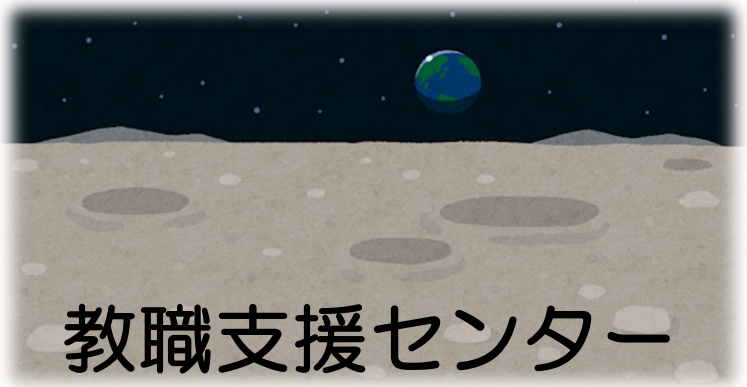

第40号(2026年冬号)
発行日　2026年3月6日
信州大学教職支援センター
Shinshu University
Center for the Teaching Profession

教職支援センター　ニューズレター

巻頭言

“わかってもらえる”が子どもを支える
―ADHD傾向のある子どもたちと自己肯定感

診断は受けていないものの、発達特性に基づく困難を抱える、いわゆる“グレーゾーン”の子どもたちは、学習や対人関係において課題を抱えやすく、自己肯定感や心理社会的適応が低下しやすいと言われています。一方で、自己肯定感には多様な側面がありますが、どの側面がとくに脆弱になるのか、そして教師の支援がそれらをどこまで支えることができるのかについては、十分に明らかになっていません。

私たちの最近の研究では，子どもたちのADHD傾向に着目し、自己肯定感の低下と抑うつ感および易怒感（イライラや怒りが出やすい状態）との関連、さらにその負の連鎖に対して教師からの支援がどのような役割を果たすのかを検討しました。調査は日本全国の18歳の若者を対象に実施し、自身のADHD傾向、自己肯定感、心理社会的適応、中学生・高校生時代に受けた教師からの支援経験（回顧法）に回答してもらいました。調整媒介分析という統計手法を用いて検討した結果、以下の2点がとくに重要な示唆を含んでいると考えられました。

第一に、「自分の特性を理解してもらえた」という理解支援と、「特性に合った学習指導を受けられた」という学習支援を多く経験している子どもたちは、ADHD傾向と自己肯定感の評価的側面（自分の能力や可能性への肯定的自己評価）との負の関連、ならびに評価的側面と易怒感との負の関連が、いずれも緩和されていました。教師による個別理解や授業の工夫が、自分の可能性を信じる気持ちを支え、そのことが感情面の安定にもつながっていると考えられました。

第二に、ADHD傾向そのものと心理社会的適応との直接的な負の関連については、教師の支援による緩和効果が見られませんでした。これは、こうした困難への教育的支援を考えるうえで、直接的な対処のみならず、自己肯定感の育成を通した間接的なアプローチが大切であることを示唆しています。

今回の研究は回顧法に基づく調査であり、限界もありますが、ADHD傾向をもつ子どもたちに対して、教師や学校にできる支援のあり方を具体的に考える一助となりました。診断の有無にかかわらず、すべての子どもがありのままの自分を肯定的に感じられる学校や教育の在り方を、これからの研究でも探究していきたいと考えています。

参考文献：横嶋敬行（2026）．注意欠如多動症傾向の中高生に対する教育的支援の役割――自尊感情を介した内在化・外在化問題への調整機能に注目して　教職研究，17（2026年3月発行予定）．

横嶋　敬行　（教職支援センター　助教）

初級CST養成講座を振り返って（1）

令和7年12月６日（土）松本キャンパスにおいて、令和７年度初級CST認定審査会を開催しました。CST（Core　Science　Teacher）とは、理科教育の中核的役割を果たす教員で、信州大学と長野県教育委員会と共同で人材養成に取り組んでいます。初級CST認定審査に挑戦したみなさんの感想を紹介します！

【理学部　北原　壮之さん 】

１年生から初級CSTを受講してきて、理科教育の面白さ、楽しさを学んだ。とくに、櫻井先生による実験を伴う授業が非常に面白かった。印象に残っているのは、身近なものを使ってpH指示薬を作ってみるものである。いつか実践してみたいと思った。

