

保護者向け

教育相談サポートブック



越谷市教育委員会

令和7年4月版

はじめに

社会の急激な変化の中で、子育てをめぐる保護者の不安や悩みも多様化しています。いじめや不登校、学習や友達関係、就学や進路、子どもの発達、反抗期の対応やしつけなど、不安や心配事は数え切れません。また、情報機器の進歩により、スマートフォンの所持やSNSの利用方法の問題など、新たな課題も発生してきています。

本サポートブックでは、そうした保護者の不安を少しでも軽減できるよう、様々な悩み事をQ&A形式で掲載しています。また、子どもに関する悩みを相談できる機関も掲載してあります。

悩み事のQ&Aは、小学校入学から中学校卒業までの9年間を通した内容でまとめてあります。発達段階によって、対応も変わってきますので、基本として、小学校低中学年と思春期で分けて記載しています。

小学校入学当初は新しい環境で、新しい生活が始まるので、子どもたちも急激に成長する一方で、戸惑いが増え、不安に感じ、自分をうまく表現できなくなることもあります。このようなときには、子どもに寄り添いながら、対応していくことが重要となります。低中学年パートは、そうした対応を中心にまとめてあります。

個人差はありますが、小学校高学年あたりから思春期に入る子どもが多く見受けられます。友だちとの関係がより濃密になり、親から遠ざかろうとすることもあります。場合によっては、反抗的な態度が露骨に出ることもあります。そうした様子を見ることで、保護者の不安が増大してしまうこともあります。思春期パートでは、そうした時のお子様にあった関わり方を見つけるヒントになるようまとめてあります。

子どもたちの生活環境などの背景や各々の特性には違いがありますので、記載した内容が全て当てはまるとは限りません。それぞれのお子様に合った関わり方を見つけ、不安の軽減や課題の改善に向けた働きかけを考える一つのきっかけとしていただけるのではないかと考えています。

不安や悩みを一人で解決することはとても大変です。本サポートブックの内容に関わらず、子育てにおいて困り事、悩み事が生じたときは、抱え込まずに、学校、相談機関、医療機関等に相談をして、多くの人の力を借りて子育てができると思います。相談窓口の一覧もぜひご参照ください。

このサポートブックが皆様の子育ての充実に結びつくことを願っています。



目次

はじめに

目次		ページ
ケース 1	親への甘え、自立させるために	1・2
ケース 2	登校しぶり、不登校への対応	3・4
ケース 3	成績が落ちてきてしまった	5・6
ケース 4	宿題をやらない	7・8
ケース 5	友だちが少ない	9・10
ケース 6	落ち着きにかける	11・12
ケース 7	かっとしやすい	13・14
ケース 8	ふさぎこんでいる	15・16
ケース 9	反抗的な態度	17
ケース 10	異性への関心	18
ケース 11	子どもがリストカットしてしまった	19
ケース 12	子どもが「死にたい」といった	20・21
解説 1	薬物乱用について	22
解説 2	LGBTQ+について	23
解説 3	いじめについて	24
資料 1	スマホ・携帯共有ルール	25・26
相談機関案内		27
教育相談のご案内		28・29

Q

子どもが何をするにも甘えてきます。自立させるにはどうしたらよいでしょう。

A
低
中
学
年

小さいお子さんが甘えてくることは、当然のことです。初めてのことであったり、経験が不足していたり、やり方がわからなかったりするのです。甘えて、なかなか自分の力でやらなかったりするのです。

できないことについては、無理やりやらせるのではなく、保護者がやってあげることも大切です。ただし、それだけでは、お子さんはいつまで経っても自分のことを自分でできるようになりません。なぜなら、いつまでもやり方を覚えなかったり、自分一人でやることへの自信がもてなかったり、何でも保護者がやってくれれば、誤学習してしまったりするからです。

自立に向けて成長していくためには、少しずつスモールステップで、自分でやれることを増やしていくことが大切です。

例えば、次の日の準備を自分でしない場合、初めは、やり方を教え、お子さんと一緒にやるとよいでしょう。できるようになってきたら、少しずつ教えることや指示することをやめ、自分で考えてできるようにしていくとよいです。さらにできるようになったら、一緒にやるのをやめて見守るのがよいです。その過程の中で、以前のお子さんよりもほんの少しでもできることが増えたらそのことを褒めていくのがよいでしょう。

このような順番で、できることを少しずつ増やしていくことでやり方を覚え、自信をもちながら、自らの頭で考えて行動できるようになっていきます。

その過程の中では失敗したり、できたことができなくなったりしてしまうこともあります。人の成長は単純な右肩上がりではありません。できていたことができなくなることは大人にもあります。ですから怒るのではなく、なぜできなかったか一緒に考えつつ、できるところに戻ってまたそこからスモールステップでできることを増やしていけるといいと思います。

A 思春期

発達の過程には個人差があります。早いお子さんは4年生頃から思春期に入ってきます。この時期は、保護者から自立したいという思いと自立に対する不安が入り混じっている時期です。保護者の管理から離れて自分で意思決定したいと思い、反抗・反発を伴いながら自己裁量を求める一方、自信がもてず、傷つきやすく、保護者に対して依存的になることもあります。

この時期に保護者に甘えてくる場合は、①保護者への依存が強く、自立の方向にうまく切り替わっていない②自分に自信がもてていないことが考えられます。

①の場合は、低中学年に記載してある内容のように、少しずつスモールステップで自分のできることを増やしていくように支援することが大切です。

②の場合は、もしかすると何か辛い思いを抱えていることも考えられます。甘えてくることを受け入れつつ、さりげなく学校のことやお友達のこと、習い事のことについて聞いてみるとよいかもしれません。

また、新しいことに取り組んだり、ルールを作成したりする時には、保護者から一方的に与えるのではなく、お子さんとよく話し合い、お子さんの意思も聞きつつ、保護者としての考えも伝え、納得しながら進めていくことが大切です。そして少しでもうまくいった時はそのことを褒め、うまくいかなかった時は、また一緒に考えていくとよいです。自分で決めたことを自分で行い、できたことを認められることで自立のための自信がついていきます。

最後に自立とは「依存先を増やすこと」とも言われます。自分のことを自分で行うと同時に、困ったときに必要な人に助けを求められることも大切です。

コラム

「言葉かけ①」

お子さんが自信をつけていくためには、保護者のポジティブな言葉かけがとても重要になります。お子さんが何かできた時にはできたことを褒めることはよく行われていると思います。でも、こればかりしていると「できる時は認められるということは、できないと認められない」という間違ったメッセージをお子さんが受け取ってしまうことがあります。そうするとできない自分を受け入れられなくなり、結果自信を失ってしまうことがあります。



Q

子どもが学校へ行くのを嫌がるようになってしまいました。無理やり行かせたほうがよいでしょうか。

A 低 中 学 年

「学校に行きたくない」などのお子さんが登校を渋るような言葉を言ってきた場合、聞き流さず、まずは、その言葉をしっかり受け止め、なぜ行きたくないのかよく聞いてあげることが大切です。ただ、小学校低中学年の場合、自分の心の状態や原因をうまく言葉で説明することができない場合があります。

