

自殺総合対策における「命の教育」
～生きる支援に向けたSOSの出し方教育～

平成29年3月19日(日) 13:30～16:30
命の教育2017シンポジウム
ホテルポールスター札幌2Fメヌエット

生きる支援に向けた児童生徒の SOSの出し方教育

～国の政策の今後の方向性～



本橋 豊

自殺総合対策推進センター長
国立精神・神経医療研究センター

本日 お話すること

生きることの包括的支援とSOSの出し方教育

自殺対策はみんなの仕事 専門家任せになっていないか？

自殺対策の理念と国の自殺対策の今後の方向性

児童・生徒の自殺対策

児童生徒のSOSの出し方教育の必要性

SEYLE研究のインパクト

Good practice を横展開する(東京都足立区)

子どもの自殺のニュースは日常的。 たとえば・・・

両親から虐待の中学生自殺 相模原市の児相、生徒を保護せず (東京新聞2016)
 地下鉄にひかれ中学生死亡 逃げる様子なく自殺か 名古屋 (産経ニュース2016.1)
 男子高校生が電車で飛び込み自殺か 千葉・八千代 (産経ニュース2015.11)
 愛知の高2男子が転落死 岐阜のマンション、自殺か (産経ニュース2015.11)
 会津で女子高生自殺 両親「いじめでは」部活でトラブルの指摘 (2015.9)
 仙台中1男子いじめ自殺 度重なる「いじめ」の訴えも防げず「学校対応に問題」と第三者委 (2015.8)
 「息くさい」とマスク強要、継父に歩行不能まで暴行受け... とも見逃されたSOS (産経ニュース2014)

今、なぜ 若者及び児童生徒の自殺対策が求められているのか？

年代別死因順位を見ると15～39歳の死因の第一位は自殺である

国際的には15～34歳における死因の第一位が自殺である国は
先進国中で日本だけである

平成19年と平成27年の自殺者数の増減率をみると、19歳以下の年代のみ自殺者数の減少が認められない。



若者の自殺対策をいかに強化するか

(若者自殺対策全国ネットワーク要望書)

平成29年3月15日 自殺対策議連総会資料より

(1)「SOSの出し方教育」を推進する

命や暮らしの危機に直面した若者が、自分の存在に価値を感じられないために助けを求めようとせず(求められず)、あるいは助けの求め方や相談機関の情報を知らないために、自殺へと追い込まれるケースが相次いでいる。そうした現状を少しでも改善するために、改正自殺対策基本法が謳う「困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等」のための教育の機会を義務教育の課程で、すべての子供に提供すべきである。