教育実習では、実践的な模擬授業や塾講師などの経験がないことから授業づくりに大きな不安があった。しかし、CSTの授業での櫻井先生のみせ方や、教職支援センターの先生方のご助言から面白くて楽しい授業を作ることができたのではないかと考えている。実際に、私自身も授業をしていて楽しかった。また、生徒や見学にきた他の実習生や先生方から面白かったと言ってもらうこともあった。ただこれらができたのは、授業を受けてくれている生徒はもちろんのこと、日々指導して下さった実習校の先生方、そして教職支援センターの先生方のご支援によるものだと考えている。教育実習で得た経験をきちんと自分の力にし、さらに伸ばしていきたい。

審査会では、研究授業で扱った中学３年生のイオン化傾向の導入部分を行なった。正直、授業は生徒が実際にいてこそというか、私はそのクラスの生徒と共に作り上げていきたいという考えで授業づくりをしてきた。そのため、研究授業とは異なる環境で模擬授業をすることに自信がなかった。ただ、自分が受けていて楽しかった授業、どうしたらわかりやすいか、興味をもてるか、など仮想の生徒のことを考えて授業を構築してみると、意外と面白い授業ができるのではないかと思った。それを突き詰めていくのも面白かった。

当日、実際に他の受講生を当てることで、より私のしたかった授業に近づくことができたのではないかと思った。また教室内の反応、雰囲気も良かったのではないかと振り返っている。直前で、変更した部分を審査員の方に評価していただいたことが嬉しかった。ただあまり触れられなかったが、個人的にあれこれ私のもてる授業の工夫を散りばめていたので、そこの評価は気になるところであった。兼ねてより私の課題は時間配分である。どうしても導入を大切にしたいがために時間がかかってしまう。実習では経験を積むことで時間配分は改善されていくことが多いとご指導いただいた。これからも多くの学びを得ていきたい。最終的には、全生徒が面白く楽しく端的に疑問点を見出し、実験にうつることができるよう、導入を作っていきたい。

最後に、私は高校教員になるが、初級CST養成講座で得た経験を糧にし、さらなるよりよい理科教育者になれるよう尽力したい。

【理学部　上野　大地さん】

CTS講座を通して、実験の行い方を学べた。身近なものを題材に使用して興味関心を向上させる方法や、生徒の中に疑問を湧き起こさせる流れ、そして中高生でも全体が理解しやすい実験内容など様々なことを学ぶことができた。教育実習で実際に実験を行う中でも、CTS講座の学びは発揮されたと考えられる。今後も、中高生に対して有意義な実験を行うために、学んだことを意識していきたい。

【理学部　菊池　美雪さん】

私はありがたいことに、小・中・高での理科の実験や観察を通して、さまざまな理科の体験をさせていただきました。その経験から理科の面白さに強く惹かれ、現在は理学部に入学しています。そして、自分が経験してきたような楽しい理科の学びを、次の世代の子供たちにも伝えたいと思い、CSTの活動を始めました。CSTでの活動を通して、自分自身が「面白い」「楽しい」と感じていることを、生徒に分かりやすく伝えることの奥深さを学びました。4年間のCSTの活動は、実験や観察の教材を学ぶだけでなく、それらをどのように生かすかを考える姿勢や、教員として教材研究を続けていくための大きなモチベーションとなりました。

審査会では、自分の授業に対して多くの意見をいただき、大変貴重な経験となりました。また、他の方の授業を見る中で、「このように見せる方法があるのか」と多くの刺激を受けました。4年間CSTを続けたことで、「これは教材になるのではないか」と考えるアンテナが鍛えられたように思います。今後も学び続ける教員として広い視野をもち、子供たちに理科の面白さを伝えられる存在になりたいです。4年間、ありがとうございました。

【農学部　平尾　瑠惟さん】

CST講座を受講していてよかったと思えた２点を以下にまとめる。

１つは講習会で担当の先生と雑談できたことだ。当然のことながら実験装置を組み立てたりして教材研究の方法を学んだことは非常に有意義な時間であった。しかし、それと同等以上に先生が現役で教職員を勤められていた当時のエピソードを紹介してもらったり、理科的な視点から乗り物が動く仕組みを面白おかしく教えてもらったりしたことは学ぶことが多かった。おかげ様で教育実習中に生徒と触れ合ったり、授業中に学習内容に関係する小話をしたりする際に非常に役に立った。

