

The background of the cover features a soft-focus landscape. On the left, there are several cherry blossom trees in full bloom, their white and light pink flowers creating a dense canopy. On the right, a traditional wooden windmill with four lattice-patterned sails stands on a grassy hill. In the distance, there are rolling hills or mountains under a pale blue sky with light, wispy clouds. The overall atmosphere is peaceful and scenic.

自殺の危険が高まった生徒への
危機介入マニュアル

令和4年8月
群馬県教育委員会

<表紙画像>

グっとぐんま写真館

<https://gunma-dc.net/imagelibrary/>より

目 次

■ 群馬県教育委員会 挨拶	
■ はじめに	
■ 第1章 「自殺予防について」	1
■ 第2章 「早期発見」～生徒の自殺の危険のサインに気付くには～	3
■ 第3章 「初期対応」～自殺の危険が高まっている生徒にどう対応するか～	5
■ 第4章 「継続的な支援」～状況に合わせた支援を継続して行うために～	7
■ 特別編 「自殺未遂事案が発生した際の学校の対応例」	9
■ 「ケース会議の進め方」～情報を共有し、組織的に対応するために～	13
■ 巻末資料	
1 それぞれの役割における担当業務の例	17
2 Q & Aコーナー	19
3 県関係機関等連絡先一覧	22
4 県内各市町村の自殺対策担当部署連絡先一覧	24
5 県内の精神科医療機関一覧	25
6 県内各警察署（少年担当課）連絡先一覧	26
7 県教育委員会連絡先一覧	27
8 地域の関係機関や専門家の連絡先	28
9 生徒が相談できる主な窓口	29
10 自死予防に係る取組の充実に向けた検討委員会 委員・事務局員名簿	30

群馬県教育委員会 挨拶

県教育委員会では、平成31年2月に発生した県立高等学校生徒の死亡事案を受け、当該事案の調査審議を群馬県いじめ問題等対策委員会に諮問しました。同委員会では、事実関係の検証や再発防止策の検討等が行われ、令和2年11月に県教育委員会への答申がなされました。

答申では、「自殺の危険が高まっている生徒を把握した際の学校における対応について、県教育委員会として指針を示すべき」旨の提言がなされたことから、県教育委員会として、有識者や関係機関の職員等から成る「自死予防に係る取組の充実に向けた検討委員会」を立ち上げ、検討を重ねてきました。

本資料は、教職員が、自殺の危険が高まった生徒にいち早く気づき、関係者と情報共有を図りながら組織的に支援するために何をすべきかを示しており、生徒の尊い命を守るための道標となる内容になっています。

県教育委員会として、生徒の尊い命を守るための取組は、何よりも優先されるべきものであると認識しています。本資料が学校において有効に活用されることを心より期待しています。

令和4年8月

群馬県教育委員会 教育長 平田 郁美

はじめに

近年、日本全体の自殺者数が減少する中であって、高校生の自殺は増加傾向にあり、令和3年には314人が自ら命を絶つという極めて深刻な状況がみられました。10代の自殺と成人の自殺は、背景にうつ状態や絶望感、社会的孤立などが認められる点で共通しているものの、その自殺行動がより衝動的なところに成人との違いがあると言われます。とりわけ、高校生は精神的に不安定な年代であり、「死にたい」と思ったことがある高校生は20～30%に達するという調査報告もあります。また、自分の身体を傷つける高校生も10%前後認められます。

多感な時期であるがゆえの自立へのもがき、深刻な自傷行為、希死念慮の高さなどの実態を踏まえると、高校生の自殺をどのように未然に防ぐかは、衝動性が高く複雑な要因が絡み合うため容易なことではありませんが、学校教育における最重要課題の一つであると言えます。

教職員に第一に求められるのは、生徒の「救いを求める叫び」を少しでも察知できるようになることです。教職員が究極の危機である自殺について考え、深い知識と正しい理解をもつことは、自殺予防だけでなく、生徒指導全般における生徒理解や課題解決支援にもつながります。加えて、自殺予防教育を可能な範囲で実践することが求められます。生徒が「未来を生きぬく力」を身に付けるといった視点から、教科等の授業や学級経営、部活動指導等における自らの取組を見直し、自殺予防につながる内容を意識しながら働き掛けを行うことが重要です。

その際、学校においては、教職員各々の役割を明確にした上でチームにより支援する体制を築くとともに、専門家や関係機関とのきめ細かな連携を図ることが必要です。特に、自殺の危険が高まった生徒や自殺未遂の生徒への支援においては、スクールカウンセラー（SC）はもとより、精神科や心療内科等の医療機関との連携が不可欠です。また、家庭環境の影響が大きい場合には、スクールソーシャルワーカー（SSW）と協力して福祉機関と連携し、悩みを抱えた保護者への支援に当たることも重要です。学校に専門家の視点を入れることは、生徒と直接関わる教職員の不安を軽減したり、必要以上の巻き込まれを防いだりするとともに、支援者の負担を分散して支援の質を高めることにもつながります。

本委員会においては、高校生の自殺予防について、自殺や自殺未遂の問題に正面から向き合い、同様の事案を繰り返さないために、学校及び教職員が「できることは何か、できないことは何か」を検討し、具体的な取組の方向性についての提言をまとめました。各学校においては、本資料をそれぞれの学校の実情に応じて活用し、一人でも多くの高校生の命を守ることに つながっていただくよう、切に願っています。

令和4年8月

自死予防に係る取組の充実に向けた検討委員会

第1章 「自殺予防について」

1 学校における自殺予防の三段階

学校における自殺予防は、「未来を生きぬく力」を育む自殺予防教育や日常の教育相談活動などの「未然防止」、自殺の危険にいち早く気づき迅速かつ適切に対処する「危機介入」、不幸にして自殺が起きてしまったときの「事後対応」の三段階から構成されます。

<p>① 未然防止</p>	<p>① 全ての生徒を対象とした「未来を生きぬく力を育む教育」としての自殺予防教育 自殺予防教育の目標は、「早期の問題認識（心の危機理解）」と「援助希求的態度の育成（相談する力の育成）」の2点です。取組としては、「安心・安全な学校環境づくり」、「下地づくりの教育」、「核となる授業」の三段階で展開されます。小学校から、「生命を尊重する教育」や「心身の健康を育む教育」、「温かい人間関係を築く教育」などの実践を「下地づくりの教育」として積み上げた上で、中学・高校において、SOSの出し方など、心の危機への対処（状況に応じて自殺について触れることもあります）について学ぶ「核となる授業」を全校で取り組む教育活動として位置付けることが求められます。また、これらの取組を充実させるための土台として、生徒が安心して学び、生活できる学校環境を整えることが不可欠です（参考：文部科学省「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き－」平成26年）。</p>
<p>② 危機介入</p>	<p>② <u>自殺の危険が高まった生徒への気づきと関わり</u> 危機介入は、希死念慮や自殺企図への対応、自殺未遂直後の処置や心のケアなどの取組のことです（本資料の第2章以降で、早期発見（第2章）→初期対応（第3章）→継続的な支援（第4章）の流れについて詳述します）。</p>
<p>③ 事後対応</p>	<p>③ 自殺が起きてしまったときの危機対応と心のケア 事後対応には、周囲の人々に及ぼす心理的影響を可能な限り少なくするための心のケアとご遺族や保護者、マスコミ対応などの危機対応が含まれます。 遺された者への心のケアが不十分であると、将来的に自殺の危険を高めたり、最悪の場合には自殺の連鎖を引き起こしたりしてしまふこともあります。外部の専門家と連携して、心のケアを含む危機対応の体制を整え、ご遺族への丁寧な関わりに努めるとともに、情報の収集・整理・共有（学校としての基本調査も含む）を速やかに行います。</p>



【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」委員からのメッセージ】

高校生の深刻な自殺の実態（令和3年の高校生の自殺者数は314人）と、子供・若者の自殺予防の充実を求める動向（平成28年の自殺対策基本法の改正）を踏まえたとき、生涯にわたる精神保健の観点から全ての生徒を対象とする「自殺予防教育」と、自殺の危険の高い生徒への直接的支援としての「危機介入」とを並行して進めることが求められます。「生徒の命を守るためにできることは何か」という問いが、教職員一人一人に投げ掛けられていると言えるでしょう。

