

長期休み明け(夏休み明け・年度替わり)に 行き渋りが増えるタイミングの現場観察

Field Observations on Increased School Reluctance Following Extended Breaks and Academic Year Transitions

2026年7月20日

著者: 成田なり(Nari Narita)

編集者: 渡辺直也(Naoya Watanabe) ORCID: 0009-0002-0996-1070

所属: Biz Writer Office

要旨

Abstract

本稿は、小学校教員として20年にわたり通常学級および通級指導教室で児童の支援に携わってきた筆者の観察に基づき、長期休み明け(夏休み明け・年度替わり)に行き渋りが増えるタイミングにおいて、児童にどのような変化が見られたかを、3つの類型に整理して考察するものである。

対象とした6つの事例を横断的に分析した結果、行き渋りの背景は、①環境や生活リズムの変化で生じた戸惑い、②人間関係の変化で生じた揺れ、③頑張って適応していた子どもに表れた変化、という3つの類型に分類できることが示された。

これらの類型は相互に排他的ではなく、一つの事例の中に複数の要素が含まれている場合もあるが、行き渋りの背景を主に特徴づけていた要因に基づいて整理した。

本稿は、行き渋りの背景にある多様な状況を記述し、教員が児童の変化をどのように観察してきたかを記録することを目的とする。

This paper examines changes observed in children at times when school reluctance increases following extended breaks (summer break, academic year transitions), organizing observations into three typologies based on the author's 20 years of experience as an elementary school teacher in both regular classrooms and resource rooms.

Cross-sectional analysis of six cases revealed that the backgrounds of school reluctance can be classified into three typologies: (1) bewilderment caused by changes in environment or daily rhythm, (2) emotional instability caused by changes in interpersonal relationships, and (3) changes that emerged in children who had been striving to adapt. These typologies are not mutually exclusive, and cases were organized according to the primary characterizing factor.

This paper does not aim to evaluate children's responses but rather to describe the diverse situations behind school reluctance and to document how teachers observed changes in children.

第1章 はじめに

Introduction

前稿「不登校生徒の保護者対応における教員の観察」では、不登校児童の保護者がどのように子どもと向き合い、学校や支援機関との関係を築いてきたかを、4つの類型に整理して考察した。保護者の対応を理解し、その背景にある多様な状況に目を向けることが、教員による支援の前提となることを示した。

本稿はその続編として、長期休み明けに行き渋りが増えるタイミングに焦点を当てる。夏休み明けや年度替わりといった節目は、児童にとって大きな環境変化を伴う時期であり、不登校の兆候が最も現れやすいタイミングの一つである。

筆者の20年間の現場観察において、休み明けの行き渋りの背景は実に多様であった。新しい環境への適応に戸惑う児童、休み中の人間関係の変化に揺れる児童、それまで頑張って適応していた糸が途切れる児童——いずれも、休みという断絶をきっかけに、それまで抱えていた負担や不安が表面化したものであった。

本稿は、筆者が実際に関わった6つの事例をもとに、行き渋りの背景を3つの類型に整理し、それぞれの事例における児童の姿と教員の観察を記述することを目的とする。

The previous paper, "Field Observations on Parental Responses to Students with School Refusal," examined how parents of children experiencing school refusal engaged with their children and built relationships with schools and support organizations, organizing observations into four typologies.

This paper serves as a sequel, focusing on the timing when school reluctance increases following extended breaks. Transitions such as the end of summer break or the start of a new academic year involve significant environmental changes for children and represent one of the times when signs of school refusal are most likely to emerge.

This paper aims to organize the backgrounds of school reluctance into three typologies based on six cases, describing the children's situations and how teachers observed the changes in each case.