登校を渋る原因として、友達関係、学習、先生に叱られた事などにより学校に対して不安や恐怖を覚えてしまっていることも考えられます。いずれにしてもお子さんの現在の状況について担任の先生に一度相談してみるとよいです。もし担任の先生に対する不安で相談しづらい場合は、教頭先生や校長先生に相談してみてもよいです。相談の中で、学校での様子を保護者が知ったり、お家での様子を学校が知ったりしながら、お子さんの状況を見極め、どこに不安を感じ、どのような支援をすることが必要か話し合っ、学校と保護者が同じ方向でお子さんを支援していくことが大切です。

もし、お腹が痛い、吐きそうなどのように身体症状が出ている場合は、無理やり学校へ連れて行くのではなく、医療機関の受診をお勧めします。

また、低学年では親への依存の度合いが強いのも事実です。放任や過保護が過度になってしまうと問題が生じることがあります。放任が強すぎる場合は、物事の適切な段取りが取れずに失敗経験を繰り返し、意欲が低下してしまい、登校を渋ることもあります。また、過保護が過ぎると、親がいないことへの不安が募り、学校で恐怖心が生まれ、登校を渋ることもあります。お子さまの思いに寄り添った子育てができているか、見直すことも必要になります。

A 思 春 期

思春期になると、学校生活（学習や友だち関係等）や環境変化（進学や家庭生活等）、心身の変化など、様々な要因があって、学校に通うことがしんどくなってしまうことがあります。

このような場合、何かしらの原因を自覚して学校に行けない場合と、本人にもよくわからないけれど学校に行けない場合があります。また、原因を自覚していても保護者になかなか打ち明けづらく思っている場合もあります。

いずれにしても、まずは、お子さんとよく話をすることが大切です。その時には、お子さんの気持ちに寄り添って、話を聞くことが大切です。

そして、お子さんの現在の状況について、学校に相談してみるとよいです。相談の中で、お家での様子を学校が知ったりしながら、どのような支援をすることが必要か話し合っ、学校と保護者が同じ方向でお子さんを支援していくことが大切です。

また、身体に症状が出ている場合や、人との関わりや学習等に不安がある場合には相談機関に相談してみるのもよいと思います。

不安やストレスが強く、心が疲れている時には、まずは休養が大切です。不登校のお子さんの多くは言葉や行動とは裏腹に学校に行けない自分、保護者の期待に応えられない自分を心の中で責めています。ですので、もう一度自信をつけていくためにも、ポジティブな言葉かけを心がけましょう。また好きなことをやらせたり家のお手伝いなどやらせてみたりするのもよいと思います。

コラム

「言葉かけ②」

できた時に言葉かけするだけではなく、できなくても、努力をしたときに「がんばったね」「やろうとしてくれたことがうれしかったよ」と声かけすることも大切です。

また、私たち大人は成長するにつれて、つい、できることを求めてしまいがちですが、生まれた頃はただいてくれるだけでとてもうれしかったはず。何でもないときでも笑顔で「いてくれるだけでうれしい」と言葉で伝えることも大切です。



Q

学校での成績が落ちてきてしまいました。どうしたらよいでしょう。

A
低
中
学
年

小学校低学年の学習は、親と一緒に何かをすることで安心して学習に取り組むことができます。小学1・2年生のうち、10分や20分の短い時間で、できたという達成感を感じさせることが大切です。達成感の積み重ねがお子さまの自信にもつながります。

また、小学校1・2年生までは学校の授業についていけたけれど、3・4年生になって急に授業が理解できなくなってしまう子どももいます。これは、基礎基本を反復することで身につく内容から、抽象的な内容が多くなってくることが考えられます。例えば、目には見えない時間経過の理解が必要になったり、言葉と図の関係性を理解する必要が出てきたりするわけです。

誰にでも得意・不得意がありますが、あまりにもその開きが大きい時には学習の定着に悪影響を及ぼすことがあります。例えば、計算が速く正確だけど、文字や言葉をイメージする力が弱く、物語の内容がつかめないケースなどがあります。算数においても、文章題での理解ができず、成績に影響が出る場合があります。

また、学習の仕方の定着が遅かったり、集中が続かなかったり、学習内容理解以外に課題があり、成績が思うように伸びないケースもあります。

まずは、学校でのお子さんの様子を担任の先生に聞いたり、授業の様子を参観したり、ノートのとめ方を見たりすることで、状態を把握することが必要です。担任の先生と連携を図りながら、学校と家庭で不得手な部分を支援していく必要があります。また、状態を知り、支援の手立てを考える際に、教育センターの教育相談に相談することで、より細かな状態把握と支援方法を知る機会となります。必要に応じて、学校との連携も図っています。

A 思春期

急に成績が落ちてしまったのであれば、思春期独特の悩みや葛藤を抱えていることが考えられます。そのことで、勉強に気が向かなかったり、集中できなかつたりしているかもしれません。

この場合、自力で解決し、また勉強へ向かっていくこともあります。解決できずに成績がますます落ちてしまうこともあります。もし悩みを抱えていそうであれば、最近の学校のことや困っていることについて聞いてみるとよいでしょう。その時には、まずは、話している内容を最後まで聞くこと、そして本人がどう思っているか、保護者にどうして欲しいか聞きながら一緒に考えていけるとよいです。ただ、思春期には、保護者に悩みや不安を相談できない場合もあります。その場合は、各学校にいる学校相談員やスクールカウンセラー又は、教育センターのカウンセラー等に相談してみるのもよいかもしれません。悩みや不安を自分の言葉で表現することで、自分自身の内面が整理でき、次へ進めます。

また、学習内容が高度になったことや、中学校の学習の進め方に合わずに授業についていけなくなって成績が落ちたということも考えられます。この場合は、学校に相談したり、教育センターに相談したりしながら、つまづきを明確にし、支援の方法について一緒に考えていくことをお勧めします。

コラム

「発達特性①」

発達特性と呼ばれるものには、次のようなものがあります。

- ・臨機応変な対人関係が苦手（空気が読めない 言葉や仕草から相手の気持ちを考える事が苦手）
- ・こだわりが強い（自分の関心・やり方・ペースの維持を対人関係よりも優先してしまう）
- ・不注意（物事に対して適度に注意を向けること、注意を向け続ける事が苦手、うっかりミスが多い、要領が悪い）



Q

口うるさく言っても宿題を全くやりません。何から始めたらよいでしょう。

A
低
中
学
年

「宿題やったの。」「早く宿題やりなさい。」といったやり取りが日常化している家庭もあるのではないのでしょうか。

低中学年の子どもは理性が未発達のため、遊びなどやりたいことを優先しがちです。「後でやる。」と言って、遊びに行ってしまう、宿題のことを忘れて、そのままになってしまうこともあると思います。

宿題を自らやれるようにするためには、一日の中のどの時間に宿題をするのか決めてしまいルーティンにするとよいです。例えば、学校から帰ってきたらまず宿題をする、お風呂の後にすぐ宿題をする。等です。

次に宿題をしやすい環境も大切になります。テレビがついていたり、ゲームが近くにあったりする中ではなかなか集中しません。できるだけ、気が散るようなものを近くに置かず、集中しやすい環境をつくることも大切です。

