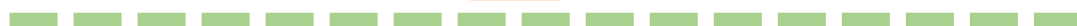


第2部

事例から見る関係機関の利用



▶ 身体症状

頭痛、腹痛、吐き気、眠れない、起きられない、気分が優れない等

事例

中学校1年生のAさん。ゴールデンウィーク明けから遅刻が多くなり、休むこともある。頭痛があり、朝起きられないと言う。

次第に休みが多くなり、夏休み明けには学校へ行くことができなくなった。

病院・クリニック

→詳しくは p.36



身体症状が出ているということは、休んだ方がよいというサインだと捉えます。まずは、ゆっくりと休み、どんな時に症状が出るのかをしっかりと見て、かかりつけの内科、小児科等へ受診することがよいでしょう。

朝起きられない場合、起立性調節障害(p.38)の可能性もあります。薬を使って対処療法をした方がよい場合があったり、心療内科への受診を勧められたりすることもあるでしょう。

また、他の病気の可能性も考えられるため、まずは医師の診断を仰ぐことが先決です。

医療にかかるとき
気をつけること

Q 不登校の身体症状は、何科にかかればよいのでしょうか？

A 中学生以下なら基本的には小児科を受診するのが一般的です。

高校生なら一般内科が適切です。思春期に差し掛かっているお子さんに精神症状や心理的問題が見られる場合は、精神科や心療内科等を受診した方がよいのか医師に確認するとよいでしょう。

Q 投薬治療を勧められましたが、そこまで考えておらず戸惑っています。どんなことを聞けばよいのでしょうか？

A 次のような質問をするとよいでしょう。

- 薬以外にも考えられる選択肢はあるか
- 効果の有無は、どのくらいの期間で判断できるのか
- どのくらいの期間続けるのか
- 副作用にはどのようなものがあるのか

市町の教育相談

→詳しくは p.8

市町の教育相談センターは、SC(スクールカウンセラー)などの資格をもつ教育相談員が常駐し、保護者や子ども本人の相談に乗ります。

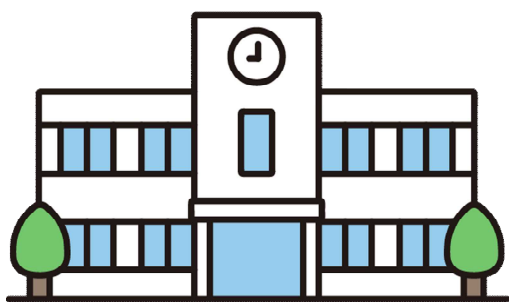
身体症状はストレスから来るものも多く、不登校の子どもによくみられることです。学校や友達、教師、家族に対して悩みを抱えているかもしれません。その悩みを募らせて、体調を崩していることも考えられます。

悩みを解消していくために、相談することは有効な手段です。



校内教育支援センター

→詳しくは p.4



子ども本人がはっきりと意識していなくとも、学習や友人関係等に困難さを感じ、無理をして学校生活を送っていた可能性もあります。

家庭の事情や本人の気持ちから、医療や相談にかかることが出来ない場合、環境を変えることも一つの方法です。学級ではない場所で過ごすことで、心の安らぎを得られるかもしれません。子ども自身がその日に行う学習や活動を決め、自分のペースで取り組むことで、納得した生活を送ることが大切です。

事例：関係機関を利用したその後…

- 本人の様子は、主に頭痛と、朝起きることができずにやる気が出ないことだった。その他の要因は、本人に聞いてもあまり思いつかない様子。「学校へ行くと疲れる。」とは口にしていた。
- ↓
- かかりつけの**小児科を受診**。「起立性調節障害の疑いがある。」と言われ、薬が処方される。
- ↓
- 母親の心配もあり、**市町の教育相談センターの相談**も受ける。
- ↓
- 1年後「学校へ行こうかな…。」と本人が言い、**校内教育支援センター**へ週1日午前のみ登校。次第に日数が増えていく。小児科、市町の教育相談センターの利用は継続。