第2章 観察の枠組みと分類

Observational Framework and Classification

本稿で取り上げる6つの事例は、いずれも筆者が小学校教員として直接関わった児童の記録に基づいている。個人の特定を防ぐため、事例の本質を損なわない範囲で細部を変更している。

6つの事例を観察した結果、行き渋りの背景を主に特徴づけていた要因に基づき、以下の3つの類型に整理した。

類型①「環境や生活リズムの変化で生じた戸惑い」は、進級や長期休みによる環境変化や生活リズムの乱れが、登校への戸惑いや不安につながったケースである。

類型②「人間関係の変化で生じた揺れ」は、休み中や年度替わりにおける友人関係の変化が、登校への意欲に影響を及ぼしたケースである。

類型③「頑張って適応していた子どもに表れた変化」は、新しい環境に必死に適応していた児童が、休みを挟むことで適応の糸が途切れ、不安や負担が表面化したケースである。なお、本類型にはゴールデンウィーク明けの事例を含む。ゴールデンウィークは一般的な長期休みとは性質が異なるが、入学後初めての連休として、それまで必死に適応していた糸が途切れるという点

で、夏休み明けや年度替わりと同様のメカニズムが働いており、本稿のテーマと合致するものと判断した。

これらの類型は相互に排他的なものではなく、一つの事例の中に複数の要素が含まれている場合もある。しかし、事例ごとに行き渋りの背景を最も特徴づけていた要因を特定し、それに基づいて分類することで、休み明けの児童の変化を理解する際の手がかりとなることを意図している。

The six cases presented in this paper are based on the author's direct observations of children as an elementary school teacher. Details have been modified to prevent identification of individuals while preserving the essence of each case.

Based on the primary characterizing factor behind school reluctance, the cases were organized into three typologies: (1) bewilderment caused by changes in environment or daily rhythm, (2) emotional instability caused by changes in interpersonal relationships, and (3) changes that emerged in children who had been striving to adapt. Typology 3 includes cases from after Golden Week. Although Golden Week differs in nature from typical extended breaks, the same mechanism operates in that the thread of adaptation that children had been desperately maintaining is broken, consistent with the theme of this paper.

These typologies are not mutually exclusive. By identifying the factor that most characterized the background of each case, this classification aims to provide guidance for understanding changes in children following breaks.

第3章 環境や生活リズムの変化で生じた戸惑い

Bewilderment Caused by Changes in Environment or Daily Rhythm

本章では、進級に伴う環境の変化や、長期休み中の生活リズムの乱れが、登校への戸惑いや不安につながった2つの事例を取り上げる。いずれの事例においても、児童は休みという断絶を経て、それまでの学校生活とは異なる状況に直面し、再び適応することの難しさを示していた。

This chapter presents two cases in which changes in environment due to grade advancement or disruption of daily rhythm during extended breaks led to bewilderment and anxiety about attending school.

エピソードA: 進級に伴う新しい環境への戸惑い

入学当初から不安が高く、見通しを持つことで安心できる児童であった。2年生になり、担任や学級の雰囲気が変わると、表情は硬く、周囲の様子を見ながら行動することが増えた。

学習内容も難しくなり、1年生の頃から特定の友達もいなかったため、安心して過ごせる相手を見つけることが難しかった。新しい環境の中で緊張した状態が続き、次第に欠席が増えていった。

The child had shown high anxiety since enrollment and felt secure when able to anticipate what would happen. Upon advancing to second grade, with changes in the homeroom teacher and classroom atmosphere, the child's expression became stiff and behaviors of watching others before acting increased. Academic content became more difficult, and having had no close friends since first grade, finding someone to feel comfortable with proved challenging. The sustained tension in the new environment led to gradually increasing absences.

エピソードB: 学校生活への切り替えの難しさ

1学期から課題の遅れや未提出が多かった4年生の児童であった。自分だけ学習についていけないという思いを抱えながら学校生活を送っていた。

夏休み中は昼夜逆転の生活となり、宿題も思うように進まないまま2学期を迎えた。学校生活のリズムへ戻すことが難しく、朝起きられない日が増え、遅刻や欠席が見られるようになった。

本人は学校へ行こうという気持ちはあるものの、理由をうまく言葉にすることはできなかった。家庭訪問では顔を見せて話をしてくれたが、どことなく登校への自信を失っているような様子が見られた。

A fourth-grade student who had frequently fallen behind on assignments and submissions since the first term carried the feeling of being the only one unable to keep up academically. During summer break, the child's sleep schedule became reversed, and homework did not progress as expected before the start of the second term. Returning to the school schedule proved difficult, with increasing days of inability to wake up in the morning and growing tardiness and absences. Although the child wanted to attend school, articulating the reasons was difficult. During home visits, the child would show their face and talk, but appeared to have lost confidence in attending school.