そして、初めは保護者と一緒にやれるとよいです。内容を教えたり教わったりしつつ、お子さんのできたことやがんばったことを褒めることで自信がついていきます。できるようになってきたら、教える→見守る→一緒にやらず終わった後に確認する、というように少しずつ離れていくとよいでしょう。ただし、順調にできるようになっても、またやらなくなることもあります。その場合は、また一緒にやるからやり直すとよいでしょう。

また、宿題をやらない理由として、学習内容が理解できていなかったり、本人にとって量が多すぎてしまったりすることもあります。そのような場合には、教えながら一緒に宿題をやるのがよいです。また、担任の先生に相談してみるのもよいでしょう。

A 思春期

この時期になると、①楽しいことを優先してしまい宿題をやらない場合、②学習している内容が高度になっているために、できない問題がたくさんあったり、やり方がよくわからなかったりしてやらない場合、③本人にとって量が多すぎて疲弊している場合が考えられます。

①については、「いつやるのか」「どこでやるのか」「ルールを守れなかった場合どうするのか」等宿題についてのルールを作るとよいと思います。ルールは保護者が一方的に与えるのではなく、本人の考えを引き出しながら、納得しながら一緒に作っていくとよいです。またルールは一度作ったら終わりではなく、定期的に見直していくとよいでしょう。

②や③については、学校の先生に学習内容の理解度や本人の課題、学習方法を相談して対応していくのが良いでしょう。宿題内容が難しいようであれば、量の調整や特別に課題を出してもらえよう相談してみることもお勧めします。

そして、どちらの場合についても、できるようになったこと、がんばっていることについてはポジティブな言葉かけをしていきましょう。

コラム

「発達特性②」

- ・多動性・衝動性（じっとしている事が苦手、急に立ち歩く、人が話している最中に喋り出す）
- ・読むのが苦手（読むのが遅い、読み間違いが多い、読んでも意味が理解できない）
- ・書くのが苦手（文字を正確に書けない、句読点をうまく打てない、自分の考えをうまく表現できない）
- ・計算が苦手（数字の大小の関係の理解が難しい、数量の比較が直感的に理解できない）
- ・運動が苦手（走る姿がぎこちない、球技が極端に苦手、自転車に乗れない）
- ・手作業が苦手（字が汚い、ハサミを使うのが苦手、食べ物をよくこぼす）



Q

学校で友だちがなかなかできないようです。今後のことを考えると心配です。

A
低
中
学
年

小学校に入って、保護者の心配事の一つに、友だちができるかどうかがあります。

性格がおとなしいお子さんの場合、自分から集団の中に入っていけず、なかなか友だちができないこともあります。このような場合には、お子さんの様子を見ながら、グループの中に意図的に入れたり、興味のある習い事をすすめたりする等の支援が考えられます。

また、わがままな行動が目立ったり、自己中心的な考えになってしまったりするお子さんの場合、初めは、仲良く接していた子どもたちが離れ、一人になってしまう事もあります。このような場合には、本人の気持ちを受け止めつつ、友だちとの関わり方について、それぞれの場面に応じて、我慢することや譲ること、上手な気持ちの伝え方など具体的な行動の仕方を教えていく等の支援が考えられます。

いずれの場合にも、人との関わり方については、関わりの中でしか学ばませんので、学校の先生とも相談しながら、支援の方法を考えていけるとよいです。

ただし、友だちの気持ちを理解できなかったり、自分の感情をうまくコントロールできなかったり、こだわりが強く柔軟な対応ができなかったりする場合、発達上の特性が強く出ていることも考えられます。

この場合、関わりをつくったり、行動の仕方を言葉で説明したりするだけではなかなか変わらない事があります。このような時は、学校での様子についてよく確認した上で、必要に応じて、医療機関や教育センター等相談機関に相談することをお勧めします。

また、放課後等デイサービスという、放課後や土・日等に、一人一人の特性に応じた支援・訓練を受けられる民間の事業所もたくさんあります。こちらについては、市役所の子ども福祉課が所管しておりますので、ご相談してみてください。

A 思春期

思春期になると、友だちから自分がどう見えるか気になったり、集団の中での自分の位置が気になったりして自信がなくなり、友だちとの関わりがうまくできなくなってしまうことがあります。また、友だちとのちょっとしたトラブルから友だちとうまく関わる事ができなくなってしまう事もあります。

まずは、お子さんの気持ちをよく聞いてみる事が大切です。友だちとのトラブルがあった場合は、本人がどう思っているのか、保護者に何ができるか聞き、自分で解決できそうであれば見守り、難しそうであれば、学校に相談してみてください。

また、友だちとの関わりに自信をなくしているようであれば、家ではお子さんのいいところなどについてポジティブな言葉がけをしましょう。

友達とうまくコミュニケーションがとれない、友達との約束をすぐに忘れてしまうなど、人間関係においてトラブルが多くなった場合は、相談機関に相談してみてください。

大切なのは友達の数ではなく、自分の置かれた環境において、様々な要因で移り変わる人間関係を、その時々において有意義なものにしようとする感性を養うことです。お子さんとは、人間関係について話し合ったり、ご自分の経験談を伝えたりするなど、勇気づけてあげられるような声掛けをしてあげるとよいと思います。

コラム

「発達特性③」

発達特性＝発達障害ではありません。発達特性には、強弱や重複があり、子供によって現れ方やそれによって起こる困難は異なります。発達特性そのものは、必ずしも困りごとを生み出すわけではありません。子供に発達特性があり、環境や人間関係との相性が悪い場合、その子と周囲の環境との間に問題が生じます。逆に言えば、環境や人間関係を調整することによって、問題を未然に防げることもあります。

発達特性は、必ずしも短所になるわけではなく、裏を返せば長所にもなり得ます。お子さんの感じ方や考え方、行動の特徴として理解し、お子さんに合った環境の調整や支援の仕方を行っていくことが大切です。



Q

子どもが学校で落ち着きがなく、授業中もおしゃべりをしているようです。どうしたらよいでしょう。

A
低
中
学
年

年齢が低い子どもほど落ち着きがなく、いろいろなものに興味がいてしまい、集中できないのは、よくあることです。初めて見るもの、初めて触れるもの等、興味津々で、注意が移ってしまいます。それは学びの意欲にも繋がるので、一概に問題があるとは言えません。これらのことは、年齢が上がるにつれて落ち着いていくことが多いです。ただ、年齢が上がってきても状態が変わらず、気が散りやすかったり、自分の衝動を抑える事ができなかったりする場合、学習ができなかったり、学校生活で困難さを抱えたりすることになってきます。

このような場合には、環境の調整が必要です。例えば、学習する時には、気が散るものが目に入らないようにする、話して説明するだけではなく、絵や写真など視覚的にもわかるようなものを活用しながら説明する、活動時間を短く設定し、適宜休憩を入れる等が考えられます。

また、落ち着かない原因として、学習がわからないということも考えられます。学習面でのサポートも必要かもしれません。

これらのことを行なって、少しでもお子さんができたり、がんばったりした時には、ポジティブな言葉かけをしてください。そうやって少しずつよりよい行動について自信をつけていけるようにするとよいでしょう。