▶ 発達特性

落ち着きがなく集中力が持続しない、友達関係がうまくいかない、コミュニケーションをとるのが苦手で自分の意思を伝えることができない、勉強への苦手意識が強い等

事例

小学校5年生のBさん。友達からからかわれたり注意されたりすることが多かった。5年生になり周りの目が気になるようになり、落ち着かなくなった。何が間違っているのか分からず学校生活が辛くなり、学校を休むようになった。

市町の教育相談

→詳しくは p.8

どんなことが要因で孤立してしまったのかを探っていく必要があります。

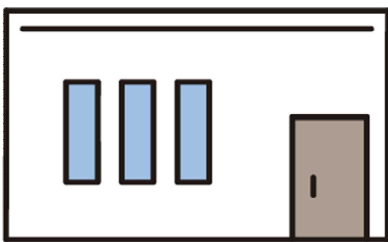
本人や保護者の思いや考えを聞き、学校環境に要因があるのか、家庭環境に要因があるのか、本人の特性に要因があるのか見ていきます。

Bさんは、コミュニケーションに何らかの苦手さがありそうです。



市町の発達支援相談

→詳しくは p.24



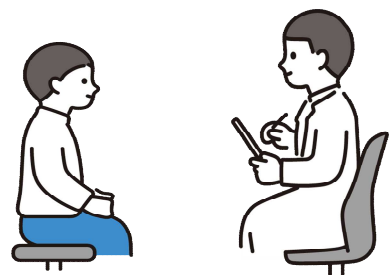
背景に何らかの発達特性が関係している可能性がある場合は、発達支援センターで相談をしたり、場合によっては発達検査を行ったりすることがあります。早めに専門家に相談することで、関わり方や声掛けのコツを教えてくださいることができます(医療機関ではないため診断はできません)。

病院・クリニック

→詳しくは p.36

医療ではより詳しく検査を行い診断します。その結果から、薬物療法や心理社会的治療等を行います。薬物療法は、発達障害そのものを対象にする場合と二次障害を対象にして行う場合があります。

カウンセリングを行う病院も多いです。



特別支援学校のセンター的機能

→詳しくは p.20

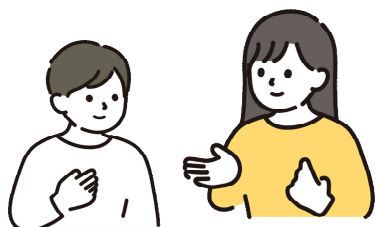
人の様子を読み取ることが苦手、相手への伝え方が分からない等のコミュニケーションに課題があります。

最寄りの特別支援学校のセンター的機能から、このような特性のある子どもがどんなことに困難さを感じているか、どんな支援や手立てが有効か、どのように環境を整えれば良いのか等のアドバイスをもらうことができます。



放課後等デイサービス

→詳しくは p.22



障害や発達に特性のある子どもが放課後や長期休みに利用できる福祉サービスです。「日常生活での自立に必要な訓練や支援」「社会との交流」「学校や家庭とは違った場所での体験」を実施している、子どもが自立するための療育施設です。

Bさんは、コミュニケーションに課題があるため、特にソーシャルスキルトレーニングに力を入れている施設を検討していくことが考えられます。

事例：関係機関を利用したその後…

- 校内の **SC** に母親が相談したところ、幼少の頃から人の気持ちを読み取ることが苦手でトラブルになることや、相手の状況を考えずに自分の話を続けてしまうこと等の話が出たため、発達に特性があるのでは、と告げられる。
- ↓
- **市町の発達支援センター** に相談をすると、本人の困り事や様子に合わせた支援方法や環境整備について助言をもらう。家庭で生かすと共に、学校とも情報を共有する。
- ↓
- **心療内科** で自閉症 (ASD) と診断される。不安が強く睡眠が不安定だったため、薬が処方される。
- ↓
- ソーシャルスキルトレーニングに力を入れている **放課後等デイサービス** へ通うことを決める。
- ↓
- 学校は、**特別支援学校のセンター的機能** を活用し、具体的な支援方法を教えてもらう。得意な図画工作の授業に参加できるようになり、徐々に登校できる時間が増える。心療内科、放課後等デイサービスの利用は継続。

