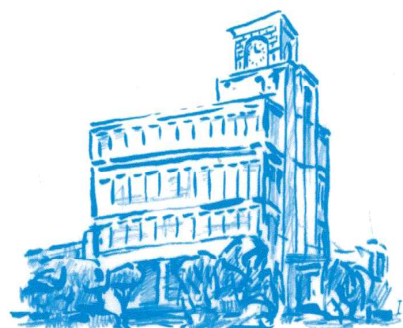


令和2年(2020年)7月号 (No.213)

## いま 必要なことを考える

伊丹市立総合教育センター  
所長 永嶺 香織

緊張した雰囲気の中にも活気が戻ってきた学校。先日訪問した学校で生徒に声をかけてみました。「ようやく一斉登校になったけど、学校生活はどう?」「やっぱり学校は楽しいです。家にいてもつまらないです」と元気に答えた生徒、「なんかちょっと疲れるわ」とぼそっと答えた生徒。見ず知らずの来訪者ですから、どのような気持ちで答えてくれたのかはわかりませんが、それぞれの思いを抱えているのだと感じました。



以前、原子力発電所の事故による「全町避難指示」となった福島県大熊町の学校再生に向けた取組をまとめた本を読みました。中学校の先生が書いた手記に、会津若松で学校を再開するにあたりまずはじめたことは、学校にとって「いまほんとうに必要なこと」の見きわめだったと書かれています。1つめは、生徒のそばに寄り添うこと、2つめは、生徒の学びを保障すること、3つめは、この災難を、生徒たちの成長のきっかけにすることでした。想像を絶する苦難の中職員一丸となった取組から、教育の責務について深く考えさせられました。

多くの教育関係者が、今回の対策として、学習の遅れはもちろんのこと、学校生活への適応を挙げています。各校では、休校中、電話や家庭訪問等をとおしたつながりをととても大切にされてきました。次のステップに入りたい、子どもたちの顔を見て言葉を交わすという当たり前の営みをとおして、子どもたちに寄り添うことが強く求められています。一斉登校となり、先生方は大変な思いをされていることだと思いますが、様々な環境に置かれたであろう子どもたち、先生方のそばにいてもかもしれない「なんか、ちょっと疲れるわ。」と感じている子どもの心の中をおしはかり、状態を見逃さない対応を組織的に行いながら、平常の生活を取り戻してやっていただきたいと思います。子どもたちにとっては、一番身近な存在である先生や友だち、家族の支えや理解こそがなによりの処方箋なのです。

そして、これからの時代を創る子どもたちに、今回の事態がどのように影響するのか。子どもたちの将来への影響も見据え、今つけなければならない力をつけていくことが、私たち教師の使命であると強く感じています。

# 子どもの心の変化に気づくために

子どもは危機に直面したり、環境の変化や人間関係等によってストレスを抱えたりすると多くの場合、**心身にストレスサイン**（異変）が表れます。このストレスサインに気づき、早期に対応することが大切です。そのためには、**日頃の健康観察がとても重要**です。今回の時計台は、伊丹市立総合教育センター教育相談部**臨床心理士**のアドバイスを基に作成しました。

すべての子どもたちが**安心**して過ごせるために

## チェック項目（長期間続くかどうかを記録しましょう）

### 登校時

#### 観察ポイント

- 登下校を渋る
- 遅刻や早退が増加する
- 挨拶に元気がない
- 表情や目つきの変化
- 友だちと一緒に登下校したがる



#### 変化に気づくために

- 校門や教室前でのあいさつや会話を通して把握する

#### 手立て

- 様子が気になる子ども、登校していない子どもの家庭連絡にはスピード感を持って対応する

### クラス

#### 観察ポイント

- 学習に取り組む意欲がない
- 忘れ物が増える
- 教師の話が聞けない
- ぼんやりしている
- 友だち関係の変化
- 給食を食べる量が減った
- 友だちとの会話が減る
- 保健室に行きたがる
- 落ち着きがなくなる
- 不安をよくうったえる