これらの支援は、学校でもお家でもやっていくことが大切です。ぜひ担任の先生と相談しながら、一緒に進めていってください。

もし、これらの支援を行っても改善されない場合は、発達上の特性が強く出ていることも考えられます。その場合は、医療機関や教育センター等相談機関に相談することをお勧めします。また、放課後等デイサービスで集中の仕方や行動のコントロールについて学ぶというのもよいでしょう。

A 思 春 期

まず、落ち着きのない原因について探る必要があります。大きく①発達特性（自分の行動をコントロールする事が難しい）②心理的な理由の2つが考えられます。

①の場合は、低中学年に記載した内容で考えていくとよいでしょう。特に高学年や中学校は学習内容も難しくなるので、学習面のフォローも必要になってくるかもしれません。

②については、思春期特有の保護者や先生よりも友達にどう見られるかという視点で行動してしまっていることや、何か嫌な事があって落ち着きがなくなっていることが考えられます。

この場合は、まずは、お子さんとよく話をしてみるのがよいと思います。おそらくお子さんは、授業中におしゃべりすることがよくないということはわかっていると思いますし、何かしらの不安感を抱えているかもしれませんので、頭ごなしにお子さまを注意するのではなく、まずは、お子さんの気持ちや考えをよく聞いてみてください。そして、お子さん自身がどう思っているのか、本当はどうしたいのか、保護者にできることはないか等考えさせながら、本人の意思を尊重しながら話し合ってみてください。授業中のおしゃべりがなぜいけないのか、お子さんにどうなってほしいと思っているのか伝えるのもよいかもしれません。また、必要に応じて、学校にも相談してください。

コラム

「発達障害」

発達障害とは、自閉スペクトラム症（ASD）、注意欠如・多動症（ADHD）、学習障害（LD）等の診断名の総称です。医学的には、発達特性があり、環境や人間関係などのバランスの中で「生活上の支障」が出ている場合に、何らかの発達障害と診断されることになっています。これら発達障害は、医師によって診断されるものです。発達障害は数値による明確な基準があるわけではないので、はっきりと見極めづらいこともあります。発達障害によっては、薬や専門的な療育によって発達特性を軽減できることもあります。発達障害を疑う場合には、ぜひ、医療機関を受診してください。

しかし、大切なことは、発達障害であるかどうかに関わらず、お子さんの気持ちを大事にしながら、その子の状態に合わせた環境の調整や支援を行っていくことです。



Q

子どもがかつとなりやすく、物を壊したり、人に手をあげたりしてしまいます。どうしたらよいでしょう。

A
低
中
学
年

物を壊したり、人に手をあげたりすることは相手を傷つけることになるので、時には叱って正しいルールや傷つけたことについて謝るということを教えることはとても大切です。ただ、それだけでは、改善されないことがあります。

その場合には、まず、お子さんの気持ちを理解する必要があります。本人なりに、かつとなってしまった理由があります。ただし、この時、怒りながら話を聞いても、本当の気持ちを話す気にならないものです。落ち着いて冷静に話をしましょう。また、上手に言えなさそうな場合は、「本当は〇〇したかったの？」「〇〇されそうで嫌だったの？」「本当は一緒にやりたかったの？」「嫌なこと言われそうで嫌だったの？」などと聞いてみるのもよいです。何かしらの不安を上手に口に出せなかったり、感情や行動をうまくコントロールできなかったりしている事が多いです。

その不安が出た時の正しい対処の仕方について具体的に教えるとよいです。例えば、こういうときは、先生に「〇〇」と伝える、イライラしたら、先生に一言言ってから〇〇（自分の落着く場所）に行く等が考えられます。

これらについては、学校の先生ともよく相談をして、学校でできることと保護者ができることを出し合いながら、同じ方向で支援していくのがよいです。そして、こまめに学校での様子について聞いて、できたことやがんばったことについて褒めましょう。

また、よくかつとなる場合、学校でも先生や友達から注意されることも多く、そのことによって本人が自信を失っていることも考えられます。相手が傷つかないようにするために仕方がない部分もあります。ただ、お子さんはかつとなっていない時間もあるはずで、その部分も含めてお子さんなので、よい部分は積極的にポジティブな言葉かけをしてください。

なかなか状態が改善されない場合は、発達上の特性が強く出ていることも考えられますので、医療機関や教育センター等相談機関に相談することをお勧めします。また、放課後等デイサービスで感情や行動のコントロールについて学ぶというのもよいでしょう。

A 思 春 期

思春期の子どもはちょっとした保護者からの一言に過剰に反応します。気持ち的には、「分かっているのにいちいちうるさい。」といったところです。物を壊したり、人を傷つけたりすることは、年齢的に犯罪となってしまうことがありますので、時には叱りながら伝えることは必要なのですが、正論だけではなかなか話が入っていきません。

家庭では、日頃から子どもと十分にコミュニケーションが取れる関係性を築いておくことが重要です。その場のしのぎの対応ではうまくいきません。コミュニケーションとして、朝や出かける時、帰ってきた時などの挨拶は重要です。そこから、会話が広がっていくこともあります。

そして、お子さんの気持ちを理解しようとするのが大切です。理由なくかっとなる人はいません。必ずその子なりの理由があります。そしてその裏には何かしらの不安や恐れがあります。

なかなか話さない場合は、お子さんがどの言葉や状況でかっとしてしまうか、分析してみるとよいでしょう。そうすることでお子さんのスイッチがどこにあるのか見つかるかもしれません。

学校の先生にも、よく相談をしてください。

ただし、頻繁に人に手をあげてしまうような場合は、自制がきかない状態にあります。医療機関や相談機関に相談することをお勧めします。

コラム

「自閉スペクトラム症（ASD）」

臨機応変な人間関係が苦手であったり、こだわりが強かったりして、生活に支障が出ている場合、医療機関で「自閉症スペクトラム障害」と診断されることがあります。自閉症スペクトラム障害とは、「①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする発達の障害」です。

この場合、お子さんの特性にあった支援の仕方を行うことで、学校生活に適応しやすくなります。医療機関や相談機関に早めに相談するとともに、学校の先生とも連携を図りながら、環境の調整を進めていくことが大切です。



Q

家で子どもがふさぎこんでいることがよくあります。どのように声かけをしたらよいでしょう。

A 低 中 学 年

お子さんが普段と比べ、会話が少なく、ふさぎこんでいるようですと、困ったことがあるものの、周りの人には話せないような状況にある可能性があります。

このような場合は、落ち着いた状況の時に話を聞いてみるのがよいです。保護者に困っていることを知られるのは恥ずかしく思っていたり、先生に知られたくないと思っていたりする場合があります。怒らずに、「心配だから何か困っているなら教えてほしい」と伝えるとよいでしょう。

そして、話してくれたら、「話してくれてありがとう」と伝え、その困りごとをどうしたらよいか、一緒に考えるのがよいです。ただし、正しい解決の方法についてお子さんはわかっていないこともありますので、特に誰かに嫌なことをされている場合などは、本人に了承を得た上で、学校に相談するのがよいです。