(2) インターネットやSNSを活用した若者へのアウトリーチ策を強化する

(3) 若者の悩みを受け止め得る立場の人たちへの研修を推進する

(4) 若者向けの「居場所活動」支援を強化する。

SOSの出し方教育は現在の国の自殺対策の最重要課題のひとつと位置づけられている

生きることの包括的支援とSOSの出し方教育 ～価値転換が求められている～

① 自殺を防ぐ・予防するという発想から、少し離れてみよう

生きづらい社会を生きている人たちがいる
追い込まれている人たちがいる

具体的な支援をしていこう
具体的な対処のスキルを身につけてもらおう
生き心地の良い地域社会をつくっていこう

② 原因(要因)を突き止めて防いでいこうという発想から、少し離れてみよう

科学的根拠(Evidence-based)の意味は学術文献の系統的評価に過ぎない。「科学的」に感わされないこと

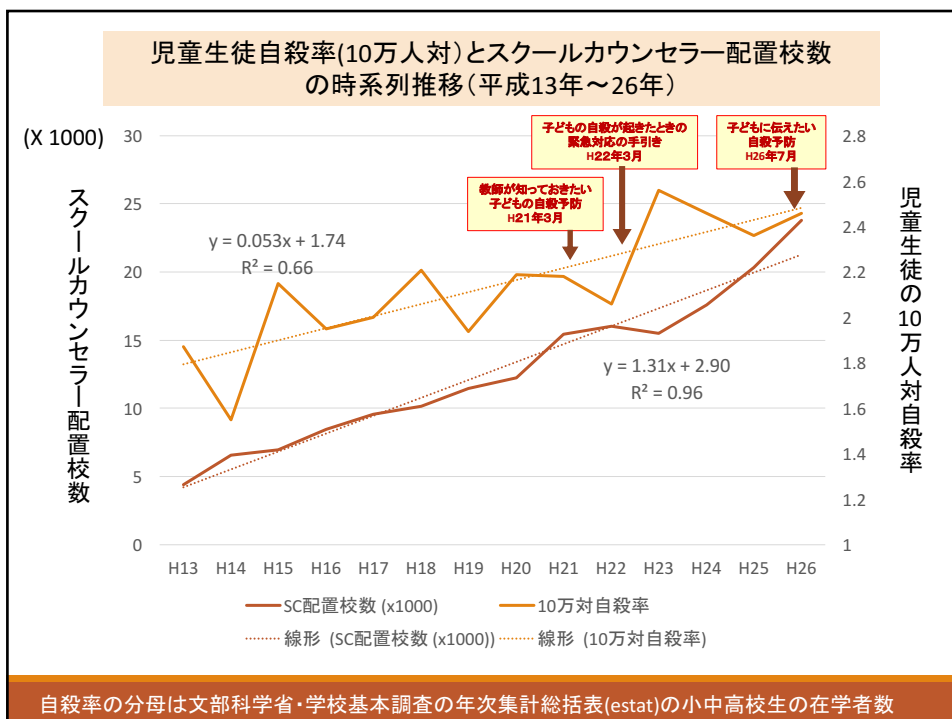
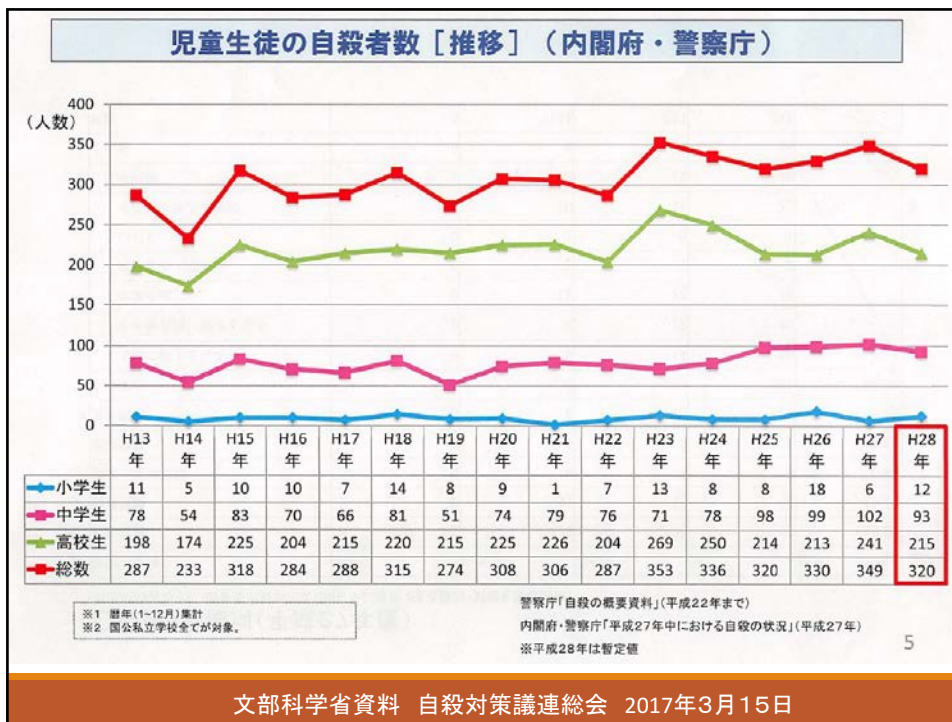
実態を把握してから対策を立てるべきだ
「研究の成果を待って対策を」は何もやらないこと

