

---

## 第4章 不登校を経験した生徒へのインタビュー調査

---

### 4-1 インタビュー調査結果の見方

インタビュー調査を行った 25 名の回答内容について、「学校を休み始めたときのきっかけや理由」、「休んでいたときの状況、困っていたこと等」、「相談していた場所や利用していた場所」、「中学校卒業後の状況」、「将来に関する展望・考え等」、「ICT 機器を利用した学習の経験や自分に合った使い方」の観点から情報を整理した。また、インタビュー回答者の個別のケース概要についても章末にまとめている。

また、それぞれの観点から、インタビューでの回答を分類・集計している。一人で複数の分類に該当する内容を回答している場合があるため、該当件数の合計が 25 件にならない場合がある。また、【X】で示している番号は、インタビュー対象者のケース番号との対応関係を示している。

## 4-2 学校を休み始めたときのきっかけや理由

学校を休み始めたときのきっかけや理由として、「先生との関係」や「人間関係、学校やクラスの雰囲気」をあげたケースが多かった<sup>63</sup>。

「先生との関係」に関しては、先生への感謝を述べるケースもあったが、全体として、当時の対応への不満が語られることも多く、例えば、部活動での先生の厳しい指導が要因となっているケース（【1】【4】【11】）や、先生がいじめを助長したと生徒が感じているケース（【16】【24】）もあった。

「人間関係、学校やクラスの雰囲気」に関しては、小学校から中学校へ進学した際の環境・友人関係の変化（【8】【18】【23】）や、転校等による環境変化（【10】【17】【21】）が関係していることがうかがえる。

「体調不良」を理由とするケースや、「いじめ・いやがらせ等」、「部活動・クラブ活動」が原因であるとするケースもあった。また、明確なきっかけや理由が自分でも分からないというケース（【9】【18】【20】）や、家庭環境が影響していると考えられるケース（【14】【19】）もあった。

図表 4-2 学校を休み始めたときのきっかけや理由

分類	該当件数	ケース番号
いじめ・いやがらせ等	4	【5】【12】【16】【24】
人間関係、学校やクラスの雰囲気	8	【8】【10】【13】【17】【18】【21】【23】 【25】
先生との関係	10	【1】【3】【4】【11】【13】【16】【17】 【22】【24】【25】
勉強の遅れ	2	【6】【17】
体調不良	6	【1】【3】【6】【15】【22】【24】
自分でも分からない	3	【9】【18】【20】
部活動・クラブ活動	4	【1】【2】【4】【11】
その他（家庭環境等）	4	【7】【14】【17】【19】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。複数の分類に該当する場合はそれぞれでカウントした。

<sup>63</sup> 第2章に掲載した、一次調査や二次調査での回答と比べると、「いじめ・いやがらせ等」に該当する件数が相対的に少ない結果となっている。

### 4-3 休んでいたときの状況、不安に思っていたことや困っていたこと等

学校を休んでいた間の状況として、生活リズムの乱れをあげるケースが多かった。内容的には、昼夜逆転の生活で、部屋にひきこりがちでゲームをしている事例が多くなっている。

当時のことをよく覚えていないというケース（【11】【15】【17】【20】【21】）も比較的多く、どうしてよいか分からなかったという回答（【4】【5】【12】）や、構わないでほしかった、放っておいてほしかったというケース（【1】【3】【8】【14】）もあり、それぞれ、心理面での負荷が大きい状況にあったことがうかがえる。

このほか、休んでいた間の状況について、親が理解し支えとなってくれたことを話してくれたケースもあった（【3】【4】【12】【17】【23】<sup>64</sup>）。

不安に思っていたことや困っていたことの内容としては、学校で授業を受けられない帰結として「勉強のこと」をあげるケースが多く、同時に「進路・受験のこと」をあげるケースもあった。

また、友達からどう思われているかといった周りの反応を気にするケースや、体調面での困りごとを抱えているケースがあった。

図表 4-3 学校を休んでいたときに不安に思っていたことや困っていたこと

分類	該当件数	ケース番号
進路・受験のこと	4	【1】【7】【10】【12】
勉強のこと	8	【1】【10】【12】【13】【16】【18】【19】 【22】
体調のこと	4	【3】【15】【16】【22】
周りの反応	4	【1】【6】【7】【24】
どうしてよいか分からなかった	3	【4】【5】【12】
生活リズムの乱れがあった <sup>65</sup>	11	【2】【5】【7】【9】【10】【12】【15】 【16】【18】【19】【22】
よく覚えていない	5	【11】【15】【17】【20】【21】
構わないでほしかった	4	【1】【3】【8】【14】
その他	2	【23】【25】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。複数の分類に該当する場合はそれぞれでカウントした。

<sup>64</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>65</sup> インタビューの際に、「昼夜逆転などはありましたか」と、インタビュアー側から尋ねて状況把握しており、ここでは、必ずしも本人が、不安に思っていたり困っていなかったりした場合も件数に含まれている。

#### 4-4 相談していた場所や利用していた場所

学校を休んでいた間に相談していた場所や利用していた場所については、「保健室や相談室などの別室登校」、「スクールカウンセラー・心のふれあい相談員への相談」、「適応指導教室（トライ）」をあげるケースが多かった。学校での相談のみ、あるいは学校外での支援機関の利用のみというケースは少なく、状況に応じて利用を切り替えているケースや両方の支援を利用していたというケースが多かった。

別室登校に関しては、人に見られてしまう環境が嫌だったというケース（【7】【23】【24】）があった。また、別室登校等をしたと思っていたが、かなわなかったというケース（【5】【8】【16】<sup>66</sup>）もあった。

スクールカウンセラー・心のふれあい相談員への相談については、人に話せないことを話せた、話を聞いてくれたというケース（【4】【5】【18】）があったが、カウンセラーが自分と合わなかったケース（【11】【14】【21】<sup>67</sup>）もあった。

適応指導教室（トライ）に関しては、良かった点として、通室すれば学校が出席扱いになること（【7】【18】）や、勉強面で助けられた点（【5】【12】【18】）をあげるケースがあった。一方で、集団や勉強が苦手な授業には参加できなかったケースがあったが、面談を受けたことで、考えがまとまったり、人と話せたりするようになったケース（【7】【8】【16】【21】【23】【24】）もあった。ほかにも、友人や仲間ができたケース（【9】【11】【17】【23】）や不登校の子が通う教室ということで周りの目が気にならなくてよかったというケース（【7】【18】）があった。

適応指導教室（トライ）については、存在を知らず利用を検討しなかった場合もあると考えられるが、見学・相談等は行ったものの定期的な利用に至らなかったケース（【3】【4】【19】<sup>68</sup>）もあった。利用に至らなかった理由として、不登校になって間もなく、タイミングが早すぎたのではないかといったことや、自宅からのアクセス・距離の問題があげられた。

