

令和7年度 文部科学省委託事業 いじめ対策・不登校支援推進事業  
いじめ・不登校等の未然防止等に向けた魅力ある学校づくりに関する調査研究

# 「心理分野に強みや専門性を有する教師の 育成のための教職員向け研修プログラム」

## 第5章 不登校の未然防止と対応

愛知教育大学・教授  
五十嵐 哲也

※所属は2026年3月時点のものです

# 1. 不登校の定義と現状

# (1)不登校とは

- 今、「なぜ学校に行くのか」「学校に行く価値はどのようなものか」が問われている。
- 様々な社会の変化を背景にして、児童生徒にとって学校はどのような意味をもっていて、学校に行かないことにはどのような課題があり、不登校への支援とは何を目的にするのかということをあらためて考え直す時期に来ている。

# (1)不登校とは

## 【ワーク1】

以下に記載されている状況は、不登校と言えるものでしょうか。  
各自で考えた後に、近くの人と話し合しましょう。

中学2年生のAは、小学校5年生の頃に3週間ほどの欠席をした。しかし、その後はまた登校するようになり、中学校でも元気に過ごしていたので、保護者は安堵していた。

ところが、中学2年生のゴールデンウィーク明けから時々休むようになり、6月からは一度も登校していない。家ではゲームやスマホを利用して過ごしており、勉強している様子はない。心配した保護者が病院に連れて行ったが、病気は認められなかった。そこで、1学期末のタイミングでスクールカウンセラーの面談を申し込んだ。

# (1) 不登校とは

- 相当の期間学校を欠席する児童生徒であって、学校における集団の生活に関する心理的な負担その他の事由のために就学が困難である状況として文部科学大臣が定める状況にあると認められるものをいう（教育機会確保法）
- 児童・生徒指導要録の「欠席日数」欄の合計日数が年度間に30日以上であった者のうち、「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、児童生徒が登校しないあるいはしたくともできない状況にある者（ただし、「病気」や「経済的理由」による者を除く。）である（「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」（文部科学省、2025）

# (1)不登校とは

- 欠席していないが、遅刻や早退が多い場合
- 民間のフリースクールに登校している場合
- 自宅でオンライン学習教材を利用した学習を行っている場合
- 校内教育支援センターで学習を行っている場合
- 年度内では30日未満の欠席だが、年度途中から欠席が続く場合

# (1)不登校とは

- 基準を満たさない児童生徒も「不登校相当」や「準不登校」として認識する必要性がある（国立教育政策研究所生徒指導研究センター、2005）。
- 不登校は、登校を続けている児童生徒の中にも存在する課題である。