要因
③

▶ 家庭環境

生活環境の急激な変化がある(引っ越し、両親の離婚・再婚等)、親子関係をめぐる問題がある(虐待、不仲、多忙等)、経済的に困っている、きょうだいに不登校の子がいる、外国籍で日本の文化に馴染めない等

事例

3人きょうだいのCさんは、中学校2年生の女子生徒である。兄は定時制高校に通っている。兄は中学校時代、ほとんど学校へ行っていなかった。母親は、穏やかで優しい性格である。父親は出張が多く、子どものことは母親に任せている。

Cさんは、夏休みの課題を行っていないことから2学期より不登校となる。小学生の妹も「勉強が嫌い」と言い、休みがちになる。

市町の教育相談

→詳しくは p.8

家庭に課題がある場合、家庭へのアプローチが必要になります。

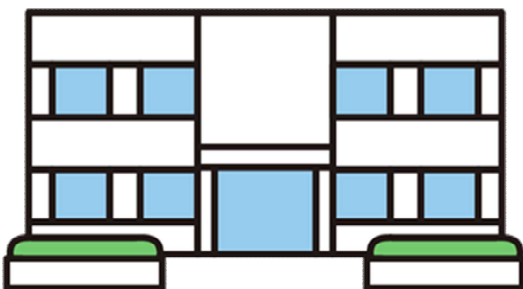
保護者は、学校には話しにくいことも、外部機関であれば話すことができることもあります。そんなとき、相談員のいる教育相談センターは有効です。

Cさんの母親は、学校に協力的であり、問題が無いように見えました。しかし話を聞いていくと、いわゆる「ワンオペ育児」をしていること、父親の暴言がひどく、子どもの前で両親で言い争いをしてしまうこと、子どもの要求を聞きすぎてしまうことが分かり、母親がかなり疲弊していることがみえてきました。



市町の子ども家庭支援

→詳しくは p.28



市町のこども家庭センターでは、子育てを労いながら、家族の育児の負担を減らす方法や、母親の父親との関わり方等を一緒に考えることができます。

母親の相談内容には、場合によって女性相談とも繋がりがながら、家庭環境の改善を図っていきます。

Cさんの母親は、子育てや家庭の相談にのってもらえる「こども家庭センター」へ出向き、家庭の問題に対して、支援を受けることができないか相談しました。

教育支援センター（旧適応指導教室）

→詳しくは p.12

市町の教育支援センターでは、個別の学習支援を行ったり、集団活動を行ったりします。教育委員会が設置しているため、学校との連携を密に行うことができます。

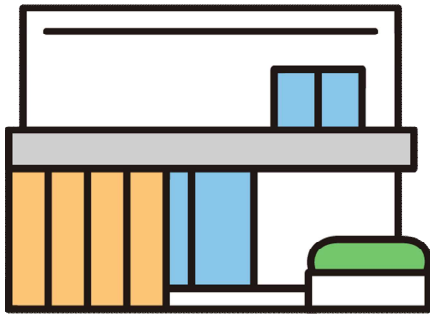
調理が好きなCさんは、育てた野菜を料理し味わう体験を行っていることに興味を持ち、ここに通うことに決めました。

野菜の栽培や調理活動を通して、他の子どもと話をするようになりました。また、野菜の世話のない日にも通うようになりました。



フリースクール

→詳しくは p.16



フリースクールは、教育支援センターと同じく学校の代わりに通うことができる教育施設ですが、学習内容、進路指導、生活面でのサポートなど、子ども一人一人の状況やニーズに合わせて、柔軟な対応をしています。NPO法人や個人、ボランティア団体等、運営主体が様々なので、それぞれに特色があります。