もう１つは初級CST認定審査会に参加し、審査員先生方の評価を受けられたことだ。実習校では得られなかった視点からのアドバイスを受けられたことで、把握しきれていなかった課題に気づき、以降の演習で改善に努めることができた。

専門科目＋教職科目に加え、CST講座を受講することは大変だったこともあったが、相応の成果を身につけられたと思う。

教職支援センター　12～2月の動き

- 初級CST認定審査会（12/6）
- 長野県総合教育センターと理学部の振り返り会（12/9）
- 伊那市教育委員会と農学部との懇談（12/22）
- 松本附属学校園と松本キャンパス教職課程設置学部との連絡会（1/23）
- 山形村未来塾閉講式（2/14）
- 朝日村未来塾閉講式（2/14）
- 生坂村未来塾閉講式（2/28）

近年の教員採用試験　～教員採用試験の共同実施について～

2026年度実施の長野県教員採用試験の一次試験の日程は、ご存じですか？
「6月の末から7月初旬頃だった気が…。」
そうです。その通り！6月27・28日で実施されます。もちろん、他の自治体が同じ日というわけではありません。教員志望で次年度4年生となる学生たちは、せっせと教員採用試験の勉強を進めているところだと思います。因みに二次試験は8月上旬。合格発表は8月下旬となっています。

2026年度長野県教員採用試験日程	
一次試験	6月27・28日（土日）
二次試験	8月上旬
合格発表	8月下旬

近年教員採用試験の早期化が進み、早い自治体では2026年3月3日出願締め切り、一次試験が5月9･10日（令和9年度静岡県公立学校教員募集）というところもあります。一次試験が4年の教育実習前になるでしょうか。教職支援センターでは、3年の後期から教員採用試験対策講座を開設して、学生たちの支援にあたっていますが、学生にとってはハードなスケジュールだと思います。

今日、教員不足や教員採用試験倍率の低下が問題となっており、教員採用試験の在り方も議論が進んでいます。文部科学省は2027年度から教員採用試験の一次試験について共同での実施を計画しています。「教員採用選考に係る第一次選考の共同実施に関する自治体協議会」において協議され、51の自治体（令和７年12月5日　報告書時点）が参加しています。日程案ではA日程：5月8日（土）／B日程：6月12日（土）／C日程：7月10日（土）が示され、各日程で受験が可能です。これまで各都道府県と政令市が独自の日程で実施していた一次試験が共通化され、受験者にとっては、一回の一次試験で複数の自治体への応募ができる点がメリットといえるでしょう。現状では出願方法等、不確定な部分もありますし、共同実施に参加しない自治体もありますから、希望する自治体の出願や日程については、注意が必要です。

二次試験に関しては、各自治体によって実施され「第一次選考の問題作成に係る負担軽減により、第二次選考において人物重視の丁寧な選考が可能に」なることがメリットとして挙げられています。

長野県では2026年度当初予算案において「教員採用選考共同実施委託料」が予算請求されており、2027年度より教員採用試験の一次試験が共通化される見込みです。共同実施により、試験問題がどのようになるのか。複数の自治体が問題作成に参画することで、教職教養や専門教科の試験の形式や点数配分など、初回の実施は受験者にとって対策が難しいといえるでしょう。教職支援センターでは、引き続き教員採用試験受験者への支援に努めてまいります。

【参考】
・文部科学省　初等中等教育局教育職員政策課 「教員採用選考に係る第一次選考の共同実施について 」（令和7年12月5日）
・『教職課程』2月号（第52巻第2号　通巻770号）2-4,58頁。
・信濃毎日新聞2026年2月2日（19面）
・長野県ホームページ「令和8年度当初予算案の概要」「【参考】予算議案及び予算説明書（3．歳出）」

（広報担当　橋本萌）

編集後記

4年生は、卒業研究発表などを終えて、新生活を見据えていることでしょう。朝晩の寒さも緩み氷点下の冷え込みから解放され、春を待つばかりです。現在、文部科学省では、次期学習指導要領の改訂に向けて議論されています。今後の教育政策の変化についても折に触れてお伝えできればと考えています。

（広報担当　橋本　萌）

信州大学 SHINSHU UNIVERSITY | 教職支援センター

■〒390-8621　長野県松本市旭3-1-1　■TEL：0263-37-3367　■MAIL：kyousho@shinshu-u.ac.jp
■URL：https://www.shinshu-u.ac.jp/institution/kyoushoku/index.html