第4章 人間関係の変化で生じた揺れ

Emotional Instability Caused by Changes in Interpersonal Relationships

本章では、休み中や年度替わりにおける友人関係の変化が、登校への意欲に影響を及ぼした2つの事例を取り上げる。いずれの事例においても、人間関係の変化が行き渋りの直接的なきっかけとなっており、児童にとって学校生活における人とのつながりがいかに重要であることを示している。

This chapter presents two cases in which changes in friendships during breaks or academic year transitions affected children's motivation to attend school. In both cases, changes in interpersonal relationships served as the direct trigger for school reluctance, demonstrating how important social connections are for children's school life.

エピソードA: 仲の良かった友達との関係のずれ

高学年の児童で、夏休み明けの始業式には登校したものの、表情は浮かず、普段親しくしていた友達と過ごす姿は見られなかった。

その後も数日は登校していたが、以前のように仲の良かったグループで過ごすことはなく、班活動などで別の友達と話す場面はあった。

やがて欠席するようになり、家庭訪問で本人の話を聞いたところ、夏休みにSNS上で友達とのトラブルがあったことが分かった。関係者と話し合いを重ねたことで、登校できるようになった。

An upper-grade student attended the opening ceremony after summer break but appeared subdued and was not seen spending time with the friends they had previously been close to. The student continued attending for several days but did not spend time with the former friend group, though there were occasions of talking with other classmates during group activities. Eventually absences began, and through a home visit, it was learned that there had been trouble with friends on social media during summer break. Through repeated discussions with those involved, the student was able to return to school.

エピソードB: 新しい人間関係への移行の難しさ

3年生頃から友達とのトラブルが頻繁に見られ、3学期には欠席する日も見られた児童であった。新年度は人間関係に配慮してクラス編成を行い、トラブルの多かったグループとは離れたが、比較的關係の良かった児童とは同じ学級となった。

しかし、休み時間や放課後には以前のグループの友達と関わろうとする様子が続いていた。その後、再び友達とのトラブルが起こり、「学校へ行きたくない」と話すようになり、登校しぶりが見られるようになった。

From around third grade, the child had frequent conflicts with friends, and absences were observed during the third term. For the new academic year, class assignments were made with consideration for interpersonal relationships, separating the child from the group where conflicts had been frequent while keeping relatively positive relationships intact.

However, the child continued to seek interaction with the former friend group during breaks and after school. Subsequently, conflicts with friends arose again, and the child began expressing reluctance to attend school, with school reluctance becoming apparent.

第5章 頑張って適応していた子どもに表れた変化

Changes That Emerged in Children Who Had Been Striving to Adapt

本章では、新しい環境に必死に適応していた児童が、連休を挟むことで適応の糸が途切れ、それまで抱えていた不安や負担が表面化した2つの事例を取り上げる。いずれの事例もゴールデンウィーク明けの1年生であり、ゴールデンウィークは一般的な長期休みとは性質が異なるが、入学という最大級の環境変化の直後に訪れる初めての連休として、「休みを挟むことで適応の糸が途切れ、行き渋りが表面化する」という本稿のテーマと同じメカニズムが働いている。

This chapter presents two cases in which children who had been desperately adapting to their new environment experienced a break in their thread of adaptation following a holiday period, causing previously held anxieties and burdens to surface. Both cases involve first-grade students after Golden Week. Although Golden Week differs in nature from typical extended breaks, as the first consecutive holidays following the major environmental change of school enrollment, the same mechanism operates: the thread of adaptation is broken by the break, and school reluctance emerges.

エピソードA: 「失敗しないように」と頑張っていた子に表れた不安

入学当初から不安が強く、失敗しないように周囲の様子をよく見ながら、学習面でも生活面でも間違いがないよう真面目に取り組んでいた児童であった。新しい学校生活に適応しようと頑張る一方で、常に緊張感があり、肩に力が入っている様子も見られた。

ゴールデンウィークで学校生活が一度途切れた後、登校時間になると不安が高まり、母親から離れにくくなる様子が見られた。母親は一緒に登校するのではなく、近所の年上の子に協力を依頼し、本人が自分の力で学校へ向かえるよう支えた。6月頃には学校生活にも慣れ、安心して登校できるようになった。

Since enrollment, the child had shown strong anxiety, carefully observing peers to avoid mistakes, and earnestly engaging in both academic and daily school activities. While striving to adapt to the new school life, a constant sense of tension was observed, with the child appearing physically tense.

