

SOS の出し方教育の実践について

～助けられ上手・助け上手になるためのところとスキル～

【実施主体】 埼玉県新座市

【概要】

2010 年から全国の自殺者数は年々減少傾向にあるものの、10 代の自殺死亡者数は横ばいで推移している状況が見られており、2020 年では増加傾向がうかがえる。2019 年度に策定した本市の自殺対策計画において「SOS の出し方教育」の実施検討を位置付けた。計画への位置付けをきっかけに、教育部局と調整を重ね、市内大学心理学部准教授を講師に迎え、市内小学校高学年を対象に「助けられ上手・助け上手になるためのところとスキル」をテーマに 2020 年度から授業を実施する運びとなった。

【大綱の分類】

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 1) 地域におけるネットワークの強化
- 基 2) 自殺対策を支える人材の育成
- 基 3) 住民への啓発と周知
- 基 4-1) 居場所づくり
- 基 4-2) 自殺未遂者等への支援
- 基 4-3) 遺された人への支援
- 基 5) 児童生徒の SOS の出し方に関する教育
- 重 1) 子ども・若者
- 重 2) 勤務・経営
- 重 3) 生活困窮者
- 重 4) 無職者・失業者
- 重 5) 高齢者
- 重 6) ハイリスク地
- 重 7) 震災等被災地
- 重 8) 自殺手段
- その他 (いずれにも該当しない、妊産婦、マイノリティ等)

【事業実施年度】 2021 年

【事業予算】 ¥50,000

【利 点】

- ▼市内大学の心理学部の准教授を講師に迎え、本事業を大学の研究とタイアップして実施することで、専門性のある質の高い授業の実施が実現するとともに授業実施後の効果検証及び実施校へのきめ細やかなアンケート結果のフィードバックを実施できる。
- ▼ゲストティーチャーによる講義として行うことで児童の興味関心を得ることができる。

【実施に至るまで】

背景・必要性・理由の概要

- ①全国的にも 20 歳未満の自殺者数が横ばいで推移している状況。

- ②思春期に差し掛かる前から SOS の出し方教育の実施を通して信頼できる人（大人）に相談する必要性を伝えていく必要がある。

事業計画を立てる上での工夫

- ①学校現場のニーズ把握と実施調整のため市教育部局との連携
- ②市内小学校校長に本事業の趣旨説明
- ③実施校の選定と講師及び学校との各種調整

事業の具体的な内容

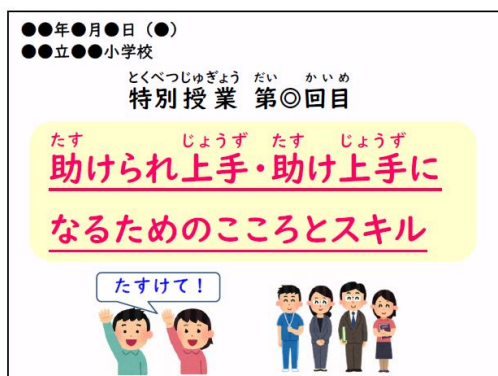
- ▼2020 年度にモデル校（1 校）の小学校 6 年生を対象に実施したものをベースに実施した。2021 年度は市内 8 校、5 学年又は 6 学年、延べ 1,322 名（リモート参加者含む）が授業を受けた。資料は講師が全て作成し、講義用パワーポイント、児童配布用のパワーポイント資料、ワークシートを用意した。また、授業後でアンケートを実施し、授業の感想や学習内容の理解度と、日常生活で役立てることができるかを確認した。
- ▼1 回 45 分、全 2 回から構成される授業を実施した。第 1 回目では、「助けられ上手」になるためのところとスキルに焦点をあて、悩みを抱えた際に一人ひとりが信頼できる人（友達、教師、保護者など）に助けを求められるようになるための方法を学習した。第 2 回目では、「助け上手」になるためのところとスキルに焦点をあて、困ったり悩んでいる友達や周りのクラスメイトの SOS のサインに気づき、手助けし、支えることができる学級環境づくりに関する学習を行った。いずれの回も、講師の作成したパワーポイントをもとに説明を行い、グループワークやペアワークなどを取り入れながら学びを深めた。そして、各回の終了時に児童が記入した学習ワークシートを講師が回収し、1 回目は「助けられ上手になるためのアイデア集」、2 回目は「助け上手になるためのアイデア集」として資料にまとめ、学級担任や児童にフィードバックした。
- ▼年度の途中から新型コロナウイルス感染拡大に伴い、クラス合同の授業が困難となった学校については、クラス単位でオンライン授業に切り換えて実施した。

【成 果】

- ▼授業後のアンケートでは、学習内容の理解度を把握するためのミニクイズに対して 9 割以上が正答しており、授業の感想では 7～9 割の児童が日常生活で役立つと回答していた。「誰でも悩むことがあり、助けを求めることは恥ずかしいことじゃない、人に相談しても良いということを学びました」、「困っている友達やクラスの人がいたら、優しく声をかけて、話を聞いたり手助けしていきたい」などといった感想が寄せられた。
- ▼学校現場では授業実施後に、学級担任などへの相談や家庭で相談する児童が増えたとの所感を得ている。