フリースクールによって、活動内容や教育方針は大きく異なります。お子さんの趣味や関心、性格に合った場所を選ぶことが重要です。

事例：関係機関を利用したその後…

- **教育相談センター**に母親が相談したところ、母親だけの力では解決できず、身動きが取れない状況に陥っていることが分かる。
- ↓
- 家庭の問題が大きいことを母親が認識し、**こども家庭センター**へ相談する。母親が悩みを吐露することができるようになり、家庭の雰囲気が明るくなっていく。
- ↓
- 母親は、家庭の問題が少しずつ緩和され、子どものことに目が向き始める。**教育支援センター**に母親とCさんと妹で見学に行く。調理に興味があるCさんは、畑作業のある水曜日に通うことに決める。
- ↓
- **フリースクール**の情報を聞き、子どもたちとホームページを見る。楽器の演奏ができるフリースクールを選び、姉妹2人で体験をすることになる。木曜日に楽器の指導者が来るため、木曜日に通うことを決める。教育支援センターと並行して通う。
- ↓
- 子どもが教育支援センターやフリースクールへ通っている間に、母親は学校で **SSW** と面談し、不登校の悩みをもつ地域の親の会を紹介してもらい、参加するようになる。

▶ 無気力

意欲がなくなる、体に不調を感じる、自信を持つことができない、目標・目的意識がない、人と関わりたくない、あきらめてしまう等

事例

中学校2年生の女子生徒のDさん。11月頃から朝起きるのが遅くなり、遅刻ぎりぎりに家を出て行く。家では自分の部屋にすることが多くなり、食欲もなくなってくる。表情も乏しくなり、友達との外出も減る。

ある日、「具合が悪いから休む」と起きて来ず、次の日からも「だるい」「具合が悪い」と、学校へ行かなくなった。

病院・クリニック

→詳しくは p.36

身体的不調を訴えているため、まずかかりつけの内科、小児科への受診をします。

Dさんの母親も、本人を説得して近くの内科に連れて行きました。医師から「身体的な面で特に悪いところはなさそう。心身の疲れが原因ではないか。少しゆっくり休んだ方が良い。」とアドバイスを受けました。

母親は学校へ連絡し、しばらく学校を休んで様子を見ることにします。



しずおかバーチャルスクール

→詳しくは p.14



しずおかバーチャルスクールは自分のペースに合わせて、バーチャル内で、学習・交流・体験ができます。(現在、小中学生対象)

Dさんは、学校からしずおかバーチャルスクールを紹介され、いつでも使用できるように手続きをしました。

最初はホームルームに参加し、話はしませんでした。次第にバーチャル内のスタッフの問い掛けに答える(チャット機能)ようになりました。また、体験活動にも参加するようになりました。

市町の教育相談

→詳しくは p.8

Dさん本人が何に悩んでいるのか分からなかったので、相談センターへ相談することになりました。本人と母親に別々の相談員が付きました。

初めは言葉が出なかったDさんも、回数を重ねるうちに安心した時間を過ごせるようになり、好きな活動をしながらかエネルギーを溜めているようでした。徐々に、自分の言葉で感情や考えを表すようになりました。



ひきこもり地域支援センター

→詳しくは p.34



県・政令市のひきこもり地域支援センターは、ひきこもりの状態にある方やそのご家族からの相談を受け、適切な支援につなぐための相談窓口です。本人や保護者が不安を抱え続けられないためにも、各市町のひきこもり支援窓口を紹介することも考えておく必要があります。