関西外国語大学外国語学部 教授・元高校教員 新井 肇

2 解説

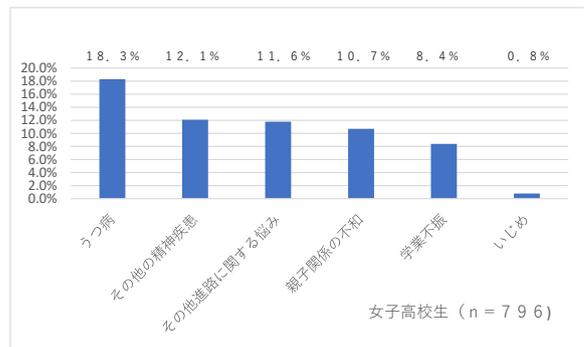
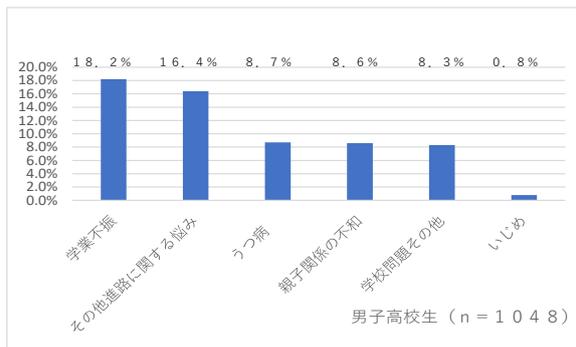
高校生の抱える課題の特徴と自殺予防教育の方向性

自殺は、本人の心理的・身体的要因や家庭的要因、学業、友人関係などの学校生活上の問題、進路問題などが複雑に絡み合い自殺の危険が高まったところへ、直接動機となる事柄がきっかけとなって実行されると考えられます。直接のきっかけが自殺の原因として捉えられがちですが、自殺の未然防止に努めるには、様々な要因が重なり自殺の危険が高まったプロセスに目を向けることが必要です。

児童生徒の自殺は衝動性が高く、原因・動機の特特定が難しいケースが全体の半数近くに上りますが、警察庁の調査に基づいて、校種別に自殺の原因・動機をみると、小学生では「親子関係の不和」、「しつけ・叱責」など「家庭問題」の比率が高く、中学生では「学業不振」や「学友との不和」などの「学校問題」が50%を超えています。高校生については、「進路に関する悩み」など「学校問題」が多いことは変わりませんが、うつ病や統合失調症などの精神疾患に関する「健康問題」が、女子を中心に高い割合を占める点に特徴があります。なお、「学校問題」というと「いじめ」が思い浮かびますが、実際には「学業不振」や「進路に関する悩み」等の比率が高いことに留意する必要があります。

高校生の自殺予防教育の方向性として、保健体育の「精神疾患の予防と回復」の単元を自殺予防の観点から心の健康の保持に係る教育として位置付け、養護教諭やスクールカウンセラー（SC）等と連携して授業の充実を図ることが求められます。こうした学習を通じて、自分自身や周囲の人にうつ症状などの兆候を感じたときに、身近な大人（家族や教職員）や医療機関に相談するなど適切に対処できる「メンタルヘルス・リテラシー」を身に付けることができれば、少しでも自殺を防ぐことが可能になるのではないのでしょうか。

高校生の自殺事案（既遂）における原因・動機の割合（平成21年～30年の累計）



（厚生労働省「自殺対策白書」（令和元年度版）掲載データを一部改変）

自殺予防において教職員に求められる姿勢

自殺予防において、教職員は家族に次ぐ「ゲートキーパー」として重要な位置を占めています。危機の発見者、身近な支援者として、次のような姿勢や態度が求められます。

第1に、苦しんでいる生徒の「救いを求める叫び（自殺の危険のサイン）」を少しでも察知できるように、生徒の変化を敏感に感じ取る感受性を磨くことが求められます。そのためには、生徒理解についての知識を深めるとともに、自殺や死の問題について自ら考える機会をもつことも大切です。

第2に、困ったときに相談されるような信頼関係を、生徒との間に日頃から築いておくことが必要です。自殺の危険が高い生徒は人間関係における不信感が根底にあり、助けてほしいと思いつつ拒否的な感情や態度を表すことも少なくありません。「この先生なら自分の苦しい気持ちを受けとめてくれる」という信頼感を抱かれるような関わりを日常的に積み重ねていくことが大切です。

第3に、自殺の危険が高まったときには、自殺を思い止まらせるように具体的に援助する必要があります。不安に苦しんだり、ひどく落ち込んだりして現実に立ち向かう力をなくしてしまった生徒と向きあうときには、何よりも相手の気持ちを分かろうとして、丁寧に関わることが求められます。

第4に、自殺の問題は「専門家といえども一人で抱えることができない」と言われるほど重く困難な問題です。自殺の危険が高い生徒や自殺未遂した生徒へは、学校内だけで対応するのではなく、精神科等の医療機関や児童相談所等の福祉機関などとの連携を図る必要があります。自分の限界を知らずに万能感を抱いて生徒に関わることは、時には共倒れという最悪の結果を招きかねません。いかなる努力を重ねても防げない自殺もあると思われるので、**教職員は自分の「できること、できないこと」を自覚した上で、生徒に関わっていくことが大切です。**

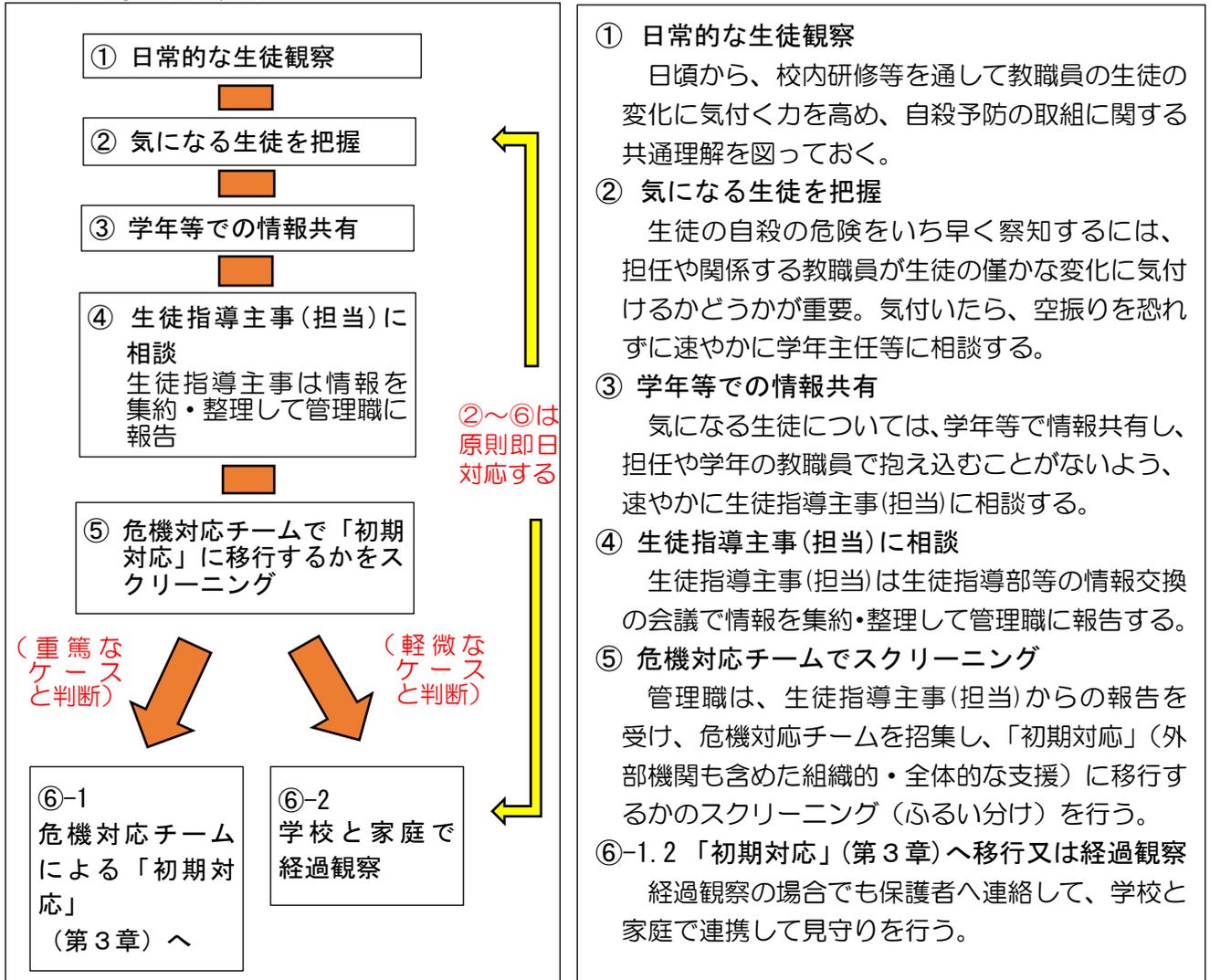
（参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」平成21年）

