

## 自殺予防教育とSOSの出し方に関する教育の整理表

	自殺予防教育	SOSの出し方に関する教育		
		東京都足立区モデル (1回完結式外部講師活用型)	東京都モデル (1回完結式ティーム・ティーチング DVD活用型)	北海道教育大学モデル (1回完結式教師主導絵本活用型)
対象	中学校、高等学校 ※教育内容によっては小学校中学年以降でも可能。	小学校、中学校	小学校、中学校、高等学校、特別支援学校(中学部・高等部)	小学校高学年から高等学校
実施者	担任教師 ※養護教諭、スクールカウンセラー等の専門家のサポートは不可欠。	地区担当保健師(外部講師)	教師 ※養護教諭、スクールカウンセラー、地区担当保健師等がチームを組むTT方式での実施を推奨。	教師 ※保健師等の外部講師が必ず参加。
目的	① 早期の問題認識(心の健康) ② 援助希求的態度の育成 ※「よい聴き手となるポイント」の学びを含む。	・児童生徒が自己肯定感を高め、将来起きるかもしれない危機的状況に備えて、SOSが出せるよう支援する(「自分を大切にしよう」、「信頼できる大人に相談しよう」という簡潔なメッセージを児童生徒に伝える)。	① ストレスへの対処方法等について理解できること、危機的な状況に対応するために適切な援助希求行動(信頼できる大人にSOSを出すこと)ができるようにする。 ② 周囲に心の危機に陥っている友人等がいた場合の対応(SOSの受け止め方)を学ぶ。	① 困ったときや苦しいときに信頼できる人にSOSを発信する方法を知る。 ② 自尊感情は、家族や友だち、周りの人たちとの共有体験によって培われることを知る。 ※「共有体験」とは、他人と経験や感情を共有すること。
教材	・「子供に伝えたい自殺予防」 ・健康問題について総合的に解説した啓発教材(「わたしの健康(小学生用)」、「かけがえのない自分、かけがえのない健康(中学生用)」、「健康な生活を送るために(高校生用)」等	・パワーポイント ・手紙(「かけっこでいつもビリの君へ」、「両親の不和に心傷めている君へ」など) ・DVD(いのち支えるプロジェクトのキャンペーンソングを視聴)	・DVD(初等編、中等編、高等編) ・学習指導案 ・ワークシート ・活用ガイド	・DVD「つみきの家(絵本)」 ・パワーポイント

	自殺予防教育	SOSの出し方に関する教育		
		東京都足立区モデル (1回完結式外部講師活用型)	東京都モデル (1回完結式チーム・ティーチング DVD活用型)	北海道教育大学モデル (1回完結式教師主導絵本活用型)
構成	<p>原則2時限(3、4時限で実施することも考えられる)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 自殺の深刻な実態を知る</li> <li>2 心の危機のサインを理解する</li> <li>3 心の危機に陥った自分自身や友人への関わり方を学ぶ</li> <li>4 地域の援助機関を知る</li> </ol> <p>※小学校高学年向けでは、「自殺の深刻な実態を知る」を含まずに45分(1時限)で実施するプログラムも考えられる。</p>	<p>45～50分</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 導入</li> <li>2 パワーポイントでのプレゼン(心が苦しかったときの対処方法、SOSの具体的な出し方等)</li> <li>3 手紙の朗読</li> <li>4 相談カードなどの紹介</li> <li>5 DVD視聴</li> </ol>	<p>50分</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 題材を知る</li> <li>2 DVD(前半)を視聴</li> <li>3 つらい気持ちになった時に、どのような対処をしているか伝え合う(グループワーク)。</li> <li>4 DVD(後半)を視聴</li> <li>5 教師、スクールカウンセラー、保健師等の話を聞く</li> <li>6 感想をワークシートに記入</li> </ol>	<p>45～50分</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 インタロダクション(命の大切さ)</li> <li>2 DVD視聴(自分の「共有体験」を振り返ってみよう)</li> <li>3 「こころの調子」について考えよう</li> <li>4 アンケート記入</li> </ol>
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺に関する用語を使用する(「自殺」「自殺予防」など)</li> <li>・価値の押しつけを避ける。</li> <li>・教師が授業を行うが、外部講師を活用することもできる。</li> <li>・グループワークを重視する。</li> <li>・実施には2時限以上が必要。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区担当保健師が外部講師として授業を行う。</li> <li>・外部講師と学校側担当者が事前打ち合わせを行う。</li> </ul> <p>【共通の特徴】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺に関する用語は使用しない(「不安」「悩み」「ストレス」等のみを使用)。</li> <li>・1時限(45～50分)の授業の中で教えることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教師が授業の進行を担当する。</li> <li>・DVDを活用した授業展開を行うことですべての教師が実施できる。</li> <li>・グループワークを取り入れる。</li> <li>・保健師、養護教諭、社会福祉士、民生委員等が授業に参加する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教師が授業の進行を担当する。</li> <li>・児童生徒の興味を喚起するために、授業の導入部において命の大切さなどを考えさせる絵本の内容を紹介し、児童生徒に感想を書かせるという手法を取り入れている。</li> </ul>

	自殺予防教育	SOSの出し方に関する教育		
		東京都足立区モデル (1回完結式外部講師活用型)	東京都モデル (1回完結式チーム・ティーチング DVD活用型)	北海道教育大学モデル (1回完結式教師主導絵本活用型)
実施上の 前提条件	<p>① 関係者間の合意形成 ・学校における合意形成 ・<u>保護者との合意形成</u> ・地域の関係機関との合意形成</p> <p>② 適切な教育内容</p> <p>③ ハイリスクの子供のフォローアップ</p> <p>※プログラム実施前には以下が必要。</p> <p>④ 下地づくりの教育やそれに先立つ校内の環境づくり</p> <p>⑤ 学級集団のアセスメント及びアセスメント結果に基づく配慮</p> <p>⑥ 個人レベルのリスク・アセスメント及びアセスメント結果に基づく配慮</p> <p>※プログラム実施後には以下が必要。</p> <p>⑦ 事後アンケート</p> <p>⑧ フォローアップ ・担任教師による個別面談 ・スクールカウンセラーによる個別面接 ・保護者との面談 ・地域の専門機関との連携</p>	特になし		

※ 本資料は、以下の参考資料を基に文部科学省において作成したものである。

(参考資料)

- ・「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）」（平成26年7月、文部科学省）
- ・平成30年度 第1回生きることの包括的支援研修「子ども・若者対策」配布資料（平成30年9月27日。主催：自殺総合対策推進センター）
- ・金子善博、井門正美、馬場優子、本橋豊「児童生徒のSOSの出し方に関する教育：全国展開に向けての3つの実践モデル」（2018年9月、『自殺総合政策研究第1巻第1号』所収）