#### 変化に気づくために

- 授業の様子を座席表のコピーなどにメモをして記録を残す
- 交友関係を学年の教員で共有する
- 養護教諭との連携

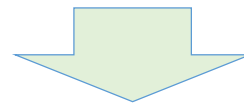
#### 手立て

- 個別に会話する機会を設ける
- 子ども達の会話をできるだけ広く収集する
- 家庭と良いことも気になることもこまめに情報交換する

### 放課後

#### 観察ポイント

- 部活動を休みがちになる
- 部活動の練習等への意欲が低い
- 友だちと関わろうとしない
- 会話の内容の変化



#### 変化に気づくために

- 担任と顧問や児童クラブの先生等、子どもと関わるいろいろな人との連携

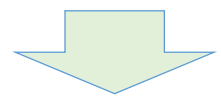
#### 手立て

- 子ども達を受け入れるという姿勢で話を聞く

### 家庭での様子

#### 観察ポイント

- 子ども達のお家での過ごし方
- 子ども達は何に興味を持っているか
- 交友関係について
- お家の方との関わり方



#### 変化に気づくために

- 家庭連絡を大切にする
- 欠席日数について記録を確認する

#### 手立て

- 子ども達の現状把握に努める
- 情報を学校・家庭・関係機関で共有する
- 保護者の思いを共有し、保護者との繋がりも大切にする

# ～臨床心理士からのアドバイス～

保護者の理解と協力を得ることが子ども達を守ることに繋がります。保護者が落ち着かないと子どもも落ち着きません。



## 学校生活時に気を付けておきたいこと



- 健康観察を中心に子ども達の様子をよく確認する。登校時の様子も含め、いつもの観察を丁寧に行う。眠れない、イライラする、集中できない、落ち着かないや身体症状があるかもしれないが、普段と異なる状況であることを身体が察知して起きている反応であることを共有する。
  - 再度正しい情報を伝え、デマ等を否定し、現在行っている行動の意味を皆で共有する。
  - 差別や攻撃が起こらないようにする。地域や身近に感染者が出た場合に、憶測で噂をしたり、差別的に扱うことがないように理解し合っておく。
- ※不安やストレスがたまった時は誰かを責めたり、攻撃したくなりがちです。下記のストレスチェック表を朝学活や終礼等で活用してみてもいいでしょうか。

問題行動と見える行動等も、その子自身の心の安定をもとめるためにしている場合があるので、周りや情報共有や相談をおこなしましょう。

何の問題もなく、適応している子どもにも声かけを忘れずに！！過剰適応の可能性もあります。

過剰適応とは、まわりの環境に合わせすぎてしまい、自分を押しさえ込んでいる状態。必要以上に頑張っている状態の子どもがいたら注意してください。また、過剰適応が続くと出来ていたことが急にできなくなる場合があります。その時には、「何でできないの!」「今までできていたのに」ではなく、「ちょっとしんどくなったんだね」と認める声かけが重要となります。

## ストレスチェック表

コミュニケーションツールとして子ども達との会話のきっかけに

	ない	少しある	かなりある	非常にある
①毎日が楽しい	0	1	2	3
②ご飯がおいしい	0	1	2	3
③なかなか眠れない	0	1	2	3
④イライラする	0	1	2	3
⑤怖くて落ち着かない	0	1	2	3
⑥自分が悪いと責めてしまう	0	1	2	3
⑦頭やおなか痛かったり、体の調子が悪かったりする。	0	1	2	3

※③～⑦の合計点が5点以上は**要注意**

出典：兵庫県立大学大学院 富永 良喜教授 作「心とからだのチェックリスト」より

発行 伊丹市立総合教育センター  
所在地 〒664-0898 伊丹市千僧1丁目1番  
TEL 072-780-2480  
FAX 072-780-2482  
開館日 月・火・木・金 : 9:00~21:00  
水・土 : 9:00~17:00  
休館日 日曜・祝日、年末・年始  
総合教育センターHP <http://www.itami.ed.jp/>

＜教育相談＞  
電話 072-772-6171（電話相談）  
072-780-2484（来所相談）  
お子様に関する様々な悩みや課題、  
問題等の相談に応じています。  
（来所・電話相談）  
月・火・木・金 : 9:00~21:00  
水・土 : 9:00~17:00

こまったことがあったらすぐ相談

兵庫県教育委員会  
ひょうごっ子SNS悩み相談  
LINEを使って利用できます

