

# 子供たちの心のケアについて

～子供たちが示す心の症状や問題行動の背景等を読み取る配慮を～

子供たちは、進学や進級により環境が変化中、以下のような理由で心理的なストレスを抱えていることが考えられます。

- ・勉強について行けるか、友達とうまくやれるかなど、学習や友達関係への不安
  - ・生活のリズムを学校に合わせられないなど、生活に起因する不安
  - ・集団と関わることで、自分や家族が感染するのではないかと恐れに起因する不安
- 観察等から見つけ、その背景を読み取り、安全安心に学校生活を送れるようケアをお願いします。



埼玉県マスコット 「コバトン」

## ポイント① きめ細かな観察の実施

子供たちは時間や場所によって、様々な表情や姿を見せます。できるだけ多くの機会をとらえて、子供の状況を把握することが大切です。

### 場面1 登校時、下校時

- 登下校を渋る
- 遅刻や早退が増加する
- 挨拶に元気がない
- 友達と一緒に登下校したがる

### 場面2 朝や帰りの会

- 体調不良をよく訴える
- 朝夕の健康観察に変化がある
- 朝から眠いと訴える
- 表情や目つきがいつもと違う

### 場面3 授業場面

- 学習に取り組む意欲がない
- 学習用具の忘れ物が多い
- 教師の話が聞けない
- 友達と関わる場面でも参加しない

### 場面4 休み時間

- 友達と遊びたがらない
- 一人で過ごすことを好む
- 外で遊ぶことを嫌がるようになる
- 保健室に行きたがる
- 他学年の子供とばかり遊ぶ

### 場面5 給食(昼食)時

- 食べる量が極端に減る
- 食べる量が極端に増える
- 食欲がないと訴える

### 場面6 部活動

- 休みがちになる
- 練習等への意欲が乏しい
- 友達と関わろうとしない

### 場面7 その他

- 保健室への来室が増える
- 用事もないのに職員室に来る

※チェックリストも御活用ください。



埼玉県マスコット 「さいたまっち」

## ポイント② 組織的な対応（学級担任のみで抱え込まない）

学級担任や養護教諭等を中心としたきめ細かな観察等から、子供の状況を的確に把握するとともに学校内で情報共有するなど、組織的に支援にあたるのが大切です。専門的なケアが必要であれば、専門家であるスクールカウンセラー（心理面）、スクールソーシャルワーカー（福祉面）等による教育相談を実施し、専門家からの助言を子供の支援にいかしてください。

特に配慮が必要な子供については、保護者や関係機関との連携を密にするなど、積極的な支援をお願いします。



## ポイント③ 相談窓口の周知

学校に相談できない子供がいます。学校以外に相談できるよう、相談窓口の周知をお願いします。困った時の相談窓口（埼玉県教育委員会）<http://www.pref.saitama.lg.jp/e2201/kyouikusoudan.html>



## ポイント④ 先生方の心のケア

先生方の活力が、子供を元気にします。自分自身のケアも大切にし、安定した気持ちで子供の理解や支援にあたってください。

# チェックリスト (心のケア・家庭環境のケア)

～子供たちの様子を観察し、心理や福祉のアセスメントを立て、支援計画をたてる～

年 組 氏名

調査項目	対象	日常 (以前)	発見時	ケース 会議後
登校時、下校時 朝や帰りの会	連絡もなく登校してこない。			
	なにかと理由をつけて、なかなか登校したがない。			
	遅刻・早退が増える。			
	着衣が季節にそぐわなかったり薄汚れたりしている。			
	表情が乏しく、教師に対する受け答えが少ない。			
	過度に緊張し、教師と視線が合わせられない。			
	怖いことや心配事がある。			
	不眠を訴えている、または、眠気が強く、うとうとしている。			
	腹痛、吐き気、下痢等の症状を訴えている。			
	皮膚のかゆみを訴える。			
	不自然な外傷(打撲、火傷など)が見られる。			
なにかと理由をつけて、家に帰ろうとしない。				
授業中、休み時間、給食(昼食)時などの生活場面	教師の顔色をうかがったり、接触を避けようとしたりする。			
	机のまわりが散らかっていたり、忘れ物が多かったりする。			
	気持ちが昂っていて、落ち着きがない。パニックを起こすこともある。			
	何事にも意欲が乏しく、集中できない。			
	些細なことでもすぐカッとなり、友人への乱暴な言動がある。			
	教室を抜け出したり、攻撃的な行動が目立ったりする。			
	集団から離れていることが多く、あまり話さなくなった。			
	他人を執拗にせめたり、動物をいじめたりする。			
	物音に過敏になる。			
	こだわりが強くなる。			
	食欲がないと訴える。			
	給食時間が近づくと登校してくる。			
	用がなくても教師のそばへ近づいてこようとする。			
その他	担任が訪問すると、親は不在で、寝ていたり食事も与えられていなかったりする。			
	急激な体重減少あるいは体重増加がみられる。			
	いつもの様子と違う(記述)			

- 「日常(以前)」の欄には、日頃の様子を思い出して、あてはまる項目に○を記入します。「発見時」の欄には、気になる子供の様子を観察し、あてはまる項目に○印を記入します。
- 項目以外にいつもと違う様子が見られたら、「その他」の欄に記述します。
- 「日常(以前)」と「発見時」の○印の数に大きな変化がみられる場合は注意が必要です。管理職や養護教諭等に報告し、関係教職員やSCやSSW等と対応について検討します。
- 「ケース会議後」はケース会議をしてから1か月後を想定しています。

## 参考資料一覧

### 【生徒指導に関すること】

○生徒指導ハンドブックI's2019 埼玉県教育委員会  
<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2209/handbook/handbook-is.html>



○人間関係づくりに役立つプログラム等 県立総合教育センター  
[http://www1.center.spec.ed.jp/?page\\_id=752](http://www1.center.spec.ed.jp/?page_id=752)



○生徒指導提要 文部科学省  
[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/1404008.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1404008.htm)



○生徒指導リーフ 国立教育政策研究所生徒指導センター  
<https://www.nier.go.jp/shido/leaf/index.html>



### 【心のケアに関すること】

○子供のメンタルヘルスについて 埼玉県教育局生徒指導課  
<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2209/cocoronocea/cocoronocea.html>



○学校における子供の心のケア 文部科学省  
[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/kenko/hoken/1347830.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1347830.htm)



○子供の心の応急処置 セーブザチルドレン  
<https://www.savechildren.or.jp/lp/pfa/>



### 【ストレスへの対処に関すること】

○COVID19流行によるストレスへの対処 WHO  
[https://extranet.who.int/kobe\\_centre/sites/default/files/pdf/Coping-with-stress-print-JPN%20ver.pdf](https://extranet.who.int/kobe_centre/sites/default/files/pdf/Coping-with-stress-print-JPN%20ver.pdf)



### 【新型コロナウイルスに関すること】

○新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！ 日本赤十字社  
[http://www.jrc.or.jp/activity/youth/news/200416\\_006157.html](http://www.jrc.or.jp/activity/youth/news/200416_006157.html)