考えたあとに走るではなく、考えながら走る
複合的要因に対しては総合的対策で対処する
総合的対策では連携・パートナーシップが重要

③ 専門家に任せるという発想から、少し離れてみよう

「専門家に任せれば安心だ」は本当か？
専門家はごく一部の領域を知っている人にすぎない

自殺対策はみんなの仕事
専門家が担うのはごく一部のこと
当事者が参加し、すべての人がかかわる仕組みを作る



自殺対策はみんなの仕事

Suicide countermeasure is an agenda of public concern

- 学校の場合： 校長、副校長、生活指導担当教員、養護教諭、教諭、
事務職員、文部科学省、自治体教育庁、教育委員会
- 地域の場合： 地方自治体、保健所、児童相談所、福祉事務所、
社会福祉協議会、消防・救急、警察、民間団体など
- メディア： 新聞、テレビ、雑誌、インターネットプロバイダー等
- 家庭： 保護者、親戚、地域住民など
- 近 隣： 町内会、民生児童委員、など
- 医療機関： 内科医、小児科医、精神科医、看護師、保健師、
臨床心理士など

自殺対策基本法成立後の 自殺対策の動向

対策の枠組みができる

啓発 体制づくり

都道府県の財政的枠組
ができる

総合的な対策推進
民間の支援の具体化
地域の実践的取組重視

地域自殺対策計画策定の
義務化による自殺対策の
均等化の促進

効果評価と
PDCAサイクル

- 平成18年10月 自殺対策基本法施行
- 平成19年 6月 自殺総合対策大綱策定
- 平成21年度補正予算 地域自殺対策緊急強化基金(100億円)
- 平成24年 6月 自殺総合対策大綱見直し
- 平成25年10月 自殺対策(戦略研究:NOCOMIT-J)の成果公表
- 平成24年~26年 基金の効果評価(内閣府)
- 平成27年 6月 参議院厚生労働委員会決議「」
- 平成28年 4月 改正自殺対策基本法施行
自殺対策の主管官庁が厚生労働省に移動(自殺対策推進室)
自殺総合対策推進センター発足
- 平成29年 夏頃 新たな自殺総合対策大綱策定
- 平成29年度当初予算で地域自殺対策強化交付金25億円計上
- 地域自殺対策推進センターの整備(市町村支援の中核的存在となる組織)
- 地域自殺対策計画策定の加速化

地域自殺対策計画策定の義務化と地域特性に基づく自殺対策の推進

自殺対策基本法―理念の明確化

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題になっていることに鑑み、……

(第1条)

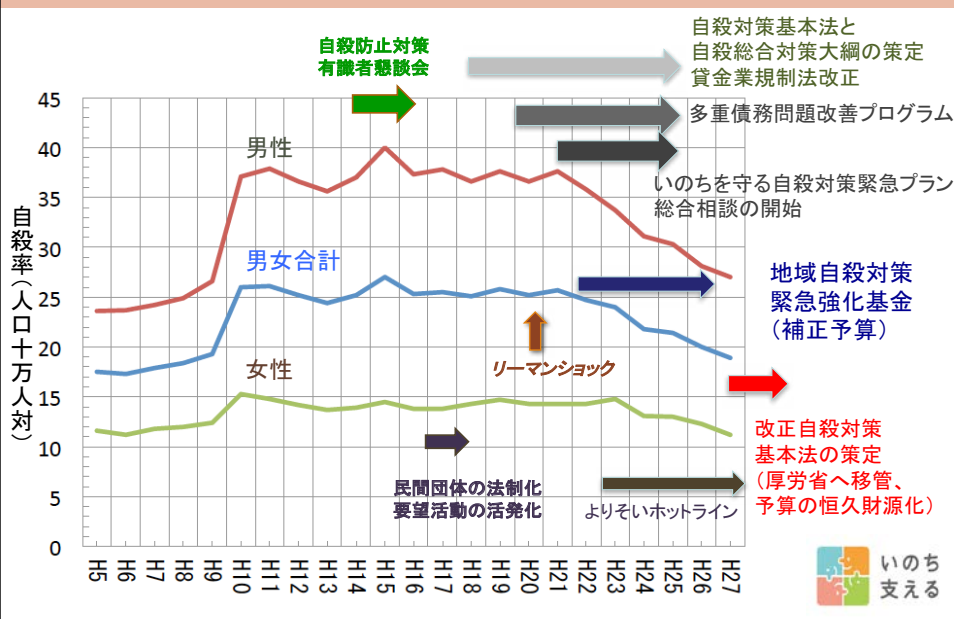
自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資する支援とこれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