第2章 「早期発見」 ～生徒の自殺の危険のサインに気付くには～

1 早期発見とは

生徒の自殺の危険のサインに早期に気付くためには、僅かな変化も見逃さないよう、日頃から、「落ち込んでいる様子はないか」、「普段と違った言動をしていないか」等、自殺予防の観点から生徒の様子をきめ細かく観察することが大切です。教職員一人一人が自殺予防に関する意識を高めることで、生徒の自殺の危険を早期に発見し、適切な支援につなげることができます。自殺につながるような兆候を把握した場合は、一部の教職員で抱え込むことなく、速やかに関係する教職員間で情報を共有し、管理職に報告することが必要です。

2 基本的な流れ



【危機対応チームとは】(参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」P18)

校長を含む管理職、生徒指導主事(担当)、教育相談主任(担当)、学年主任、養護教諭、SC等を主たるメンバーとし、必要に応じて担任や部活動顧問等を加え、情報共有、役割分担、支援の目標・方向性等の決定を行う。なお、平常時は、危機管理体制づくり等について話し合う。



【精神科医からのメッセージ】

右ページは精神科医の「実践的な視点」をお示ししたものです。生徒の「死にたい」の多くは、正常な成長の一里塚です。一方で、発達障害や精神疾患が反映されている可能性もあります。「恐れ過ぎず、過小評価せず」。精神心理学的な視点からの生徒理解は、先生方ご自身の安心感にも寄与するはず。特に、出会う頻度の多さから、発達障害への理解は不可欠です。

群馬大学医学部附属病院 精神科神経科 医師 藤平 和吉

3 解説

「死にたい」の病理

具体的な行動に移すか否かは別として、人間は辛さや苦しみを感じたとき、「死にたい」という言葉を口にすることがあります。多くの場合は辛さや苦しみを「分かってほしい」という正常な心理反応の表出なので、丁寧な教育的配慮があれば十分に対応可能です。一方、ある種の精神疾患に罹患すると、心の反応というよりは「脳の機能不全」の結果として、自殺関連行動に結び付く場合があります。したがって生徒の「死にたい」に遭遇したときは、それが【正常な心理反応】なのか、統合失調症やうつ病などの精神疾患に伴う【病的な脳の反応】なのかを冷静に評価する必要があります。後者の場合、生徒の言動が「了解不能」な言動（＝教職員から見て「なるほど」と思えない言動）として現れます。さらに、自閉スペクトラム症や ADHD などの【発達障害】にも配慮が必要です。発達障害特性を僅かでも有している生徒の割合は数%～10%超とする報告もあり、「死にたい」のきっかけは正常反応であっても、その後の行動が2次的に激しく極端な形で現れる場合があります。

生徒の「死にたい」と遭遇した場合、「正常な心理反応なのか」、「発達障害を基盤とした2次性反応なのか」、「精神疾患による病的反応なのか」を階層的な視点で評価するように心掛けましょう。自殺関連行動の危険性は、後者ほど大きなものとなります。

危険行動に関連するサイン

生徒に「普段と違った言動」が現れた際には特に注意が必要です。以下に挙げた例に気付いた場合には、気付いた教職員が一人で抱え込まずに、関係する教職員と情報共有を行いながら、3ページに示したように「**複数の目**」をもって対応することを心掛けましょう。

- ① これまで関心のあった事柄に対して興味を失う。
- ② 注意力が低下し、集中できなくなる。成績が急に落ちる。
- ③ いつもなら楽々できるような課題が達成できない。
- ④ 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。
- ⑤ 身だしなみを気にしなくなる。
- ⑥ 健康や自己管理がおろそかになる。過度に危険な行為に及び、実際に大怪我をする。
- ⑦ 不眠、食欲不振、体重減少等の様々な身体の不調を訴える。
- ⑧ 自分より年下の子どもや動物を虐待する。
- ⑨ 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。
- ⑩ 乱れた性行動に及び。
- ⑪ 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。

（文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」より抜粋【一部改変】）

話を「聴く」ことの重要性

生徒の変化に気付いたら、6ページに示す「**TALKの原則**」を意識しながら、教職員の側から積極的に声を掛けてみましょう。「なんだか辛そうだけど、大丈夫?」「先生に手伝えることはない?」など、あなたのことを「気に掛けている」というメッセージが伝わると、それだけでもリストカットなどの自殺関連行動の大きな抑止力となります。「先生、実は…」と生徒が反応を返してくれたなら、支援の第一歩は成功です。話をしっかりと聴くことを「傾聴」と言いますが、傾聴することの意味の一つは、生徒自身の「語りを促すこと」です。人間は自分の辛さや苦しみを「分かってくれようとする他者」に出会うと、自分の気持ちを吐露しながら、少しずつ思考を整理し、気持ちを整えることができるようになります。傾聴する際、聴き手である教職員は、以下のような姿勢を意識すると、「**よい支援者**」として**生徒からの信頼を得る**ことができるでしょう。

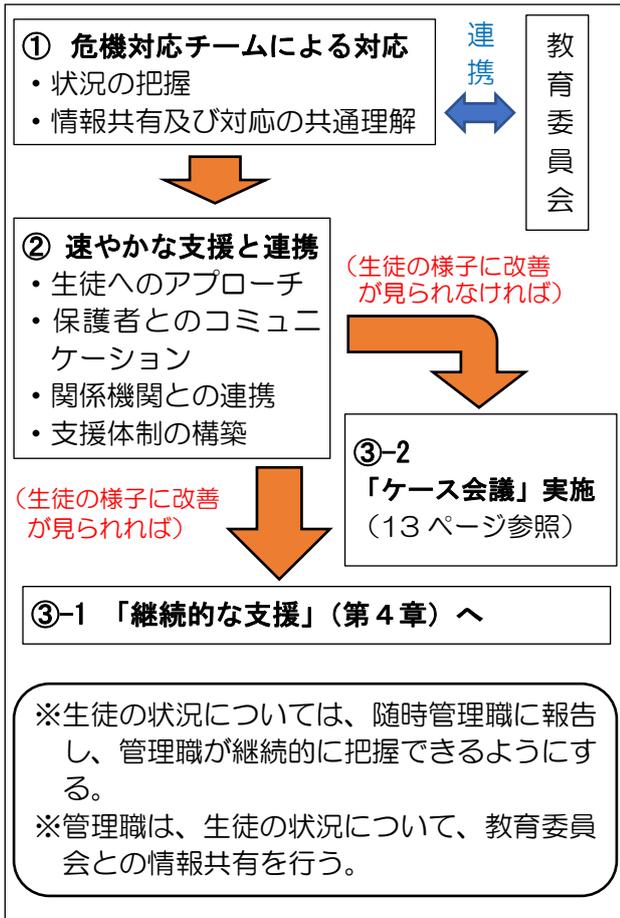
- ① 良い・悪いは評価せず、生徒の言うことにじっと耳を傾け、辛さや苦しみを「受け取る」。
- ② 相づちや頷き、話してくれたことへの労い等は、辛さや苦しみを「受け取ったサイン」になる。
- ③ 教職員の傾聴＝生徒の語りの促しは、生徒が「自分で自分を整える支援」であることを意識する。
- ④ 生徒が混乱した場合のみ、考え方のモデルやアドバイスを「シンプル」に「少しだけ」提示する。
- ⑤ 説得や命令、禁止、励まし等は、概して援助にならない。

第3章 「初期対応」～自殺の危険が高まっている生徒にどう対応するか～

1 初期対応とは

「早期発見」段階におけるスクリーニングの結果、「初期対応」に移行した生徒に対しては、安全の確保を最優先に対応することが大切です。担任等の教職員が一人で抱え込まず、管理職を中心とした**全教職員で組織的に対応**し、些細なことでも情報共有と共通理解を図るようにしましょう。また、学校は教育委員会と連携し、児童相談所や医療機関等の関係機関とも連携しながら対応していくように努めましょう。

