

SOSの出し方に関する推進委員会（第1回）議事要旨

【開催日時】 令和5年9月4日（月）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、石川委員、小澤委員、牧野委員、伊藤委員、相賀委員（6名）

※ 御欠席 笠原委員、黒後委員、荒川委員（3名）

【事務局】 小寺指導部長、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）、駒澤主任（生活指導担当・警視庁派遣）

【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・指導部長挨拶

- ・ SOSの出し方に関する教育推進委員会に御出席を賜り、また、本委員会の委員をお引き受けいただきましたことに、心から感謝を申し上げる。
- ・ 生徒の健全な成長の課題は様々であり、いじめ、不登校、それから最近はヤングケアラー、児童虐待などが挙げられる。
- ・ 自分自身で不安や悩みがあった時、身近な大人に相談できるようにしていくということを、小学校の低学年から自然な形でできるように育てていく。小さいうちから自分が不安だったら、誰かに遠慮なく助けを求め、「解決に向けた支援を大人たちからもらうんだ」「それでいいんだよ」ということを教えていくというのが本推進委員会の方針である。
- ・ 東京都教育施策大綱には「誰一人取り残さず、全ての子供が将来への希望を持って自ら伸び育つ教育」を目指す教育として定めている。まさに、子供が自ら命を絶つということは、誰一人取り残さないということの正反対である。
- ・ 委員の皆様には、今後さらに都内公立学校における指導を工夫していくため、また教職員も含めて、どのように子供たちを支えていけばいいのか、そのような視点から御意見を賜りたい。

2 委員自己紹介

【本橋委員】

- ・ SOSの出し方に関する教育のDVDを約5年前、一緒に作らせていただき、東京都教育庁の施策づくりに少し協力をさせていただいているという経歴から、委員に推薦いただいたとっておいる。皆様方と共に、新たにこの問題について取り組んでいきたい。

【石川委員】

- ・ SOSの出し方に関する教育については、子供たちが困ったときに、どうやって自分から、言葉でSOSを発信できるかということの日頃から考えている。大変、大事なテーマであり、皆様と一

緒に考えさせていただきたいと思っている。

【小澤委員】

- ・ 東京都保健医療局で自殺対策の担当をしている。当局では、自殺対策ということで少しリスクの高いお子さんの支援ですとか、死にたいという思いに関する相談窓口なども運営している。少しでも何か提供できればと思っている。

【牧野委員】

- ・ スクールソーシャルワークを専門にしている。ここ数年は人数が増えまして、子供たちと接する、家庭からの直接の相談を受けるなんて事が多くなってきている。その中で、子供たちがSOSを出せるのかということは、今後ますます必要になってくると思っている。

【伊藤委員】

- ・ 府中市立府中第五中学校に赴任した最初に「子供の命を守ろう」と、ゲートキーパーの研修を導入した。SOSの出し方については、本校では全学年で必ず夏休みの前に実施し、悲しい出来事を何としても防げるような手だてを行っている。今回、東京都の先生方にお伝えできるような機会をいただいたことをありがたく思っている。

【相賀委員】

- ・ 都立府中けやきの森学園では、「子供たちの小さな変化を見逃さない」という言葉を合言葉にしている。本校では、昨年度からの「心のモヤモヤをはき出せるような場をつくろう」という授業を実施している。本日はいろいろと勉強させていただきたいと思う。

3 事務局紹介

- ・ 事務局名簿に沿って紹介及び挨拶

4 設置要綱の説明及び委員長及び副委員長選出

- ・ 本委員会の設置要綱に基づき、項番1から8について事務局から説明
- ・ 設置要綱第3に基づき、委員長と副委員長を置くことから、立候補者または推薦を委員へ依頼
- ・ 牧野委員より、本橋委員を委員長に推薦する発言
本橋委員は、長きにわたり我が国の自殺研究・対策などを含めてリードし、SOSの出し方教育について専門的な研究もされており、前回の東京都の資料作成に携わってきた。
- ・ 委員了承のもと、本橋委員が委員長に選出
- ・ 本橋委員長より、副委員長に石川委員を指名
石川委員は、カウンセリングや教育心理学を専門とされており、これまで、東京公認心理師協会の理事及び副会長、文部科学省の協力者等を歴任され、学校現場をはじめ教育相談の発展に大きく携われてこられてきた。
- ・ 委員了承のもと、石川委員が副委員長に選出

5 協議

○ 事務局より取組の説明

- ・ 都教育委員会では、子供自身が不安や悩みを抱えたときに、身近にいる信頼できる大人に助けを求めることができるようにするため、SOSの出し方を学ぶDVD教材を開発し、平成30年度から都内全ての公立学校において、学級活動、ホームルーム活動、保健体育等の学習と関連させ、各

学校のいずれかの学年で年間1単位以上の実施を促している。

- ・ 今後、教職員が子供のSOSを受け止め、支援する力を高めるとともに、子供たちが適切な援助希求行動を行い、さらに、自分や友達の心の危機に気付くことについて、御意見を賜りたい。
- ・ 具体策として、「自分や友達の心の危機に気付く」をテーマとし、発達段階に応じた学校種ごとの内容を検討・作成する。
- ・ 教職員向けの動画作成も検討し、「子供の心の危機に気付く」をテーマにし、教師や大人が子供のSOSを受け止め、支援する内容を考えている。
- ・ 各動画はメディア媒体ではなく、東京都教育委員会のホームページに掲載する。
- ・ 教材の活用方法例は、平成30年度のDVD教材、「SOSの出し方に関する教育を推進するための指導資料」と併せて活用していく。

