

小学生向け「SOS の出し方に関する教育」（群馬県高崎市）

【概要】

高崎市障害福祉課の保健師が、群馬県中学生版「SOS の出し方に関する教育」プログラムを参考に、小学生向けの資料を作成し、学校からの依頼に基づき市内の小学校にて実施。「自分を大切にしよう～不安やなやみへの対処～」と題して、通常授業の1コマ（45分）で行うもの。

目的は、児童が、自分を大切にすることと、不安や悩みがあるときのSOSの出し方について知ることとした。心と体は互いに影響し合っているという「健康」についての考え方をもとに、不安や悩みを一人で悩まず相談することの大切さや、相談窓口を伝えている。

【大綱の分類】

2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す (2) 児童生徒の自殺対策に資する教育の実施
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する (3) SOSの出し方に関する教育の推進

【政策パッケージ分類】

- 5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育
1) SOSの出し方に関する教育の実施

【事業実施年度】 2020年度**【事業予算】** なし**【利点】**

- ▼小学生の段階で援助希求能力を高めることにより、中学生以降の若年層の自殺予防の効果が期待できる。
- ▼学校の授業等の場で行うことにより、仲間と共に学び、互いに気づき支えあう存在として理解が促進される。
- ▼相談窓口の職員が直接出向いて伝えることで、相談への心理的ハードルを下げる。

【実施に至るまで】**小学校での実施に至った背景**

- ①中学校での「SOSの出し方に関する教育」プログラムの実施に際し、市保健師が協力させていただくことを周知するため、2019年度から、8月の定例校園長会議に出席して説明している。
- ②2019年12月、校長先生から「来年度、小学生向けにやってもらえるか」と問い合わせがあり、「拡大学校保健委員会の位置づけで実施したい」との意向を把握した。
- ③資料を作成し、養護教諭と打ち合わせを実施して準備を進めた。

計画立案・実施する際の工夫

- ①養護教諭との打ち合わせで、児童の様子について学校として気になっていること、実施にあたっての要望等を確認した。
※学校としての今回の目的：5年生の体育（保健学習）で心の健康について学習しているため、それを振り返り、専門的な立場から不安や悩みを緩和するための対処方法についての話を聞き、自分を大切にすることを育てたい。
- ②児童は事前アンケート（不安や悩みの有無とその内容、解決する方法をたずねる内容）を行っており、当日その結果を保健委員の児童が発表した。悩みがあるのは自分だけではないことが共有でき、その後に講義をより身近な内容として聴いてもらうことができた。

- ③当初は5～6年生の児童とその保護者（希望者）を対象としていたが、コロナ禍であったため6年児童に限定しての実施となった。実施後に紙媒体で資料を配布し、保護者にも内容を共有してもらえるようにした。

具体的な内容 2020年9月29日実施。下記はそのときの例。

71名参加（内訳：児童42名、職員19名、学校薬剤師1名、PTA8名、教育委員会1名）

▼**拡大学校保健委員会として実施し、PTA教養部長が司会進行**

- ・学校保健委員長、校長より挨拶（5分）
 - ・児童の発表（事前アンケートの結果の発表）（5分）
 - ・市保健師による講義「自分を大切にしよう～不安やなやみへの対処～」（45分）
- 内容：SOSの出し方に関する教育、質疑応答

▼**講義の前半**

- ・本日の目的「めあて」を確認する。
- ・児童の事前アンケートと同じ内容の全国調査の結果を紹介し、不安や悩みをもつことは、誰もが経験する自然なことであると説明する。
- ・心と体は影響し合っていることを、具体例をあげて説明する。

▼**講義の中盤**

- ・「自分がつらい気持ちになったとき、それを軽くするためにどのようなことをしているか」、「友達がつらそうにしているとき、それを軽くしてあげるためにどのようなことをしているか」、2つの質問を投げかける。
- ・上記2つの質問についての具体的な対処方法について例示し、説明する。

▼**講義の後半**

- ・本日のまとめと確認を行う（一人で悩まず助けを求めること、身近にいる信頼できる大人に相談すること）。
- ・「不安やなやみの相談先」として、各種相談機関・窓口の連絡先を紹介する。

【成 果】

▼2020年度は小学校1校で実施。

▼実施後の児童の感想では、以下のような内容が記載され、メッセージは伝わったと思われる。

（みんな悩みがあることを知った。不安や悩みを持つことは自然なことだとわかった。不安や悩みの対処方法がわかった。人に相談するという方法を知った。誰かに相談することの大切さがわかった。こころと体はつながっているということを知り、どちらも大切にしたいと思う。一人一人が大切だとわかった。友達がつらそうにしていたら助けたい。）

【補 足】

▼授業1コマ（45分）で実施できる内容とし、定例校園長会議では、今回のような学校保健委員会の位置づけでなくても授業の一部に取り入れて実施してもらえるよう、毎年周知している。

【課 題】

▼小学校からの依頼に基づき、下記の参考資料をもとに資料を作成して実施したが、初めての試みであり、科学的根拠に基づく教育効果の検証はまだされていない。

▼こちらで依頼を受け実施した小学校は2020年度は1校であり、今後さらに周知を継続していく必要がある。今回の成果をPRしていきたい。

【事業種別】	小学生向け SOS の出し方教育
【準備期間】	270 日
【人 数】	1 人（講師） ※運営側の学校関係者は含まず
【人口規模】	371,638 人（2021 年 5 月末現在）
【財政規模】	¥164,920,000,000（一般会計当初予算）
【自治体負担率】	0%
【事業対象】	児童
【支援対象】	児童、教職員
【委託の有無】	無し
【実施主体・問合せ先】	高崎市福祉部障害福祉課相談支援担当 TEL：027（321）1358 Mail:shougai Fukushi@city.takasaki.gunma.jp

【参考資料・文献】

1. 群馬県中学生版「SOS の出し方に関する教育」プログラム（Web 掲載なし）
2. 東京都教育委員会「SOS の出し方に関する教育」を推進するための指導資料
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/sos_sing.html
3. 「子供に伝えたい自殺予防～学校における自殺予防教育導入の手引き～」文部科学省児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議 平成 26 年（2014 年）7 月
https://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afieldfile/2014/09/10/1351886_02.pdf