もし話さないようであれば、「困っていることはあるの」と「ある」「ない」という答えられ方ができるように聞いてあげると、答えやすく、そこから話が進んでいきます。話すのは苦手な子であれば、困ったことがあるときは右手、ないときは左手を触らせる、紙に「困っていることは ある・ない」と書き、○をつけてもらうような方法もあります。

どうしても言いたくない場合には、「私はいつでもあなたの味方だから、困っていたら教えてね」と伝えましょう。そして、心配な場合は、学校の先生にも、最近の学校での様子を聞いてみましょう。

コラム

「注意欠如・多動症（ADHD）」

発達水準からみて不相応に注意を持続させることが困難であったり、順序立てて行動することが苦手であったり、落ち着きがない、待てない、などといった特徴が、学校、家庭などの複数の場面で困難が見られる場合に医療機関で診断されることがあります。この場合、家庭や学校ではお子さんの特徴にあった支援の仕方が大切になってきます。また、医療機関に早めに相談し、それぞれの機関が連携し合いながら、お子様に合ったサポートの方法を見つけていくことが大切です。

A 思 春 期

思春期においては、人間関係も複雑になってきたり、がんばってはいても物事がうまく進まなかったりして、思い悩むことも増えてきます。また、漠然とした不安に襲われることもあります。

悩むことや自分で答えを出していくことは、自立していくために必要なものです。その一方で、いじめが起こっている場合など、自分ではどうすることもできない悩みや、疲弊しているときには介入した方がよい場合もあります。

まずは、お子さんに「最近何かあった?」「心配けどどうした?」などと率直に聞いてみるのがよいと思います。何か話をしてきたときは、まずはしっかり話を聞いた上で、「どうしたい?」「私に何かできることある?」と聞いてみるとよいです。どうするか尋ねられたら、「私はこう思うよ」と一意見として伝えるとよいと思います。いずれにしても頭ごなしに言うのではなく、お子さんの意思を尊重するように話を進めていくのがよいです。

もし、話さない場合は、「私はいつでもあなたの味方だから、困っていたらいつでも教えてね」と伝えてください。そして心配であれば、学校にも相談しましょう。

また、強くふさぎこみ、睡眠不足、食欲減退、体の不調等が現れている場合は、医療機関に相談してください。

コラム

「学習障害（LD）」

学習において、極端に特定の学習内容だけの理解が悪かったり、定着が図れなかったりした場合は、学習障害を疑っていいかもしれません。学習障害とは、「基本的には全般的な知的発達に遅れはないが、聞く、話す、読む、書く、計算する又は推論する能力のうち特定のものの習得と使用に著しい困難を示す様々な状態を指すもの」です。実態把握と対応を考えるため、医療機関での診察を勧めします。学習障害は医療機関で診断されます。



Q

子どもが何かにつけて、反抗的な態度をとります。どう対応したらよいでしょう。

A
思
春
期

思春期になると、体の成長に心の状態が追いついていかなくなります。その時期に、お子さんが自立していく中で、心の中の摩擦が言葉や態度で保護者へ向けられてしまい、反抗的になってしまうことがあります。

反抗的な態度は、保護者に向けられることが多く、友だち向けられることはあまりありません。

お子さんが反抗的な態度をとって、暴言を吐いた時に、同じような言葉で返しては、反抗が増すばかりです。「イラッ」とすることもあると思いますが、大人の余裕をもって、対応したほうが効果がでます。「言いたいことはよく分かったよ。でも、〇〇〇って言い方をするといいね。」というように、理解を示しながら、注意するところも示し、バランスよく対応すると、お子さんに気持ちが伝わります。

保護者自身ができていないことを、話したとしてもお子さんは信頼しません。自分が発した言葉が、子どもから返ってくるだけです。自分の発した言葉には責任を持って、範を示すことも大切です。また、できていないことに「一緒に頑張ろう」という仲間意識を持たせることも効果があります。

また、この時期は口数が減ったり、ぶつかったりしますが、保護者の言葉は案外ちゃんと聞いているものです。「おはよう」「いってらっしゃい」という挨拶や、ちょっとした行いに「ありがとう」などと伝えると、自分のことをちゃんと好きでいてくれているということが伝わります。お子さんがコミュニケーションを拒んでも、保護者は、必要な声をかけ続けるとよいでしょう。

なかなか忍耐は必要になりますが反抗的な態度はずっとは続きません。大人になろうとしている我が子を、小さい頃のようなべったりから少し子どもとの距離をおいて、温かい目で見守っていきましょう。

Q

子どもが異性に関心を持ち始めました。親としてはどうしたらよいでしょう。

A
思
春
期

個人差がありますが、小学校高学年ごろから、第二次性徴による、身体の変化があり、子どもたちは、「男性」「女性」を自覚しはじめます。この時期の急速な身体成長を上手に受け取りきれず、不安を抱えることもよくあります。

異性への興味や関心が高まり、相手の気を引くため目立った行動やおしゃれに気を使ったり、避けるような行動をとったりします。

それとともに自分自身への意識が強くなります。特に、にきびで悩んだり、顔立ちや体型やルックスを気にしたりします。周りからの視線に敏感になります。これは、自然なことで、誰でも経験する成長過程です。保護者から、その当時のことを話して、共感を示すことも大切です。

体型を気にすることで、ダイエットに関しても興味を示してきます。ファッション誌やテレビなどダイエット特集を組むことが良くありますが、成長期の子どもたちも過度なダイエットをする傾向が現れています。必要のないダイエットは体を壊しますので、ゆっくりとお子さんの話を聞いてあげてください。

また、「性」に関することは、親への相談を遠慮することも多く、インターネットなどから情報を得られることがあります。たくさんの情報に惑わされ、トラブルに巻き込まれてしまうこともあります。

被害にあわないためにも、異性の付き合い方やインターネットの使い方など、日常での約束事について話し合い、決めたことについては守らせるようにしましょう。

大切なことは、日頃から困ったときには相談できる関係性を築いておくことです。

Q

子どもがリストカットをしました。どう対応すればよいですか。

A
思
春
期

リストカットなどの自傷行為は、本人に何らかの心理的不安があって行っている事が考えられます。従って、まずは、やめなさいや、なんでこんなことしたのというような言葉かけではなく、「大好きだよ」という気持ちを伝えるようにしましょう。

傷については手当てをする必要がありますが、勝手に手当てをするのではなく、「私が手当てをしてもいい？」拒むようであれば「自分で手当てをするなら、こういう方法があるよ」と、本人の意思を尊重するのがよいです。

もしお子さんが不安を話せそうであれば、聞いてみるとよいです。ただし、細かく詮索しようとせず、また安易にお子さまの話を信じたり、アドバイスしたりしないで、じっくり話を聞くのがよいです。そして、聞いた後は、「あなたはどうしたい？」「私にできることはある？」と本人の意思を尊重して話を進めていけるとよいです。言いたくないようであれば「いつでもあなたの味方だから、困ったときは話してね」と伝えるとよいでしょう。

本人に自信をつけてもらうためにも、積極的にポジティブな言葉かけを心がけるとよいです。ただし気をつけるのは、自傷行為をしたかどうかで評価をしないということです。してもしなくてもどちらのあなたも大好きだよということが伝わるよう言葉かけをしていきましょう。