<sup>66</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>67</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>68</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

図表 4-4 学校を休んでいたときに相談していた場所や利用していた場所

分類	該当件数	ケース番号
保健室や相談室などの別室登校	10	【2】【7】【9】【10】【12】【13】【14】 【17】【23】【24】
スクールカウンセラー・心のふれあい相談員への相談	14	【1】【4】【5】【7】【8】【9】【11】 【13】【14】【18】【19】【21】【22】【23】
適応指導教室（トライ） ※居場所ぱれっと、光が丘第一分室つむぎを含む	15	【5】【7】【8】【9】【11】【12】【14】 【16】【17】【18】【19】【21】【23】【24】 【25】
教育相談室	5	【10】【13】【14】【15】【16】
その他（スクールソーシャルワーカー等）	3	【3】【12】【24】
いずれにも該当しない	2	【6】【20】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。複数の分類に該当する場合はそれぞれでカウントした。

## 4-5 中学校卒業後の状況

中学校卒業後（直後）の進路は、通信制高校進学者が最も多く、次に定時制高校が多かった（図表 4-5-1）。なお、定時制高校は、多くがチャレンジスクール（不登校経験がある生徒等を主に受入れる都立定時制高校）への進学である。

高校進学後の状況は良好であるケースが多く、その要因として友人との関係や先生との関係が良好であることがあげられる（【1】【4】【5】【7】【9】【10】【14】【18】【19】【22】【23】【24】<sup>69)</sup>）など、中学校の頃とは環境面の変化があったことがうかがえる。現状や将来に不安を覚えることもある（【7】【10】<sup>70)</sup>）が、肯定的な、前向きな意識を持っているケースが多かった。

他方で、現状が満足いく状況ではないと回答されたケース（【15】【20】<sup>71)</sup>）や、中学校卒業後も医療機関の受診やカウンセリングを必要としているケース（【13】【21】【22】【24】<sup>72)</sup>）も見られ、継続的な支援ニーズもあることがうかがえた。

調査対象者の現在の在学等の状況としては、高校在学中のケースが多く、既に高校を卒業した方では大学に在学中であるケースが多かった（図表 4-5-2）。中学卒業後に進学も就職もしなかったというケース（【20】【25】）もあった。

図表 4-5-1 中学校卒業後（直後）の進路

分類	該当件数	ケース番号
全日制高校	2	【1】【22】
定時制高校	8	【2】【7】【9】【12】【14】【18】【23】 【24】
通信制高校	12	【3】【4】【5】【6】【8】【10】【11】 【13】【15】【16】【19】【21】
その他	3	【17】【20】【25】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。

<sup>69)</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>70)</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>71)</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

<sup>72)</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

図表 4-5-2 現在の状況

分類	該当件数	ケース番号
高校進学予定	1	【25】
高校在学中	8	【6】【7】【12】【15】【16】【19】【21】 【24】
高校から専門学校進学予定	1	【3】
高校から大学進学予定	3	【4】【8】【14】
高校卒業後働く予定	1	【18】
専門学校在学中	1	【2】
大学在学中	6	【1】【5】【9】【10】【17】【23】
働いている	3	【11】【13】【22】
その他	1	【20】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。

## 4-6 将来に関する展望・考え等

将来に関する展望・考えとして、高校に在学中の場合は大学や専門学校への進学に関することをあげることが多く、進学先が決まっている場合や大学等に現在在学している場合には、その後の就職・仕事のことをあげることが多かった。

就職・仕事のことにに関して特定の資格取得を目指していると回答があったケースや、一人暮らしをすることや自立すること、仕事について収入を得て、安定した生活をすることを目標としてあげるケースも見られた。

また、自身の不登校であった経験等を踏まえて、教育や心理系の大学や職業を目指すケース（【1】【4】【8】【14】【16】【17】【21】【22】【23】<sup>73</sup>）が多く見られたのも特徴的であった。

図表 4-6 将来に関する展望・考え等

分類	該当件数	ケース番号
進学	9	【3】【4】【7】【8】【12】【16】【21】 【23】【25】
就職・仕事のこと	17	【1】【2】【3】【4】【5】【6】【7】 【9】【10】【13】【14】【17】【18】【19】 【22】【23】【24】
資格取得	6	【1】【2】【8】【10】【14】【17】
一人暮らし、自立	8	【2】【8】【13】【15】【18】【19】【21】 【25】
その他	3	【11】【20】【22】

※25件のインタビュー結果を分類したもの。複数の分類に該当する場合はそれぞれでカウントした。

<sup>73</sup> 4-8「ケースの概要」を参照。

## 4-7 ICT 機器を利用した学習の経験や自分に合った使い方

ICT 機器を利用した学習は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、高校・大学等で経験したことがある方が多かった。

その中で、多くの方が、ICT 機器を利用したオンライン・デジタルでの学習があるとよい、という回答した。

特に、自身を含めた不登校の児童生徒についてメリットがあると回答しており（【1】【2】【3】【17】【19】【21】）、ICT 機器を利用することで、不登校の児童生徒の多様な状態に合わせた学習が可能になると考えられる。

ただし、オンライン・デジタルでの学習の中でも、自分のペースで学習できるなどの理由で動画配信型の方法がよいと考えるケース（【5】【6】【9】【13】<sup>74</sup>）もあれば、リアルタイムのオンライン授業でないと集中して学習をすることが難しいと考えるケース（【3】【7】<sup>75</sup>）もあった。

オンライン・デジタルでの学習経験を踏まえた上で、自身にとっては対面・アナログでの授業がよかったと考えるケース（【12】【14】【15】【24】<sup>76</sup>）もあり、特定の方法が優れているということではなく、多様な選択肢が用意され、学習方法の幅が広がることが重要であるということがうかがえた。

図表 4-7 ICT 機器を利用した学習の経験や考え方等

分類	該当件数	ケース番号
オンライン・デジタルでの学習があるとよい	12	【1】【2】【3】【5】【6】【8】【9】 【10】【17】【19】【21】【22】
対面・アナログでの学習がよい	3	【4】【12】【14】
メリット・デメリットの両面がある	5	【7】【13】【15】【18】【24】
分からない、いずれでもない、未聴取	5	【11】【16】【20】【23】【25】