2 基本的な流れ



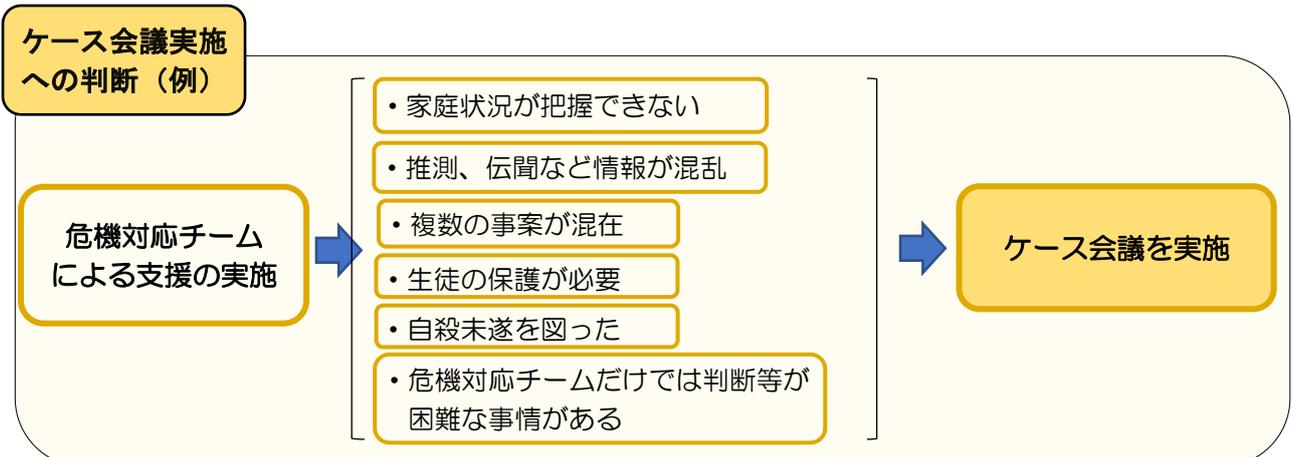
① 危機対応チームによる対応
 校長が危機対応チームに指示し、教職員間で情報や今後の対応についてできる限り共有できるようにする。生徒が自殺を考えるに至った背景について、学校生活や家庭生活等の観点から確認するよう努める。

② 速やかな支援と連携
 自殺の危険が高まった生徒に対しては、引き続き「**TALKの原則**」に基づき命を守ることに努め、周囲の生徒の状況にも注意を払うよう心掛ける。保護者とも、「一緒に生徒の命を守る」観点からできる限りコミュニケーションを取るようにする。
 また、教育委員会と連携し、児童相談所や医療機関等の関係機関とも情報共有を行い、生徒への継続的な支援体制づくりに努める。

③-1 「継続的な支援」(第4章)に移行
 ②による支援策が、生徒の心身の安定につながっているかを定期的に評価する(4ページの「危険行動に関連するサイン」等を参照)。生徒の心身が安定していれば、「継続的な支援」(第4章)に移行する。

③-2 「ケース会議」実施 (13 ページ参照)
 危機対応チームが外部専門家による支援も必要と判断した場合、校長は教育委員会と連携し、対応可能な外部専門家を含めたケース会議の早期開催を検討する。

3 解説



連携・支援体制

【「TALKの原則」とは】（参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」P10）
自殺の危険が高まった生徒への対応に当たっては、以下の4つのことが求められます。

- ① **T**ell : 言葉に出して心配していることを伝える。
- ② **A**sk : 「死にたい」と思うほど辛い気持ちの背景にあるものについて、率直に尋ねる。
- ③ **L**isten : 絶望的な気持ちを傾聴する。
- ④ **K**eeP safe : 安全を確保する。（危険と判断したら、まず一人にしないで寄り添い、支援者も一人で抱え込まずに他からも適切な援助を求めるようにする。）



【関係機関との連携】

教育委員会と密接に連携することが重要です。教育委員会と協議の上、児童相談所、市町村自殺対策担当部署、医療機関等との連携を図り、早期に支援体制をつくるよう努めましょう。

関係機関には守秘義務がありますので、必要な範囲で適切な生徒の情報を提供することは、プライバシーや個人情報の観点を考えても許容される正当な行為と考えられます。

【保護者とのコミュニケーション】

家庭によっては、保護者自身が悩みを抱えていることも考えられます。保護者と連携する際には、学校と家庭とで一緒に生徒の命を守ることを目的にコミュニケーションを図るよう努めましょう。家庭の状況によっては、市町村の関係課や児童相談所等と連携することも必要です。

【生徒へのアプローチについて】（参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」P20）

教職員は自分の限界を知りつつ、できるところで精一杯生徒に関わっていくことが大切です。専門性とは、「自分のできないことが何かを知っていること」と言われます。難しい問題には、チームで関わるのが大切です。問題を一人の教職員が抱え込むのではなく、できるだけ多くの教職員が組織的に関わることで、柔軟な生徒理解や丁寧な対応が可能となります。

その他

【面談時の対応について】

面談に当たっては、役職や立場に関わらず、相手が話しやすいと感じる教職員を中心に対応することも時には必要です。保護者との面談の際は、生徒の学校での様子をできるだけ丁寧に伝えながら、学校と家庭とで連携して取り組んでいくことについて、共通理解を図るよう努めましょう。保護者から生徒の家庭での様子を聞くとともに、保護者の思いを分かろうとして傾聴することが大切です。



【特別な支援が必要な生徒について】

生徒への特別な支援が必要な場合、より専門的な支援を行うことも考えられます。その場合は、県教育委員会特別支援教育課に相談してください。

【対応等の記録について】

記録をする際には、時系列に沿ってできるだけ事実を記載するように努めましょう。事実を把握したときから解決するまでの記録を取ることは、生徒に必要な有効な支援方法を見出すことにもつながります。なお、記録をする場合には6W1H(いつ、どこで、誰が、誰に、何を、なぜ、どのように)を踏まえた記録をすることが重要です。

【弁護士からのメッセージ】

生徒を取り巻く環境は一様でなく、その生活領域は学校に止まらないので、自殺に至る誘因の完全な予測は困難です。とはいえ、学校で現実的に可能な範囲の対策をとるため、本マニュアルでは、初動で校内体制の構築や多方面と連携できる準備、組織的かつ継続的な見守りを実現するために対応記録の保存等による情報共有の実現を提案しています。生徒への対応や保護者との連携は、基本的な心得を提案していますが、場合によれば柔軟な対応も必要です。マニュアルですから断定的な記載もしていますが、これらはいくまで一般論で、ケースによればできないことも生じます。特に、親権者である保護者の意向と齟齬があるような場面では、より慎重な対応が必要でしょう。