After school life was interrupted by Golden Week, anxiety heightened around school departure time, and the child became reluctant to separate from the mother. Rather than accompanying the child to school, the mother enlisted the help of an older neighborhood child to support the child in going to school independently. By around June, the child had grown accustomed to school life and was able to attend with confidence.

エピソードB: 学校と学童の両立の中で抱えていた負担

入学後、園の友達と仲良く過ごし、学校生活を楽しんでいた1年生であった。学習面では難しさを感じる様子もあったが、授業では張り切って取り組み、宿題も真面目に向き合っていた。一方で、学童(放課後児童クラブ)では学校とは異なる雰囲気馴染むことが難しく、友達が帰宅する中で自分に残ることへの負担も感じていた。

4月から「行きたくない」という思いはあったものの、頑張って通っていたが、ゴールデンウィーク明けをきっかけに、その気持ちが強く表れるようになった。登校時には母親と離れたくない、学童を休みたいという思いを訴えるようになり、母の送迎で登校していた。

その後、兄弟と過ごす日をつくったり、習い事など別の場所で過ごしたりすることで放課後の環境を調整し、不安は落ち着いていった。

A first-grader who had been happily spending time with friends from preschool and enjoying school life. While the child found academics somewhat challenging, they participated enthusiastically in class and approached homework seriously. However, the after-school care program presented difficulties, as its atmosphere differed from school, and the child felt burdened by staying while friends went home.

From April, the child had felt reluctant but continued attending through effort. After Golden Week, these feelings emerged more strongly, with the child expressing a desire not to separate from the mother at school departure and wanting to skip after-school care, attending with the mother's accompaniment. Subsequently, by arranging days to spend with siblings and providing alternative after-school activities such as lessons, the after-school environment was adjusted and the anxiety subsided.

第6章 考察: 行き渋りの背景を理解する3つの視点

Discussion: Three Perspectives on Understanding the Backgrounds of School Reluctance

6つの事例を横断的に分析すると、休み明けの行き渋りを理解する上での視点は、以下の3点に集約される。

6.1 行き渋りは「休み明け」に始まるのではなく、休み前から蓄積されている

The Reluctance Does Not Begin After the Break — It Accumulates Before It

類型①の2つの事例が示すように、行き渋りは休み明けに突然始まったものではなく、休み前から存在していた不安や困難が、休みという断絶を経て表面化したものであった。エピソードAでは進級前から不安の高さが見られており、エピソードBでは1学期から学習の遅れを抱えていた。

重要なのは、休み明けの変化だけを見るのではなく、休み前の児童の状態に遡って理解することである。休み明けの行き渋りは、児童がそれまで何とか維持していた適応の限界が、休みによって可視化された結果であることが多い。

As the two cases in Typology 1 demonstrate, school reluctance did not suddenly begin after the break but rather surfaced from anxieties and difficulties that existed before the break. It is important not to look only at changes after the break but to trace back to the child's condition before it. Post-break reluctance is often the result of the break making visible the limits of the adaptation that the child had been barely maintaining.

6.2 人間関係の変化は、児童の力だけでは対処しきれない

Changes in Relationships Cannot Be Managed by Children Alone

類型②の事例は、休み中や年度替わりにおける人間関係の変化が、児童の登校意欲に大きな影響を及ぼすことを示している。エピソードAではSNS上のトラブルが対面の関係にまで波及し、エピソードBではクラス編成による物理的な分離だけでは関係性の問題が解決しないことが示されていた。

いずれの事例においても、人間関係の変化は児童の力だけでは対処しきれないものであり、教員が変化の兆候に気づき、早期に介入することの重要性が示唆されている。特にSNS上のトラブルは学校の目が届きにくい場で発生するため、休み明けの児童の様子を丁寧に観察することが求められる。

The cases in Typology 2 demonstrate that changes in interpersonal relationships during breaks or academic year transitions significantly affect children's motivation to attend school. In both cases, the changes in relationships were beyond what children could manage alone, suggesting the importance of teachers noticing signs of change and intervening early. SNS-related conflicts in particular occur in spaces beyond the school's visibility, requiring careful observation of children's behavior after breaks.