【補 足】

- ▼授業でのパワーポイント資料（抜粋）



▼学習ワークシートの中で児童が記載した内容を参考にまとめたアイデア集からの抜粋

【助けられ上手になるためのアイデア（例）】

- ・誰もいない場所で、秘密を守ってくれそうな友達に「相談したいことがあるんだけど、放課後、話を聞いてくれないかな？」と伝える。
- ・仲の良い友達と遊んでいる時や一緒に帰る時に、「〇〇のことで困ってるんだけど、どうすればいいかな？」とか「先生に相談したいから一緒についてきてくれないかな？」と相談する。
- ・休み時間や放課後に、先生のところへ行って「〇〇のことで困っているの、話を聞いてください。一緒に解決方法を考えてください。」と相談する。
- ・手紙や連絡帳に書いて自分が困っていることを担任の先生に具体的に伝える。
- ・相談室の先生に「〇〇で悩んでいるので、話をきいてもらえませんか」と話しに行く。
- ・家にいて、時間があるときや晩ご飯のときに、困っていることを親に話す。
- ・お母さんの家事を手伝いながら、さりげなく「悩みがあるんだけど…」と言って、話を聞いてもらう。
- ・きょうだいに「学校の〇〇のことで悩んでるんだけど、話聞いてくれないかな？」と相談する。

【助け上手になるためのアイデア（例）】

※悩んだり困っているクラスメイトへの言葉かけ（主に学校の先生への相談を勧める場面）

- ・悩みがあるのは恥ずかしいことじゃないし、困っていることを先生に話せば、きっと一緒に考えてくれるよ。もし、どうしても恥ずかしくて行けないなら、一緒に行くから相談してみない？（ゆっくりおだやかな声で言う）
- ・他の人に知られないように、放課後に先生のところへ行って、相談してみるのはいかがでしょうか。先生に「他の人には言わないでほしいです」って言えば秘密を守ってくれるし、きっと味方してくれるから大丈夫だよ。
- ・誰にだって一人じゃどうにもできないこともあると思うし、ぼくも一緒に相談に行つてあげることもできるから、我慢しないで頼ってほしいな。
- ・我慢するともっとつらくなっちゃうんじゃないかって心配だよ。恥ずかしいなら私も一緒に行くから、先生に話してみようよ。一緒にいるから安心してね。
- ・相談するのはちょっと恥ずかしいよね…。でも、先生なら話をちゃんと聞いてくれると思うし、自分も前に相談したら私の意見を否定しないで聞いてくれたからすごく話しやすかったよ。
- ・どうしても話せないなら、私が一緒に行つて、代わりに先生に話してあげることもできるよ。今すぐじゃなくてもいいから、決心がついたら言つてね。いつでも相談にのるからね。
- ・直接言わなくても、手紙とかでこっそり先生に相談してみるのもいいんじゃないかな。
- ・じゃあ、今度の日曜日に一緒に遊ぼうよ。そのときに、どうしたらいいか一緒に考えてみよう。

【課題】

- ▼対面授業で実施することで、児童の反応を確認しながらきめ細やかに対応できる良さがある一方で、全市的に拡充していくにはマンパワーが必要となる。今回は、コロナ禍のため一部の学校ではオンライン授業にて実施したが、対面とオンラインの利点を生かした手法を模索している。
- ▼児童一人ひとりの個性やニーズに応じた学習内容や学習方法を検討することも今後必要となる。
- ▼SOSの出し方教育を実施した後に、児童から相談が増える傾向にあり、教師や家庭にも児童からのSOSに気づき、受け止める手立てや関わり方などについて周知していく必要がある。

【事業種別】	児童生徒のSOSの出し方に関する教育
【準備期間】	100日
【人数】	2人(担当職員)
【人口規模】	166,247人(2021年4月1日現在住民基本台帳人口)
【財政規模】	¥49,660,000,000(2021年度一般会計当初予算)
【自治体負担率】	66%(補助金名:埼玉県自殺対策強化事業費補助金)
【事業対象】	市内小学校のうち、本事業を希望する学校
【支援対象】	本事業を希望した学校の小学校5年生又は6年生
【委託の有無】	無
【実施主体・問合せ先】	TEL:048(481)2211 埼玉県新座市 いきいき健康部保健センター Mail:hoken@city.niiza.lg.jp

【参考資料・文献】

- ①「2020年中における自殺の状況」厚生労働省自殺対策推進室・警察庁生活安全局生活安全企画課
- ②「2021年度自殺予防事業「自殺予防教育(SOSの出し方に関する教育)」特別授業「助けられ上手、助け上手になるためのところとスキル」授業アンケート集計結果」跡見学園女子大学心理学部臨床心理学科 新井雅准教授
- ③「助けられ上手・助け上手になるためのところとスキル」パワーポイント資料 跡見学園女子大学心理学部臨床心理学科 新井雅准教授