# (1)不登校とは

## 【ワーク1】

以下に記載されている状況は、不登校と言えるものでしょうか。  
各自で考えた後に、近くの人と話し合しましょう。

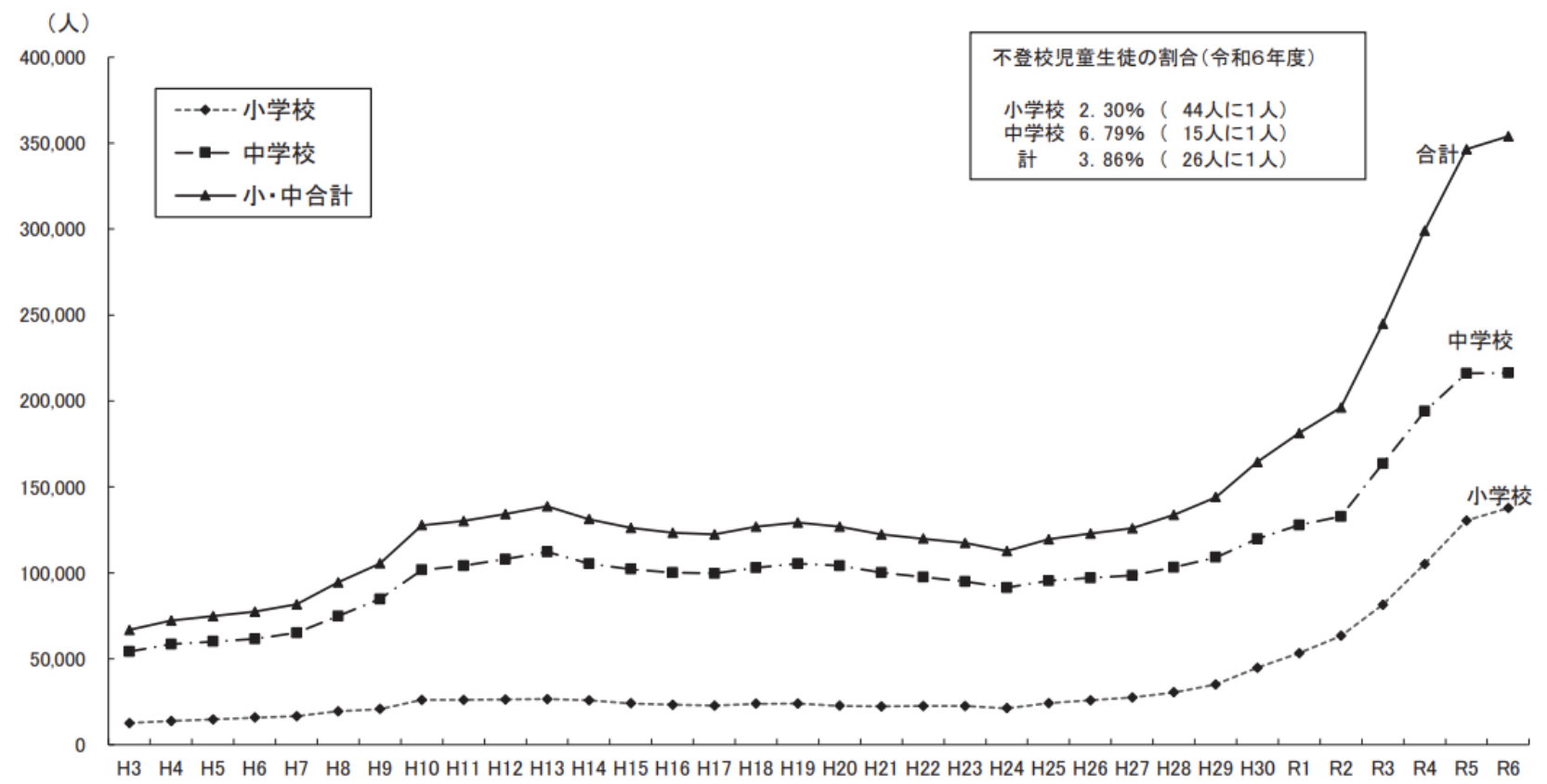
中学2年生のAは、**小学校5年生の頃に3週間ほどの欠席**をした。しかし、その後はまた登校するようになり、中学校でも元気に過ごしていたので、保護者は安堵していた。

ところが、中学2年生の**ゴールデンウィーク明けから時々休むようになり、6月からは一度も登校していない**。家ではゲームやスマホを利用して過ごしており、**勉強している様子はない**。心配した保護者が病院に連れて行ったが、**病気は認められなかった**。そこで、**1学期末のタイミング**でスクールカウンセラーの面談を申し込んだ。

# (2) 不登校をめぐる現状

図表1 不登校児童生徒数の推移グラフ (小中学校)