今回、Dさんは中学卒業の時点でも外出ができないことも考えられましたが、気力が回復し、将来に向けて歩み出すことができました。

事例：関係機関を利用したその後…

- 何が原因で体調が悪くなっているか分からなかったので、**内科**を受診した。身体面で問題となることは無かった。
- ↓
- 学校へ、受診結果としばらく休むことを伝えると、**しずおかバーチャルスクール**を紹介され、手続きをする。
- ↓
- 表情も乏しく元気がないため、**市町の教育相談センター**へ相談する。相談を続けていく中で、少しずつ元気を取り戻していく。元気が出てくると、**しずおかバーチャルスクール**に参加するようになり、チャットで質問に答えるようになる。
- ↓
- 教育相談センターで、本人は「勉強しないと高校行けないよね…」と話すようになり、将来のことを考える様子が多くなった。**校内教育支援センター**へ短時間登校するようになる。市町の教育相談センターは継続して通う。

要因
⑤

▶ ネット依存

ゲームやスマホの使用時間が長くなり食事や睡眠をとらない、昼夜逆転する、使用を制限されると怒りっぽくなり暴力的な言動をとる、使用がやめられない、スマホが手元にないと不安になる等

事例

高校1年生のEさん。夏休みはあまり外へ出ないことを家族が気にしていた。家庭の中でも自室に閉じこもるようになり、スマホをずっと使用しているようである。昼過ぎに起きることが多くなった。

夏休み明けには学校へ行くことができなくなった。

市町の教育相談

→詳しくは p.8

Eさん本人が何に悩んでいるのか母親が分からなかったため、市町の教育相談センターに相談することにしました。Eさんの思いを個別で聴いてくれる相談場所を選びました。

母親からは、一日中部屋にこもりスマホを見ていて昼夜逆転していること、親の言うことは何も聞かないこと、学習の遅れが気になること等の相談がありました。

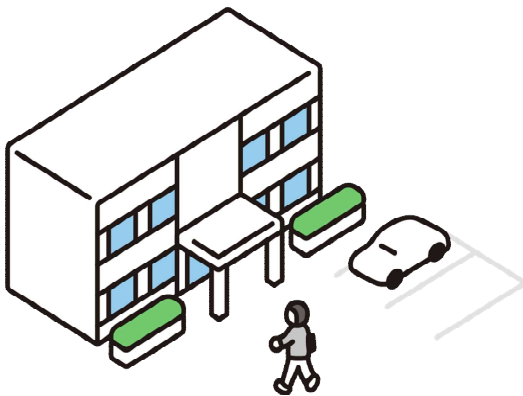
Eさんからは、授業内容が分からなくなってきたことや友人関係が上手くいかず、学校に行きづらくなってきたこと、起きている時間に嫌なことを考えてしまうからスマホで動画を見ていることが語られました。

Eさんも母親もかなり疲弊しています。



精神保健福祉センター

→詳しくは p.55



精神保健福祉センターでは、ネット依存についての相談を受け付けています。適切な医療機関へ案内をすることもあります。また、静岡総合庁舎で月3回、依存相談を行っています。

Eさんの食事が二食に減り、昼夜逆転し、不登校になり、生活に支障が出ていることが分かりました。

Eさんと職員とで、取り組みやすいルールを作りました。また、センターから母親に、本人への声掛けを大切にしていこうという提案がありました。

相談をすることで、家族や本人が何をすべきかが見えてきました。

静岡県の公式ホームページをチェック

◎ 静岡県障害福祉課「インターネットゲーム障害テスト(IGDT-10)」

もしかして依存症?と思った場合は、静岡県のHPをチェックし、「インターネットゲーム障害テスト」をしてみると依存度の目安になります。10問の問いに答えて、5点以上の方は、静岡県障害福祉課のホームページに載っている依存回復支援の利用を考えてみましょう。

