

登校、怠学および慢性的長期欠席：両親が知っておく必要のあることは

(仮訳：中村道彦)

過去 4 週間の間にあなたのお子さんは何日学校を休みましたか？1 日、2 日程度のただの病気欠席ですか？歯科を受診するために早退した日はどうでしたか？それとも休暇を延長してとった日数ですか？登校の軌跡を追跡し続けることはいつも難しいものです。

- そこかしこの学校で一日休むことは問題とは思えないかもしれませんが。しかし欠席は急速に増えていきます。そしてこのような欠席の日々はあなたの子どもの学習することや健康全般に大きな衝撃となりえます。
- 1 ヶ月間に 2 日休む—それが無断欠席であろうとあるまいと—ことは、子どもが慢性的な欠席をしていると考えられるまで欠席日が加算されていく可能性があります。

これがアメリカ小児科学会 American Academy of Pediatrics (AAP) が両親を鼓舞して不必要な欠席を減らし、両親たちが子ども達に毎日決まった時間に登校させることを優先して実行するための出席方策について学ぶように働きかけている理由です(以下の 10 のヒントを参照)。

慢性的な長期欠席が全国的に広がり百万の生徒に影響しています。

このことを高校生がただ学校をさぼっているとしか、あなたは考えていないかもしれませんが。しかし実際には、この問題は子どもの頃から始まっています。2019 年の AAP 方策声明『**登校と健康の連結**』に強調されている研究によると、幼稚園児と第 1 学年の児童たちの少なくとも 10%が学年中に 1 ヶ月以上欠席していたとのことです。慢性的な長期欠席は中等学校ではさらに一般的になり、さらに全高校生の 19%が慢性的に欠席していました。

慢性的な長期欠席の頻度は COVID-19 のパンデミック中に **2 倍以上**になったと見積もられています。データが示すように、例えば低収入世帯出身の生徒たちのように、殊に脆弱な集団に対するケースであるかもしれません。

生徒たちが慢性的に欠席するのには様々な理由があります。

避けることができない長期欠席には何かしらの理由があります。COVID-19 のようなある種の感染性疾患の間、密着回避の要請は登校できない日々を増やし続け、例えば、生後 6 カ月以上の者に行われた COVID-19 のワクチン接種やブースター接種が欠席を減少させる助けになっていたと思われます。しかしもしあなたの子どもの学校を何日にもわたって、すなわち毎月数日程度、休んでいるならば、長期欠席の理由を考慮することは大切です。

- **全国的な研究**の示すところでは、**ADHD**、自閉症あるいは発達遅延のある子ども達は、これらのない子どもに比べて、慢性的な欠席は 2 倍程度になる傾向があります。
- 一般的な慢性疾患、例えば**喘息**や**I 型糖尿病**のある子ども達は、症状の悪化している時に学校を休んでいます。
- **不安**や**抑うつ**のような精神的健康に関する病状は、一般によくみられる欠席の理由です。

● 最大 5%の子ども達は**学校関連不安 school-related anxiety** をもっており、なぜ登校を拒否しているかを理解したり説明をしたりすることに四苦八苦しています。

この全てを足し合わせてみると、多くの空席や欠席時間が創り出されることとなります。

このような不登校の有害性を甘く見積もってはいけません。

月に僅か 2 日の欠席一どのような理由であれ—が、様々な状況で子ども達にとって問題となりうるのです。幼稚園や第 1 学年で慢性的に欠席している子ども達は、第 3 学年までに学年レベルの読書能力を獲得することは難しいことです。年長の生徒達では、慢性的に欠席することは、学業上の失敗—低い学年に停留することや低い試験点数をとること以上のもっと深刻な失敗—に強く関連しています。欠席が積み重なると、このような生徒たちは、高校を停学になったり**退学**になったりする可能性が高くなります。慢性的な長期欠席は、10 代の若者の物質使用や、成人になってからの健康障害にも繋がっています。