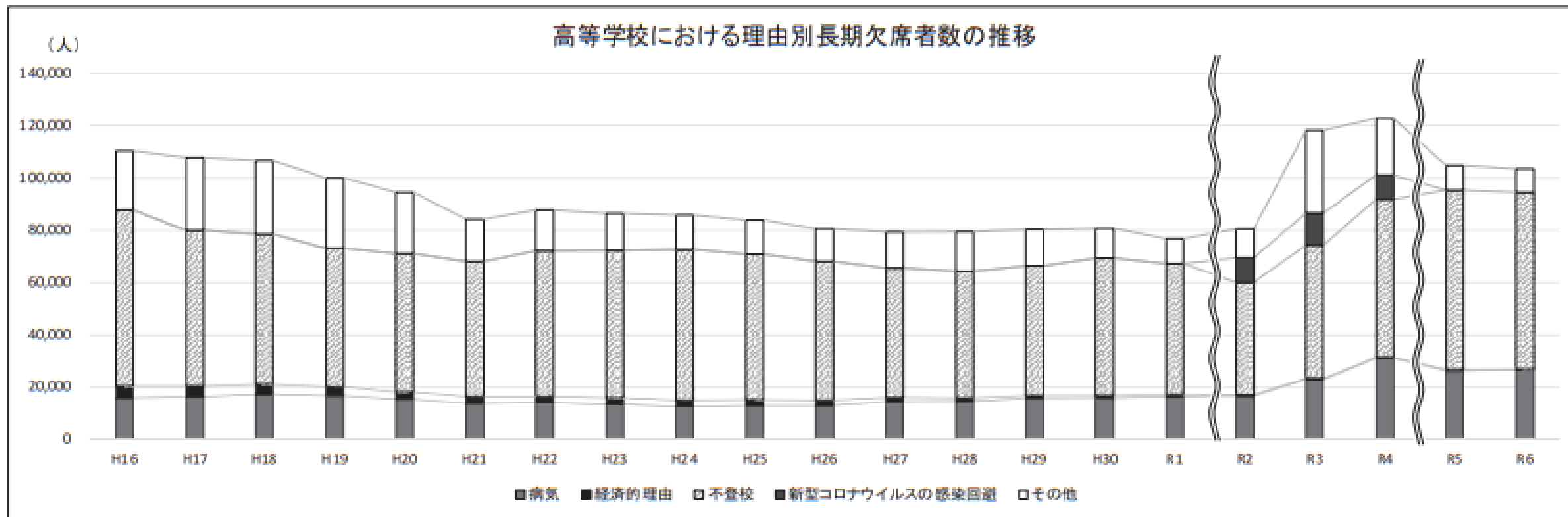
<参考2> 不登校児童生徒数の推移グラフ



文部科学省 (2025) 令和6年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査

## (2)不登校をめぐる現状

図表2 不登校生徒数の推移グラフ（高等学校）



文部科学省（2025）令和6年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査

## 2. 不登校の背景に あるもの

# (1) 児童生徒自身について検討されてきたこと

- 情緒的課題：不安、抑うつ、不安感など
- 生活リズムなど
  - ：睡眠習慣、起立性調節障害、ネット依存やゲーム依存による生活の乱れ
- 発達的な特性
  - ：不注意により叱責されてしまうことが多い、こだわりが強くて周囲になじめない、同級生と話がかみ合わない