横田哲明法律事務所 弁護士 横田 哲明



第4章 「継続的な支援」 ～状況に合わせた支援を継続して行うために～

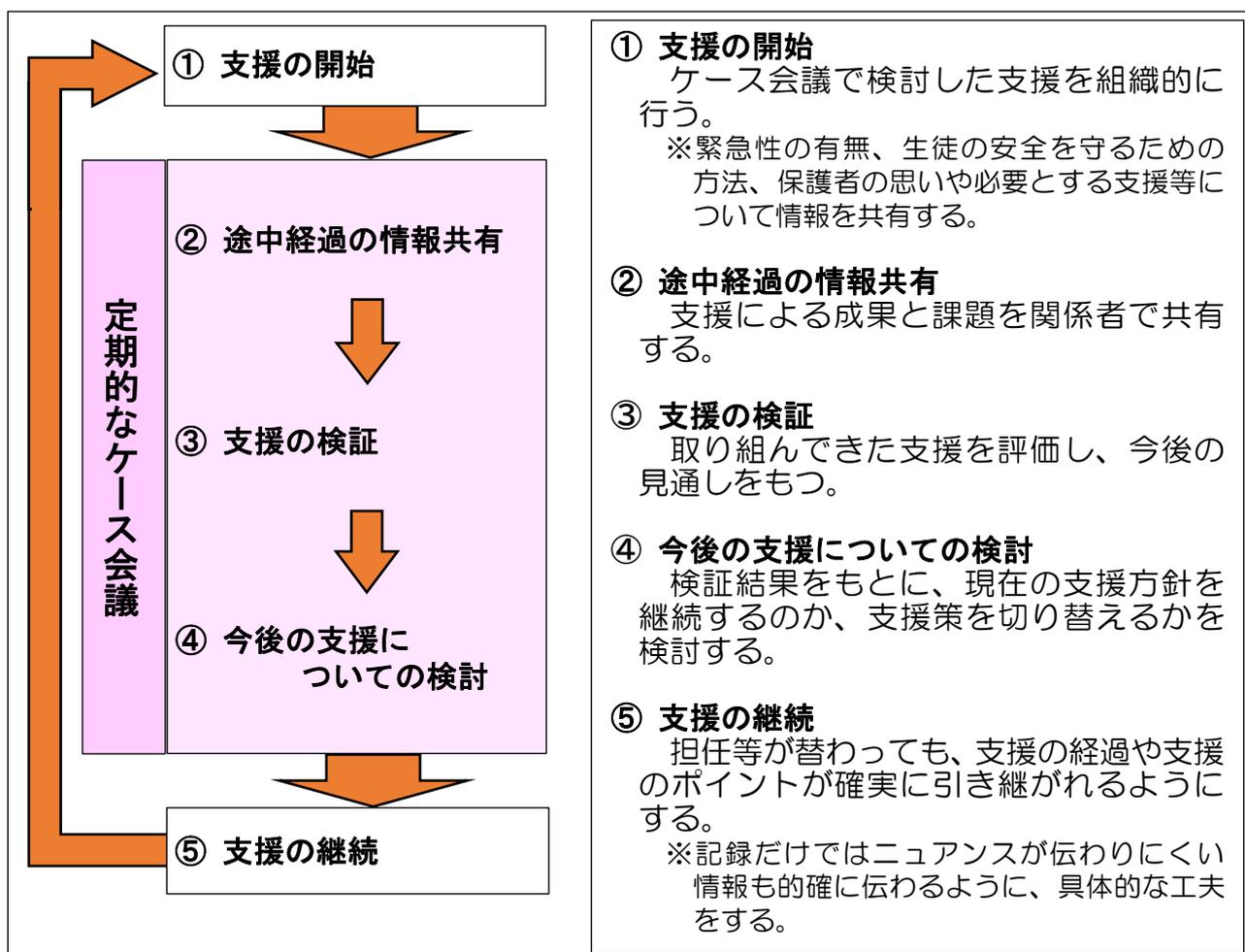
1 継続的な支援とは

検討された方針に基づいて支援していく中で、定期的にケース会議（13 ページ参照）を行い、その都度、目標の設定と評価をしながら、生徒や保護者の思いや願いに寄り添い、状況に応じた支援を継続的にいきます。生徒の状況等に応じた支援策を随時検討していくことになります。

ケース会議は定期的で開催し、回数を重ねることで、より深く、多面的な「**アセスメント**」が可能になります。「**プランニング**」では、すぐに取り掛かれる具体的な対策など、優先順位を付けながら、スモールステップで、計画的に支援していくことが効果的です（13 ページ参照）。また、定期的な支援の評価を行うことで、生徒や保護者の思いや願いに沿って対応することが可能になります。

評価の場面で目標に達するような状況が確認された場合でも、すぐに支援を打ち切るのではなく、職員会議や学年会議等、定例会議での情報交換に切り替え、担任等による生徒や保護者の見守り、関わりを継続しましょう。心配される様子が把握された場合には、ケース会議を再開します。

2 基本的な流れ



3 解説

教師のできること・できないこと

教師は生徒を教え育む専門家です。**専門性とは、「自分のできないことが何かを知っていること」**だと言われます。そのため、教師は自分の限界を知りつつ、できるところで精一杯生徒に関わっていくことが大切なのではないでしょうか。「今」の関わりが、生徒の「未来」で成就することもあります。

また、「一人でできないこともチームで当たれば何とかできる・困ったことは相談する」と、協働のよさを教師自身が知り、生徒に伝えていくことは、教師のメンタルヘルスだけでなく、生徒の自殺予防の視点でも、とても大切な考え方です。

継続的な支援における留意点

支援とは「自分の力を貸して人を助けること」です。困っている生徒や保護者に向けて、どのようなことに気を付けて支援に当たればよいのでしょうか。軽微なケースと重篤なケースに分けて、その留意点を紹介します。

軽微なケース

自殺をほのめかす会話・発言
ネットへの書込み、保護者からの相談等

○生徒への支援

- ・自殺予防という視点をもちつつ、何よりも対象が「どのような生徒なのか（発達特性・学習状況・交友関係など）」を把握しましょう。
- ・担任を中心に、関係の教職員や養護教諭で学校生活を注意深く見守り、変化に気付けるようにしましょう。また、意図的な声掛けや会話を心掛けましょう。
- ・生徒が、自分の好きなことでストレスを発散したり、**強み（ストレンクス）**を生かせる場を見付けたりできるように支援しましょう。
- ・生徒がSCとの面談を希望する場合には、速やかに教育相談主任(担当)に伝え、日程調整しましょう。
- ・心配な様子が察知されたときには、学年主任や生徒指導主事(担当)に伝え、臨時のケース会議を準備します。

○保護者への支援

- ・家庭に連絡した際「大げさに考えすぎだ」等、拒否的な態度を取られた場合であっても、粘り強く働き掛けましょう。
- ・保護者によっては、自分を責めたり、他者から責められているように感じたりすることもあります。学校が家庭と協力して、生徒を守っていくという姿勢を伝え続けましょう。
- ・学校での生徒の様子を保護者へ伝えるときには、心配な点だけでなく、頑張っていることや活躍したことなど、プラスの声掛けも意識しましょう。また、伝えたということだけで済ませずに、どのように伝わったかを確認することも大切です。

重篤なケース

繰り返される、傷の深い深刻な自傷行為
遺書を残しての行方不明、大量服薬等

○生徒への支援

- ・自殺の危機は捉えつつも、学校生活を支えるための工夫や支援に取り組みましょう。その際には学校として、できることとできないことをはっきりと伝えるようにしましょう。
- ・死を連想させる言葉に惑わされないように、背景にある生徒が伝えたいメッセージを丁寧に聴き、「一緒に解決策を考えよう」と寄り添うスタンスを心掛けましょう。

○保護者への支援

- ・保護者の窓口が担任に集中しないよう、学年主任や養護教諭等と協力して対応するようにしましょう。
- ・組織的に支援していることを伝えることで、保護者との信頼関係を構築することができます。学校の支援体制について、できるだけ事前に保護者と共通理解を図っておきましょう。

○関係機関等との連携による支援

- ・医療機関等との連携には保護者の承諾が必要です。学校側の窓口を決め、連携を密にするため、こまめに情報交換しましょう。
- ・入院等を終えて学校復帰するときには、「**生徒本人や保護者の同意の下、担当医に助言**」を求めましょう。その際、担任だけでなく、管理職やSC、養護教諭等が同席するようにしましょう。

(参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」P21)