また、保護者が悲観的になり過ぎると、お子さんがさらに不安定になってしまいます。まだ来ていない将来に悲観するよりも、今、目の前のお子さんをよく見て、大切にすることを最優先に考えるとよいです。

もしなかなかやめられない等深刻な状況であれば、医療機関、相談機関に相談することをお勧めします。

Q

子どもが「死にたい」と言ってきました。どう対応したらよいですか。

A
思春期

大切に育ててきた我が子からそのような言葉が出てきたことは、大変ショックだと思います。あまりにも辛いので、つい、そんなこと言うもんじゃないと叱ってしまいたくなりそうですが、それでは、お子さんが自分の気持ちを否定されたと受け取ってしまい、今後 SOS を出しづらくなってしまう事があります。

「死にたい」と告げることは、「死にたいくらい辛い」ということであり、もしも、この辛さを少しでもやわらげることができるならば「本当は生きたい」という意味でもあります。

ですから、まずは、「そっか、死にたいと思ってしまいうくらい、辛いんだね」と伝えて、お子さんの思いを受け止めてあげましょう。

そして、お子さんの話をまずはしっかり聞きましょう。この時に気をつけるのは、たいした事じゃないとか、もっと強くなれなどのように言わないようにする事。今の状況をどう感じるかは人それぞれです。少なくともお子さんの中では死にたいと思うくらい辛いことです。それを突き放したり激励したりすることはわかってくれないと思わせて、心を閉ざしてしまうかもしれません。

話が終わったら「話してくれてありがとう」と伝えましょう。お子さんは保護者を信頼しているからこそ話してくれているのです。そして、「何があってもあなたの味方だよ」と伝えましょう。「そんなに辛い思いをしていたことに、気づかなくてごめんね」と謝るのもいいかもしれません。

そして、お子さんの安全を確保しましょう。一人にしないで、心が疲れていそうであれば、ゆっくり休ませるのもいいと思います。状況によっては、「そんなに辛ければ、しばらく学校を休んだっていいよ。あなたがいなくなるよりずっといいよ。」と伝えてもいいかもしれません。

その上で、辛さの原因になっていることについてどうしていくのがよいかお子さんと一緒に考えましょう。学校にも相談しましょう。

もし深刻な状況であれば、迷わず医療機関、相談機関に相談することをお勧めします。

コラム

「注意欠陥・多動性障害（ADHD）」

発達水準からみて不相応に注意を持続させることが困難であったり、順序立てて行動することが苦手であったり、落ち着きがない、待てない、などといった特徴が、学校、家庭などの複数の場面で困難が見られる場合に医療機関で診断されることがあります。この場合、家庭や学校ではお子さんの特徴にあった支援の仕方が大切になってきます。また、医療機関に早めに相談し、それぞれの機関が連携し合いながら、お子様に合ったサポートの方法を見つけていくことが大切です。

コラム

「自閉スペクトラム症（ASD）」

臨機応変な人間関係が苦手であったり、こだわりが強かったりして、生活に支障が出ている場合、医療機関で「自閉症スペクトラム障害」と診断されることがあります。自閉症スペクトラム障害とは、「①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする発達の障害」です。

この場合、お子さんの特性にあった支援の仕方を行うことで、学校生活に適応しやすくなります。医療機関や相談機関に早めに相談するとともに、学校の先生とも連携を図りながら、環境の調整を進めていくことが大切です。

薬物乱用防止について

薬物乱用が子どもたちにも広がっています

若者の薬物乱用の背景には、シンナーや覚せい剤、大麻などの薬物が簡単に手に入るようになってきていること、「一度くらいなら害はない」「個人の自由だ」という薬物乱用の危険性に対する誤解や罪悪感の希薄化があると言われていいます。

最近では、「合法ドラッグ」などと称し、「合法ハーブ」「お香」「アロマオイル」「アロマリキッド」「バスソルト」など危険ではないように偽装した薬物が広く売られています。

「合法ドラッグ」などというものはありません。どれも、子どもたちの精神・身体に重大な危害を及ぼす恐れのある大変危険な薬物です。

子どもを薬物乱用の魔の手から守るのは、大人の責任

周りの環境や友人からの影響を受けやすい子どもたちを、薬物乱用の魔の手から守るには、家庭での親子のコミュニケーションが何よりも重要です。日頃から「ダメ。ゼッタイ。」を合い言葉に、薬物乱用の怖さを教え、危険な誘惑に乗らないように注意してください。また「うちの子に限って…」と思わず、お子さんの様子に薬物使用の兆候がないか、気を付けてください。

薬物乱用を予防するために大切なことは断る勇気をもたせること

薬物に手を出させないための8カ条

- 1 子どもの思春期特有の心と体の変化について理解しましょう
- 2 毎日、家族の会話を大切にしましょう
- 3 子どもの話には常に耳を傾けましょう
- 4 友情をつちかい、仲間からの悪い誘いを拒否できる勇気を育てましょう
- 5 子どもが家族や学校の先生にいつでも相談できるようにしておきましょう
- 6 子ども自身で、健全な決断ができるように育てましょう
- 7 家族そろってのコミュニケーションの場を大切にしましょう
- 8 子どもの様子がおかしいと気になったらすぐに、相談窓口へ相談しましょう

相談先：財団法人埼玉県暴力追放・薬物防止センター

048-822-4970

埼玉県立精神保健福祉センター 048-723-1111

参考：厚生労働省薬物乱用防止保護者向け資料

LGBTQ+(性的少数者)について

L：女性として女性が好きな人 (Lesbian. レズビアン)

G：男性として男性が好きな人 (Gay. ゲイ)

B：異性も同性も好きになることがある人 (Bisexual. バイセクシュアル)

T：からだの性とところの性が一致しない人 (Transgender. トランスジェンダー)

Q：自分自身の性のあり方について答えが出ていない人等

(Questioning. クエスチョニング)

SOGI(ソジ/ソギ)

性的指向 (Sexual Orientation) と性自認 (Gender Identity) を略したもの。性的少数者も、そうでない人も、誰もが「SOGI」という多様な性のグラデーションの中を生きています。「性別」は男か女かのどちらかだと考えている人が多いかもしれませんが、一人一人に個性があるように、その表れ方や組み合わせも十人十色です。

- ・からだの性 …戸籍に記載された性
- ・ところの性 …自分の性別をどう思うかということ「性自認」
- ・好きになる性…どの性別が恋愛対象になるかということ「性的指向」
- ・表現する性 …言葉づかいやファッションなどを自分がどのように表現したいか。

性の多様性について

LGBTQ+の方は、約 11 人に 1 人と左利きの人と同じくらいの割合で存在すると言われています。性的少数者の多くの方は差別や偏見を恐れたり、自分がそうであることについて戸惑いを覚えたりしながら当事者と悟られないようにしようとするなど、様々な生きづらさを抱えていることがあります。お子さんがもし、当事者であるならば、まずは、性的少数者についての理解を示すとともに、お子さんからカミングアウトされたときはしっかり話を聞くことが大切です。