慢性的な長期欠席と怠学の定義

慢性的な長期欠席はどんなこと？

慢性的な長期欠席は非常に長く学校を休むことです—どのような理由からでも—またそれが無断欠席でもなくても。専門家やその数が増える傾向にある多くの州は、慢性的な長期欠席を学年における総出席日数の 10%(あるいは 18 日前後)欠席することと定義しています。

何が生徒を「怠けさせる」のか？

慢性的な長期欠席は、無断欠席でもなくても、欠席日を全て積算していますが、怠学は無断欠席のみを積算しています。「怠学」とみなされた生徒に関する無断欠席の日数は州によって異なります。出席に関する校区方針と州規則を読んでみて下さい。何日の欠席が許されているのか、そして認可された欠席と無断欠席として積算されるのはどんな場合かについて十分な情報を持っていることが必要です。

あなたが受け取るどんな警告も真剣に受けてください。あまりにも多い欠席の結末は生徒にとって厳しいだけでなく、両親にとっても厳しいものです。軽い怠学には学校は警告文書、親・教師二者面談、そしてその他の方法で扱っています。しかし、一部の州では、子どもがあまりにも多く学校を休むときには、親に罰金を科すことがあります。

助けとなる 10 のヒントで、あなたの子どもは学校に毎日時間通りに登校するようになります。

1. 子どもと一緒に出席日数のゴールを設定し子どもの出席日をカレンダーに記録してください。学校を休まないことに対するささやかな報酬、例えば週末は就寝時間を遅くするなどを提案することも試してください。
2. 夜間良眠になるように子どもを援助してください。睡眠不足は中学年に始まる学業成績の低下、さらに欠席や遅刻の日数の増加にも関連しています。大部分の低学年の子ども達は一晩に 10–12 時間の睡眠を必要とし、青年(13–18 歳)では一晩に 8–10 時間の睡眠が必要です。ここであなたの子どもが何時間の睡眠が必要かチェックしてください。
3. 朝を簡素化するために前の晩に準備をしてください。子どもに服を準備させてください。**バックパック**や**昼食**を詰めておいてください。バスを見過ごすとか早朝の会議などのように何が起こるかもしれないので登校方法について予備のプランを設定しておいてください。あなたが手助けを必要とするときに、子どもを学校につれていってくれるように家族の誰か、隣

人またはその他の信頼できる大人に待機してもらってください。

4. 学校時間の前後に歯科や診察の予約を取るようにしてください。子ども達が病院受診の予約のために学校を休まなくてはならない場合は、受診後にすぐに学校に戻らせて一日学校を休むことがないようにしてください。
5. 学校の休暇期間中に旅行の延長計画をしてください。こうすることであなたの子どもが学校の授業を受けることの助けになるだけでなく、子どもが学年期間中は学校にとどまるべきであるという期待を持たせることとなります。小学校においてすらも、クラスを1週間休むことであなたの子どもは学習することを後回しにしてしまうことがあります。
6. 子どもが本当の病気であれば、家にいさせてはいけません。子どもが学校を休んで家にいる理由としては、体温が 101°F (38.3°C)以上の発熱、嘔吐、下痢、空咳、歯痛、COVID-19 検査陽性か他の感染性疾患があります。心に留めておいて欲しいことは、頻繁な胃痛や頭痛の訴えは不安のサインであることがあり、家にとどまる理由にはならないと思われれます。「[学校回避：心配をする親のためのヒント](#)」を参照
7. 子どもがどうして学校に行きたくないのか、その理由を話し合ってください。学校関連不安は学校回避につながる場合があります。身体及び精神の症状について子どもと話し合ってください。精神的に苦しんでいることについて話し合うように子ども達を仕向けてください。その背後にいじめ、落第の恐怖、あるいは実際の身体的危害のような問題を抱えていることがあるからです。
8. あなたの子どもに喘息、アレルギー、てんかん発作のような慢性的な健康問題があるならば、学校活動計画を進めることについて小児科医と相談してください。子どもの[学校看護師](#)に会って、情報を得るようにしてください。個別教育プログラム Individualized Education Program (IEP) または 504 Plan に関するガイダンスや文書を必要とする場合には、[学校におけるサービスを利用できるように](#)小児科医の援助を求めてください。
9. 規則に従ってください。あなたの子どもが欠席や遅刻をしたときに学校が要求していることは何かを確実に知るようにしてください。もし欠席や遅刻が何日かあった後、あなたが主治医に電話、email またはカルテの提供を考えているのであれば、そうしてください。子ども達が規則に従うことを望んでいるならば、私たちは見本を示して先導するべきです。
10. 子ども出席記録を続けてください。そうすることで休んだ日を追記できるためいつ休んだのかを知ることができます。あなたの子どもがなぜ休んだのかを探ってみてください。あなたの子どもの気分について考えてみてください。子どもが最近一人で時間を過ごすようになっていませんか？子ども達の慢性的な病状がさらに問題となり始めていませんか？これは登校拒否ですか？あなたが自分の子どものことを一番よく知っているのです。

