

【事例 H29-70】 宮城県

いのちの教室

【概要】市内中学校及び高等学校の生徒に対していのちの教室を行い、心身ともに不安定な思春期に、いのちの神秘さや自分自身の誕生のこと、自分自身が大切な存在であることを振り返り、いのちの大切さを学ぶ機会としている。また、「いのち」の連続性や生命尊重を知ること、自己肯定感の向上を図るとともに、辛いとき・苦しいときにはSOSを出すことについて学ぶ講座を実施した。

【大綱の分類】

2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

【政策パッケージ分類】基本5-1) SOSの出し方に関する教育の実施

【事業実施年度】2018年度事例

【事業予算】137,000円(2018年度)

【利 点】

- ▼保健師・助産師・栄養士が従事することにより、生・性・食の視点から「いのちの大切さ」を学ぶことができる。
- ▼保健師・助産師・栄養士が外部講師として出向くことで、専門職の存在、行政にも相談できること、今後関わることもあることも伝えられる。
- ▼外部講師として学校に出向く事で学校とのつながるきっかけづくりになり、学校との連携がとりやすくなる。

【実施に至るまで】

事業実施の背景・必要性

- ① 開始当初は、「性と生」の教室で開始。その後、SOSの出し方教育や「食」の視点からのいのちの大切さなど、内容を拡大し実施してきた。
- ② 自己肯定感を育み、自分らしさを持ちながら生きていく力を養うためにも、子供のときからの心の健康づくりが重要である。そのためには、行政のみならず若年層を取り巻く学校、地域、PTA、家庭など多様な主体と連携した取り組みが必要である。
- ③ 中高校生は、家族関係や友達関係で悩むことが多い時期であり、SNS等から様々な情報を得られる時代において、正しい知識を伝える必要がある。

計画を立てる上での工夫

- ① 事業趣旨の理解を求めため、養護教諭の会議で説明した。
- ② 「いのちの大切さ」を「こころ、性、食」の視点から学ぶことができるようにした。
- ③ 学校との事前調整を行い、提供基本プログラムの中から、その学校に適した内容を実施するように検討した。

具体的な内容

提供基本プログラム
テーマ「こころと性と食」編

スタッフ：保健師・助産師・栄養士 標準所要時間：90分～
 ○講話「命のはじまり」妊娠～出産、避妊など
 ○体験：妊婦体験、赤ちゃん人形のだっこ体験
 ○講話「食といのち」いただきますの意味
 ○講話「こころのSOS」SOSの出し方

- 内閣府「いのち支える（自殺対策）プロジェクト」キャンペーンソング あかり（ワカバ）DVD鑑賞
- メンタルヘルス健康ファイル、サイト「こころの体温計」の啓発チラシ（裏面には相談窓

口一覧を掲載）を配布



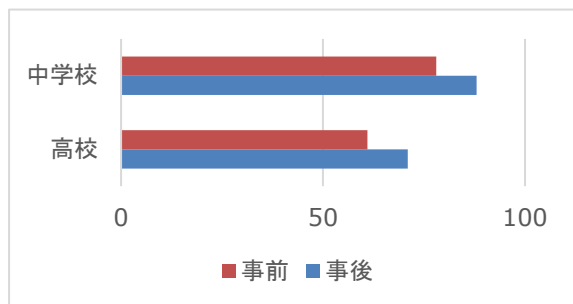
【成果】

▼2018年度実績：中学校7校/10校中（664人）、高校2校/3校中（302人）

▼事前・事後アンケート実施

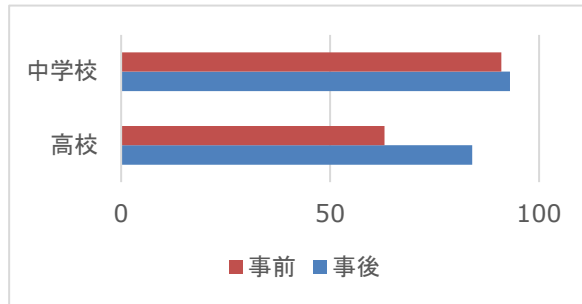
（よくあてはまる、ややあてはまる、ややあてはまらない、全然あてはまらない、無回答のうち、「よくあてはまる」「ややあてはまる」と回答した人の割合）