※25 件のインタビュー結果を分類したもの。

<sup>74</sup> 4-8「ケースの概要」の「ICT 機器を利用した学習経験や自分に合った使い方について」を参照。

<sup>75</sup> 4-8「ケースの概要」の「ICT 機器を利用した学習経験や自分に合った使い方について」を参照。

<sup>76</sup> 4-8「ケースの概要」の「ICT 機器を利用した学習経験や自分に合った使い方について」を参照。

## 4-8 ケースの概要

### 【ケース 1】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○部活動の顧問でもあった担任の先生と合わなかった。</p> <p>○部活動で理不尽に怒られ、罰として受けた練習で体を痛めた。それが原因で休むようになり、先生のことでも嫌になって学校に行きづらくなった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○学校に行かない生活に慣れてしまい、ずっと家にいて、勉強もせず、寝たり、テレビを見たりして過ごしていた。</p> <p>○学校を休むことで、仲の良かった友達が離れていってしまうという不安があった。</p> <p>○受験が近づき、勉強をやらなければいけないと分かっているにもかかわらずやる気がでなかった。</p> <p>○いろいろな人が心配してくれたが、逆に放っておいてほしいという気持ちが強かった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○月に1回程度学校に行き、スクールカウンセラーと話をした。自分は行きたくなかったが、担任の先生の働きかけで受けることになった。</p> <p>○何かしら問題がある人がカウンセリングを受けるというイメージがあり、自分が受けることに負い目があった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○全日制の高校に進学。進学先は自分で調べて決めた。</p> <p>○高校は3年間通えた。現在は大学に進学し、教員を目指している。</p> <p>○現在の生活は、中学校の時と比べると天と地の差があるくらい、よくなっている。大学は優しい雰囲気の人が多く、嫌だと思える先生もいない。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○自分のように学校で嫌な思いをする子が増えないよう、教員になって子供たちを助けたい。</p>

### 【ケース 2】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○部活動の朝練習で走るのが嫌だった。遅刻したり休んでいたりしたら、学校に行きづらくなってしまった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○昼夜逆転していたため、夕方や夜に起きて、朝に寝るような生活だった。家の方針で家事はしていた。</p> <p>○今思えば、進学先の高校が良くなかったということではなく、遅刻してでも学校に行けば、違う道もあったかもしれないと思う。</p> <p>○もともと勉強ができなかったこともあり、勉強のことはそこまで不安には思わなかったが勉強していて損はなかったと思う。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○先生が気にかけてくれた。家庭訪問があり、相談室登校を誘われて1週間から10日に1回程度の頻度で行っていたが、面倒で行かなくてもいいのではないかと考えていた。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○進路は塾の先生と相談して決め、定時制の高校に進学した。現在は専門学校に在学している。</p> <p>○現在の生活は充実している。不登校の時も、ほかの人が経験できない、いい人生経験をしたと捉えている。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○将来は、専門学校で学んでいる専門性を生かした職業に就きたい。</p> <p>○一人前になったら一人暮らしをしようと考えている。</p>

### 【ケース3】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○精神的な病気になり小学校6年生あたりから段々学校に行かなくなった。</p> <p>○給食が苦手で、残さないように食べさせられるのがつらかった。減らせる量に決まりがあったり、掃除の時間まで食べさせられたりした。給食以外の場面でも先生と合わなかった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○昼夜逆転はなかったが、普段は家でゲームをしていた。親に連れられて公園にも行っていた。</p> <p>○学校という場所が嫌だったので、家でリモート授業を受けられたらよかった。</p> <p>○普通に学校に通いたい気持ちは最後まであったが、学校に行こうとすると吐き気がするなどの不調があった。また、不登校になってから1年経つと、もう手遅れだろうという思いもあった。</p> <p>○周りには、放っておいてほしいという気持ちだった。親はずっと味方だった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○中学校2年生のときの先生は熱心で、趣味も合って、放課後に会ったりしていた。</p> <p>○カウンセラーの人が何度か家に来たこともあったが、特に役に立った訳ではなかった。</p> <p>○適応指導教室（トライ）は、中学1年生のときに親に連れられて行ったが、合わなかった。2年生のときに行っていたら継続的に行くようになっていたかもしれない。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○親が見学に連れて行ってくれた通信制の高校に進学。教室は学校のような雰囲気はなく、タブレットを使ったリモート授業があったのもよかった。また、生徒の人数も少なく、先生が寄り添って見てくれたので、順調に過ごせた。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○元々自分が好きな分野のことを学べる専門学校に進学予定である。専門学校卒業後は、専門性を活かした仕事などを考えている。</p>

### 【ケース4】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○中学校3年生になって突然、学校に行けなくなった。親はそれ以前から様子がおかしいと気付いていたようだった。</p> <p>○部活動がハードで、練習を休めないなど、先生の指導が厳しく、限界がきてしまった。</p> <p>○ほかの先生に部活動の先生のことを相談したが、何も対応してもらえなかった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○ずっと家にいてテレビを見ている生活で、交友関係はなかった。</p> <p>○担任が親と頻繁に面談をしていて、電話もあったが、自分が話すのは拒否していた。</p> <p>○自暴自棄になっており、進路のことは何も考えず、勉強自体、拒否反応があった。</p> <p>○親は理解して見守ってくれた。自分としては休むことも重要だったと思う。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○最初は学校の相談室に行き、その紹介で、別施設のカウンセリングに行くようになった。自分の言いたいことをまとめて言う練習になったので良かった。</p> <p>○適応指導教室（トライ）は、不登校直後で拒否感が強く、一度面談したが行かなかった。不登校になって半年後くらいであつたら行くようになっていたかもしれない。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○親が調べてくれた通信制の高校に進学。本当は学校に行きたくなかったが、親から進学を勧められ、自分でも高校を出ないと大変かなと思って決めた。</p> <p>○通いだすと、小中学校の先生と違い、怒鳴らないし強制しない先生で、すごく良かった。友達もできて、人は怖くないということを少しずつ自分に教えた感じで、嫌々でも行ってよかったと思う。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○高校卒業後は大学進学予定。</p> <p>○自分が不登校であったことを踏まえ、将来教育のことに携わりたいと思っている。</p>

### 【ケース5】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○中学生のときにいじめにあったことが理由で不登校になった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○ほぼ自我がなく、無気力で、何も考えられない状況だった。不安はあったが、何に対する不安なのかも分からない状況だった。 ○起きられない、起きる必要もないという感じで過ごしていた。
相談していた場所や利用していた場所	○週に一回、学校でカウンセリングを受けていた。いじめのことを打ち明けることができ、話を聞いてくれてよかったが、生活記録を付けて見せることが面倒だった。 ○相談室から親が紹介を受け、適応指導教室（トライ）に通うようになった。勉強が嫌いで、最初は行っても意味がないと思っていたが、暇だったこともあり、基本的に毎日通っていた。学校に行かなくても授業を受けられたのは結果として良かった。 ○学校に保健室登校がなかったが、あればしたいと思っていた。もともと人と関わるのが嫌いではなかったので、何らかのコミュニティがあれば良かった。
中学校卒業後の状況	○通信制高校に進学した。親が調べてくれた高校だったが、自分の好きな分野を学べる場所で、高校選びに成功した。相談ができる友達もできて、楽しく「花の時代」だった。 ○現在は大学に行っている。
将来に関する展望・考え等	○将来のことはあまり考えていないが、今の自分の好きなことを生かした職に就きたいとは考えている。

