

# 山田みやこの活動報告

令和5年12月10日(日)

## 「夢見る小学校」上演会・シンポジウム

主催 宇都宮医師会

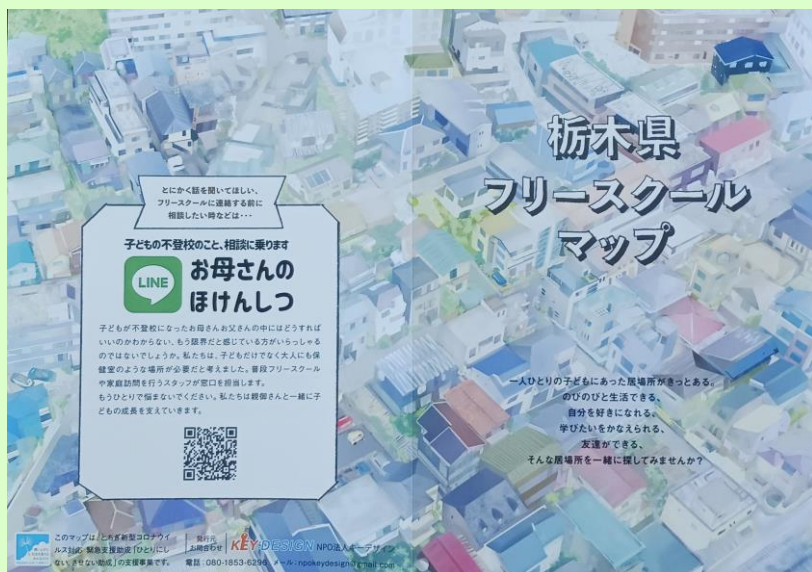
- ・「夢見る小学校」90分¥上映
- ・シンポジウム NPO法人キーデザイン 代表理事 土橋優平さん  
ペダゴージャパン 代表理事 工藤敬子さん  
宇都宮市こども政策課課長 西山浩一さん

- ・西山課長より宇都宮市のこどもの居場所事業の概要説明。
- ・ペダゴージャパンの工藤さんから、デンマークで行われている事業を宇都宮市で取り入れたいという思いを聞いた。
- ・キーデザインの土橋さんからは、具体的に取り組んでいることの説明があった。

主催するフリースクールに30名の児童、生徒がいる。  
活動としては、自分に合った教育を選べる社会を目指し

- ・不登校児童・生徒の保護者向け相談室「お母さんのほけんしつ」
- ・不登校情報リスト作成
- ・医師会と一緒に不登校ガイドライン作成
- ・就学援助 ・生活保護申請補助 など行っている。

※学校に行かないこと自体問題はない。学校以外のつながりの機会がないことと、それを認めない社会に問題がある。  
ひとりにならない社会、自分に合った教育を選べる社会、助けてと周りにSOSを出せる社会にしたい。



## 子どもの「学校に行きたくない」に悩む親御さんへ

今日は学校に行きたくないかな、どうかな...

最近笑顔が減っていても、気がする

明日は学校がどうするんだろ、プレッシャーをかけたらダメかも...

# 不登校ガイドライン

最近よく顔色にもよりによって、鼻をあげて泣いたかな

制作・監修  
一般社団法人宇都宮市医師会(社会支援科子ども部)  
〒320-0056 栃木県宇都宮市戸倉4-1-15  
<https://www.uma.or.jp>

NPO法人キーデザイン  
〒320-0851 栃木県宇都宮市鶴田町1627-14  
<https://npo-keydesign.org>

2022年7月

## お子さんが学校に行かなくなって お悩みのお母さんお父さんへ

家庭によっては、ご夫婦で意見が合わないこともあります。言い合いになる日もあると思います。家庭によっては、仕事を休んだり、辞めたりすることもあるかもしれません。子どものために、毎日何をすべきか考え、試行錯誤し、行動されていると思います。

でも、いかに自分の子どものためとは言え、お母さんお父さん一人の力で解決できることは限られています。お悩みの解消には、ご夫婦だけでなく、周囲の方の協力が必要です。

お子さんのために今何が必要なのか、一緒に考えてください。迷わずに助けを求めてください。

一緒に悩んでいる方々を思いましょ

## 「がんばりたいけど、がんばれない」

小学校に入学した子どもたちの想像は大人の10分の1。自分の考えや自分の気持ちを十分に伝えることができません。不安な自分の気持ちを身体症状として訴えるのです。

子どもたちは強くなり、おなかの調子が不安定になります。子どもたちは大人が想像しているよりはるかに日々お家や学校で頑張っているのです。

さらに、思春期は自分の内面を客観視しようとする時期です。自分の能力や個性に対して、先生や友人が認めてくれるのか常に不安を抱えています。認められないままに成長していき、自尊心が失われてきたときに顕在化することができなくなります。それぞれが温かく見守られる家族を必要としています。