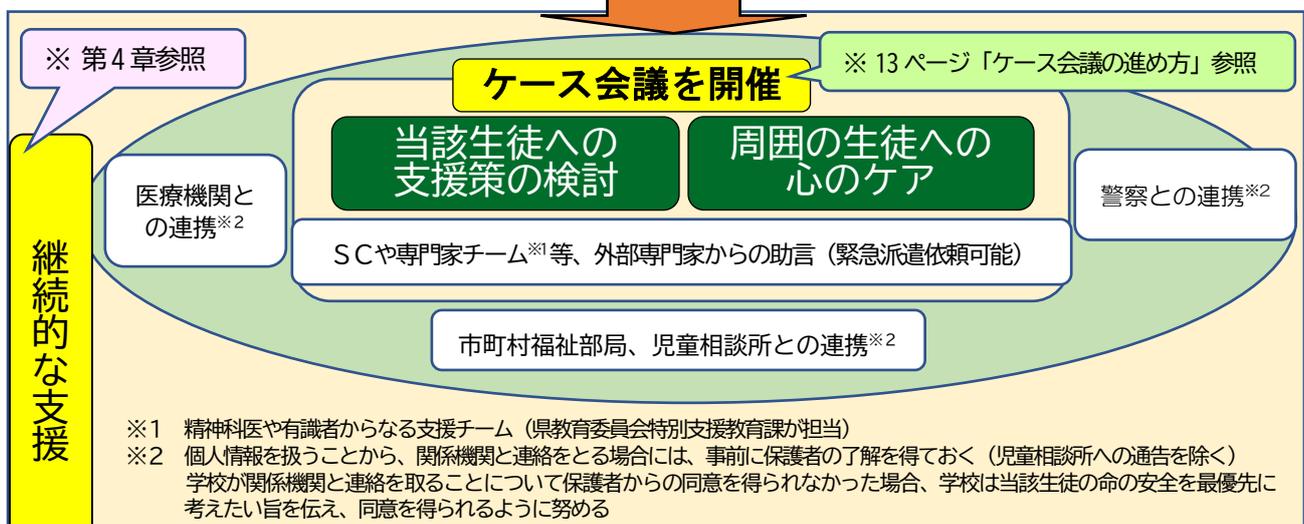
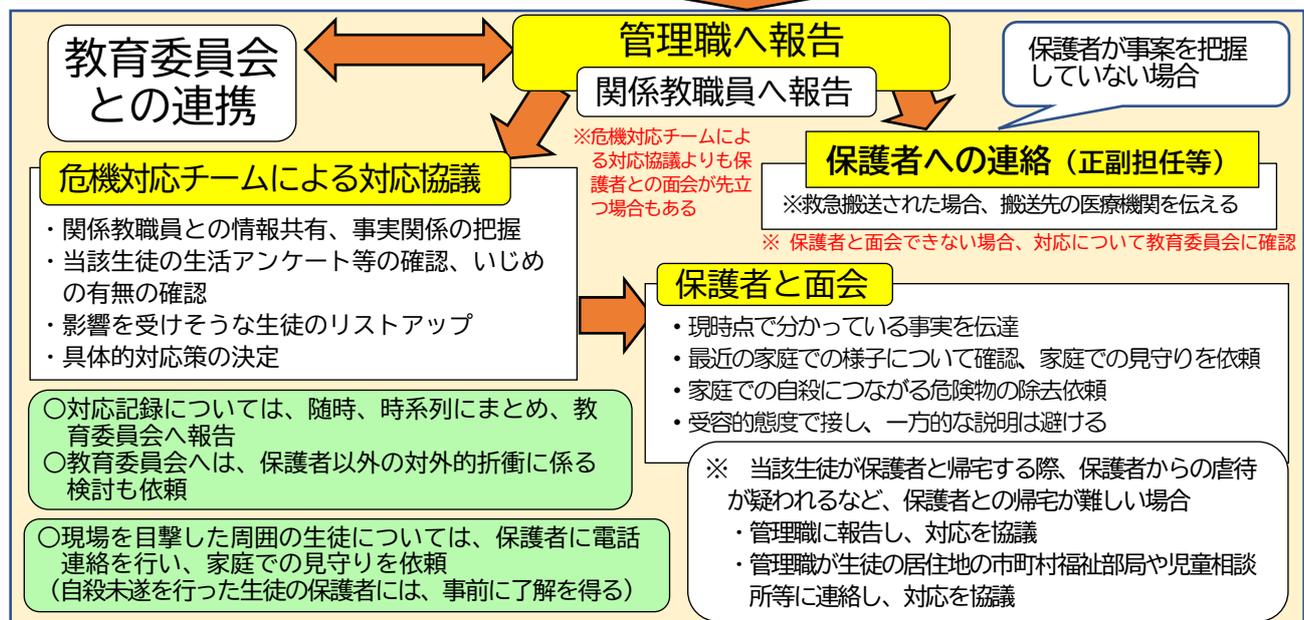
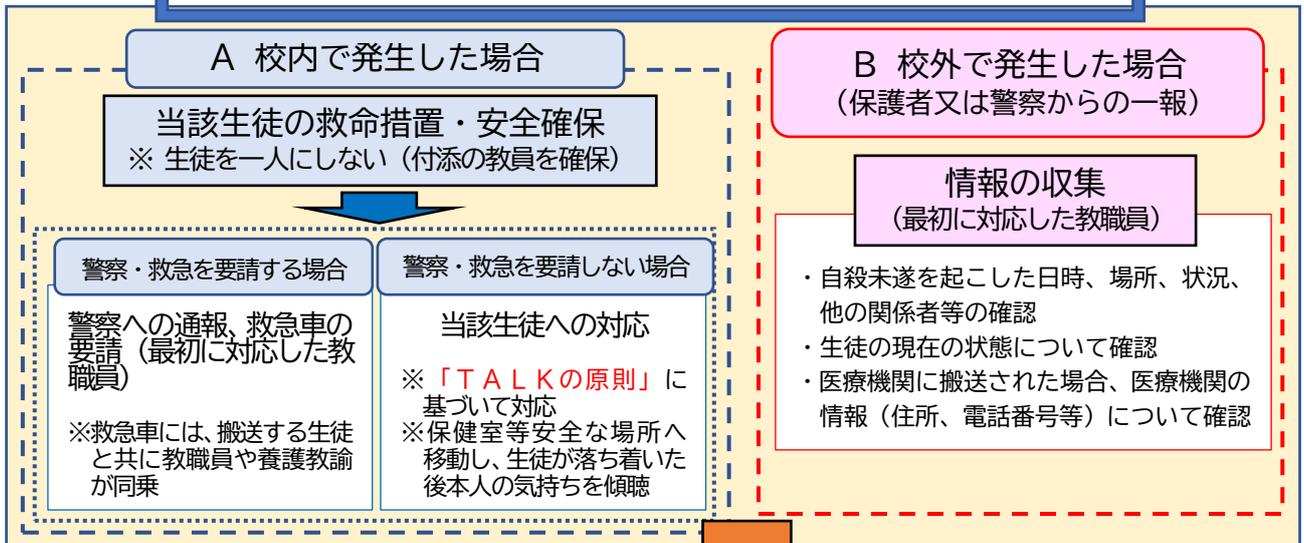
【精神保健福祉士からのメッセージ】

先生方の継続的な支援は、子供たちにとって信頼できる大人との出会いとなります。継続した関わりの中から子供たちは援助の求め方を学び、次に苦しさに直面した時、今度は一人で抱え込むのではなく、誰かに助けを求めることにつながっていくと感じます。人を頼れることは将来にわたって自分を大切にすることにつながっていると信じています。支援を行う先生方も困難な状況を一人で抱えることなく援助希求能力を高めていくことが、大切だと思います。

群馬県スクールソーシャルワーカー 精神保健福祉士 藤澤 都茂子

特別編 「自殺未遂事案が発生した際の学校の対応例」

自殺未遂事案の発生



臨時職員会議にて、教職員間で情報共有

教育委員会とは、常時連携を図る

保護者とのコミュニケーション

- ・近日中に、改めて面談の機会を設定
→当該生徒の様子について学校と家庭とで共有する
- ・当該生徒が学校に復帰した後の支援策について話し合う

事例1：校舎から飛び降りた事例～警察・救急を要請する場合～

- ・某月某日(木)午後5時頃、巡回中の教員から教頭に対し「1年生の生徒Aが校舎前の地面に倒れている。校舎から飛び降りたようだ。現場には、校庭で部活指導をしていた〇〇先生が付き添っている。救急車については、既に要請した。」との報告があった。
- ・教頭から一報を受けた校長は、養護教諭に対し、救急車に同乗して搬送先の病院まで付き添うよう指示するとともに、担任に対し、当該生徒の保護者に電話連絡して病院まで来院を依頼するよう指示した。
- ・病院に駆け付けた保護者は、養護教諭に対し、「担当医から踵骨骨折との診断を受けた。約3週間の入院が必要とのことだった。」と話していた。
- ・学校では、校長が、教頭、生徒指導主事、学年主任、教育相談主任、担任、現場を目撃した教員からなる危機対応チームを招集して情報を共有し、当該生徒及び周囲の生徒に対する今後の支援策の検討を行った。学年主任の話では、「Aは高校入学以降、普段から気になるような生徒ではなかった」とのことであった。
- ・校長は、関係教職員からの聴取を行うとともに、担任に対し、Aの保護者の了解を得た上で、現場を目撃した生徒の保護者に電話連絡して家庭での見守りを依頼するよう指示した。また、Aが学校に復帰する際や復帰した後の支援策を検討するため、外部専門家を交えてのケース会議を翌日に開催することとした。
- ・事件の翌日、Aは見舞いに来た担任に対し、「母親から、いつも成績が上がらないことで文句を言われ、死にたいと思っていた。このことは、誰にも言わないでほしい。」と話していた。
- ・話を聞いた担任は、Aの不安や悩みを傾聴した後、SCとの面談を勧めた。

<対応上の留意点>

- ・自殺未遂事案が発生した場合、最初に対応した教職員は当該生徒の症状等を確認し、**当該生徒の救命措置及び安全確保**を行いましょ。必要と判断したら、速やかに**警察への通報、救急車の要請**を行うよう心掛けましょ。
- ・生命に関わる緊急事案については、救命措置を優先させ、他の教職員の協力を得ながら速やかに**管理職に報告**するようにしましょ。
- ・救急車を手配するために119番通報を行った際には、電話を切らずに消防の通信司令員から電話口にて応急措置等についての指示を仰ぐようにしましょ。
- ・当該生徒が救急車で病院に搬送される場合、関係教職員や養護教諭等(状況が説明できる教職員)が付添人として**救急車に同乗**し、随時、学校に状況を報告できるようにしておきましょ。
- ・当該生徒の保護者には、可能な限り速やかに**電話連絡**して状況を伝え、病院への来院を依頼しましょ。その際、概況及びけがの程度など、最低限必要とする情報を整理した上で伝えましょ。
- ・面会した保護者に改めて事案を説明する場合、**一方的な説明は避け**、動揺している保護者を受容する態度で接するよう心掛けましょ。
- ・管理職は、事案について教育委員会へ報告するとともに、**危機対応チームを招集**し、当該生徒の状況把握や、現場を目撃した生徒の心のケアについて検討に努めましょ。また、「誰が、何を、いつ」するのかなど関係教職員の役割の確認にも努めましょ。
- ・必要に応じて、管理職が病院を訪ね、お見舞いをするこも検討しましょ。
- ・現場に居合わせた生徒がいる場合、そのとき見た映像や沸き起こった強い感情が、その後も突然よみがえる「フラッシュバック」に悩まされることがあります。該当者を把握するとともに、SCと連携を密にし、**心のケア**に努めましょ。
- ・「誰にも言わないでほしい」と当該生徒が希望することがありますが、学校が当該生徒のことを心配している旨を伝え、「私はあなたの命を守りたいので、〇〇にも一緒に相談しましょ。」などと、**誰にも言わない約束をしない**ようにしましょ。
- ・自殺未遂事案については、対外的な折衝や情報の取扱いを含め、**教育委員会と連携**しながら対応することが求められます。