### 【ケース6】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○偏頭痛で学校を休みがちだったため、授業のスピードについていけなくなった。 ○また、好きだった部活もコロナで活動が無くなり、学校に行かなくていい気持ちが強くなった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○食べて寝てばかりで、部屋で動画を見ていた。家族は不登校を受け止めてくれてゆとり過ごしていた。 ○休み始めは友達の目が一番気になった。先生がちょっとしたことでも子供を褒めてくれて、子供同士も「不登校はサボりだ」と思わない環境になればいいと思う。
相談していた場所や利用していた場所	○担任の先生とは、放課後に進路の話などをして、プリントを受け取って帰っていた。 ○別室登校は、友達に会ってしまうかもしれないことが嫌で利用しなかった。ほかの相談場所なども利用せず、基本的に家族に相談等していた。 ○部活が好きだったので、部活だけ行くことができる制度があっても良かったのではないかと思う。個人的にはホームスクールがあったらいいなと思っていた。
中学校卒業後の状況	○自分で調べた上で学校の担任とも相談し、自分の好きな分野を学べる通信制の高校に進学。やりたいことが見つかって、現在はストレスなく過ごしている。 ○勉強のことは兄に、進路のことなどは学校の先生などに相談できる状況にある。
将来に関する展望・考え等	○現在高校で受けている授業に関連した分野を仕事にしたい。

### 【ケース7】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○通っていた塾が厳しかった。学校を休んで塾の宿題をするということをしていたときに、友達からサボっていると言われ、精神的なダメージを負って、学校に行けなくなってしまった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○朝起きられなくなったり、夜眠れなくなったりしていた。どん底まで傷ついていて、どうして学校に行けなくなってしまったのか、自分でも分からないような状態だった。 ○部屋に閉じこもってゲームをしていたが、高校に行けるかどうかが一番不安だった。 ○先生から勧められて、一度学校に戻ったが、休んでいた間の勉強が全然追いつけず、負い目を感じ、みんながどう思っているんだろうと考え、また行けなくなった。
相談していた場所や利用していた場所	○担任の勧めで、別室登校していた。自習していたが、友達がのぞいたりして嫌だった。担任や保健室の先生、スクールカウンセラーには、たくさん助けていただいた。 ○母の勧めで適応指導教室（トライ）に通い始めた。通うと出席扱いになる点が大きかった。毎週の面談で何でも話すことができ、不登校の子が通う場所なので、周りの目も気にならなかった。
中学校卒業後の状況	○適応指導教室（トライ）のスタッフと相談し、定時制高校に進学。高校は普通に登校しているが、将来のことや、自分はこのままでいいのかという漠然とした不安はある。 ○中学時代は何もしなかったもので、それに比べて、現在は学校に行って友達と遊んだりして、生活はとても良くなった。高校の先生も優しく、理解のある方が多い。
将来に関する展望・考え等	○進学先や就職先をある程度決めている。適応指導教室（トライ）での相談のなかで具体的な進路展望を決めた。

### 【ケース8】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○中学校 1 年生の 6 月ごろから休み始めた。小学校と中学校のギャップに気疲れしてしまったことが一番大きな要因。周りに同じ小学校であった人があまりいなくなってしまう、気疲れを起こして、行きたくなくなってしまった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○学校のことを考えること自体が嫌だった。先生に、学校に行っていない間はどのようにしているのかを聞かれることや、一回だけ家庭訪問があったが、本当に嫌だった。 ○自分のことで精一杯で、誰かに相談等をするような状況でもなかった。
相談していた場所や利用していた場所	○学校の相談室の方が辞めてしまい、予約しないと相談室に行けないという状況になり、行きづらい雰囲気になってしまったことがあった。 ○保健室登校も最初はよいと言われていたが、結局はだめだということになってしまい、実現はしなかった。 ○適応指導教室（トライ）では親の勧めで、週 1 回くらいで面談を受けていた。面談は、のんびりした雰囲気ですぐ居心地のよい場所だった。家から遠かったが、逆に友達に会う可能性が低いことはよかった。
中学校卒業後の状況	○通信制の高校に進学。精神的なストレスという面ではすごく状態が良くなった。
将来に関する展望・考え等	○大学に進学予定。自分自身の経験から心理学に興味を持った。勉強が楽しければ大学院にも進学したい。また、アルバイトもして一人暮らしもしたい。

### 【ケース 9】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○小学校のころから休みがちだった。人間関係にトラブルがあったとか、勉強についていけないということもなく、特に原因は思い当たらない。ただ、疲れていた。</p> <p>○今思えば、学校に行っておけばよかったなと思う。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○昼夜逆転の生活だった。同級生がどうしているのかを、気にはしていた。</p> <p>○嫌なことがあっての不登校ではなかったので、家から強引に連れ出してくれる人がいたら、学校に行っていたかもしれない。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○中学校では小学校から休みがちであったことが伝わっていて、強く学校においてよと言われたことはそんなになかった。別室登校をしていた時期もあったがよく覚えていない。スクールカウンセラーとも会ったが相談することがなかった。</p> <p>○適応指導教室（トライ）は、毎日のように通い、今でも連絡を取り合う仲間ができた。小学生の頃に適応指導教室を利用しておりイメージはついていた。家から遠く、同じような状況の人がほかにもいたので、分室があればよかった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○定時制の高校に進学。高校は通え、現在は大学に在学中。</p> <p>○高校では先生や友達との相性が良く、すごく環境がよかったと思う。内に向いていたものが外に向いたというような、自分の中での変化もあった。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○大学の専攻を生かせる分野の仕事に就きたいと考え、勉強している。</p>

### 【ケース 10】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○親の事情で海外の日本人学校に転校したが、学力レベルについていけず不登校になった。帰国後も、劣等感や気まずい気持ちがあり中学校に通えなかった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○昼夜逆転していて、部屋でゲームや SNS をしていた。</p> <p>○高校受験もあるため、勉強しなくて大丈夫なのかな、という不安はあった。</p> <p>○友達に会えなくて寂しいと思っていた。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○担任の勧めで練馬区の教育相談室を利用していた。専門の方に相談することで自分を見つめ直すことができたが、人の視線が気になって外出することに抵抗があったので、オンラインで相談できる環境があればよかった。</p> <p>○また、担任の勧めで、別室登校をしていた。部屋が人目に付きにくい場所にあり、安心して学校に行くことができた。</p> <p>○スクールカウンセラーは異性だったので緊張して相談できなかった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○通信制の高校に進学。今の自分ができたのは高校の時から。高校の友達や先生の支えで、外に出られるようになり。物事に責任感を持てるようになった。</p> <p>○現在は大学に通っているが、コロナの影響で対面授業がなく不安が大きかった。学校を卒業しても、気軽に相談できる場所があるとよいと思う。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○大学の専攻に関係する資格の勉強をしておきたい。</p>

