

保護者向け

# 不登校児童・生徒のためのガイドブック CLOSE TO YOU ~ともに寄り添う~

新宿区の子どもたちのために  
新宿区教育委員会

区の花ツツジ

# はじめに

保護者の皆様は、お子さんの将来の自立に向けて、健やかな成長を願いながら、日々子育てをされていると思います。

そのような毎日の中で、お子さんが楽しく学校生活を送っていたところ、次第に休むことが増え、学校に行きづらくなった時、保護者の方々が抱く不安の大きさは計り知れません。でも、不安を覚えても、子どもが学校を休むことが一概に悪いということではありません。

保護者の方にお伝えしたいのは、「**不登校は問題行動ではないこと**」そして「**不登校は誰にでも起こり得ること**」だということです。

このガイドは、お子さんの不登校について悩む保護者の方に寄り添い、一緒に向き合うことができる人がいることを知ってもらうために作成しました。

お子さんに、ともに寄り添い、ともに健やかな成長を支えていきましょう。

# 不登校とは

「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  
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」

文部科学省「生徒指導提要」より



# 不登校についての捉え方

今、必要なのは休みかもしれません。

同じ病気でも、人により、

また、その時の体調により症状が違うように

置かれた状況が同じでも、受け止められる子どももいれば  
学校に行きづらくなる子どももいます。

また、説明を求めて、「何となく」「とりあえず」とうまく  
表現ができないこともあります。

# 不登校についての国の考え方

不登校児童・生徒に対しては

- 個々の状況に応じた必要な支援を行う
- 登校という結果のみを目標としない
- 児童・生徒や保護者の意思を尊重する
- 自ら進路を主体的に捉えて、社会的自立を目指す

【令和元年 10月 25 日付 文部科学省 不登校児童生徒の支援の在り方より】



# 不登校への向き合い方

学校を休んだ子どもは、休んだことを上手く説明できず、周りの人に迷惑をかけていると感じていることもあります。休んでも大丈夫だよという安心感を与えることで、子どもの心はだんだんと落ち着いていきます。もちろん保護者も誰かに相談したり気分転換したりして、心身の健康を保ちましょう。子どもにとって家庭は、最も安心できる居場所です。



子どもが休む理由は、子ども自身も分からず、言葉にできないことが多いです。休む中で、少しずつ何気ない会話の中に子どもの変化があるかもしれません。



## 不登校への向き合い方

子どもが家から出られないと、保護者も心配になります。

また、不登校の心配はなかなか人には話しづらいものです。

まずは担任や学年主任、養護教諭など、話しやすい先生に相談してみてください。

スクールカウンセラーという心理の専門家もいます。

保護者だけで抱え込みます、教育委員会等の相談先も活用してください。

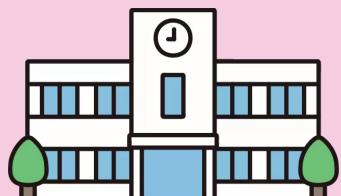
相談先は10ページをご覧ください。

# 学校

※家庭と子供の支援員は各校の希望に基づき設置及び配置しています。

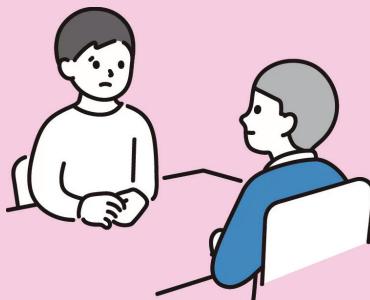
## 校内教育支援センター

学校には行けるけれど自分のクラスには入れない時や、少し気持ちを落ち着かせてリラックスしたい時に利用できる、学校内の空き教室等を活用した居場所のことです。お子さんのペースに合わせて相談に乗ってくれたり、学習のサポートをしてくれたりします。中学校では全校に設置とともに、支援員を配置して対応を行っています。



## 家庭と子供の支援員

登校時の家庭訪問による児童・生徒の出迎え及びその保護者への相談・助言や登校後の児童・生徒に対する個別指導等を行います。地域にお住まいの方が多く、家庭（子育て等）に関する不安を抱える保護者の方も相談することができます。



## スクールカウンセラー

児童・生徒の心のケアや、ストレスへの対処法などを助言できる心理の専門家で、教育委員会から学校などに配置または派遣される方のことです。臨床心理士や公認心理師などの資格を持っている方が多いです。