一部の児童生徒については、医療機関などの  
専門機関との連携のもとに適切な支援を実施していく必要がある

# (1) 児童生徒自身について検討されてきたこと

- レジリエンスの不足
- 社会的スキルの不足

成長の過程で獲得していくことができる要素であり、  
どのような不登校支援を実施していくかを検討する上で、  
重要な視点になる

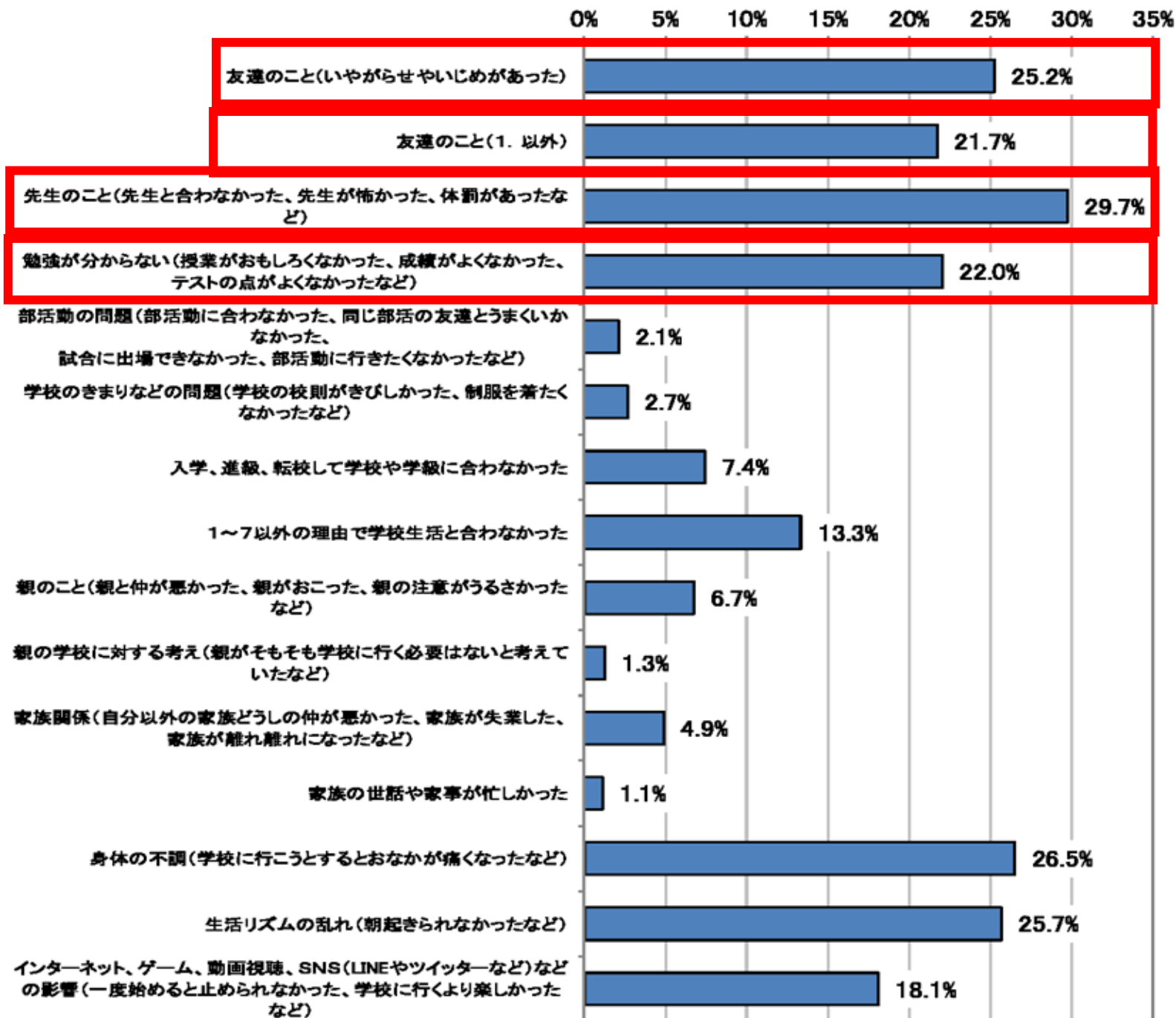
## (2) 周囲の環境について検討されてきたこと

- 友人関係：学校生活の楽しさを大きく左右する
- 教師との関係：教師に対する安心感が登校意欲を高める
- 家族関係：学校で受けた様々なストレスを緩和し、翌日への元気を取り戻す機能を有しているか
- きょうだい関係：家庭の中に居場所がないように感じる場合も

### (3) 複雑な要因が絡み合って不登校に至ることを理解する

		不登校児童生徒数	いじめの被害の情報や相談があつた。	いじめ被害を除く友人関係があつた。	教職員との関係があつた。	学業不振や頻繁な宿題の未提出が見られた。	学校のきまり等に関する相談があつた。	入学、転編入学、進級時の不適応による相談があつた。	家庭生活の変化に関する情報や相談があつた。	親子の関わり方に関する問題の情報や相談があつた。	生活リズムの不調に関する相談があつた。	あそび、非行に関する情報や相談があつた。	学校生活に對してやる気が出ない等の相談があつた。	不安・抑うつ等の相談があつた。	障害（疑い含む）に起因する特別な教育的支援の求めや相談があつた。	含む（相談があつた）。	個別の配慮（障害）。	左記に該当なし
小・中合計	(人)	353,970	4,913	46,624	11,115	55,152	7,226	16,581	28,398	44,557	88,563	10,561	106,436	85,854	26,665	22,517	18,804	
小・中合計	(%)	***	1.4	13.2	3.1	15.6	2.0	4.7	8.0	12.6	25.0	3.0	30.1	24.3	7.5	6.4	5.3	

文部科学省（2025）令和6年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査



不登校児童生徒の実態把握に関する調査企画分析会議(2021)より抜粋

### (3) 複雑な要因が絡み合って不登校に至ることを理解する

- 背景要因は、**どれかが正解というわけではなく**どれもが関わっており、児童生徒によってそれらの要因の影響力が異なってくる
- そうした柔軟な視点をもつことは、一方的に「不登校になったのは家庭のせいだ」「いや、学校のせいだ」などと考えるのを防ぐことにつながる
- 「悪者探し」をするのではなく、**保護者が冷静に自らの関わり方のよさを認められるように支え**、今ある状況をいかに活用してサポートにつなげるかという視点をもつことが必要

## (4)不登校の背景について深く考える

### 【ワーク2】

スクールカウンセラーは、先ほど登場したAと母親との面談を行いました。その時の様子をもとに、Aが不登校に至った背景について考えてみましょう。

各自で考えた後に、近くの人と話し合みましょう。

スクールカウンセラーがAに話しかけると、Aは黙りこくって下を向いてしまう。そんな様子を見た母親は、Aのかわりにスクールカウンセラーへの返答を行うという様子が繰り返された。

Aのみとの面接でも、状況は変わらなかった。話すのが無理なら遊ぼうと思って誘っても、黙ったままで変化はない。母親との面接では、中学2年生になってからは教室でも同じような様子で、友達との交流もなかったという。

面接後、スクールカウンセラーが担任から話を聞くと、担任の先生の問いかけにも反応がないということだった。

## (4)不登校の背景について深く考える

### 【ワーク2】

スクールカウンセラーは、先ほど登場したAと母親との面談を行いました。その時の様子をもとに、Aが不登校に至った背景について考えてみましょう。

各自で考えた後に、近くの人と話し合しましょう。

スクールカウンセラーがAに話しかけると、Aは黙りこくって下を向いてしまう。そんな様子を見た母親は、Aのかわりにスクールカウンセラーへの返答を行うという様子が繰り返された。