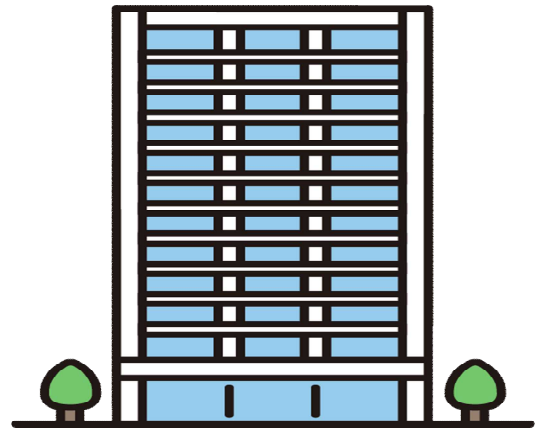


静岡県警察少年サポートセンター

→詳しくは p.40

少年サポートセンターでは、問題行動の再発防止や被害等により受けたダメージを軽減するために、継続的な面接による助言指導や体験活動などを行っています。

SNSやオンラインゲーム、スマホの長時間利用で、暴れる、暴言を吐くなどのトラブルになることがあります。そのような場合は、問題解決に向けて共に考えてもらうことができます。



事例：関係機関を利用したその後…

○ 母親は、本人の思いが分からなかったため、**市町の教育相談センター**に本人と相談したところ、親子で疲弊している状態であることが分かった。



○ 教育相談センターでの相談で、より専門的な支援を受けた方が良いとアドバイスをもらい、依存相談を行っている**精神保健福祉センター**を予約する。母親の本人に対する理解の仕方や対応方法が分かり、家庭の雰囲気が明るくなっていく。



○ 教育相談センターと精神保健福祉センターで相談を行うことで、不安が和らぎ、家庭のルール作りができ、家庭が明るい雰囲気になった。Eさんは学校に登校はしていないが、今後も市町の教育相談センターの面接相談に定期的に通い、学校に行きづらくなった要因についても相談していく。また、精神保健福祉センターで行われるプログラムに参加する。



社会的要因により子どもたちにも深刻な影響が

依存症

「依存」する対象は様々ですが、特定の物質や行為を「やめたくても、やめられない」状態を「依存症」といいます。依存症になると、本人や家族が苦痛を感じたり、生活に困りごとが生じたりすることがあります。

ゲーム・ネット

- ネットやゲームをやりすぎて問題が起こっているのに、やめられなくなってしまう状態
- スマホの登場でいつでもどこでも楽しめるため、依存の危険度が高い



薬物 (処方薬・市販薬を含む)

- 処方薬、市販薬、違法薬物等の摂取のコントロールが効かなくなる状態



アルコール

- お酒を飲む時間や場所、量をコントロールできなくなる状態



ギャンブル

- ギャンブルにのめり込む、やめられない等



依存症になりやすい人

人間関係のストレスを感じやすい、コミュニケーションがうまくとれない、困っても助けを求めることが苦手といった「生きづらさ」を抱えていることがよくあります。そういった様々な理由により不安を抱え、それを解消する手段となっている場合があります。

若年層も多い依存

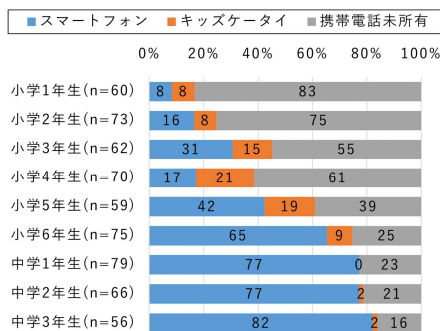
※自分でコントロールできない、通常の生活に支障があるような状態を「依存」と捉えます

ゲーム依存・ネット依存

- 携帯の所持率は、小学生(10歳~12歳)は約6割、中学生で8割以上になり、高校生ではほぼ100%となる【表1】
- ネット・スマホが手軽なストレス解消法になっている
- ネット依存やゲーム依存の状態が続くと、食事や睡眠など生活が乱れていき、体調も不安定になりやすい

【表1】

【小中学生】スマホ・キッズケータイ所有率(学年別)