(第2条の1)

自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

(第2条の5)

総合的自殺対策の実施による自殺率減少



児童生徒のSOSの出し方教育の根拠となる条文 自殺対策基本法(最終改正:平成28年3月30日)

国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。(第16条)

学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(第17条)

自殺対策において考慮すべき場と施策例

場(Setting)	関係する機関・団体など	対策例
地域	自治体、保健所、福祉事務所、社協など (生活困窮者自立支援制度、地域包括ケアなど)	啓発活動、総合相談窓口、人材育成、ハイリスク対策、自殺未遂者支援対策、自死遺族ケア
職場	経営者、労働組合、安全衛生委員会、産業医、医師会 (労働基準法、労働安全衛生法など)	長時間労働削減対策、職場のメンタルヘルス対策、小規模事業所対策、ストレスチェックなど
学校	教育委員会、学校管理者、教員、スクールカウンセラー、教職大学院(学校教育法、いじめ防止対策推進法など)	SOSの出し方教育、教職大学院での自殺対策の授業の組込
家庭	家族、親族、地域住民、児童相談所、民生児童委員 (子供の貧困対策の推進に関する法律、ひとり親支援策など)	ひとり親家庭への就労支援、就学支援・学習支援の充実、生活困窮相談、問題行動への対応
近隣	社会福祉協議会、町内会など 震災等被災地における地域支援機関、保健所、精神保健福祉センターなど	近隣のソーシャル・キャピタルを強化する対策 震災等被災地に特有の課題への対応(アルコール健康障害、いじめ、社会的差別等への対策)
病院	病院管理者、医師、看護師、薬剤師、臨床心理士など (医療法、精神保健福祉法、健康増進法など)	精神科医療へのアクセス改善、自殺未遂者への医療対応、医療と地域資源の連携
報道・メディア	新聞社、テレビ局、雑誌、ITメディアなど (WHOメディア・ガイドライン)	報道ガイドラインの策定、継続的研修実施、メディアカンファレンスの開催
職能団体等	弁護士会、司法書士会、医師会、薬剤師会、学会等	職能団体の自殺対策への積極的協力(相談事業、啓発など) 専門的知識の供与など
民間団体	自殺対策に係わる民間団体 (自殺対策のadvocacy、地域の草の根的活動)	様々な自殺対策への関与(計画策定への関与、総合相談、啓発、人材育成など)
経済市場	金融市場、株式市場、商品市場、労働市場	多重債務者対策、倒産した経営者等への支援、失業者対策、無職者・生活困窮者対策
インターネット等 IT仮想領域	インターネット、SNS、ソーシャルメディアなど	Line等のSNSによる児童生徒へのいじめ対策 インターネットにおける有害情報対策 インターネットを悪用した経済詐欺等への対策

子供のSOSをどのように受け止めるか？
問われているのは大人の社会である

「あなたは大切」伝えながら

毎日新聞 H28年5月30日
学校における自殺予防教育の現状と課題を伝える記事

<子供に伝えたい自殺予防>
手引きの使用の前提条件

- ①関係者間の合意形成
- ②適切な教育内容(自殺予防は可能と教える)
- ③ハイリスクの子供のフォローアップ
(身近な自殺を経験した子供への配慮)