事例2：リストカットの事例～警察・救急を要請しない場合～

- 生徒Bは、高校に入学後、級友との人間関係をうまく構築できず、ストレスを抱えるようになった。それでも、長期的な欠席はなく、2年に進級した。
- 2年次の某月某日(月)午前11時、Bが保健室へ行き、養護教諭に対して、「イライラすると自分の身体に傷を付けてしまう。死にたいと思うこともある。」などと訴えた。Bの両腕を確認したところ、何本もの浅い傷が確認された。
- Bによると、1年次の2学期頃から、自宅にあったカッターを手首に当てて引いたところ、辛い気持ちが和らぎ、それ以来、自傷行為を繰り返しているとのことであった。
- 養護教諭は、「とても辛かったんだね。」「とても大変な思いをしたんだね。」と傾聴した後、Bを守りたいので本事案について管理職や担任とも共有したい旨を伝え、Bの了解を得た。
- 養護教諭から報告を受けた校長は危機対応チームを招集し、出席した教頭、生徒指導主事、教育相談主任、学年主任、担任、養護教諭と情報共有した後、Bの授業や休み時間の様子について、注意深く観察するように伝えた。また、Bの安全確保の観点から一人で帰宅させるべきではなく、Bの学校での様子について説明する必要があることから、保護者に来校を求めることを決定した。
- 協議後、校長の指示を受けた担任からの電話連絡を受けて保護者が来校した。学年主任及び担任は、改めて事案の概要を伝え、家庭での切れ目ない見守りを依頼するとともに、学校でも注意深く観察していきたい旨を伝え、保護者の了解を得た。

<対応上の留意点>

- 警察や救急を要請しない場合であっても、生徒の安全を確保した上で、**TALKの原則**に基づき、不安や悩みを真摯に傾聴するように努めましょう。
- 教職員は、生徒の苦しみを受け止めつつ、**その生徒の不安や悩みの背景に何があるのか**について、把握するように心掛けましょう。保護者ともコミュニケーションを取り、**家庭での見守りを依頼**するとともに、教職員間での情報共有を密接に行い、生徒を支援することを伝えましょう。
- 自傷行為について、その事実を知っていて、**影響を受けそうな周囲の生徒についても確認**し、心のケアを行うように努めましょう。
- 「このくらいの内容では死ぬことはない。」と**教職員が楽観的に捉えることは危険**です。その場では命を落とすことはない行為であっても、適切なケアを受けられないと、その後、現実に自殺につながる危険が極めて高いことを忘れずに、生徒の「救いを求める心の叫び」に耳を傾けることが大切です。
- いくら熱心な教職員であっても24時間子供と一緒にいることはできません。保護者に切れ目ない見守りを依頼するときには、学校としてできることと、できないことがある旨を保護者に伝えた上で、学校、家庭及び関係機関が互いに協力し合って、子供を見守っていくことを確認しましょう。(参考：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」P42)

自殺未遂が起きた場合、学校としてできること

① 自殺未遂を行った生徒の話の傾聴

自殺の話題を避けたり、刺激を与えないようにしたりと、腫れ物に触るような関わり方をしてしまいがちですが、自殺の話題を避けず、TALKの原則の下、徹底して傾聴に努めましょう。受容的な態度で、当該生徒の気持ちに共感を示すことが、再発防止にもつながります。担任一人だけで取り組むのではなく、教職員で情報を共有しながら生徒の支援に当たるようにしましょう。

② 教室復帰する際における、受入体制の構築

自殺未遂を行った生徒が学校に復帰する際、教職員及び周囲の生徒がどのように支えていくのかについて、保護者の同意を得た上で担当医より助言を受けることが重要です。その際は担任だけでなく、できるだけ、管理職、養護教諭、SC等も同席しましょう。

もし、学校が担当医から助言を受けることについて、当該生徒及び保護者の同意が得られない場合には、「あなた（お子さん）の命の安全を最優先に守りたい」ということを粘り強く伝えるようにしましょう。

③ 影響を受けそうな生徒への心のケア

命に関わるような状況を体験したり、それを目撃したりした場合等には、通常のストレスでは生じない精神症状と身体症状が現れうることを理解し、迅速に心身の健康状態の把握に努めましょう。なお、このような症状は、しばらく経った後に現れる場合もあります。生徒の心身に影響が出ていたり、生徒や保護者の要求があったりした場合には、SC等による相談支援が速やかに受けられるように学校の体制づくりにも努めましょう。

④ 保護者との密な連絡

自殺未遂を行った生徒の保護者には、周囲の生徒から事実について質問された場合に、学校はどのように回答すればよいかについて、意向を確認しておくことが大切です。

また、影響を受けそうな生徒の保護者に対しては、電話連絡して学校での様子を伝えるとともに家庭での見守りを依頼するようにしましょう。

⑤ 個人情報の取扱いについて

自殺未遂を見聞きした生徒及び保護者に対しては、自殺未遂を行った生徒についての情報をSNS上に投稿する等、差別や偏見につながるような言動は行わないように伝えておきましょう。また、自殺未遂が起きた場合には、自殺未遂を行った生徒や自殺未遂を見聞きした生徒について、医療機関等の関係機関に相談する際にも、個人情報保護の観点から、対外的な折衝や情報の取扱いを含め、教育委員会と連携しながら対応することが求められます。

【精神科医からのメッセージ】

「自殺未遂が起きた場合、学校としてできること」の第一は上記のとおり、「生徒の話に耳を傾けること」ですが、これは第2～3章でも触れられているように自殺未遂が起きる前（＝平時）から必要な姿勢です。しかし、言葉として分かっているも、本マニュアルに書いてあることをすぐに実践するのは簡単ではないかもしれません。そこで、これを機に各学校や教職員の方々にぜひ取り組んでもらいたいことを3点挙げさせていただきます。①危機対応チームの結成（第2章参照）、②地域の関係機関の確認（28ページ参照）、③ゲートキーパー研修や自殺危機初期介入スキル研修の受講、です。特に①、②は今日からでも取り掛かれることだと思いますので、「自殺予防って何からしたらいいの？」と思われたらまず始めてみてください。一人で抱え込まず、同僚や上司等に相談しながら、一緒に生徒を支えていきましょう。

群馬県こころの健康センター 医師 草野 建祐



「ケース会議の進め方」～情報を共有し、組織的に対応するために～

ケース会議とは、支援を必要としている生徒(ケース)についての情報を持ち寄り、背景や要因について見立て(アセスメント)をし、支援方針や目標の設定、関係者の役割分担を決定(プランニング)するための「作戦会議の場」です。重篤なケースの場合は、学校内の危機対応チームに加え、外部関係機関等の支援に関わる人材を招集し、より専門的な知見を取り入れて「チーム」として支援策を考えます。また、ケースによっては、生徒本人や保護者が参加する場合も考えられます。

※参考 「SC・SSWとの協働で学校の対応力を高めましょう!!」(県教委) http://www.nc.gunma-boe.gsn.ed.jp/?page_id=834
「もし、ケース会議の進行役をすることになったら?」(文科省) <https://www.mext.go.jp/tsukyu-guide/facilitation/index.html>

【事前準備】会議が円滑に進むように、事前の準備をしておきましょう

- ・ 会議の出席者を確認し、日時と場所の決定及び連絡をする
- ・ 情報収集 (当該生徒の背景を確認し本人と保護者の思いや願いを聴く)
- ・ 資料作成 (教職員それぞれがもっている情報を整理し、支援方針や役割分担案を考えておく)



【ケース会議の流れ】

導入

- ・ 出席者の紹介
- ・ 会議のねらい、流れ、時間、守秘義務を含む留意点を確認

情報共有・ケースの把握

アセスメント

- ・ 出席者がもっている情報の共有 (本人や保護者の主訴・生育歴・既往歴・発達特性・学校生活・家庭生活)
- ・ ケースの背景や要因の検討
- ・ これまでの支援状況等を整理し、支援課題を明確化
- ・ 本人の強み、活用可能な社会資源やキーパーソンの確認