## スクールソーシャルワーカー

学校や保護者を福祉・医療的な機関等に間接的につなぐ福祉の専門家で、教育委員会に配置されています。社会福祉士や精神保健福祉士などの資格を持っている方が多いです。

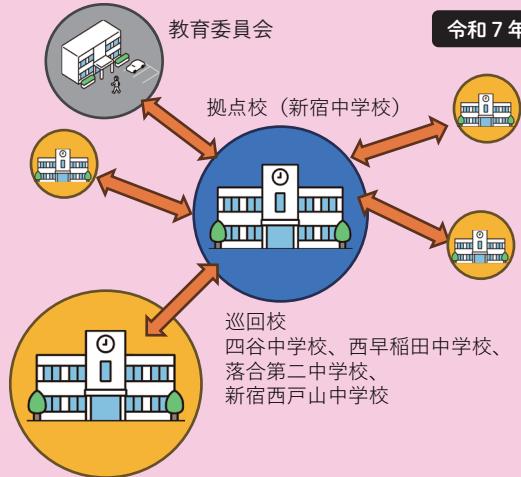
## 不登校対応巡回教員

不登校対応巡回教員は、拠点校と巡回校（4校）へ、週1日ずつ訪問し、不登校支援に関する学校全体への支援と助言や、魅力ある学校づくりを推進します。また、校内教育支援センターでの面談や家庭訪問を行い、生徒と保護者を支援します。