Aのみとの面接でも、状況は変わらなかった。話すのが無理なら遊ぼうと思って誘っても、黙ったままで変化はない。母親との面接では、中学2年生になってからは教室でも同じような様子で、友達との交流もなかったという。

面接後、スクールカウンセラーが担任から話を聞くと、担任の先生の問いかけにも反応がないということだった。

# 3. 不登校支援における 基本姿勢

# (1) 関連法規および国の施策

- 教育機会確保法

- 不登校児童生徒も含めた全ての児童生徒が安心して教育を受けられるような環境の確保
- 不登校児童生徒の多様な学習活動の実情を踏まえた支援など
- これらをもとにして、児童生徒の社会的自立を目指す

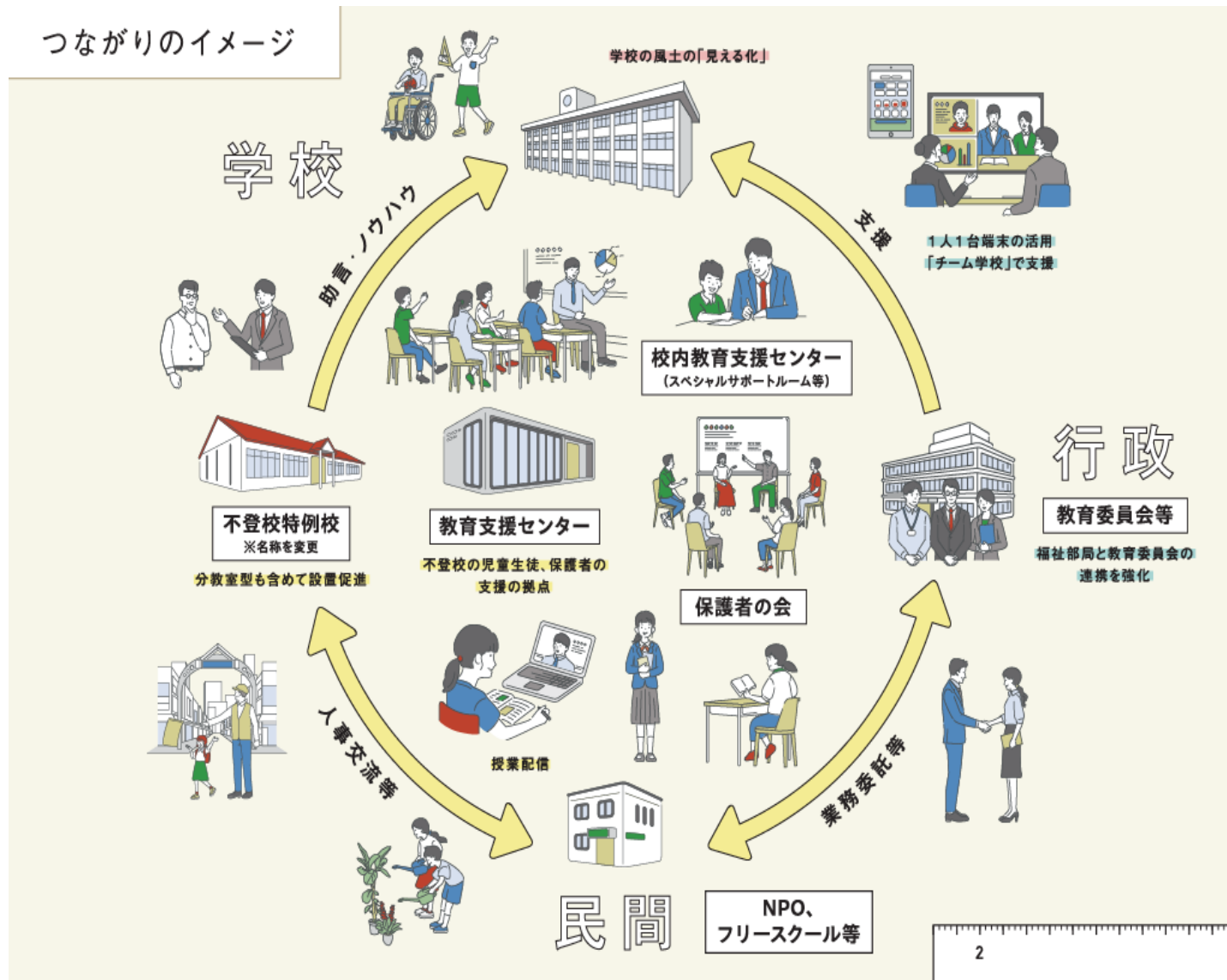
# (1) 関連法規および国の施策

- 義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する基本指針（文部科学省、2017）
  - 不登校児童生徒の実態に配慮して特別に編成された教育課程に基づく教育を行う学校である「**学びの多様化学校**」（当時は不登校特例校）の設置促進
  - 学校と**民間支援団体**との連携
  - **ICTを活用**した家庭での学習
  - **夜間中学**における不登校となっている学齢生徒の受け入れなど

