



羅針盤 R8 (2026) - No.4

「子供のストレス・サインを見逃さない！」

学校は失敗するところ！教室は間違えるところ！授業は子供が主人公！
誰一人取り残さない！ 子供の成長を教育活動のど真ん中におく！
One for all. All for one. One team. チーム玉川小



令和8年4月2日(木)
昭島市立玉川小学校
校長 小瀬 和彦

I 子供のストレス・サインを見逃さない！

休業明けは、登校を渋る子、悩みを抱えている子、また一見、元気に過ごしている子が苦境に陥っている……可能性もある。また、家庭で暴力を受けているケースも懸念される。

服装に乱れはないか。急な体重の増減はないか。身近な存在である我々、教師が、こうした変化の兆候を見逃さないことが大切である。

II 子供のストレス・チェック！

- 1 傷跡やあざ、やけどの跡などが見られる。
- 2 過度に緊張し、教師と視線が合わせられない。
- 3 連絡もなく欠席する。
- 4 「頭が痛い」、「お腹が痛い」、「気分が悪い」などの訴えが頻繁にみられる。
- 5 朝、食欲がない。 夜、「眠れない」などの訴えがみられる。
- 6 「だるい」、「疲れた」などの訴えが頻繁にみられる。
- 7 じっとしていることができず、落ち着きがない。
- 8 いつもより、よくしゃべる。
- 9 しがみついて離れない。(用事がなくても教師のそばから離れない。)
- 10 急に泣き出したり、言動が幼くなったりする。

III 子供への気持ちの聴き方！

子供の気持ちを聴きましょう！

1 話を聴く前に…

- ※ どのような気持でもふたをせずに、気付けるよう手助けする。
- ※ どのような気持でも、伝えて良いことを伝える。

2 話し始めたら…相槌を打って聴く

- ※ どのような気持であっても否定せずに、受け止める。
- ※ 「いやだったんだね。」「そうだね。そう思ったんだね。」「上手にお話しできたね。」などを伝え返すことにより、受け止めたことを伝える。
- ※ つらくても子供なりにがんばっていることを認め、褒める。