ＳＯＳの出し方に関する推進委員会（第２回）議事要旨

【開催日時】令和５年10月25日（水）午後２時から４時まで

【開催場所】東京都庁第一本庁舎42階 特別会議室Ｂ

【出 席 者】本橋委員長、石川副委員張、笠原委員、牧野委員、相賀委員、荒川委員（６名）
※ 御欠席　小澤委員、黒後委員、伊藤委員（３名）

【事 務 局】土屋指導部指導企画課長、福田指導部主任指導主事(生徒指導担当)
西山統括指導主事（生活指導担当)、菅原指導主事（生活指導担当)
宮崎指導主事（生活指導担当)、田後指導主事（生活指導担当)

【協議内容】ＳＯＳの出し方に関する教育を推進する方向性について

１　開会・指導企画課長挨拶

・　10月20日、今年の『自殺対策白書』を政府が閣議決定したとの報道があり、小・中高生の自殺は514人で過去最多となったこと、統計とともに著名人の自殺報道が他の人の自殺を増やすとする「ウェルテル効果」、そのまた逆の「旗揚げの効果」などについての内容にも触れられている。
・　自殺率は、Ｇ７の中で最も高いという結果が出ており、原因・動機別の統計では、全年代で「健康問題」が最も多く、次いで「家庭問題」「経済・生活問題」と続いている。一方で、10代・学齢期においては、学校の問題が最上位となっているという結果であった。
・　前回の協議では、子供が自分の心の危機に気付くことや、困ったときに援助を求めることを理解できるようにすることの必要性が共有された。今回も専門的な見地から御意見を賜りたい。

２　委員自己紹介

【笠原委員】
・　普段は児童精神科の医者として、専ら臨床をしている現場の医者をしている。
【荒川委員】
・　狛江市立狛江第三小学校長を務めるとともに、東京都公立小学校長会、小学校長会で副会長を務めている。

３　事務局紹介

・　事務局名簿に沿って代える。

４　委員より資料提供

【本橋委員長】
・　「自殺予防教育において海外では、どのような工夫がなされているのか」「Helping Adolescent Thrive」の具体例などを紹介
・　1000 人ぐらいの子供がいて、５・６年に１人とか２人の稀な事象をについて、検証して本当に効

果があるのかという問題がある。一人一人、パソコンで心の健康調査をして見つけられても、それに対しての有効な手だてがないといけない。重要なのは、発見後の対応法になる。

・　ハイリスクアプローチより、ヘルスプロモーション、予防医学的アプローチの方が現時点では有効であると理解するのが良い。

・　ＳＯＳの出し方については、この教育を一回やるだけで、「相談できる大人がいる。」と回答をする子供が増えるという一定の効果があると考える。授業前後の変化を見ると「相談できる大人が増えている」という項目が、統計学的に高くなるという報告がある。

【相賀委員】

・　府中けやきの森学園と多摩府中保健所と連携して作成した「心のモヤモヤって何だろう」という資料に基づいた授業を紹介する。

・　ツールの内容は、三段階に分かれ「モヤモヤってなんだろう」「モヤモヤに気付き、モヤモヤを溜めないこと」「安心して相談できる人を卒業後までつくる」という構成になっている。

５　協議

○　事務局からの説明

・　教材編は、「気付く」「行動する、関わる」「繋がる」の３項目で資料を作成した。

・　「気付く」編では、心の状態について触れ、チェックしたり相談したりすることの大切さを伝える内容とし、心と体の不調について自分を責める、食欲不振、不眠など具体的な反応例、身体状態、感情思考、行動、自分が心の危機的な状態になったときの特徴を挙げた。

・　「行動する、関わる」編では、友達のＳＯＳの受け止め方を学ぶことで自分の相談スキルの向上を図る内容、友達への寄り添い方のポイントについては、ロールプレイングの形式をすることで実際の相談時の声かけの方法について学べる内容を検討した。

・　安心して相談できる相談先が自分にはいくつあるか心の中で考えさせ、友達と話し合いの場面をもつ内容も考えた。

・教職員向けの「研修編」は、「ＳＯＳの出し方に関する現状」「教育の位置付け（生徒指導提要の内容)」「ＳＯＳを受け止めるポイント」「有害援助と有益援助」の４点を内容候補とした。