### 【ケース 11】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○小学校 4 年生になってクラブ活動を行うようになったが、勉強との両立が難しかった。朝早く学校に行かなくてはならず、先生も厳しくて、クラブ活動を辞めることになった。その流れで学校にも行かなくなってしまった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○家でいろいろしていたように思うが、具体的に何かをしていたという記憶がない。 ○引きこもっていた時期があれば、他方でひたすら外に出ていた時期もあった。
相談していた場所や利用していた場所	○学校の相談室に週に 1~2 回行っていた。 ○小学生のときから適応指導教室を利用していた。適応指導教室で知り合った友達とは今でも連絡を取り合っている。ただ、適応指導教室は、自分の中で勉強する場所という認識があり、あまり得意でない部分もあった。
中学校卒業後の状況	○毎日通う必要がなく挫折が少なそうと思い通信制高校に進学。不登校経験者に配慮があり、欠点を埋めるよりは、長所を伸ばすような所だったので自分に合っていた。 ○その後専門学校に進学したが、自主退学。現在はアルバイトをしている。
将来に関する展望・考え等	○飽きのこない生活をしたいなど思っている。どこか安定した会社に就職して、そこをずっと定年までやるみたいなのやり方ではなく、契約社員のような形で、ある程度の期間を決めて転々とやっていきたい。

### 【ケース 12】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	○別の小学校からきたクラスメイトにいじられるのが嫌だった。それが原因で、夏休み明けに戻るのが嫌になって不登校になった。
休んでいたときの状況、困っていたことなど	○勉強ができず、進路をどうしようかというぼんやりとした不安があった。学校には行きたくないけれど、でも行かないと授業等を受けられないというジレンマがあった。 ○休み始めたころは、どうしていいかも分からず、空っぽの状態だった。昼夜逆転の生活だったが、ゆっくり過ごさせていた。親は味方になって助けてくれた。
相談していた場所や利用していた場所	○保健室に通ったり、先生が家に様子を見に来たりして、先生と話す機会はあった。受験が近くなってからは、先生と毎日電話して、進路の情報やアドバイスをもらった。 ○スクールソーシャルワーカーとは、勉強以外の話ができ心休まる時間になっていた。 ○適応指導教室（トライ）は、慣れなくてあまり行けなかったが、受験に向けての勉強面ですごく助けられた。 ○学校の先生や親、周りの大人に助けてもらった。頼れる人が身近にいた。
中学校卒業後の状況	○定時制高校に進学した。嫌なクラスメイトがいないので、学校も行けるようになり、普通の生活に近づいた。 ○趣味のことを話せる人もいる。以前と比べてやるが増えて、充実している。
将来に関する展望・考え等	○これからどのようなことが合っているかを考えて、やりたいことを探していきたい。 ○自分の好きな分野の専門学校を探している。

### 【ケース 13】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○小学生の時から断続的に不登校だった。中学校では2年生のときに仲のよかった人が卒業してしまったり、担任の先生ともめてしまったりして行きづらくなってしまった。</p> <p>○何かがあった時に、子供に親身になってくれる人がいないとずっと思っていた。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○学校の状況について情報が伝わってこないというもどかしさがあった。</p> <p>○勉強についていけない感覚があり、学校に行かなければと、強迫的に思っていた。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○別室登校で徐々に時間や日数を増やしていったほか、相談室の利用もあった。</p> <p>○小学生のころから練馬区の教育相談室を月に1回の頻度で利用していた。気持ちを聞いてくれるので発散になった。高校生まで利用していた。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○通信制の高校に進学。高校も人間関係のトラブルがあった。自分の言葉がほかの人に伝わり難いことがあるので、うまく話がつながらないときに手助けが欲しいと思った。</p> <p>○現在は、在宅で仕事やアルバイトをしており、人間関係で困ることが少なくなったが、生活リズムが悪くなってしまうことが課題。睡眠障害もあり、薬を服用している。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○できるか分からないが、一人暮らしすることが夢。</p>

### 【ケース 14】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○中学校は入学式の次の日から不登校であった。小学校のときから不登校であり、学校に行きたくない、という気持ちが強かった。</p> <p>○学校を休みはじめたときは、家庭内がギスギスしていた。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○とにかく放っておいてほしかった。グイグイ来られなくなかった。</p> <p>○居場所ぱれっとに行き始めたころは、1人であることにも飽きてきていた時期だった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○最初は別室登校をしていたが、学校に近寄りたくなかった。また、相談室の人は、自分でもよく分からないのに、不登校理由を聞いてきたりして、自分に全く合わなかった。</p> <p>○適応指導教室（トライ）を利用したが、勉強がしたくないこともあり、途中で居場所ぱれっとの利用に移った。</p> <p>○居場所ぱれっとは勉強が強要されず、自分のやりたいことをやりたい時にできる環境で毎日通っていた。学校の先生と違って踏み込んできたりせず、自分のペースに合わせて解決する手伝いをしてくれた。悩みごとは、母やぱれっとのスタッフに相談していた。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○定時制高校に通っており、卒業後は大学に進学予定。</p> <p>○高校は授業が分かりやすく、面白かった。選択授業が多く、自分が好きなものを取るのでやる気が出た。先生の雰囲気も中学校とは全く違って、仲のいい先生に相談できた。クラスもなじみやすく、一人で黙っていても大丈夫な雰囲気があった。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○進学先が福祉系の大学であり、卒業後に専門の資格取得をしたい。</p> <p>○自分の経験を踏まえた専門の職業を目指したい。</p>

### 【ケース 15】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○中学校 1 年生の頃から昼夜逆転しており、睡眠時間が 3 時間くらいになってしまっていた。</p> <p>○明確にこれが嫌だということではなく、学校に行くと体調が悪くなってしまった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○家にずっといた。夜ずっと起きてゲームをして過ごしていた。</p> <p>○休んでいたときのことはあまり覚えていない。</p> <p>○中学校 3 年生の頃は体力がなくて、外に出るだけでも厳しかった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○練馬区の教育相談室を週 1 回程度利用していた。現在も利用を継続している。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○現在通信制の高校に在学中。</p> <p>○現在も生活リズムの乱れに悩んでおり、体力的なところで満足していない。生活の満足度としては、中学のころとそれほど変わっていない。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○将来的に 1 人で暮らせるようになったらよい。</p> <p>○どのような仕事をしたいかという展望は特にない。</p>