この条件をクリアするのは難しいと考える教育委員会や学校が多い。
逆に「自殺を誘発してしまうのではないかと懸念する教員も少なくない。

児童生徒の自殺対策として 私たちがなすべきことは何か？

何をしてはいけないではなく、
何をしたらよいかを
ともに考えていきたいと思えます

児童生徒に誰もが危機に陥る可能性と
他者に援助を求めること具体的なスキル
(sosの出し方)を伝えることが重要です

自殺対策教育プログラムの目標と内容

(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から)
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7月

学校の自殺予防教育の目標は「早期の問題認識(心の健康)」と「援助希求的態度の育成」

① 早期の問題認識(心の健康)

- ・自殺の深刻な実態を知る。
- ・心の危機のサインを理解する。
- ・心の危機に陥った自分自身や友人への関わり方を学ぶ。
- ・地域の援助機関を知る。

② 援助希求的態度の育成

- ・長い人生において問題を抱えたり危機に陥ったりしたとき、問題を一人で背負い込まずに乗り越える力を培うこと、
- ・自分自身や友達の危機に気づき、対処したり関わったりし、信頼できる大人につなぐことの重要性を伝えること

自殺予防に特化した心理教育だけでよいのか？ 生きるためのスキルを身につけるに重点を！

児童・生徒のSOSの出し方教育 教育目標（東京都足立区）

- ① **自尊感情の涵養**
子供の自尊感情を高める働きかけを行い、自己肯定感を高める
・自分を大切にしよう、と語りかける
- ② **悩みを抱えたときにSOSを発信できるソーシャル・スキルの育成**
SOSの出し方の具体的方法を示し、勇気を持ってSOSを発信する
スキル(適切な対処行動が取れるスキル)を育成する
・信頼できる大人を探す
- ③ **視聴覚教材による総合的な理解の促進**
DVD視聴(ワカバのあかり)により「命の大切さ」を自らの課題として認識する

本橋による要約

学校の管理者の方々に 理解していただきたい自殺対策の理念

- 児童生徒の自殺を防ぎ、遺された人のケアを行うことは、「**誰も自殺に追い込まれることのない社会**」の実現として、私たちが取り組むべき課題です。
- 何をしたらよいのかについて、前向きに考えていくことが大切です。
- 一人一人への個別的対応はもちろん重要ですが、学校の管理者の方々に、学校や地域の場において、児童生徒の自殺対策の取り組みの枠組みを強固なものにする努力をしていただきたいと思います。
- 関係者のそれぞれの役割を当事者意識のもとで明確化しつつ、専門家の役割を相対化して全体の対策の中で位置づけることが大切です。

平成28年6月に実施した東京都学校管理者向け研修会

学校教育における心の健康保持について

平成29年2月22日
「新たな自殺総合対策大綱の在り方に関する検討会」第4回

文部科学省
初等中等教育局 児童生徒課

**児童生徒の自殺対策
現行の学習指導要領**

↓

- ① 心の健康保持という項目で
体育・保健体育の科目で良いのか？
- ② 小学校の第5・第6学年でよいのか？
- ③ 中学・高校において「精神の健康」の
問題としてだけの位置づけだが、
これで良いのか？

学習指導要領の位置付け

小学校学習指導要領(平成20年3月告示)

第2章 第6節 体育
〔第5学年及び第6学年〕
2 内容
G 保健
(1) 心の発達及び不安、悩みへの対処について理解できるようにする。
ア 心は、いろいろな生活経験を通して、年齢に伴って発達すること。
イ 心と体は、相互に影響し合うこと。
ウ 不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があること。

中学校学習指導要領(平成20年3月告示)

第2章 第7節 保健体育
第2 各分野の目標及び内容
〔保健分野〕
2 内容
(1) 心身の機能の発達と心の健康について理解できるようにする。
エ 精神と身体は、相互に影響を与え、かかわっていること。
イ 欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること。