さらなる情報

- [あなたの子どもが健全な学年を過ごせるために助けとなるヒント](#)
- [あなたの就学前児は幼稚園の準備をしていますか？](#)
- [AttendanceWorks.org](#)
- [健全な学校キャンペーン.org](#)
- [全生徒成功条例 Every Student Succeeds Act \(ESSA\)](#)

School Attendance, Truancy & Chronic Absenteeism:

What Parents Need to Know

How many days has your child been absent from school over the past 4 weeks? Was it just one sick day or two? What about the day they left early for the dentist? Or the days you took off to extend a vacation? It's hard to always keep track.

- Missing a day here or there may not seem like a problem. But absences add up quickly. And these missed school days can have a big impact on your child's learning and overall health.
- **Missing two days a month—excused or unexcused—can add up to a child being considered chronically absent.**

That's why the American Academy of Pediatrics (AAP) encourages parents to reduce unnecessary absences, learn about attendance policies where they live and prioritize getting their kids to school on time, every day (see [10 tips](#), below).

Chronic absenteeism affects millions of students nationwide.

You may think this is just high school students skipping school. But in fact, this problem starts early. According to research highlighted in the 2019 American Academy of Pediatrics policy statement, [The Link Between School Attendance and Good Health](#), at least 10% of kindergarten and first-grade students missed a month or more of the school year. Chronic absenteeism became more common in middle school, and about 19% of all high school students were chronically absent.

It is estimated that rates of chronic absenteeism may have [more than doubled](#) during the COVID-19 pandemic. Data suggests this may be especially the case for vulnerable populations such as students from low-income households.

Students are chronically absent for many reasons.

There are some reasons for absenteeism that cannot be avoided. The need to isolate during an infectious illness like COVID-19 continues to cause missed school days, for example. COVID-19 vaccines and boosters for everyone age 6 months and older should help reduce these absences. But if your child is missing many days of school, or a few days every single month, it's important to consider the reason for the absenteeism.

- A [nationwide study](#) found that kids with [ADHD](#), autism or developmental delays are twice as likely to be chronically absent compared to kids without these conditions.
- Children with common chronic illnesses, such as [asthma](#) and [type 1 diabetes](#), miss more school when they are having more symptoms.
- Mental health conditions, like [anxiety](#) or [depression](#), are common reasons for absences.
- Up to 5% of children have [school-related anxiety](#) and may struggle to understand or explain why they refuse to attend school.

Add it all up, and this creates a lot of empty desks and missed school time.

Don't underestimate the harm of these school absences.

Missing just two days a month of school—for any reason— can be a problem for kids in a number of ways. Children who are chronically absent in kindergarten and first grade are less likely to read on grade level by the third grade. For older students, being chronically absent is strongly associated with failing at school—even more than low grades or test scores. When absences add up, these students are more likely to

be suspended and [drop out](#) of high school. Chronic absenteeism is also linked with teen substance use, as well as poor health as adults.