### 【ケース 16】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○小学生の時に、人によって接し方が違い、怒鳴るような先生が担任になった。</p> <p>○その先生に目を付けられて、先生がひいきしているクラスメイトからいじめを受けるようになってしまい、学校に行けなくなった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○友達はいなかったわけではないが、いじめられて、全員が敵に見えていた。</p> <p>○不登校になって勉強が一番困った。</p> <p>○中学校では精神的に不安定な状態が続いてしまい、学校に行きたくない気持ちが身体に出て、お腹が痛くなって学校に行けなくなる、という状態だった。</p> <p>○最初のころは部屋に閉じこもったままゲーム等をずっとしていた。昼夜逆転もあった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○高校や将来のことを考えて相談したいと思い、適応指導教室（トライ）を利用した。家から遠く、昼夜逆転があったため、学習ではなく面談だけを受けていたが、面談の中で自分の考えがまとまり、しっかりと話せるようになった。</p> <p>○練馬区の教育相談室では身体的なことや生活習慣のことを相談していた。</p> <p>○中学校では、別室登校や部活だけ参加するということができればよかった。同性のスクールカウンセラーがいたらよかった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○通信制の高校に進学。</p> <p>○自分で決めた高校でもあるし、今の高校だったら嫌われることはないかと思い、人目を気にせず、いろいろなことに挑戦できるようになった。生活がいい方向に向かったのは、母が親身になってくれたことも大きい。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○専門学校か、心理学を学べる大学に進学したい。</p> <p>○心理学に関しては、自分自身がいろいろと相談をしている中で、向いていると思った。</p>

### 【ケース 17】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○小学校の中学年から学校に行かなくなった。帰国子女で勉強についていけなかった。また、海外と日本では文化が大分違って、自分の態度が反抗的に見えたのか先生とうまくいかなかった。クラスが学級崩壊していたということも重なった。</p> <p>○中学校ではスカートが嫌だった。男女でいろいろと分かれていることに疑問・違和感があった。やんちゃな子もいて、中学校は1か月くらいで行かなくなった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○嫌な記憶はすぐ忘れてしまうため、あまり覚えていない。</p> <p>○担任の先生のことを当時すごく毛嫌いして、ほとんど会わないようにしていた。</p> <p>○親は、最初の方は、なぜ学校を休むのかといった感じだったが、次第に理解し、自分の味方になってくれた。学校といろいろ調整や対応をしてくれた。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○小学校の時は、保健室登校や適応指導教室（フリーマインド）を利用していた。</p> <p>○中学校の時は、適応指導教室（トライ）を利用していた。最初は嫌だったが、同じ不登校の子と話すようになってからは、楽しく一緒に過ごしていた。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○自分で調べた学校に進学。学校では、支援してもらって側から脱したい、「変わるぞ」と気合を入れて、登校することができた。</p> <p>○現在は大学で教育に関する分野を学んでいる。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○教員免許を取得したいと思っていたが、勉強が難しい。現在はほかの資格取得を目指している。可能であれば、将来、不登校支援に関わりたい。</p>

### 【ケース 18】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○きっかけが自分でもよく分からない。ただ、中学校はルールが厳しいなとか、勉強が好きではなく、行くのが面倒だなという思いはあった。</p> <p>○結構友達もいたが、何かちょっと自分と合わないという感じがあった。小学校は「皆仲良く楽しく遊ぶ」という感覚だが、中学校になり関係性に変化が生じたと感じた。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○勉強は、1回休むだけでも結構遅れを取ってしまうという実感があった。学校から休んだ分のプリントは渡されるが、その遅れに対する具体的なサポートはなかった。</p> <p>○昼夜逆転していた。</p> <p>○学校に行き行って思い出などをもっと作っておけば良かったなという思いもある。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○親の勧めで適応指導教室（トライ）に行っていた。通室すると学校が出席扱いになるのでいいなと思った。また、人数が少ない分、丁寧で、自分に合った学力レベルの勉強ができて分かりやすかった。周りの目を気にしなくていいのもやりやすかった。</p> <p>○暇なときに学校の相談室でスクールカウンセラーと話していた。友達とは話さないような内容を話せたり、相手が深く考えてくれたこともあり、話してよかったと思う。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○定時制高校に進学。ほぼ毎日通った。高校に行ったら、ちゃんと学校に行こうという気持ちの整理をしていた。</p> <p>○高校を卒業して就職予定。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○ある程度安定した収入を得て、自分のやりたい趣味と両立してやっていけたらと思う。</p>

### 【ケース 19】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○家でも居場所がないと感じていて、大人に対して信頼できる印象を持てなかった。</p> <p>○小学校 6 年生のころや中学 1 年生のころが一番大変で、そこから休むようになっていた。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○時々学校に行ったときに、勉強が進んでいると焦った。勉強のことは常に不安だった。</p> <p>○小学校時代から昼夜逆転の生活だった。</p> <p>○学校とは別に、遊ぶ感覚でもいいから、気軽に行けるような場所があるといいと思う。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○中学校 3 年生のときは、夕方に週 1 回の頻度で担任の先生と限られた同級生の子に会っていた。担任の先生が気にかけてくれる先生で、学校に行く機会をくれた。</p> <p>○スクールカウンセラーと話をする機会もあったが、自分も全部のことを話すわけではなく、なかなか難しかったと思う。</p> <p>○適応指導教室（トライ）は少し心が落ち着いてから行ってみたことがあるが、家から遠かった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○毎日通う学校は難しいと考え、通信制高校に進学した。</p> <p>○不登校経験がある人も多く、サポートをしてくれる学校である。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○今の目標は卒業すること。その先の目標としては、1 人で自立できるくらいまでは稼げるように仕事をしたいと思う。</p>

### 【ケース 20】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○中学校 2 年生の夏休み明けくらいから行かなくなり、3 年生も最初の数か月以降は行かなくなった。</p> <p>○明確な要因があるわけではないが、徐々に学校関係のことが厳しくなった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○当時の記憶がほとんどない。</p> <p>○理解してくれる人は周りにいなかったと思う。</p> <p>○家で多少は勉強しようとしていたが、なかなかできるものではなかった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○相談等はしていたと思うが、あまり覚えていない。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○卒業後、特に学校には通っていない。</p> <p>○とにかく疲れていて、家から出たくない。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○これからやってみたいことなどが無いのがつらい。学校でもそうだが、自主性を尊重していて、それだとやりたいことがない人はなかなかついていけないと思う。</p>