## 小児科医からのアドバイス

### 普段の生活で気をつけること

- 『生活リズム』**  
生活リズムを整えましょう。学校生活に必要となる生活リズムを整えましょう。毎日の生活リズムを整えている場合は、無理に生活リズムを変えようとする必要はありません。生活リズムを整えようとする場合は、無理に生活リズムを変えようとする必要はありません。
- 『運動習慣』**  
体を動かす習慣を身につけましょう。体を動かす習慣を身につけましょう。体を動かす習慣を身につけましょう。
- 『学習活動』**  
親子で学習に取り組むことで、互いに理解が深まります。親子で学習に取り組むことで、互いに理解が深まります。
- 『上手な息抜き』**  
子どもがゲームやネットに没頭する原因には、息抜きが不足している可能性があります。子どもがゲームやネットに没頭する原因には、息抜きが不足している可能性があります。

### 子どもの自己肯定感を高める

学校に行かない子どもの自己肯定感を高めるには、親の役割が重要です。自己肯定感を高めるには、親の役割が重要です。自己肯定感を高めるには、親の役割が重要です。

### 大人の子どもを「叱る」意味

子どもが学校に行かない場合、親が「叱る」ことで子どもを叱ることは、よくある行為です。子どもが学校に行かない場合、親が「叱る」ことで子どもを叱ることは、よくある行為です。

### 「叱る」ことの弊害

子どもが叱られることで、自尊心が低下し、自己肯定感が低下する可能性があります。子どもが叱られることで、自尊心が低下し、自己肯定感が低下する可能性があります。

## ご家族が「みまもる」ポイント

### 「安心」できる環境を

★Point せせりやうにしましょう  
学校へ行くという不安な気持ちを抑え、安心して学校へ行くことができるように、せせりやうにしましょう。

★Point 気分転換に外出を心がけましょう  
少し休ませることで、気分転換を図り、気持ちをリフレッシュさせることで、学校へ行く意欲を高めることができます。

### 病状ときちんと向き合おう

★Point 病状と向き合おう  
病状や体調不良をそのままにせず、子どもが自分自身が特別な病気ではないことを安心させることが大切です。

★Point 担当医師と相談しよう  
子どもが自分自身の病状をきちんと理解し、適切な治療を受けることが大切です。

### 子どもたちの声を傾けて

★Point 子どもたちの声にじっくり耳を傾けよう  
お父さんやお母さんの意見を押し付けずに、子どもたちの声にじっくり耳を傾けよう。

★Point お父さんやお母さんの気持ちも伝えます  
お父さんやお母さんの気持ちも伝えます。お父さんやお母さんの気持ちも伝えます。

## お悩みは、ぜひご相談ください

| お悩みの例   | ご相談先   |
|---|--|
| ・朝起きるのが毎朝大変になった<br>・急に泣き出す「涙だ」と言う   | かかりつけ医師に相談<br>〒320-0056 宇都宮市戸倉4-1-15 (宇都宮市医師会 社会支援科子ども部)                               |
| ・友達、友人、身内に相談したが、理解が得られない<br>・物忘れがひどい<br>・物忘れがひどい<br>・物忘れがひどい<br>・物忘れがひどい  | 親の会、個別対応可能な相談窓口<br>〒320-0851 宇都宮市鶴田町1627-14 (NPO法人キーデザイン)                              |
| ・子どもが一人で泣きだす<br>・親への相談は聞きたくない<br>・本人が直接相談できる第三者がほしい<br>・家族以外とのつながりを作りたい<br>・同世代の子との交流の場がほしい<br>・安心して話せる場所を探している | 栃木県青年支援機構<br>NPO法人キーデザイン<br>栃木県フリースクールマップ<br>栃木県子ども支援アップ<br>栃木県子ども支援アップ<br>栃木県子ども支援アップ |
| ・学校の進級や学年の進級が不安<br>・特別支援教室や個別指導教室<br>・個別指導が可能なクラスにしたい   | 各学校(校長先生や教務員など)<br>教育委員会、教育センター  |