

## 若者向け自殺対策（一次予防）の取組

### = 思春期向け特別授業「自分を大切にしよう」 =

(実施期間) 平成 22 年度～25 年度	(基金事業メニュー) 普及啓発事業
(実施経費) 平成 25 年度 623,700 円 (623,700 円)	(実施主体) 東京都足立区

#### 【事業の背景・必要性・目的】

若者の自殺は、中高年の自殺と比較して数は多くないが、大きな社会問題となっている。青少年期のこころの健康を放置することは、その後の人生に大きな影響を与える場合も少なくない。また、自分を大切に思えない子どもたちは、いじめなどの問題行動だけでなく、援助希求行動をとれず問題を抱え込むなど、将来のハイリスク者になりかねない。こうしたことから、若者の自殺対策は重要な課題であり、自殺を未然に防止するためには、心の健康の保持・増進や良好な人格形成、生活上の困難・ストレスに直面したときの対処方法を学ぶ等、予防に資する教育を実施することが重要である。

そうしたことから、足立区では、若者向け自殺対策（一次予防）の取組みとして区内都立高校との連携による思春期向け特別授業「自分を大切にしよう」を実施している。26 年度以降は、全小・中学校にも、特別授業を広げ、子どもたちのこころの健康づくりにつなげることを目指していく。

#### 【事業内容】

区の保健師が区内高校へ出向き特別授業を行う。

〈特別授業「自分を大切にしよう」の概要〉

◆目的：自己肯定感がもてるようメッセージするとともに、将来おきるかもしれない危機的状況に対応できるよう援助希求の大切さを伝える。

◆主な内容： 必須 { 講義：心が苦しい時の対処方法、デートDVとその対処方法  
いじめとその対処方法、からだの健康づくりなど  
手紙朗読（心が折れそうな君へ）  
DVD視聴：自殺対策プロジェクトキャンペーンソング ワカバ「あかり」  
随時… プレゼントライブ J-POPグループ ワカバ「あかり」他、高校生へメッセージ  
終了後、アンケート実施 \*プログラムは学校と相談の上、決定

◆配布物：サイレントボイスカード（思春期向け相談窓口一覧カード）および啓発ペン

◆所要時間：50 分～2 時間

ワカバプレゼントライブの様子



サイレントボイスカードと啓発ペン



吹き出しの形で「誰にも話せないことを話せる場所がある」の文字が浮き出るデザイン。中に相談窓口を掲載。ペンには相談ダイヤルを掲載。

【実績】平成 22～26 年 3 月まで実施学校数：高校 8、中学校 1、小学校 1（延べ：4,333 人）

#### 【事業実施にあたっての運営体制】

特別授業は、こころとからだの健康づくり課こころといのち支援係が中心となり、企画、運営を

## 2 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す③

行っている。足立区では、保健総合センター保健師が地区活動の中で、学校との連携事業を展開している場合も多いため、保健師と連携しながら、学校にアプローチしている。

### 【事業の工夫点】

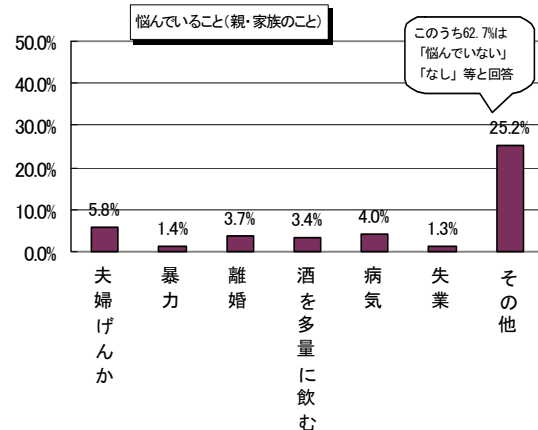
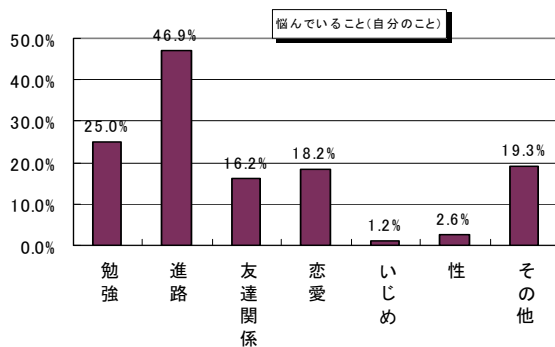
区内都立高校（9校）のうち、中途退学者および進路未決定者の多い学校から、優先的にアプローチし、実施している。授業により、生徒からの相談および個別支援が増加する場合は、養護教諭とは事前に打ち合わせを行い、連携を図っている。また、特別授業実施時に配布している相談窓口カードは、高校生に携帯してもらえよう表紙を白にし、エンボス加工にするなどデザインを工夫した。

### 【事業成果】

授業後に実施したアンケートからは、下記のような感想がたくさん寄せられている。講義だけでなく、手紙や歌という媒体を活用することで、より心に響くメッセージとなったようである。

この授業の実施を通して、区保健部門と学校との顔と顔がつながる連携が強化され、子どもを含めた家族支援など個別支援においても連携が活かされている。

〈受講後アンケート結果（回答：955人）〉（抜粋）



〈感想〉

- ◆自分はそう思っていなかったが、相手に対して精神的暴力や行動をしていたんだと気づきました。改めて相手にどう接したらいいか考えさせられた。もっといい形の愛情表現を見つけないかと思う。
- ◆私は、リストカットしたことがあるので、今度、カットしたい時は、友達などに相談すれば良いんだと今日の授業を聞いて思いました。
- ◆自分自身、ずっと家族のことで悩んでいます。どうしたらいいのかわからなくて、どうしようもなく困っていました。今日の特別授業を受けて、ちゃんと信頼できる親や先生、友達に悩みを話そうと思います。少しずつ悩みが減っていけばと思います。

### 【今後の方向性】

思春期向け特別授業は、区内都立高校を中心に実施してきたが、学校からの要望で一昨年前から小・中学校においてモデル的に実施を開始している。今年度からは、足立区教育委員会と連携し、いじめ対策と連動した子どもの自殺予防対策を構築していく予定である。今後、区内小・中学校において特別授業を展開しながら、教育委員会と協働で準備委員会を立ち上げ、小・中学校向け特別授業案を作成するとともに実施体制を構築していく。衛生部と学校との連携を強化することで、子ども・家族を支援するだけでなく、養護教諭を中心とした子どもたちのこころの健康づくりにつなげることを目指していく。

(問合せ先) 東京都足立区こころとからだの健康づくり課こころといのち支援係  
TEL:03-3880-5432  
E-mail: kenkou@city.adachi.tokyo.jp  
URL: http://www.city.adachi.tokyo.jp