### 【ケース 21】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○中学校3年生のころから本格的に不登校になった。家を出る前に辛い状態が続き、行けなくなった。</p> <p>○地方から越してきたが、友達が信頼できず、部活動は嫌われている感じで居場所がなかった。そうしたことを家では重大な問題だと思ってくれずに、心が折れてしまった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○不登校になったばかりの頃はずっと布団で泣いていたらしいが、記憶がなく、覚えていない。</p> <p>○オンラインゲームで疑似人間関係を作って、つながっている感覚が欲しかった時期があったのは覚えている。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○適応指導教室（トライ）は、中学校3年生のときに面談を利用していた。スクールカウンセラーへの相談等も行ったがうまくいかなかった。トライでは担当の方がよかったのか、自分から関わりを作ろうと思った。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○通信制高校に進学し、現在在学中。高校は学校見学に行き直感で決めた。一般入試の高校も検討したが、無理して勉強を頑張ってもまた不登校になると思い、今の高校にした。</p> <p>○高校で心理学を学び、自分を取り戻してきている。</p> <p>○高校のカウンセラーに週1回話をしている。また、医療機関も受診している。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○大学進学を考えている。大学では心理学を学びたい。</p> <p>○ちゃんとした場所に就職して、金銭的にも、精神的にも自立をしたい。</p>

### 【ケース 22】

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○起立性調節障害になり、3年生のときはほとんど学校に行かなかった。軽度の鬱も併発し、どんどん行けなくなってしまった。</p> <p>○担任の先生の対応が、自分がこうしてほしいというものと全く違って合わなかった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○昼夜逆転していた。症状的にずっと家に居て、寝て過ごしていた。</p> <p>○「いつも通り」ができないことがつらかった。病気のことも、学校に説明しても理解が得られていない感じであった。</p> <p>○勉強が受けられないことが不安で、義務教育の内容を理解できないことは嫌だった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○校長から保健室登校を勧められたが、すれ違う先生から「大丈夫？」という声かけをされるたりすることが嫌で利用しなかった。</p> <p>○スクールカウンセラーはいいなと思ったが、起きられず、予定を合わせられないことが多かった。相談員の方とはうまくいかなかったということがあった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○全日制の高校に進学。高校卒業後、現在はパートタイムで働いている。</p> <p>○自由度の高い高校だった。高校でいろいろな出会いがあってよかった。また、白黒はっきりしない自分がつらかったが、寛容的に受け入れられるようになってきた。</p> <p>○現在もカウンセリングを受けたいが、金銭的負担やカウンセラーと「合わない」リスクがあると思う。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○海外に行きたかったが、今は日本でできることを探している。何か手に職をつけたいと考えている。</p> <p>○また、自分の経験を踏まえ、何かしら子供と関われる職に就きたいとも思う。</p>

**【ケース 23】**

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○クラスになじめず、孤立してしまい、学校に行きたくなくなりました。</p> <p>○小学校からの友達が、中学校で新しい友人と仲良くしている姿に、強い不安感を覚えた。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○親への罪悪感が大きかった。また、不登校に対して親の理解が得られず衝突し、顔を合わせるのもつらかったが、親も大変なので、親の不安に寄り添える場所もあるといい。</p> <p>○適応指導教室（トライ）に行くと決め、前向きになり始めたころから親も協力的になった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○学校の先生の勧めで相談室に行くようになった。相談室に行く間に誰かに見られることが嫌だったが、学校に行けたということは自分の自信になった。</p> <p>○相談室の紹介で適応指導教室（トライ）に中学1年の冬くらいから通い始めた。相談員と会話を重ねるごとに心を開けるようになり、また、人と話せるようになった。友達にも恵まれ、不登校前のオープンな自分に戻れた。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○定時制高校に進学。いろいろ相談できる先生や支えてくれる友人がいて登校していた。</p> <p>○不登校であった経験を踏まえて、心理学系の大学に進学。自分について考え、大学で友達もでき、不登校の経験等は無駄ではなかったと思う。不登校は悪いことではない。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○心理系の職業に就きたい。大学院に行くために勉強したい。</p> <p>○自分が不登校などでいろいろ考えた経験を、同じ悩みを持つ人達に伝えていきたい。</p>

**【ケース 24】**

学校を休み始めたときのきっかけや理由	<p>○小学校のときに、いじめを受けていると感じるようになり、不安定な状況で不登校も経験した。担任の先生はひいきがすごく、いじめていた子を気に入っていた。</p> <p>○中学校でも2年生のときに似たようないじめ等があり、自分の体調面と健康的な部分もあって行きづらくなってしまった。</p>
休んでいたときの状況、困っていたことなど	<p>○学校の相談室に呼ばれたとき以外は、家でゲームなどをして過ごしていた。</p> <p>○仲のいい友達がいたが、離れていってしまうのではないかと不安だった。</p> <p>○学校で自分のことがどう思われているのかも気になった。</p>
相談していた場所や利用していた場所	<p>○小学校の時に保健室登校や相談室登校をしていて、それはよかったが、そこに行っているだけでは勉強はできない状況だった。中学校の保健室はドアを開けていて、生徒がよく通るのであまり行けなかった。</p> <p>○中学校では、放課後の空き教室で行われた学習支援を利用していた。</p> <p>○適応指導教室（トライ）は個人面談を主に利用していた。個人面談は、落ち着く先生で良かった。一方で、毎日来ている子とは壁があると感じたこと、集団が苦手な学校に近いものがあると感じたことから、授業には参加できなかった。</p>
中学校卒業後の状況	<p>○定時制高校に進学。学校に行きづらい子にもやさしく行きやすい。クラスも人数が少ないため騒がしくなく、仲がよい。今は頑張っって自分に自信をつけようとしている。</p> <p>○現在も継続して医療機関を受診している。</p>
将来に関する展望・考え等	<p>○なりたい職業がある。</p>

【ケース 25】

<p>学校を休み始めたときのきっかけや理由</p>	<p>○人間関係がきっかけで不登校になり、家庭の事情で練馬区に転居した。</p> <p>○人間関係が下手なまま転校してきたが、担任が体育会系のような熱い先生で、グイグイ来るのが苦手で心を閉ざしてしまった。</p> <p>○最初は、少しサボろうという軽い気持ちだったが、休みが続いた結果、学校に行ってもうすればいいのかわからなくなってしまった。今、こんなに後悔するとは思ってもみなかった。</p>
<p>休んでいたときの状況、困っていたことなど</p>	<p>○学校に行かなくなってすぐ、自分の部屋に閉じこもる形になった。</p> <p>○部屋ではひたすら本を読んでいた。長時間眠ることができず、将来に対する不安もあった。親との仲もよくなかった。</p>
<p>相談していた場所や利用していた場所</p>	<p>○転校してきたこともあり、相談場所とは関わることはできなかった。学校からのアプローチもなかった。</p> <p>○ひきこもりが3年続いて、進路について取り組む気になり、親が調べた光が丘第一分室つむぎを利用するようになった。そこで、様々なアドバイスをもらい、紹介を受けた高校を受験し合格した。</p> <p>○相談機関の人が来たこともあったが、いきなり「悩みを相談して」と言われても難しい。関係を作り上げてからでないと相談にならないと思う。つむぎでも、スタッフの方と雑談や個人的な話をして、少し仲を深めてから進路や勉強の相談になった。</p>
<p>中学校卒業後の状況</p>	<p>○高校進学予定。</p> <p>○18歳になって様々な支援の対象から外れると思うと不安がある。</p>
<p>将来に関する展望・考え等</p>	<p>○高校にしっかり通って勉強し、基礎学力を取り戻していきたい。</p> <p>○将来的には、就職して、安定した収入を得て、健康的な生活をしたいと思っている。</p>

