

Digital leaflet
for
teachers

キーワード「自殺予防『ケアとキュア』」 子供のサインを見逃さず、適切な支援につなげるために

支援が必要な児童・生徒の早期発見・早期対応のためには、児童・生徒の状況を的確に把握し、心の健康問題に適切に対応することが必要です。自殺予防における学校と医療機関の役割について、共通理解を図りましょう。

自殺予防における
学校と医療機関の役割は…
「ケアとキュア」

GO!

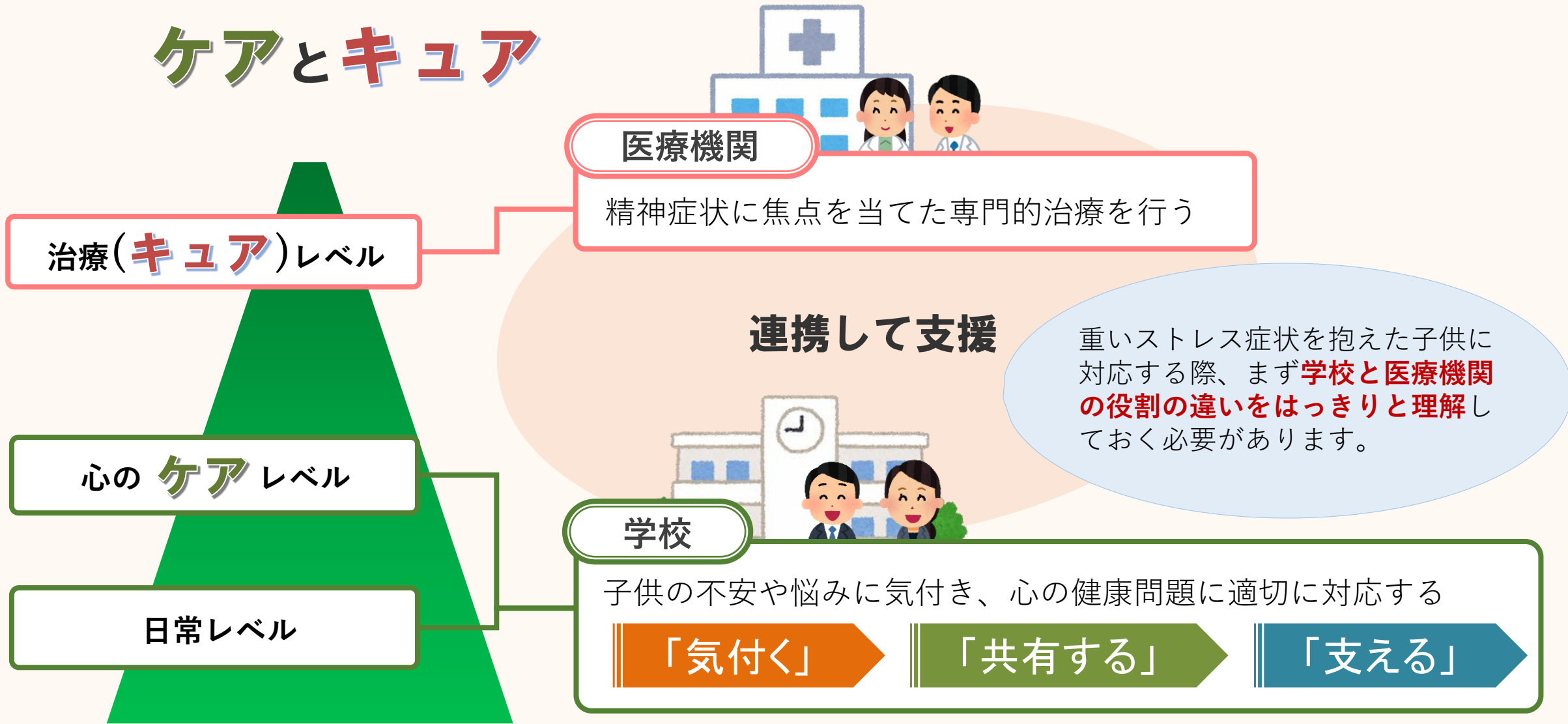
学校の自殺予防の
取組を振り返って
みましょう

GO!

自殺直前のサインと
対応のポイント

GO!

ケアとキュア



治療(キュア)レベル

医療機関

精神症状に焦点を当てた専門的治療を行う

連携して支援

重いストレス症状を抱えた子供に対応する際、まず**学校と医療機関の役割の違いをはっきりと理解**しておく必要があります。

心のケアレベル

学校

子供の不安や悩みに気づき、心の健康問題に適切に対応する

「気づく」

「共有する」

「支える」

日常レベル

子供の心の健康状態

学校の自殺予防の取組を振り返ってみましょう

「気付く」

一人一人の児童・生徒の状況を把握するとともに、小さな変化を見逃さないようにするための取組を行う。(児童・生徒理解)

- [児童・生徒向けアンケート](#)の実施
- [教職員向けチェックリスト](#)の活用
- 学級担任や養護教諭等を中心としたきめ細かな健康観察や健康相談の実施

児童・生徒向けアンケート例

〇月〇日から〇月〇日までの間で、当てはまる方に〇を付けてください。
(学校でのこと、学校以外でのことなど、全ての時間を含みます。)

1 自分ごとについて		
気になること、心配なこと、悩みごとなどについて	ある	ない
1 学校のことや友達のこと、気になることや悩んでいることがある。		
2 家族や家庭のこと、気になることや悩んでいることがある。		
3 その他()のこと、気になることや悩んでいることがある。		
4 学校に行きたくないと思う。		
5 生きていくのがつらいと思う。		