目標設定・役割分担

プランニング

- ・ 支援策を検討し、役割分担を明確化(誰が、何を、どのように、いつまでに)
- ・ 支援策の優先順位を付け、現実的で評価しやすい目標(長期・短期)の設定

今後の支援の確認

- ・ 今後の支援を確認し、緊急対応等連絡方法を決めておく
- ・ 次回の日程調整

ケース会議の留意点

- ・ ケース会議の司会者は、「ファシリテーター」として参加者の意見を聴くことや、参加者が発言しやすいような環境をつくり出すことに専念できるよう、ケースの主たる支援者以外の人に任せましょう。
- ・ 会議中は書記を決め、黒板等で板書をしながら進め、会議の発言を全員が同時に情報共有できるようにしましょう。
- ・ 非難とならないように発言を制御し、議論がそれた場合は、受け入れつつ、適宜修正しましょう。また、理想論や非現実的な意見には「それを具現化するにはどうしたらいいでしょう」など、現実在即した意見を求めるようにしましょう。
- ・ 受容的な態度を意識し、時折、ユーモアを交えるなど、全体的に和やかな雰囲気をつくることを心掛け、互いの「しんどさ」を共有し、相互支援的な関係性をつくりましょう。

- 1 出席者 危機対応チームを中心に、必要に応じて担任、SSW※1、外部の支援関係者等が参加
(校長・教頭・生徒指導主事(担当)・教育相談係主任(担当)・学年主任・養護教諭・SC)／担任／SSW
〇〇病院 主治医(小児科〇〇医師)+臨床心理士(△△) (※1 スクールソーシャルワーカー)

2 情報共有と課題の把握 これまでの経過を整理し、情報を集約して多角的にアセスメントする

- ① 生徒本人の主訴と家族の意向
- ② 生徒の背景(家族構成・生育歴・既往歴・発達特性)
- ③ 学校生活(成績・部活動・友人関係・進路)
▶15 ページ参照

ジェノグラム・エコマップを活用することで、関係性の課題や本人のストレンクスが見えてくる

- (1) これまでの経過についての把握 何がどのように起き、どうなって、誰がどのように関わってきたか
- (2) 生徒の背景についての情報 同じ事象でも背景が異なれば、留意点や関わり方も変わる
- (3) それぞれの担当が把握している情報の確認 多角的に捉えることで、より課題が明確になる

3 具体的な支援方針 ケース全体を俯瞰(鳥の目)し、多職種(多角的)の視点を入れる

- ① 生徒本人を中心にした視点【身体／心理／社会・環境】
- ② 他生徒への支援等危機管理も含めた学校全体の視点【保護者／学校組織／教育委員会／関係機関・関係者・地域】

プランの根拠となったアセスメントと、その情報の振り返り、整合性の確認は効果的な支援につながるが多い

- (1) 支援目標 学校側の基本方針と生徒や保護者の意向を基に長期及び短期の具体的な目標を設定
- (2) 指導・支援策と役割分担 目標に向けた具体的支援策の検討と組織的対応のための役割分担
- 1)指導・支援策作成については、個々の支援課題に対応して具体的な支援策を考える。

何に関する支援課題なのかを整理し、全体を見渡しての支援になっているかのチェック

- 支援課題 A 保護者が動揺し、本人とうまく関われない → 支援策 A SCによる保護者面談
- 支援課題 B 発達特性により、聞いたことを忘れてしまう → 支援策 B メモを渡す

2)優先順位の確認

- ① 緊急性の高い課題を優先
- ② 実現可能性があること
- ③ できるだけ生徒本人や家族の思いに沿っていること

3)支援策について役割分担を明確化

支援課題それぞれについて役割分担を明確化する

誰が、どのような方法で、何を、いつまでに、どこで、どのように

4 その他(今後の日程等について) ケース会議以外の相談体制(外部機関)の枠を決めておく

- (1) 不測の事態が起きたときなど、緊急対応等の連絡方法について決めておく
- (2) 支援がうまく進まないと感じた場合の相談先(医療機関／SSW)を決めておく
- (3) 次回の会議の日時及び場所等の調整

<情報共有のポイント>

① 生徒本人の主訴と家族の意向

周囲から見えている課題や問題と本人が訴える内容が、ずれることがあります。この「ずれ」は、**本人の認識のずれや問題意識の低さ、直面化できない(問題と向き合えない)**ということから生じることがありますので、本人の主訴は、本人把握には有効です。

家族がどのようにしたいかということは、本人の主訴とも照らし合わせ、関係性をアセスメントする視点としても活用できます。

② 生徒の背景(家族構成・生育歴・既往歴・発達特性)

家族構成は、家庭生活の把握に役立ちます。きょうだいが多ければ**本人の家族内の居心地や役割**が見えてきます。また、**祖父母との同居の有無、両親の職業等から、生活時間や経済的な課題を把握**することもできます。

生育歴は、**生徒の育ちの課題を把握**することに役立ちます。併せて、発達特性が分かるようなエピソード(**発語の時期、食事の好き嫌い、新しい環境への適応、落ち着きのなさ**など)が分かると、日常の関わりの工夫もしやすくなります。

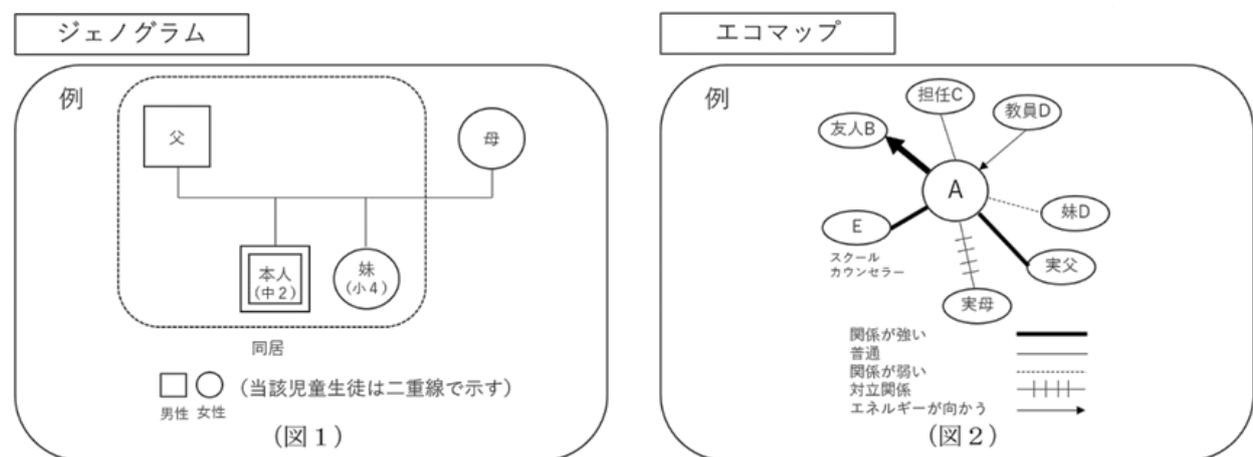
既往歴は心身の健康を把握できます。命に関わる病気や怪我が、**保護者の本人に対する関わり方の理由**となったり、**本人の取組の背景**となったりすることがあります。

③ 学校生活(成績・部活動・友人関係・進路)

成績は、本人の**理解力や問題解決能力**の把握、**取組の姿勢や意欲**を把握する材料になります。また、部活動などの活動や目指している進路が、本人の願いどおりに進められているかということも、**挫折や葛藤の要因**として捉えることができます。

友人関係や恋愛関係は、高校生にとっては大人が考えている以上に重要で、そこでの課題は深刻です。些細なめもごとでも、本人にとっては重大な事案になっているかもしれません。

<ジェノグラム・エコマップの活用>



- ジェノグラムは、家族構成等、事実に基づいて作成されます。正式な表し方がありますが、学校教育では「年齢・性別・婚姻関係」等が分かるように簡略化して表すとよいでしょう。(図 1)
- エコマップは、子供自身や周囲の人の話や、それを聞いた作成者の客観的な状況理解に基づいて作成されます。(図 2)
※家系図にあたるジェノグラムの構成は頻繁に変化することは少ないものの、人との関わりを描くエコマップは、支援や状況によって変化することに留意しましょう。



【臨床心理士からのメッセージ】

起きている問題に対する基本的な関わりを知識として把握することは大切です。しかし、それにとらわれすぎてしまうと重要なポイントを見過ごしたり、先生方の力が十分に発揮できなかったりしてしまいます。

繊細な問題こそ個性性を重視し、対象の生徒・保護者だけでなく、関わる先生方の「持ち味」を生かせるように「役割」を決められるとよりよい支援につながると思います。

日本体育大学 准教授 臨床心理士 宇部 弘子