【ICT 機器を利用した学習経験や自分に合った使い方について】

ケース1	<p>○家で授業を受けていると、集中力は欠けるかもしれない。リアルタイムのオンライン授業は、嫌だと思っても受けなければいけない面はいいと思う。配信型は好きな時に見ることができるので、不登校の子たちにとってはいいと思う。</p> <p>○自分が中学生のときにも ICT 機器を活用した授業等があったらよかった。</p>
ケース2	<p>○オンライン授業があれば、学校にいけない子でも家で勉強できるため、仮に学校に行かなかったとしても学力が追い付かないといったことが減ると思う。</p>
ケース3	<p>○学校という場所が嫌だったので、自宅から受けられるリモート授業が自分の中学校時代にもあればよかった。ただし、リアルタイムで受ける形でないと放置してしまうと思う。</p>
ケース4	<p>○不登校の友達で、学習アプリですごく成績が伸びている子がいた。</p> <p>○自分自身が不登校の時は、勉強自体に拒否反応があったため、オンライン授業があっても使わなかったと思う。現在でもオンラインでの学習は興味がなく得意ではない。</p>
ケース5	<p>○高校で経験したが、授業動画を好きな時に見られる、というタイプが自分にはよかった。</p>
ケース6	<p>○中学生の時に利用した学習アプリは、ゲームのような感じで、自分には合わなかった。</p> <p>○オンラインのリアルタイムの授業だと先生のペースに追い付けなくなったりするため、動画や配信の方がよいと思う。</p>
ケース7	<p>○配信された授業を受講することや、学習アプリを利用したことがあるが、自分には合わなかった。直接教えてもらわないと頭に入っていない。</p> <p>○オンライン授業をリアルタイムで受ける形式は、経験はないが、良いと思う。ただし、顔を写すなど監視されていないと、スマートフォンを触ったりしてしまうだろう。</p>
ケース8	<p>○一通りオンライン授業や学習アプリを利用したことがある。スマートフォンは分からない言葉をすぐ検索して調べられるので、難しい本を読むのが楽である。</p>
ケース9	<p>○一通りオンライン授業やデジタル教材を利用したことがある。配信動画の視聴は、時間と場所を問わずできるので便利だった。</p>
ケース10	<p>○動画視聴は、自分の生活に合わせて、いつ、どのタイミングでも見られる点がいいと思った。</p> <p>○オンラインでのリアルタイム授業は、分からないことがあったときにすぐ質問ができ、すぐ答えが返ってくるのがよいと思っていた。</p>
ケース11	<p>○タブレットを使った学習をしたことがあるが、自分は興味を持たず、意味がなかった。</p>
ケース12	<p>○家で勉強できるタイプではなく、学校へ行かないと勉強できない。勉強は授業で先生の板書を見て、自分で耳で聞かないと身が入らないタイプだった。</p>
ケース13	<p>○高校で動画配信型の授業があったが、途中で停止できるなど自分のペースで勉強できるのは良かった。一方、見ているだけだと集中が切れてしまうことや、途中で分からないところがあるとそこで止まってしまう、ついていけなくなることもあった。</p>
ケース14	<p>○動画配信型の授業は、自分の好きな時に見ることができ、後で見返したりできるのは良かったが、自分にはあまり向いていなかった。対面で、リアルタイムでないと自分がそこで勉強している実感がなく、すぐ飽きてしまった。</p>

※次ページに続く

【ICT 機器を利用した学習経験や自分に合った使い方について】（続き）

ケース 15	<p>○高校で動画配信型の課題があったが、好きな時にできるのは良いと思った。その時間に起きられないとか、体力的にその場所まで行けない場合にも良い。</p> <p>○ただし、対面の方が気が散らずに集中できるので、自分は対面の方が好きである。</p>
ケース 16	<p>○高校で動画配信型の授業があった。動画配信でもよいが、分からないことがあったときには学校に聞いた方が早いと思う。</p>
ケース 17	<p>○不登校の子が授業を家から受けられるように、皆が受けている授業をリアルタイムに受けられるようにする、ということは有効だと思う。家から出られない子も勉強する意欲が持てるのではないかとと思う。</p>
ケース 18	<p>○オンラインだと分からないことが質問できないと思うので、勉強の面では、実際に行って受ける方が分かりやすい。</p> <p>○ただ、周りの目を気にしなくてよいという点ではオンラインの方がよいのかもしれない。</p>
ケース 19	<p>○不登校というのは同じでも皆個々で全然違ったりする。オンラインだったらいいけれど外出するのは無理とか、対面は厳しいから直接目を合わせなくていい方がよい、という場合もある。皆バラバラではあるので、ICT を使って、学習方法の幅自体が広がるのはすごくいいなと思う。</p>
ケース 20	<p>○オンラインでの学習はしないため、分からない。</p>
ケース 21	<p>○オンラインでの学習は賛成。例えば、勉強は好きだけど、人と関わるのが嫌いという人もいる。そういう子達はオンラインで受けられたら本当に有意義な時間を過ごせると思うし、救う手段になるのではないかとと思う。</p>
ケース 22	<p>○自分はオンライン授業の方が、対面より良かった。対面だと、人との距離が近すぎてつらいことがある。オンライン授業は、発言の時以外は消音設定なので授業に集中できた。</p> <p>○逆に、距離感が遠いから集中できず、教室の授業の方がよかったという子もいた。</p>
ケース 23	<p>○SNS での悩み相談を使ったことがある。使ってよかったとは思いますが、チャット形式だったので、声や表情が分からず寂しい気持ちがあった。文字だと言葉のニュアンスが伝わりにくいということもあった。</p> <p>○オンライン授業では、先生が機械に疎く授業がなかなか進まないことがあった。また、グループワークでは誰もしゃべらず、授業にならないと思うことがあった。</p>
ケース 24	<p>○自分はノートに写すといったアナログの方がやりやすい。</p> <p>○オンライン授業だとリアルタイムで先生に聞けないが、教室の授業であれば手を挙げて聞ける。オンライン授業だと、声は届いたとしても、分かりやすく教えるのが難しいと思う。</p> <p>○他方で、オンライン授業だと調べものとかをしながらできるというメリットはあると思う。</p>
ケース 25	—