○　各委員より

【牧野委員】

・　教えるようなスタンスが強くなると、子供たちから新たなアイデアが出ず、考える力を奪ってしまうので、子供が考えたり、互いに様々な意見を出し合えたりする内容は魅力的である。

・　自殺白書の子供の自殺の要因が、学校問題などもたくさん細分化されていて、例えば、成績や進学というところもかなり多くの数字が割かれている。「子供からの相談に対してしっかりと受け止める」「何気ない悩みなども聞いていく」ことを、改めて先生方にお伝えをしていただきたい。

・　子供たちの不安や悩みには、どんなものがあるのか、詳細なども示して、先生方にチェックポイントを挙げていくことも大切だと思う。

【石川委員】

・　何かの心の危機に気が付いたときに、「表出する」ところに子供たちの難しさがあるので、表出の方法も教材に入れていけたらいい。また、相談できる人を３人思い浮かべた所で、本当にその人に話せるだろうかみたいな視点も入れられるといい。

・　子供が互いに「寄り添い」「受け止める」というのは、本当に、寄り添ったり受け止めたりしたら共倒れになってしまうようなこともある。友達が話してくれたら「それは心配だね」ということを伝える。子供同士で、「寄り添い合う」とか、「抱え込む」とかではなく、「大人に一緒に考えてもらおう」というメッセージや内容につなげるとよい。
・　ＳＯＳの出し方の研修編にある「ＴＡＬＫの原則」は教職員に必要な大事なスキルだと思う。例えば、心理の先生方などは、本当に丁寧に言葉を選んで相手に伝えている。学校現場に向けて、具体的なスキルとして伝えると役に立つと思う。

【笠原委員】
・　友達に「寄り添う」というのが気になる。子供にそんなキャパシティがあるのだろうか。確かに孤独にはさせたくないが、人に打ち明けることは、相手がそれを受け止める力があるから打ち明けるわけであり、相談された子供が受け止めるのは無理があると感じる。
・　研修編の「大人がどうするか」ということは、今の 10 倍ボリュームがあってもいいと思う。子供から出されたＳＯＳを誰がどう受け止めるのかが、ものすごく重要で大切なことである。
・　「ＳＯＳの受け止め方」や「こういうことが子供のＳＯＳですよ」、先生方にもわかっていただき始めていると思うが、相談された脅威職員のバックアップシステムを学校がもたないと、相談された教職員を潰してしまうことになる。例えば、各学校に「うちの学校のゲートキーパーはこの先生です」のような、相談の中心になる先生がいることも必要。また、守秘義務を大人たちが守ることが大事である。しかし、子供のＳＯＳを教職員一人が抱え込み、性的な問題などに持ち込むことがないようにしたい。

【荒川委員】
・　友達に「寄り添う」ことは簡単ではない。本当に「私、死にたいの」って言われたら、その子はどう答えるのか。今度はその子のプレッシャーになってしまうし、トラウマになってしまう可能性が出てくるので非常に危険な気がする。
・　１～２分の動画でまとめるは厳しいと思う。５分程度の動画にしていかないと、１～２分の動画だと、大事なポイントが抜けていくような気がする。子供の実態に合わせて内容を絞ってもいいと思う。例えば相談先では、相談先を羅列するのではなく、「子供たちが実際に相談するのは誰だろう」というところから考えるといい。
・　子供の何気ない言葉や、真に受け止める必要がある言葉でも、教員が見逃してしまうことがある。「そうだったんですね。」と、子供の言葉の重要性を十分に理解し切れていない教員もいる。子供の不安や悩みの受けとめ方や教職員の共通理解は、当たり前のことだが、非常に大事な要素である。

【相賀委員】
・　教員が「何か変だな、いつもと少し違うな。」という子供の変化に気付いて、スクールカウンセラーに繋ぐという仕組みが必要である。そういった内容があるとよい。
・　一人一人の教員の力を高めることも大事だが、教員も抱え込まないようにするっていう仕組みっていうのを作るのも大事だと感じた。
・　子供の不安や悩みが学校にない場合もある。学校の先生にも心を開くことができないし、誰にも相談できないっていうような状況がある。そういう時、学校や教職員ができることは、子供の変化に早期に気付き、適切な支援者に繋ぐことしかないと考える。

６　次回予定

・12 月頃に都庁内会議室で開催予定とし、日程は、事務局より電子メールにて調整する。