高等学校学習指導要領(平成21年3月告示)

第2章 第6節 保健体育
第2款 各科目 第2 保健
〔保健分野〕
2 内容
(1) 現代社会と健康
我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、個人の行動選択やそれを変える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする。
ウ 精神の健康
人間の欲求と適応機制には、様々な種類があること。精神と身体には、密接な関連があること。また、精神の健康を保持増進するには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、自己実現を図るよう努力していくことが重要であること。

児童・生徒のSOSの出し方教育 今後の政策展開として望まれる施策

- 1) 学習指導要領の中に、児童生徒のSOSの出し方教育を組み入れて、すべての学校において、SOSの出し方のソーシャル・スキルを身につけることができるようにする
- 2) 教職大学院の正規課程に自殺対策の基本的事項、とりわけSOSの出し方教育に関する知識・態度・行動を、すべての学生に身につけさせることができるようにする
- 3) 教員免許更新講習時にすべての受講者に必ず、自殺対策に関する授業を受けることができるようにする

児童生徒のSOSの出し方教育における 地域と学校の連携の意義

周囲にSOSを受け止める大人がいなければ意味がない

児童生徒のSOSを受け止めるのは誰か？

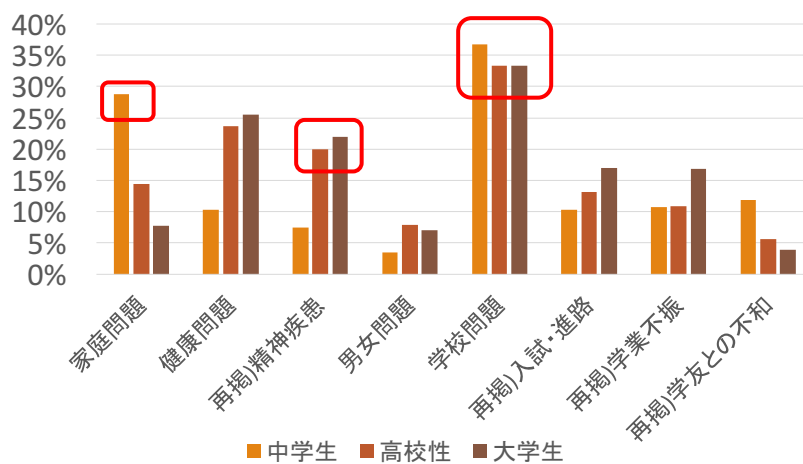
教職員、学校における専門家
(スクールカウンセラー、養護教諭等)
保護者・家族、地域の大人たち、
民生児童委員、保健・福祉・行政関係者、他

地域連携の促進による地域のソーシャル・キャピタルの醸成を行うことで
児童生徒の「生きる力」を支えられないか

児童・生徒の自殺対策 児童生徒のSOSの出し方教育の必要性

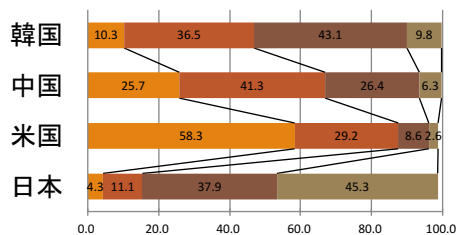
現状を知り、課題を見据える

把握された中高生、大学生の原因・動機は、さまざま。
 2位は中学生は家庭問題、高校生・大学生は精神疾患
 (警察庁 自殺の概要 H25-27)