支援を通して、安心できる学びの場を生徒と共に整えていきます。



#### ① お便りによる拠点校・巡回校への情報発信



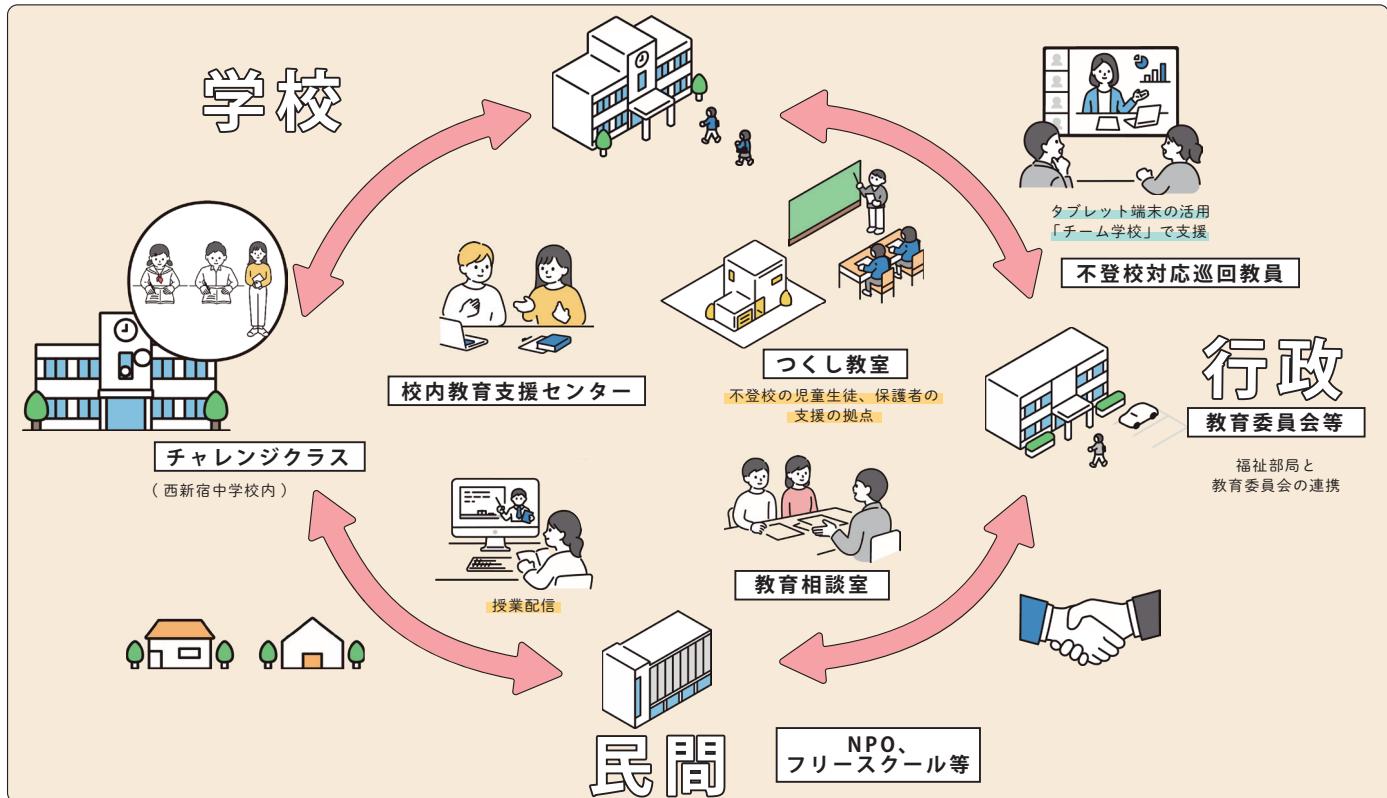
## ②③ 校内教育支援センターの整備・運用の支援（中学校）

#### ④ 校内教育支援センター支援員と連携した生徒支援

学校や家庭以外にも

## 多様な学びの場や支援の仕組みがあります。

学校や教育委員会に遠慮せずにご相談ください



不登校の児童・生徒のための相談や学習の場、  
保護者の方を支援する様々な制度やサービスがあります。

# 相談機関一覧

## 学校以外でも相談するところがあります

学校や子育てなどの相談を次のところでも受け付けています。友人関係・教員との関係・親子関係のことなど、ひとりで悩まないでご相談ください。

### 新宿区の相談先

**新宿子どもほっとライン**  
(いじめや先生・家族のことなど)

**03-3232-2070**

平日 午後5時から午後10時まで  
土日祝日・年末年始(12月29日から1月3日)  
正午から午後10時まで

### 教育相談室(新宿区立教育センター)

電話相談(いじめ、不登校、教員の指導、子育てなど)  
**03-3232-2711**  
平日(土日祝日・年末年始は除く)  
午前9時から午後5時まで

### 文部科学省・東京都等の相談先

**24時間子供SOSダイヤル**  
(24時間受付:無料)  
**0120-0-78310**

**教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン**  
(24時間受付:無料)  
**0120-53-8288**

※いじめ以外の相談も受け付けています。

※来所相談は電話で申し込みください。

【来所相談受付】(開庁日・年末年始除く)

平日 午前9時から午後9時まで  
土日祝日 午前9時から午後5時まで

外国人児童・生徒相談は、毎週金曜日の  
午後1時から午後5時までです。

児童・生徒のみなさんからの相談は、「**新宿子どもほっとライン**」に。

### 学校問題支援室

電話相談(いじめ、不登校など)

**03-5273-4125**

平日(土日祝日・年末年始は除く)  
午前9時から午後5時まで

### 教育指導課

電話相談(教員の指導について)

**03-5273-3084**

平日(土日祝日・年末年始は除く)  
午前8時30分から午後5時まで

新宿区以外にも、多くの相談窓口が開設されています。

### 東京都児童相談センター電話相談室

平日 午前9時から午後9時まで

土日祝日 午前9時から午後5時まで  
(年末年始を除く)

**03-3366-4152**

### 警視庁ヤングテレホンコーナー

(24時間受付)

平日の午前8時30分から午後5時15分は専門の担当者が対応

午後1時から午後5時まで  
夜間及び土日祝日は、宿直の警察官が対応

**03-3580-4970**

### 新宿区の相談先(追加)

※令和6年5月より相談受付開始

児童・生徒のみなさんは、タブレット端末からも相談ができます。学習や進路、友人・教員との関係、親子関係のことなど、ひとりで悩まないで、ご相談ください。

### タブレット端末で活用した相談窓口

相談内容(学習や進路、友人・教員との関係、親子関係のことなど)

相談内容は、教育委員会へ送信されます。

#### ■ 相談の流れ

- タブレット端末のトップ画面にある相談アイコンを選択します。
- 名前、学校名、学年の記入は、自分で決めることができます。
- 相談内容や相談方法は、「はい」「いいえ」を選んでください。
- 具体的な相談内容を入力することもできます。
- 教育委員会へ送信されると「終了画面」が表示されます。

#### ■ 相談フォームイメージ

##### (1) トップ画面



##### (4) 主な流れ



##### (2) 開始画面

新宿区(しんじゅくく) 子(こ)ども相談(そうだん) フォーム	
1. 相談(そうだん)を開始(かいけい)してよろしいですか?	
<input type="radio"/> ア はい	<input checked="" type="radio"/> イ いいえ

##### (3) 終了画面



※土・日・祝日の相談内容は、週明けの平日に教育相談室で内容を確認します。

新宿区立学校の保護者の皆様へ

# 西新宿中学校「チャレンジクラス」NS学級のご案内

西新宿中学校「チャレンジクラス」NS学級の詳細については、二次元コードより新宿区ホームページをご覧ください。



いじめ・不登校などへの支援  
(新宿区ホームページ)