# (1) 関連法規および国の施策

- 誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策（COCOLOプラン）」（文部科学省、2023a）
- 不登校・いじめ緊急対策パッケージ～誰一人取り残されない学びの保障に向けて～（文部科学省、2023b）
  - 校内教育支援センター（スペシャルサポートルーム等）」の設置促進
  - 1人1台端末を活用した心身の状態の変化への早期発見など

# (1) 関連法規および国の施策



## (2) 学校内外の支援体制

- 教育相談コーディネーター
- スクールカウンセラー，スクールソーシャルワーカー
- 校内教育支援センター
- 民間フリースクール
- メタバース

### (3) 不登校支援が目指すもの

- **社会的自立**：将来、児童生徒が精神的にも経済的にも自立し、豊かな人生を送れるようになること（生徒指導提要）
- 一律に「学校復帰を目指さない方がよいのだ」ということでもなければ、「学校復帰を目指すべきだ」ということでもない
- 学校に行っても行かなくても、それぞれの児童生徒が豊かに人生を送り、それぞれの児童生徒が自分で人生を切り開いていく力を身に付けることが求められている

### (3) 不登校支援が目指すもの

- 児童生徒によっては、不登校の時期が休養や自分を見つめ直す等の積極的な意味を持つことがある一方で、学業の遅れや進路選択上の不利益や社会的自立へのリスクが存在することに留意する（文部科学省、2019）
- 「登校してよかった」と感じられるような学校はどのようなものか。現在の不登校という課題は、魅力的な学校づくりへの挑戦という課題そのものである

# 4. 不登校が生じにくい 学級・学校

# (1) どのような学級・学校で不登校が生じにくいのか

- 学校風土の把握ツール（文部科学省、2023c）の活用ポイント
  - 教職員が把握している事実と、児童生徒の回答結果にずれが生じていないかという点に注目する
  - 年度内に何度かツールを活用して実態把握に努める（河村・小野寺・粕谷・武蔵、2004）

## (2)学級・学校でできる不登校の未然防止への取り組み

- 構成的グループ・エンカウンター（國分・國分、2010）
  - 自分が今まで気づけなかったよいところや頑張っているところを教師やクラスメイトから認めってもらう活動
  - 自己主張が必要な場面をロールプレイによって体験してみる活動など

学級が居場所と感じられ、  
仲間の温かさを感じられるようになることが  
予防的支援につながる

## (2) 学級・学校でできる不登校の未然防止への取り組み

- これらの一部は実際に効果が確認されつつある
  - 「仲間からの承認活動」を中心とした小学校での実践により、「学校に行くと心身の調子が悪くなる」傾向が実践後に低下した（五十嵐・江角・古村・寺戸・福田・下山・横地・杉山、2025）
  - 中学校の全校生徒を対象にSEL-8Sプログラムを実施したところ、不登校傾向生徒の出席率が増加し、「学校に行くと心身の調子が悪くなる」傾向が減少した（佐竹・小泉、2022）