○ 各委員より

【本橋委員長】

- ・ 2021年にWHOがSOSの出し方教育と非常に結びついている「Helping Adolescent Thriveプログラム」を公表している。「Thrive」という言葉は、「樹木を大切に育てていく」という意味である。このプログラムの中で、「自殺予防」という言葉は使われておらず、あくまでもポジティブに、若者が生き生きと、周りの人が木々を大切に育てていくように心を育てるものになる。
- ・ WHOの文献レビューで、エビデンスが一番高い重要な研究として、2015年にランセットという雑誌に掲載された、SEYLE研究「The Saving and Empowering Young Lives in Europe」というものがある。SEYLE研究とは、スウェーデンのカロリンスカ医療研究所という有名な研究所の研究者が作った研究であり、SEYLEは、自殺未遂の研究だが「Suicide」（自殺）という言葉が一切ない。
- ・ 研究には3つのプログラムがある。「プログラム1」は、ゲートキーパー研修とハイリスク生徒を拾い上げてサポートをするというもの。「プログラム2」は、全生徒を対象とした、SOSの出し方教育のような教育を実施したもの。自尊心の向上と援助希求行動の促進という、まさに今回のSOSの出し方教育と重複している。「プログラム3」は、ハイリスクアプローチで、鬱のスクリーニング調査みたいなものを行い、鬱の得点が高かった子供を抽出して個別にアプローチするもの。
- ・ 多くの医者は、「プログラム3」を考えたいわけだが、結論から言うと3番は効果がなく、唯一、効果があったのが、SOSの出し方教育のようなことをやった介入であった。
- ・ ハイリスクアプローチが、なぜうまくいかないのかは、基本的にハイリスクアプローチは、糖尿病とか高血圧、肥満だとか、有病率の高い病気、生活習慣病には有効だからである。ところが、自殺のような稀発事象については、網ですくっても引っかからない。「引っかからないものについては、ハイリスクアプローチは難しい」ということである。
- ・ SOSの出し方教育は唯一、SEYLE研究で科学的なエビデンスがあるという研究となる。

【小澤委員】

- ・ 都立府中けやきの森学園と連携して作成したツールを紹介する。SOSを出すという事を理解してもらい、実際に行動に移してもらえるかということを検討した。作成では、地域の臨床心理士の方々などから助言をいただいた。
- ・ SOSを出した方がよい状態を、「モヤモヤ」と表現し、モヤモヤはどんなものか、モヤモヤをそのままにしておく、どのようなことにつながってしまうのか、子供たち向けに分かりやすくした。
- ・ 資料内のワークを活用し、「心の状態に気付く」「このように相談する」といった事例も掲載した。

【牧野委員】

- ・ 各学校では、事件が起こると、その時は熱量が上がる。しかし、それが冷めてしまうと形だけが残ってしまい、心が無くなってしまうということがあると思っている。
- ・ 義務的な姿勢になってしまうところに関しては、とても課題は大きいと感じている。
- ・ こども基本法にあるような精神は、教材要素に入れ込んでいく必要がある。例えば、自尊感情という視点では、子供たちが「言ってよかった」ということを感じられる内容があるとよい。

【伊藤委員】

- ・ 私たち教職員ができる研修は、サインの出し方など、安心してやっぱり子供たちが相談できる環境づくりを学校としては実現させていく必要があると思う。
- ・ 動画については「使いやすさ」が、学校ではとても大切である。10分間を超えると、何かタイムリーなところで使うと考えた時に、学校現場では難しい場合もある。
- ・ 友達の様子が、「なんかいつもと違うな」という視点で見たとき、「先生、あの子、少しいつもと違うけど、何かあるのかな」などと、子供と教員が話せると、周りの人が気付いて、悩んでいる子の苦しさを軽減できるかと思う。

【相賀委員】

- ・ つらい思いをした子供は、「それが普通なのだ」というふうに思い、SOSを出さない子供が多いというような話を聞くことがある。具体的な例を挙げて、自分に、心の危機があることに気付いてもらえるような内容を扱ってもよいと考える。
- ・ SOSの出し方に関する教育の取組は、何回も、繰り返し、繰り返し、定期的にやっていくことが大事だと思っている。何回も繰り返し使うことの重要性を、学校に伝える必要がある、
- ・ 子供たちは、親身になってかかわってもらえる体験が、一番生きる力になるのかなと思う。また、そういった大人が一人でも多くいれば、その子は救われる。そのことが、「木を育てる」という意味でもある「Thrive」につながっていると感じる。

【石川副委員長】

- ・ 子供は、自分の性格だとか容姿だとかで悩んでいることがあり、「このどこに出していいのだろう」という気持ちを、子供が抱え込んでいることもある。
- ・ GIGAスクール構想で、タブレットなど生徒たちにいろいろと配布されているが、そういったものも使って、自分のSOSを出すような、踏み込んだ内容を入れることに個人的に関心がある。
- ・ 今後の教材では、どんな問題でも、「それ言ってもいいことなんだ。」「一緒に考えてくれる人がいるんだ。」という、ストレートなメッセージがあるとよいと思う。

6 次回予定

- ・ 10月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。