1. 自分自身をかけがえのない大切な存在だと思いますか？



中学校：事前 78% 事後 88%
 高校：事前 61% 事後 71%

2. あなたは家族から大切にされていると思いますか？



中学校：事前 91% 事後 93%
 高校：事前 63% 事後 84%

3. 感想 「自分を大切にしようと思った」「命について、その重さ、大切さを知ることができた」「ムダな命なんてない」「相手のことや自分のことをしっかり理解することが大事だとわかった」など

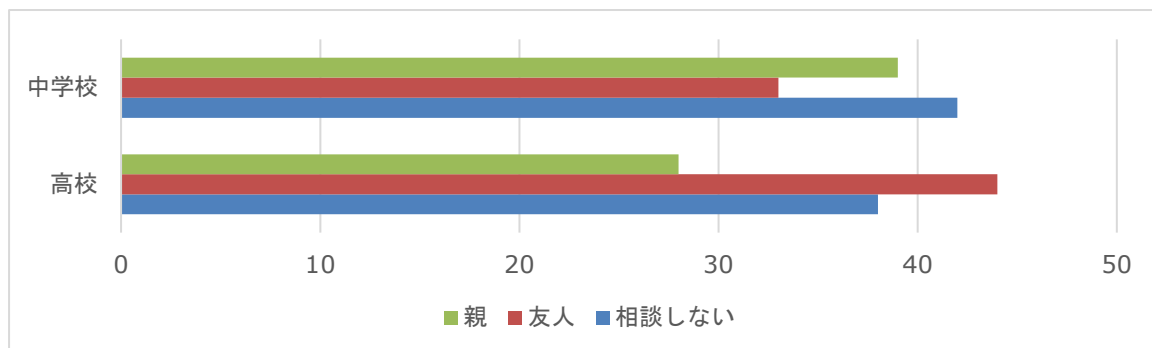
▼学校との連携が強まり、何かあった場合は連絡を取り合えるようになった。

(家族関係で悩んでいる生徒から相談された先生から、保健師に連絡があり虐待担当部署につながったケースなどがあつた)

【補 足】

▼事前アンケートより

あなたは、悩みや心配事があつたとき、だれに相談しますか？



中学校：①相談しない 42% ②親 39% ③友人 33%
 高校：①友人 44% ②相談しない 38% ③親 28%

※悩んでも相談しないという生徒や相談する相手については、上記のとおりであり、「SOSを出していいこと」「SOSは信頼できる大人に出すこと」など、若年層への早い段階から援助希求行動を学ぶための取り組みが必要であり、今後も継続して実施していく必要がある。

【課 題】

- ・子どもが出したSOSについて、周囲の大人がどのように受け止め、どのように支援していくのかという部分への対策が重要となっている。

| | |
|-------------|--|
| 【事業種別】 | 教室の開催（中学生・高校生対象） |
| 【準備期間】 | 30日 |
| 【人数】 | 3人 |
| 【人口規模】 | 79,848人 |
| 【財政規模】 | 52,812,730,000円 |
| 【自治体負担率】 | 16.6% |
| 【事業対象】 | 中学生及び高校生 |
| 【支援対象】 | 市内中学校・高校 |
| 【委託の有無】 | なし |
| 【実施主体・問合せ先】 | 宮城県登米市市民生活部健康推進課 TEL: 0220 (58) 2116 Mail: kenkosuisin@city.tome.miyagi.jp |

【参考資料・文献】

(ア) 登米市ホームページ「こころの体温計」

<https://www.city.tome.miyagi.jp/kenkosuisin/kurashi/kenko/kehatsu/kokoro/stresscheck.html>