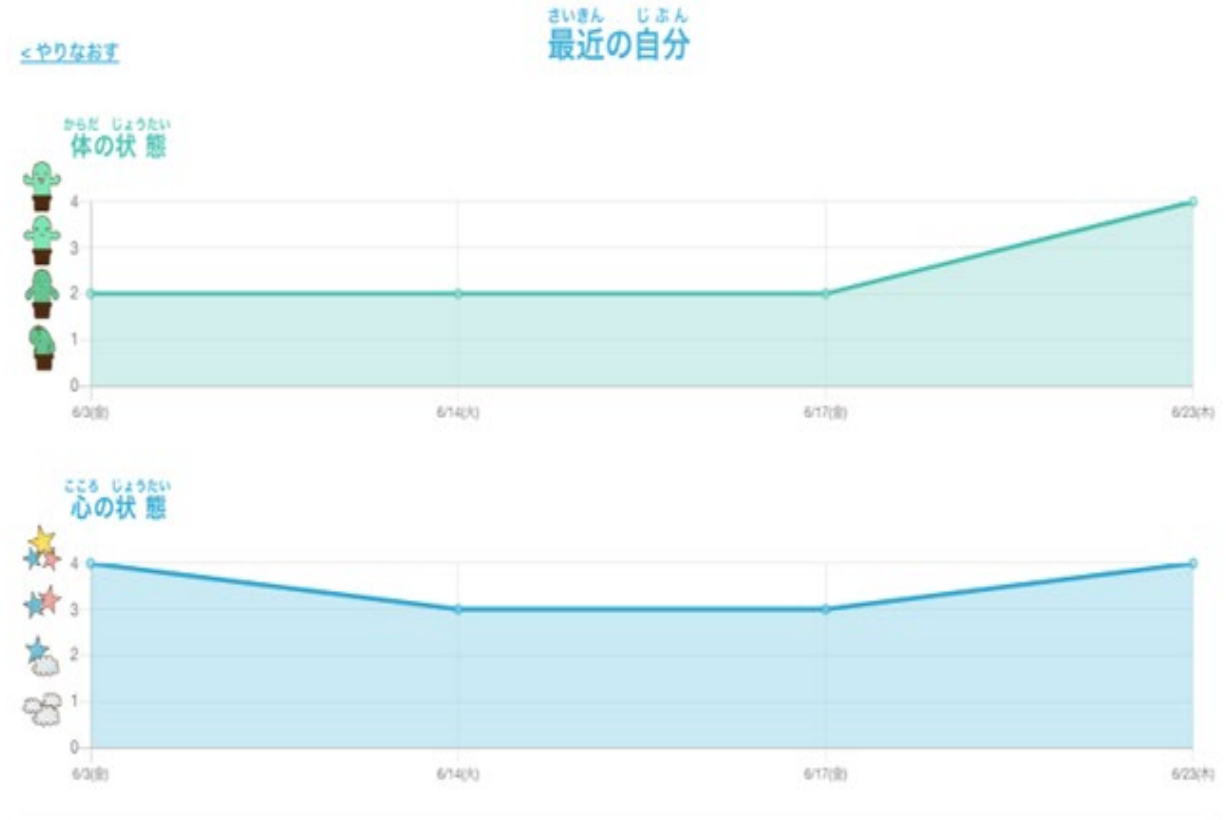
予防活動は、一律に実施すればよいというものでもなく、  
実態に即した検討が必要

# 5. 欠席が増えはじめて きた児童生徒

# (1) 早期発見に向けて

- 児童生徒への調査
- 1人1台端末の活用
- 日頃からの教職員の観察と情報共有

児童生徒の気持ちと、  
教職員の見立ての双方から



## (2) 深刻化させないための手立て

- 周りの大人には、**児童生徒が安心感を実感できるよう**、「身体症状のケアをする」「話を聞く」などによって、児童生徒の気持ちに寄り添うことが求められる
- そうすることで、児童生徒には「ここにいると落ち着く」「この人は自分の味方だ」という感覚が培われ、落ち着きを取り戻していく

## (2) 深刻化させないための手立て

- 家庭訪問のコツ（かしま・神田橋、2006）
  - 「学校に引っ張り出すための家庭訪問ではない」ことを暗に示すために放課後に行くこと
  - 無理に本人には会おうとはしないと約束すること
  - 学校の話はしないこと
  - 短時間で帰ること、など

徐々に訪問している教職員に興味を抱くようになり、雑談などができるようになって関係性が築かれていく

# 6. 長期欠席をしている 児童生徒

# (1) 学校での支援

- 児童生徒の緊張感を喚起しない
  - 大人が大喜びすると、「明日も先生を喜ばせるために、頑張って登校しなくては」と感じさせ、登校のハードルが上がる
- 校内での過ごし方を児童生徒自身が決める
  - セルフコントロールの力を育成する
  - 自教室での生活とのギャップを感じにくくさせる

# (1) 学校での支援

- 教室復帰を見据えて、**気の合う友達との交流を開始する**
  - 本人の意向を聞きながら交流を増やす
- 放課後など、他の児童生徒がいないタイミングで教室に行く
  - **教室との心理的距離を縮める**
- 学習支援
  - 「ちょっと頑張ればできる」ような課題に取り組み、**「できた」という実感を味わう**ことが大切

## (2) 関係機関等と連携して行う支援

- 不登校の背景に**精神疾患**がないかという視点をもつ
- 不登校の背景に**虐待**の問題がないかという視点をもつ

このような重篤な問題が背景にある場合には、  
まずはそうした問題への対応が優先され、  
関連機関と十分に連携しながら見極めていく必要がある

## (2) 関係機関等と連携して行う支援

- 重篤な問題が背景にない場合には、**児童生徒自身や周囲の環境による背景が複雑に絡み合っ**て不登校に至っていると考えられる
- そうした**個別性の高い状況**に対応するため、教育相談機関等でのカウンセリングが実施されることがある