## 「チャレンジクラス」NS学級では

- 学校に通いづらい生徒が安心して学校生活を送ることができるような、ゆとりある生活時程を実現し、実態に応じた支援を行います。
- 正規の教員が担任となり、支援を行います。また、養護教諭やスクールカウンセラー等も支援を行います。
- 生徒一人ひとりの状況に合わせた学習指導を行います。また、生徒の興味や関心に合わせた様々な体験活動等を通じて、チャレンジ意欲を育みます。

### 教員によるゆとりある授業

少人数の環境で、教員が一人ひとりの学習状況に合わせた指導を行い、学習内容を確実に身に付けることができるようになります。



## 「チャレンジクラス」NS学級の対象となる生徒

新宿区立学校に在籍または新宿区在住の生徒で、以下のいずれかにあてはまる（児童）生徒。

1. 何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的因素・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年間30日以上欠席した（児童）生徒。（病気や経済的な理由による者を除いたもの）
2. 欠席が30日未満であっても、学校に行きづらい傾向が見られる（児童）生徒。

### ゆとりある生活時程

1日の流れ(例)



1日4時間程度のゆとりある時程の中で学習を進めます。「リフレッシュタイム」などを取り入れ、生活のリズムや心身の状況を整えます。

9:25	登校
9:25~9:30	朝の学級活動
9:35~9:45	リフレッシュタイム
9:45~10:35	第1校時
10:45~11:35	第2校時
11:45~12:35	第3校時
12:35~13:05	給食
13:05~13:25	昼休み
13:30~14:20	第4校時
14:20~14:30	清掃
14:30~14:40	帰りの学級活動
14:50	下校

## 体験的な学習

体験的な教育活動も計画的に実施し、生徒のチャレンジする意欲を育みます。  
生徒は様々な人の関わりの中で社会性を養っています。

### ●女神湖移動教室の様子



### ●職場体験の様子



打ち合わせ



お仕事中！

## 環境の工夫

少人数で入学式を行うことや、リラックスできるスペースを準備するなど、  
環境の工夫を行っています。

### ●環境の工夫



### ●リラックスできる スペースの確保



## 「チャレンジクラス」NS学級に関するQ & A

Q. 入級をするにはどうすればよいですか？

A. まずは体験入級の希望を在籍校の担任や管理職の先生にまずは相談をしてください。また、私立の中学校に在籍している場合は、学校問題支援室までご相談ください。

Q. 在籍はどうなりますか？

A. 西新宿中学校内の「チャレンジクラス」NS学級に在籍します。他校に在籍している生徒は転学となります。

Q. 標準服や体操服はどうなりますか？

A. 西新宿中学校のものでも、これまで通っていた在籍校のものでも構いません。ご不安な点がありましたら、NS学級の担任にご相談ください。私服での登校の場合もご相談ください。

Q. 中学校区外からの通勤の場合、自転車は使用できますか？

A. 自転車での通学は認められません。歩くや電車・バス等の公共交通機関を利用して登校します。

Q. NS学級に通いながら、つくし教室の利用はできますか？

A. NS学級は、学校という施設に通いながら、ゆとりある生活時程や一人ひとりの状況に合わせた学習指導のもとで学びを進める学級のため、つくし教室との併用は原則想定しておりません。

Q. 小学校6年生ですが、新中1から入級を希望する場合はどうすればよいでしょうか。

A. 小学校6年生向けの体験入級期間があります。  
まずは在籍校にご相談ください。

Q. 入級希望者へ向けた説明会等の実施はあるのでしょうか。

A. 説明会等を実施する際は、区の学校問題支援室ホームページやすぐーるにてお知らせします。

# おわりに CLOSE TO YOU ~ともに寄り添う~

不登校児童・生徒は全国的に増加しており、  
新宿区立学校においても同様の傾向を示しています。

このような状況から、新宿区としてもさらなる対策に取り組んでいます。  
その1つとしてこのガイドブックを作成しました。

お子さんや保護者の皆様の身近には心理や教育の専門家がいます。

悩まずに相談してください。

不登校の状態の子どもたちにどのように関わっていくか、  
一緒に考えていくべきだと思います。  
新宿区の子どもたちのために。

不登校児童・生徒のためのガイドブック  
CLOSE TO YOU ~ともに寄り添う~

令和7年12月発行

新宿区教育委員会事務局 教育指導課  
東京都新宿区歌舞伎町1-4-1  
電話(03)5273-4125

刊行物作成番号  
2025-17-5503

学校問題支援室 03-5273-4125  
(いじめ・不登校などへの支援・相談窓口)



子ども総合センター・  
子ども家庭支援センター

(子育ての悩み全般)

