まで (来所相談は要電話予約)	板野郡板野町犬伏字東谷1-7 TEL 088-672-5200 tokubetsushien@mt.tokushima-ec.ed.jp
徳島県中央こども女性 相談センター	★来所相談 月～金曜日 午前8時30分～午後5時まで (要電話予約)	徳島市昭和町5-5-1 TEL 088-622-2205
こども家庭支援センター ひかり	★来所・電話・メール相談 月～土曜日 午前9時～午後7時まで (お休み:日曜日、12/31~1/1) (来所相談は要電話予約)	徳島市川内町大松837-1 TEL 088-666-2211 jidohome@md.pikara.ne.jp
子ども何でもダイヤル	★電話相談 日～金曜日 午後1時～午後6時まで (お休み 土曜日、5/3~5/5、 8/12~8/15、12/29~1/3) ※子ども自身が、 相談することができます	TEL 088-635-0303
徳島県 精神保健福祉センター	★来所相談 月～金曜日 午前9時～午後4時まで (祝日、年末年始を除く) ※相談は原則15歳以上 (要電話予約)	徳島市新蔵町3-80 TEL 088-602-8911

## ②不登校に関する相談窓口(有料)

名称	相談時間と料金	問い合わせ先
徳島大学大学院 創成科学研究科 臨床心理相談室 (総合科学部3号館2階)	★来所相談(予約制) 月～金曜日 午前10時～午後7時まで 1,000円/50分 (初回面接のみ2,000円/90分)	徳島市南常三島町1-1 Tel 088-656-9849 soudansince2002@ tokushima-u.ac.jp (件名に「相談申し込み」と記載)  【受付時間】 月～金曜日 午後1時30分～4時まで
国立大学法人 鳴門教育大学 心理・教育相談室 (地域共創棟1階)	★来所相談時間(予約制) 月～金曜日 午前9時～午後8時まで 土曜日 午前10時～午後5時まで 1,000円/50分 (初回面接のみ2,000円/ 60～90分)	鳴門市鳴門町高島字中島748 Tel 088-687-6622  【電話受付時間】 月～金曜日 午前10時30分～正午まで 午後1時～午後4時30分まで
徳島文理大学 臨床心理相談室 (9号館11階)	★来所相談(予約制) 月～金曜日 午前9時～午後5時まで 1,000円/50分 (お休み:祝日、お盆、年末年始)	徳島市山城町西浜榜示180 Tel 088-622-0072 sodan@ tokushima.bunri-u.ac.jp 【受付時間】 月～金曜日 午前9時から～午後5時まで

## 子どもの発達に関する相談窓口

名称	相談方法	問い合わせ先
徳島県立 総合教育センター	★来所・電話・メール相談 月～金曜日 午前9時～午後5時まで (来所相談は要電話予約)	板野郡板野町犬伏字東谷1-7 Tel 088-672-5200 tokubetsushien@mt.tokushima-ec.ed.jp
徳島県発達障がい者 総合支援センター ハナミズキ	★来所相談(予約制) 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分まで	小松島市中田町新開2-2 Tel 0885-34-9001

問い合わせ先

徳島市教育委員会 教育研究所 不登校支援担当

徳島市幸町2丁目5番地(徳島市役所11階)

Tel 088-621-5432

[https://www.city.tokushima.tokushima.jp/kosodate/ikuji/seishin\\_shien/tekioushido\\_suishin.html](https://www.city.tokushima.tokushima.jp/kosodate/ikuji/seishin_shien/tekioushido_suishin.html)