それぞれの課題に即したサポートによって、  
児童生徒はそれぞれの生活を変化させ、  
社会的自立へ向かう第一歩を踏み出していけるようになる

## (2) 関係機関等と連携して行う支援

- 民間フリースクールとの連携
- サポート校との連携

あらかじめ情報収集を行っておき、  
連携先で子どもがスムーズに活動できるよう支えていく

7. まとめ  
: 不登校がもたらすもの

- 不登校は、けっして不幸な出来事ではなく、人生で誰もが出会う様々な課題の一つにすぎない
- 不登校である自分を受容し、その経験を未来に活かしていくには、どうすればよいのかという視点が大切
- そのために、どんなふうに課題に取り組むのかも、どんなことを解決とするのかも、どんなペースで向き合っていくのかも人それぞれである
- 私たちは、そんな個々の課題に取り組む児童生徒にしっかりと向き合い、その児童生徒らしい育ちをサポートしていく役割がある

## 【推薦図書】

- 伊藤美奈子（2022）『不登校の理解と支援のためのハンドブック：多様な学びの場を保障するために』ミネルヴァ書房
- 増田健太郎（2016）『学校の先生・SCにも知ってほしい：不登校の子どもに何が必要か』慶應義塾大学出版会

## 【引用文献】

- 五十嵐哲也・江角周子・古村奈保子・寺戸武志・福田博美・下山京美・横地喜之・杉山寛仁（2025）仲間からの承認を活動に取り入れた授業実践による不登校傾向の低減効果 東京学芸大学紀要総合教育科学系, 76, pp.83—90
- かしまえりこ・神田橋條治（2006）『スクールカウンセリング モデル100例』創元社
- 河村茂雄・小野寺正己・粕谷貴志・武蔵由佳（2004）『Q-Uによる学級経営スーパーバイズ・ガイド—中学校編—』図書文化社
- 國分康孝・國分久子（監修）（2010）『エンカウンターで不登校対応が変わる』図書文化社
- 国立教育政策研究所生徒指導研究センター（2005）「中1不登校の未然防止に取り組むために 平成13—15年度『中1不登校生徒調査』から」 <https://nier.repo.nii.ac.jp/record/321/files/20090930132947-1254284987546.pdf> 2025年1月31日
- 佐竹真由子・小泉令三（2022）不登校傾向に注目した不登校未然防止の取組—社会性と情動の学習「SEL-8Sプログラム」の導入方法を工夫した実践 学校心理学研究, 21(1), pp.47-60
- スタンドバイ株式会社（2022）「こころとからだのWEB健康観察・アンケートアプリ『シャボテンログ』」 <https://shabotenlog.jp/> 2025年1月31日
- 登校児童生徒の実態把握に関する調査企画分析会議 2021 「不登校児童生徒の実態把握に関する調査報告書」 [https://www.mext.go.jp/content/20211006-mxt\\_jidou02-000018318\\_03.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20211006-mxt_jidou02-000018318_03.pdf) 2025年1月31日
- 文部科学省（2009）「高等学校における不登校生徒が学校外の公的機関や民間施設において相談・指導を受けている場合の対応について」 [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/04121502/1309943.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/04121502/1309943.htm) 2025年1月31日
- 文部科学省（2017）「義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する基本指針」 [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2017/04/17/1384371\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/__icsFiles/afieldfile/2017/04/17/1384371_1.pdf) 2025年1月31日
- 文部科学省（2019）「不登校児童生徒への支援の在り方について（通知）」 [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/1422155.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1422155.htm) 2025年3月8日
- 文部科学省（2022）「生徒指導提要（改訂版）」 [https://www.mext.go.jp/content/20230220-mxt\\_jidou01-000024699-201-1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230220-mxt_jidou01-000024699-201-1.pdf) 2025年1月31日

## 【引用文献】

- 文部科学省（2023a）「誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策（COCOLOプラン）」  
[https://www.mext.go.jp/content/20230418-mxt\\_jidou02-000028870-cc.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230418-mxt_jidou02-000028870-cc.pdf) 2025年1月31日
- 文部科学省（2023b）「不登校・いじめ緊急対策パッケージ～誰一人取り残されない学びの保障に向けて～」  
<https://www.mext.go.jp/content/000258018.pdf> 2025年1月31日
- 文部科学省（2023c）「学校風土の把握ツール」 [https://www.mext.go.jp/content/20230801-mxt\\_jidou02-000028870\\_8.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230801-mxt_jidou02-000028870_8.pdf)  
2025年1月31日
- 文部科学省（2025）「令和6年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について」  
[https://www.mext.go.jp/content/20260116-mxt\\_jidou02-100002753\\_1\\_3.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20260116-mxt_jidou02-100002753_1_3.pdf) 2026年4月21日