学校での対応について

学校生活を送る上で特有の支援が必要な場合があることから、個別の事案に応じ、児童生徒の心情等配慮した対応を行うことが大切です。組織的に取り組むことが重要であり、学校内外に「サポートチーム」を作り、「支援委員会」(校内)やケース会議(校外)等を適時開催しながら対応を進めることが文部科学省から示されています。

学校での対応は、学校へ相談することで、保護者と合意形成を図りながら、進めていきますので、まずは、相談してみることが大切です。

学校以外の場所では越谷市教育センター(048-962-9300)埼玉県立精神保健福祉センター(048-723-1111)で相談ができます。

参考:法務省「性の多様性について考える」

文科省「性同一性障害にかかる児童生徒に対する決め細かな対応の実施等について」

いじめについて

いじめとは

児童等に対して、当該児童等が在籍する学校に在籍している等当該児童等と一定の人間関係にある他の児童等が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）であって、当該行為の対象となった児童等が心身の苦痛を感じるものをいう。（いじめ防止対策推進法）

具体的ないじめの様態は、以下のようなものがあります。

- ・ 冷やかしかからかい、悪口や脅し文句、嫌なことを言われる
- ・ 仲間はずれ、集団による無視をされる
- ・ 軽くぶつかられたり、遊ぶふりをして叩かれたり、蹴られたりする
- ・ 金品をたかられる
- ・ 金品を隠されたり、盗まれたり、壊されたり、捨てられたりする
- ・ 嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをされたり、させられたりする
- ・ パソコンや携帯電話等で、誹謗中傷や嫌なことをされる 等

いじめ防止の重要性

「いじめはどの子供にも、どの学校でも、起こりうる」との意識を持ち、いじめ防止のために様々な取組が行われてきましたが、未だ、いじめを背景として、児童生徒の生命や心身に重大な危険が生じる事案が発生しています。いじめ問題は学校を含めた社会全体に関する国民的な課題です。

いじめの早期発見

いじめの早期発見は、いじめへの迅速な対処の前提であり、全ての大人が連携し、児童生徒のささいな変化に気付く力を高めることが必要です。いじめは大人の目に付きにくい時間や場所で行われたり、遊びやふざけあいを装って行われたりするなど、大人が気付きにくい判断しにくい形で行われることを認識し、ささいな兆候であっても、いじめではないかとの疑いを持つことが重要です。

家庭でのサインとして、以下のような事項に注視し、「おや」と思うようなことがありましたら、すぐに学校への連絡や教育センターへ相談しましょう。

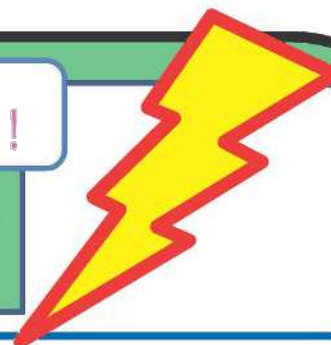
- ・ よく怪我をしたり、衣類や持ち物の破損や汚れが目立ったりする
- ・ 持ち物がよくなる
- ・ 学校の事や友達の話をして、部屋に閉じこもることが多くなる
- ・ 体調不良を訴え、登校を渋ったり、転校を口にしたりする
- ・ 友人からの電話で、急な外出が増える
- ・ 急激に忘れ物が増えたり、成績が落ちたり、体重が減ったりする
- ・ 食欲がなくなったり、睡眠不測になったりする 等

参考：文部科学省 いじめ防止等の対策資料



はな あ けってい
みんなで話し合い、ルールが決定されました！

越谷特別市民
ガーヤ



こしがやしりつしょうがっこう

越谷市立小学校 **スマホ・ケータイ** を **幸せ** に使うための「共有ルール」

K

S

K

S

ルール

7 ^{きょうゆう}つの共有ルール ★★★★★★

- その1 ^{つか} 使う場合は、^{ばあい} 時間と場所、^{じかん} 相手の気持ちを考えます。
- その2 ^{つか} 使う時間は、^{じかん} 家族と決めます。
^{きほんてき} 基本的には、^{あさ} 朝7時以前、^{よる} 夜9時以降、^{じいこう} 長時間の利用は
^{ひか} 控えます。
- その3 ^{へんじ} 返事や読むのが遅くても怒らないようにします。
- その4 ^う 受け取った友だちの^{とも} 気持ちを考えて、^{きも} 送る前に、^{かんが} もう一度、^{おく} ^{まえ} ^{いちど} 言葉を^{ことば} 確かめます。
- その5 ^{じょうほう} 情報がすべて正しいとは言えません。自分はもちろん、^{ただ} ^い ^{じぶん} 自分以外の人の^{じぶん} 写真、^{いがい} 名前、^{ひと} 住所などの^{しゃしん} 個人情報^{なまえ} を^{じゅうしょ} 発信^{こじんじょうほう} しないようにします。
- その6 ^{じょう} インターネット上で^{こうりゅう} 交流し、^し 知り合った人とは^あ 会いません。
- その7 ^{ほか} 他のことをしながらの^{りょう} スマホの利用で、^{たにん} 他人に^{めいわく} 迷惑をかけません
^{ある} (歩きながら、^{しょくじ} 食事をしながら、^{じてんしゃ} 自転車に^の 乗りながら)。



制定年月日

令和4年12月26日

越谷市立中学校 15 校
越谷市立中学校生徒会連合会
越谷市立小学校 29 校
越谷市立小学校代表児童

みんなで話し合い、ルールが改定されました！



KOSHIGAYA



越谷市立中学校 スマホ・ケータイを幸せに使うための「共有ルール」

.....前 文.....

**私たち越谷市立中学校に通う中学生は、
便利な機器であるスマートフォンや携帯電話等、
それに関わるアプリなどを正しく利用し、幸せになれるように、
私たちの総意で以下の点を心得（たしなみ・守るべき事柄）とし、
お互いに守っていきます。**

そして、これからますます広がるであろう情報社会で
上手な使い手になれるように努力します。

8 つの共有ルール ★★★★★★★★

- その**1** 使用する場合は、時と場所、相手の気持ちを考えます。
- その**2** 使用する時間は、自分に合った時間を家族と決め、守れるようにします
- その**3** 返信や既読が遅くても気にしすぎず、怒らないようにします。
- その**4** 人に嫌な思いをさせないように送信・投稿前に、もう一度、適切な言葉や情報か、確認します。
- その**5** 全ての情報を、うのみにせず、個人情報発信しないようにします。
- その**6** SNS 上で知り合った人とは会いません。
- その**7** ながらスマホなど、他人の迷惑になることはしません。
- その**8** スマホに依存せず、家族との団らんや友だちとの関わりを大切にします。