2 周りの人ごとについて (1回でもあったら「いる」)		
気になること、心配なこと、悩みごとなどについて	いる	いない
1 病やけされたり、からかわれたり、悪口やいざこざを言われたりする人がいる。		
2 仲間外れにされたり、無視されたりする人がいる。		
3 軽くぶつかわれたり、悪口を言われて聞かれない人がいる。		
4 ひどくぶつかわれたり、叩かれたり、罵られたりする人がいる。		
5 お金を取られたり、物を盗まれたり、悪口を言われたりする人がいる。		
6 お金や物を隠されたり、盗まれたり、隠されたりする人がいる。		
7 いやなこと、恥ずかしいこと、危険なことをされたりする人がいる。		
8 モール、ネット、SNSなどで、嫌なことを書かれる人がいる。		
9 罰を課せられたり、恥ずかしいことをされたりする人がいる。		
10 その他嫌なことをされる人がいる。		

3 気になることや心配なことがあったら、書いてください。

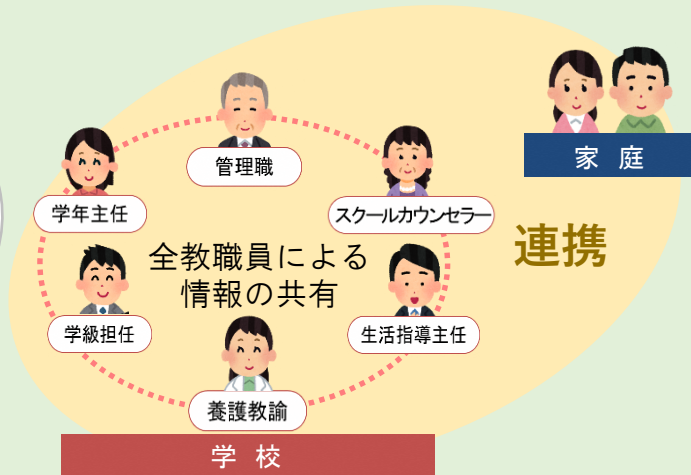
4 相談したいことがある場合は、ここに出席番号を書いてください。

【児童・生徒に伝える言葉の例】
悩んでいることや心配なことがあったら、どんな小さなことでも、学校の先生やスクールカウンセラーなどに相談してください。先生たちは、必ず皆さんの力になります。

「共有する」

把握した児童・生徒の気になる様子について、**教職員間及び保護者と情報を共有**し、支援する体制を構築する。

- 学年主任や生活指導主任への報告
- 保護者への連絡、家庭での様子の確認
- 機密保護された電子ファイルによる全教職員間での情報共有



「支える」

全ての児童・生徒に「身近にいる信頼できる大人に相談することの大切さ」を伝えるとともに、**必要に応じて医療等の関係機関と連携**するなど、適切な役割分担により**対応**する。

【保護者等との連携による全ての児童・生徒に対する指導】

- [SOSの出し方に関する教育](#)の確実な実施
- 自己肯定感を高める取組の推進
- [外部相談機関の連絡先](#)の周知
- 保護者や地域に対する児童・生徒の見守り依頼

【気になる様子が見られる児童・生徒に対する支援】

- 関係の深い教職員による個別の声掛け
- スクールカウンセラーによる面接の実施、スクールソーシャルワーカー等の活用
- 自殺を企図する兆候が見られた場合、保護者、医療機関等と連携してケアからキュアへつなぐ対応

学校や学級に、こうした様子が見られる児童・生徒はいないでしょうか

- これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う
- 注意が集中できなくなる
- いつもなら楽々できるような課題が達成できない
- 成績が急に落ちる
- 不安やイライラが増し、落ち着きがなくなる
- 投げやりな態度が目立つ
- 身だしなみを気にしなくなる
- 健康や自己管理がおろそかになる
- 不眠、食欲不振、体重減少等の様々な身体の不調を訴える
- 自分より年下の子供や動物を虐待する
- 学校に通わなくなる
- 友人との交際をやめて、引きこもりがちになる
- 家出や放浪をする
- 乱れた性行動に及ぶ
- 過度に危険な行為に及ぶ、実際に大怪我をする
- 自殺にとらわれ、自殺についての文章を書いたり、自殺についての絵を描いたりする



そういえば、あの子、今週に入ってから授業に集中できていないかもしれないな。個別に声を掛けてみよう。



自殺を企図する兆候が見られた場合には、

保護者と連携し、医療機関によるキユア（専門的治療）につなげる

令和3年における全国の児童・生徒の自殺の原因・動機 上位5項目

	原因・動機	人数（令和2年比）
1	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	44（+4）
2	学業不振	40（-12）
3	親子関係の不和	38（-4）
4	病気の悩み・影響（うつ病）	37（+4）
5	その他進路に関する悩み	33（-22）

特に、次の3点に留意！

精神疾患の疑い

自殺の危険因子

成績の低下

家庭環境の変化

（出典）厚生労働省「自殺の統計：各年の状況」を基に文部科学省が作成した表を改変



児童・生徒の自殺の背景の一つとして精神疾患が挙げられていることを踏まえ、スクールカウンセラー等による支援を行ったり、スクールソーシャルワーカー等を活用して医療等の関係機関につなぐなど、心の健康問題への対応を徹底することが重要です。