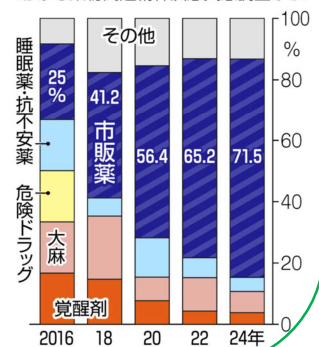
(NTTドコモ モバイル社会研究所:2023年11月調査)

薬物依存 (処方薬・市販薬を含む)

- ネガティブな感情やストレスへの対処として、市販薬によって一時的に気分を変えようと「自己治療的」に使用している側面がある
- 市販薬は親や周囲の人に知られることなく入手できることが多い
- 2021年度に実施した高校生調査では、過去1年以内に市販薬を乱用した経験は約1.6%だった(60人に1人の割合)
- 2024年に10代が乱用した薬物のトップは「市販薬」で全体の71.5%(2016年の約3倍)だった【表2】

【表2】

精神科医療施設で薬物依存症の治療を受けた10代患者の「主たる薬物」
(2024年全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査から)



- 現在、エナジードリンクの摂取(カフェインの過剰摂取)も依存症の入口となることが危惧されている

【静岡県精神保健福祉センターの依存相談】 電話:054-286-9245

電話相談

- 依存症相談拠点として、県内各地の相談機関の紹介
- ・電話番号:054-286-9245
- ・受付日:平日(祝日及び年末年始は休み)
- ・受付時間:午前8時30分~午後5時

面接相談

- 様々な依存症の問題に関する面接相談(家族のみの相談も可能)相談は無料予約制のため、電話にて予約
- ・電話番号:054-286-9245
- ・会場:静岡県総合庁舎別館2階
- ・日時:原則 第1・3木曜日 第2月曜日
午後1時~4時(1回60分枠)

依存症回復プログラム

- 様々な依存について、同じような体験や悩みを持つ人が集まり、一緒に依存症の問題からの回復を目指すグループミーティングを実施(初参加の方は事前面接が必要)
- ・会場:静岡県総合庁舎別館3階
- ・1クール:全10回+フォローミーティング2回
第1クール:4-9月/第2クール:10-3月
※どの回からでも何回でも参加OK
- ・日時:原則 第2・4火曜日
午後1時30分~3時30分
- ・問い合わせ:054-286-9245

家族支援(講演会等)

- 依存症の問題に悩む家族のための講演会等を実施

コラム

【静岡県障害福祉課のネット依存に関する取組】 電話:054-221-2435

ゲーム障害回復支援プログラム

(令和7年度の取組)

- ゲーム障害・ネット依存からの回復に向け、本人及び家族を対象としたプログラム<本人向けプログラム><家族向けプログラム>
- ・会場:沼津会場(沼津市民文化センター)
静岡会場(静岡県産業経済会館)
浜松会場(クリエート浜松)
- ・各会場年5回

ゲーム障害・ネット依存対策ワークショップ

(令和7年度の取組)

- ゲーム障害・ネット依存に関する基本的な知識・情報の説明
- ゲーム障害・ネット依存に対する静岡県の取組の説明
- グループワークによる家庭での困り事や取組の共有
- ・会場:県内5会場(沼津・富士・静岡・掛川・浜松)+オンライン

- 『インターネットゲーム障害テスト』については、p.51を参照

【静岡県教育委員会社会教育課のネット依存に対する取組】

電話:054-221-3312

つながりキャンプ~ネットはちょっと一休み新しい自分を探しに~

(対象:小学校5、6年生、中学生) (令和7年度の取組)

- ネットやスマホから離れた環境で仲間と一緒に野外活動や生活を共にしながら、カウンセリングや認知行動療法により、ネットなどの利用を自分でコントロールすることを目的としたキャンプ
- ・日程:全4回、計6日間(事前説明会・プレキャンプ・メインキャンプ・フォローアップキャンプ)
- ・会場:国立中央青少年交流の家