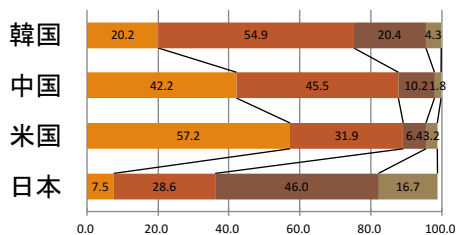


出典：高校生の心と体の健康に関する調査報告書

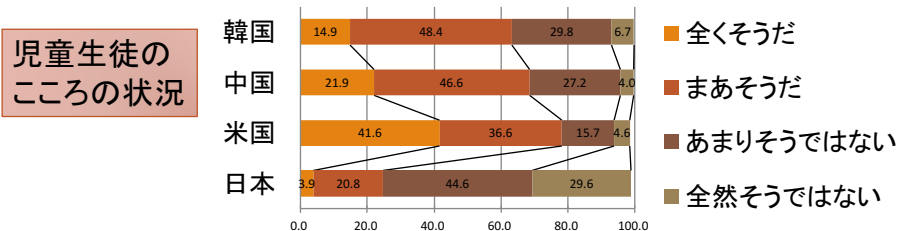
自分が優秀だと思う



私は価値のある人間だと思う



私は自分に満足している



出典：高校生の心と体の健康に関する調査報告書

「息くさい」とマスク強要、継父に歩行不能まで暴行受け
 ...まとも見逃されたSOS 西東京中2自殺
 産経ニュース 2014年10月29日

学校では明るく人気者だった中学2年の男子生徒は、継父による度重なる暴力と暴言に追い詰められ、自ら命を絶った。学校側は虐待の事実を把握していたが、児童相談所に通告するなどの適切な対策を怠り、最悪の結果を招いた。SOSはまとも見逃された。

(事案の概要)

A君がM容疑者のいる部屋の入り口に立てかけられたふすまを2度、動かした。「ふすまを動かすな」。M容疑者は注意したが、返事をしなかったことに激高。胸のあたりを足で蹴り上げた。

さらにA君の襟首をつかんで無理やり立たせ、拳で顔面を複数回、殴りつけた。両目は腫れ上がり、唇から出血。そしてこう吐き捨てた。「24時間以内に首でもつって死んでくれ」

A君は3時間後に自殺した。

A君が出していたSOS
 しかし、受け止める側が対応しなかった

それでも、A君はSOSを発していた。2013年11月と2014年4月、**学校職員がA君の顔のあざに気付き、「父親から殴られた」と打ち明けられた。**児童虐待防止法では、教職員が虐待を受けたと思われる児童を発見した場合、児相などへの通告を義務づけている。だが**会議で出された結論は「様子見」だった。**

虐待の発覚を恐れたM容疑者は「精神的な問題で学校を休ませる」と学校側に連絡。さらに同月末には自力で歩けなくなるほど強く足を蹴り、休学期間はさらに延びた。学校側は再三にわたり家庭訪問を要求したが、M容疑者は「長男は祖母宅にいる」と拒否した。

有識者のコメント

虐待の可能性が少しでもあればすぐに児相に報告するなど学校側は緊張感を持って子供に接するべきだ。

- 法律があっても適切な運用がなされなければ
重大な結果に至る。
- 及び腰の対応が重大な結果を招く

欧州における学校ベースでの自殺対策の効果検証研究 cluster-randomized , controlled trial

SEYLE研究

(The Saving and Empowering Young Lives in Europe)

School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomized, controlled trial
Lancet Vol385 April 18, 2015

10か国、168校、10000人以上の15歳生徒を対象

3つの異なるプログラムの効果を検証(ランダム化比較対象研究)

プログラム終了後、12か月までをfollow

①深刻な自殺念慮、②自殺企図の有無、を評価

Lancet Vol385 April 18, 2015

SEYLE研究で比較したプログラム

•プログラム1 教員と学校職員を対象とする

- 教職員に対するゲートキーパー研修
- ハイリスク生徒の拾い上げとサポート

•コントロール
(対照群)



• 普及啓発

プログラム2 全生徒を対象とする精神保健啓発プログラム

- 全生徒を対象としたワークショップ
- 自尊心の向上と援助希求行動の促進

プログラム3 専門家によるスクリーニング

- ハイリスク生徒をアンケート調査により、スクリーニング
- 専門家によるアセスメント、治療

プログラム2のみが有意に効果 (コスト・労力をかける意義)