Chronic absenteeism & truancy defined

What is chronic absenteeism?

Chronic absenteeism means missing too much school—for any reason—excused or unexcused. Experts and a growing number of states define chronic absenteeism as missing 10% (or around 18 days) during a school year.

What makes a student 'truant'?

While chronic absenteeism measures total absences, including excused and unexcused, truancy measures only unexcused absences. The number of unexcused absences it takes for a student to be considered a "truant" differs by state. Read your school district policies and state codes on attendance. You need to stay well-informed on how many absences are allowed, and what count as excused and unexcused absences.

Take any warning you receive seriously. Why? The consequences of too many absences are serious not only for students, but also for parents! Schools handle minor truancy with warning letters, parent-teacher conferences and other means. However, in some states, parents can be fined when their kids miss too much school.

10 tips to help get your child to school on time, every day

1. **Set attendance goals with your child and track your child's attendance on a calendar.** Try offering small rewards for not missing any school, such as a later bedtime on weekends.
2. **Help your child get a good night's sleep.** A lack of sleep is associated with lower school achievement starting in middle school, as well as higher numbers of missed school and tardiness. Most younger children need 10-12 hours per night and adolescents (13-18 years of age) need 8-10 hours per night. [Check how many hours your child needs here.](#)
3. **Prep the night before to streamline your morning.** Have your child lay out their clothes. Have [backpacks](#) and [lunches](#) packed. Develop back-up plans for getting to school if something comes up like a missed bus or an early meeting. Have a family member, a neighbor or another trusted adult on standby to take your child to school should you ever need help.
4. **Try to schedule dental or medical appointments before or after school hours.** If children have to miss school for medical appointments, have them return immediately afterward so they do not miss the entire day.
5. **Schedule extended trips during school breaks.** This helps your child stay caught up in school learning and sets the expectation for your child to be in school during the school year. Even in elementary school, missing a week of classes can set your child behind on learning.
6. **Don't have your child stay home unless they are truly sick.** Reasons to keep your child home from school include a temperature greater than 101 degrees, vomiting, diarrhea, a hacking cough, toothache or a positive tests for COVID-19 or other infectious illnesses. Keep in mind, complaints of frequent stomachaches or headaches can be a sign of anxiety and may not be a reason to stay home. *See [School Avoidance: Tips for Concerned Parents](#).*
7. **Talk with your child about the reasons why they do not want to go to school.** School-related anxiety can lead to school avoidance. Talk to your child about their physical and emotional symptoms. Try to get them to talk about any emotional struggles they may have with issues like [bullying](#), [fear of failure](#) or actual [physical harm](#). If you are concerned about your child's mental health, talk with your pediatrician, your child's teacher or school counselor.
8. **If your child has a chronic health issue such as [asthma](#), [allergies](#) or [seizures](#), talk with your pediatrician about developing a school action plan.** Meet with and get to know the [nurse at your](#)

[child's school](#). If you need guidance and documentation for an Individualized Education Program (IEP) or 504 Plan, ask for your pediatrician's help [accessing services at school](#).

9. **Follow the rules.** Be sure you know what your school's requirements are for when your child will be absent or late. If you are supposed to call, email or provide a doctor's note after a certain number of days out, then do it. If we want our children to follow rules, we must lead by example.
10. **Keep track of your child's attendance so you know when the days missed start to add up.** Look into why your child is absent. Think about your child's mood. Have they been spending time by themselves lately? Is their chronic condition starting to be more problematic? Is this school refusal? You know your child best.

More information

- [Tips to Help Your Child Have a Healthy School Year](#)
- [Is Your Preschooler Ready for Kindergarten?](#)
- [AttendanceWorks.org](#)
- [HealthySchoolsCampaign.org](#)
- [Every Student Succeeds Act \(ESSA\)](#)

Last Updated 9/16/2022 **Source** American Academy of Pediatrics (Copyright © 2019)