改定年月日
令和6年7月23日

**越谷市立中学校15校
越谷市立中学校生徒会連合会**

相談機関案内

	0～3歳	4～5歳(就学前)	6～14歳(学齢期)	15～17歳	18～19歳	20歳～	業務内容等
越谷市	児童発達支援センター						児童の発達に応じ有資格者等による相談 ・対象: 就学前の子どもと保護者 ・TEL: 940-5961 940-5954 ・相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:00
		教育センター					ことばや発達の相談、就学相談、不登校やいじめ等の相談 ・対象: 4歳～中学3年生までの子どもと保護者 ・TEL: 962-9300、962-8601 子ども専用電話「ハートコール」962-8500 ・相談日: 月曜～土曜日(祝日・年末年始を除く) 来所相談9:20～16:40(1回40分) 電話相談9:00～19:00(土曜日は16:40まで)
	家庭児童相談室(中央市民会館内)						学校や幼稚園等に行けない、夜尿や爪かみ・チック等の相談、非行の心配がある等 ・対象: 18歳未満の子どもと保護者 ・TEL: 963-9172 ・相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～16:00
	子ども家庭相談室(児童館コスモス内 児童館ヒマワリ内)						子育てに関する不安や悩み等の相談 ・対象: 18歳未満の子どもと保護者 ・TEL: 児童館コスモス 978-1515 児童館ヒマワリ 986-3715 ・相談日: 火曜～土曜日(年末年始を除く) 9:00～16:00 ※月曜日が祝日・振替休日の場合は翌火曜日が休館
	こころの健康支援室						ひきこもり、不登校、精神的な悩み等で生活に支障をきたしている場合の医療機関の受診、その他こころの健康に関する相談 ・対象: 本人と保護者 ・Tel: 963-9214 相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15
埼玉県			総合教育センター				いじめ、不登校、学校生活、性格等に関する相談 ・対象: 小、中、高校生・青少年及びその保護者 ・Tel: 048-556-0874 子ども専用0120-86-3192 ・相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00 電話相談は毎日24時間
	越谷児童相談所						養育、性格行動、障がい、非行、性被害の相談等 ・対象: 18歳未満の子どもと保護者 ・Tel: 975-4152 ・相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～18:15
	越谷警察署生活安全課						非行防止及び健全育成に関すること ・対象: 20歳未満の少年 ・Tel: 964-0110 ・相談日: 月曜～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15 ※緊急性のある相談は無休対応
			埼玉県ひきこもり相談サポートセンター				ひきこもり、不登校に関すること ・対象: 6歳以上でひきこもりの状態にある本人、家族、関係者 ・Tel: 048-971-5613 相談日: 月曜・水曜～土曜日(祝日・年末年始を除く) 10:00～18:00

相談のご案内



お子様について、気になること・心配なことがある方は、お気軽にご相談ください。
例えば…

＜不登校・登校渋り＞

子供が「学校に行きたくない」と言う
学校に行く時間になると体調が悪くなる

＜友人関係＞

友達とうまく遊べない・話ができない
友達とすぐにトラブルになってしまう

＜情緒不安＞

すぐかっとなってしまふ
こだわりが強い 不安が強い

＜ことば・きこえ＞

正しく発音できない音がある
話がよく聞こえていない

＜学習＞

授業の内容についていけない
学習内容が理解できない

＜学校生活＞

授業中に立ち歩いてしまう
落ち着いて行動ができない

＜発達相談＞

子供の発達に課題があるように感じる
発達検査について聞きたい

＜就学相談＞

特別支援学級や特別支援学校、通級指導教室のことについて知りたい

学校では…

先生その他、学校相談員、スクールカウンセラー（SC）がいます。

学校相談員

… 児童生徒や保護者の相談に応じます。学校の先生やスクールカウンセラーと連携しながら相談業務を行います。

スクールカウンセラー

… 公認心理師・臨床心理士等の資格を有し、専門的な知識・経験を基に児童生徒や保護者の相談に応じます。学校の先生や学校相談員と連携しながら相談業務を行います。

勤務の日数や時間は、学校により変わります。

相談されたい方は、在籍の小・中学校までお問い合わせください。

教育センターでは…

指導主事、教育相談員、スクールソーシャルワーカー（SSW）がいます。

指導主事

… 小中学校から派遣された者が、主に保護者の相談に応じます。

教育相談員

… 元学校の先生、又は療育担当、公認心理師・臨床心理士等の資格を持った者が、保護者、児童生徒の相談に応じます。

スクールソーシャルワーカー

… 社会福祉士・精神保健福祉士等の資格を有し、専門的な知識・経験を基に、学校や家庭・関係機関と連携しながら生活環境を整えるための支援を行います。

相談につきましては、裏面をお読みください。

教育センターの教育相談について

越谷特別市民
ガーヤちゃん



教育センターには、大きく3つの相談窓口があります。

◆対象 市内在住の4歳から中学3年生までの子供と、その保護者

1 来所相談

月～土曜日（祝日を除く） 午前9時20分～午後4時40分（1回40分）

※お電話にて、事前の予約が必要です。

- ・相談員や指導主事が、お子様の発育や学校生活等について保護者の相談に応じます。
- ・療育や心理の専門家が、遊びやカウンセリングをとってお子様の支援をします。

2 電話相談

月～金曜日（祝日を除く）午前9時～午後7時 土曜日（祝日を除く）午前9時～午後4時40分

☎048-962-9300 または 048-962-8601

3 メール相談

越谷市ホームページサブサイト「GIGAKOSHIGAYA」の「教育相談」ページ内にあります、教育相談入力フォームより送信してください。

※寄せられた相談に対するお答えには、1週間程度要することがあります。

ページにジャンプ



4 オンライン相談（新規）

学校に行きたくても行くことができない児童生徒の保護者対象に、保護者の方の想いを傾聴し、支援の方法や学びの場等を共に考えます。

【申し込み用URL】

https://apply.e-tumo.jp/city-koshigaya-saitama-u/reserve/offerList_detail?tempSeq=93320



◆このほかにも次のようなものがあります。

○「オンラインおあしす」

（学校に通うことが難しい児童生徒が
オンライン上でつながる場）

対象 小学校1年生～中学校3年生

日時 毎週水曜日（※初回 令和7年5月21日）

小学校6年生～中学校3年生 10:00～10:30

小学校1年生～小学校5年生 13:30～14:00

※学校から貸与されているタブレットから参加します。※二次元コードまたは、URLよりお申込みください。



https://apply.e-tumo.jp/city-koshigaya-saitama-u/reserve/offerList_detail?tempSeq=93274

○教育支援教室「おあしす」

（不登校の児童生徒を支援する教室）

対象 小学校5年生～中学校3年生
の不登校児童生徒

※利用するには、教育センターでの来所相談が必要となります。

○子供専用電話相談「ハートコール」 （お子様向けの電話相談窓口）

月～金曜日 午前9時～午後7時

土曜日 午前9時～午後4時40分

※祝日は除く

専用回線 048-962-8500

越谷市教育センター アクセス

【住所】 〒343-0011 越谷市増林3-4-1

東武スカイツリーライン（東武伊勢崎線）越谷駅東口から

朝日バス「増林地区センター」行き終点下車「総合公園」行き終点下車徒歩5分

ＪＲ武蔵野線南越谷駅南口から

タローズバス「松伏ターミナル」または「東埼玉テクノポリス」行き「総合体育館前」下車徒歩10分

ＪＲ武蔵野線越谷レイクタウン駅北口から

タローズバス「タローズ本社前」行き「総合体育館前」下車徒歩10分



越谷特別市民
ガーヤちゃん