•プログラム1:教職員に対するゲートキーパー研修

- 子どもは大人にサインを発しないことがしばしば。
- サインを頼りに、ハイリスク生徒を見つけ出すことに限界

プログラム2:全生徒を対象としたワークショップ

プログラム3:スクリーニングと専門家によるアセスメント

- アンケートでは、ハイリスク生徒をすべて拾い上げられるわけではない。
- スクリーニングでハイリスクの可能性のある生徒が、相談に応じない場合もある。

児童生徒の自殺予防教育として有効な介入は
ハイリスクアプローチかポピュレーションアプローチか

Seyle 研究により明らかにされた事実は・・・

プログラム2のみが統計学的に効果があった、ということ
(全生徒を対象としたワークショップ自尊心の向上と援助希求行動の促進)

専門家によるハイリスク者のスクリーニングではなく、全生徒を対象とした啓発
プログラム(ポピュレーション・アプローチ)を取るべきことを示唆する結果。



生徒全員に自尊心の向上と援助希求行動のスキルを教えることが重要である。



SOSの出し方教育の基本コンセプトを支持する研究結果となっている

Good Practice を横展開する

すべての子どもを対象にした
SOSの出し方教育の実例
～足立区での先進的取り組み～

足立区におけるSOSの出し方教育 (思春期特別授業)の推進体制

東京都下の自殺者数が多い地域での、総合的な対策の一環として企画、実施全体像

ネットワーク構築

- 庁内会議、庁内推進チーム、相談支援ネットワーク(外部機関を含む)
- 連携ツール「つなぐ」シート(共通相談概要・紹介票)の活用

当事者支援

- 対面相談、遺族支援、未遂者支援

人材育成

- ゲートキーパー養成(初級、中級、上級)

普及啓発

- 公報、HP、イベント、講演会など
- 若年者対策の一つとして**思春期特別授業**
- 女性向け相談先一覧カードの設置、配付

足立区におけるSOSの出し方教育 (思春期特別授業)の実施体制

教育委員会学校教育部教育指導課と
衛生部こころとからだの健康づくり課の企画からの連携

→教育指導課の支援、授業指導案の準備、など

講師は、行政の地区担当保健師(65名)

→特別な外部講師は不要(保健師は地域の専門家)

学校の参画

→学校の実情、実感を踏まえた選択、実施

H27年度の実績(H26年度より開始)

- 小学校 6校(69校中)、中学校 24校(36校中)、
都立高校 2校(9校中)で実施。

個別案件には、外部識者を交えた事例検討などで対応。

Suicide countermeasure is an agenda of public concern

足立区SOS出し方教育の構成

1. パワーポイントでのプレゼン(語りかけるように)
 子どもの自尊感情を高めるような語りかけ
 SOSの具体的な出し方を説明
 —信頼できる大人を探す
 いじめの被害者、加害者への語りかけ(中学校)
 デートDVへの対処方法(高校)
2. 朗読:心の折れそうな子どもたちへの手紙
 各学校に選択してもらう。
3. 相談カード、蛍光ペンの紹介
4. 内閣府キャンペーンソング「ワカバ「あかり」」を上映

Suicide countermeasure is an agenda of public concern

参考:主幹教諭向け資料

ところで、 あなたは、信頼できる大人ですか

目をあわせること
 挨拶をかわすこと
 ほめること

塞ぎこんだ気持ちを打ち明けられたら、そうだったんだ、
と否定しないで聴く

(→生徒には3人には話してみようと伝えている)

参考:主幹教諭向け資料

生きづらさをかかえた児童・生徒を ご指導されている先生方へ

自殺は追い込まれた末の死、
避けることができる死

「まさか」から「もしや」へ

気づいたら、つなぐ

一人で抱えないで、職場、地域の専門職に相談を
こどもの命を守る「ゲートキーパー」

気づく つながる いのちを守る

ぜひ、生徒たちが憧れる大人になって！

 足立区

ご静聴有難うございました