6.3 「頑張っている子」ほど、休みが転換点になりやすい

Children Who Are Trying Hardest Are Most Vulnerable to Breaks as Turning Points

類型③の事例は、新しい環境に必死に適応していた児童にとって、休みが適応の糸を断ち切る転換点となることを示している。エピソードAでは「失敗しないように」と緊張し続けていた児童が、エピソードBでは学校と学童の両方で頑張っていた児童が、いずれもゴールデンウィーク明けに変化を示していた。

注目すべきは、これらの児童が休み前には一見適応できているように見えていた点である。真面目に取り組み、大きな問題を起こさない児童の中にこそ、限界まで頑張っている子どもがいるということを、教員は認識しておく必要がある。「適応できている」と見える児童の中に、実は支援を必要としている子どもがいないか——その視点を持つことが、休み明けの行き渋りの早期発見につながる。

The cases in Typology 3 demonstrate that for children desperately adapting to new environments, breaks can become turning points that sever the thread of adaptation. Notably, these children

appeared to be adapting successfully before the break. Teachers need to recognize that among children who work earnestly and cause no obvious problems, there may be those pushing themselves to their limits. Maintaining the perspective that children who appear to be "adapting well" may actually need support is key to early detection of post-break school reluctance.

第7章 おわりに

Conclusion

休み明けの行き渋りの背景は、一つとして同じものがなかった。環境の変化に戸惑う児童、人間関係の変化に揺れる児童、頑張って適応していた糸が途切れる児童——6つの事例が示しているのは、行き渋りは休み明けに突然始まるものではなく、児童がそれまで抱えていた不安や負担が、休みという断絶をきっかけに表面化したものであるという事実である。

前稿で示した保護者支援における「居場所」「役割」「連携」という3つの鍵は、休み明けの行き渋りの理解においても通底している。児童にとっての「居場所」は安心して過ごせる教室や人間関係であり、「役割」は学校生活の中での自分の存在意義であり、「連携」は家庭と学校のつながりである。休みという断絶がこれらを揺るがすとき、児童は行き渋りという形でその不安を表現する。

本稿を通じて改めて感じたのは、休み明けの行き渋りは「問題行動」ではなく、児童が発するサインであるということである。そのサインに気づくためには、休み明けの変化だけでなく、休み前からの児童の状態を丁寧に観察し、理解しておくことが不可欠である。

本稿が、休み明けの児童の変化に関わるすべての教育関係者にとって、「この児童は今、何を抱えているのか」を見つめ直す手がかりとなれば幸いである。

No two backgrounds of post-break school reluctance were the same. Children bewildered by environmental changes, children unsettled by shifts in friendships, children whose thread of adaptation snapped — what the six cases demonstrate is that school reluctance does not suddenly begin after a break but rather surfaces from anxieties and burdens that children had been carrying, triggered by the break as a point of discontinuity.

The three keys identified in the previous paper — "belonging," "role," and "collaboration" — also apply to understanding post-break school reluctance. For children, "belonging" is a classroom and relationships where they feel safe; "role" is their sense of purpose in school life; and "collaboration" is the connection between home and school. When a break disrupts these, children express their anxiety through school reluctance.

What this paper has reinforced is that post-break school reluctance is not "problem behavior" but a signal from the child. To notice that signal, it is essential to carefully observe and understand the child's condition not only after the break but from before it.

The author hopes that this paper will serve as a guide for all educators involved with children following breaks to reconsider: "What is this child carrying right now?"

参考文献

References

文部科学省「令和4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」(2023年)

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm

文部科学省「不登校児童生徒への支援の在り方について(通知)」(2019年)

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1422155.htm

文部科学省「通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果」(2022年)

https://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/2022/1421569_00005.htm

成田なり・渡辺直也「不登校生徒の学習再開における現場観察」Biz Writer Office(2026年)

<https://biz-writer.jp/report/2026-005/school-refusal-restart.pdf>

成田なり・渡辺直也「別室登校・保健室登校から教室復帰に至るプロセスの観察」Biz Writer Office(2026年)

<https://biz-writer.jp/report/2026-006/classroom-reentry.pdf>

成田なり・渡辺直也「不登校生徒の保護者対応における教員の観察」Biz Writer Office(2026年)

<https://biz-writer.jp/report/2026-007/parent-response.pdf>

Biz Writer Office ©2026

Citation ID: <https://biz-writer.jp/report/2026-008>