

【資料3】

児童生徒の自殺予防に関する 調査研究協力者会議

第3回 令和6年3月15日（金）

さいたま市教育委員会事務局 学校教育部 総合教育相談室

さいたま市の取組

「SOSの出し方に関する教育」

～自殺予防教育～

- ▶ 児童生徒が社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育や、心の保持増進に係る教育の推進

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

- ▶ 全ての市立小・中学校の全学年、市立中等教育学校1～4年生及び市立高等学校1年生を対象に、他教科等との関連や児童生徒の実態に応じて実施
- ▶ 様々な教育活動の中で、「教えてください」「助けてください」「相談に乗ってください」など、SOSを出すことができる態度やスキルを育成

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

▶ 授業の内容

文部科学省が示した「子どもに必要な自殺予防の知識」を取り入れた内容になっています。

小学校1年生から高校1年生（中等教育学校4年生）までの発達段階に配慮し、話し合い活動やロールプレイングを通して、実践的に学ぶ内容で構成されています。

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

▶ 各学年の題材名と学習内容 <各学年 特別活動 1時間>

	学年	題材名	主な学習内容	指導者(例)
小学校	1年生	「困ったときは言ってみよう」	困ったときの対処の仕方	学級担任<養護教諭のTTも可>
	2年生	「困っている友達の力になろう」	友達が困っているときの対処の仕方	学級担任<養護教諭のTTも可>
	3年生	「いやな気持ちをつたえよう」	嫌だと感じたときの対処の仕方	学級担任<養護教諭のTTも可>
	4年生	「友達の助けになろう」	友達が嫌なことをされているときの対処の仕方	学級担任<養護教諭のTTも可>
	5年生	「悩みと上手につき合おう」	自分が悩んだときの相談の仕方	学級担任と養護教諭のTT
	6年生	「友達のよい相談相手になろう」	友達からの相談ののり方	学級担任とさわやか相談員のTT

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

▶ 各学年の題材名と学習内容 <各学年 特別活動 1時間>

	学年	題材名	主な学習内容	指導者(例)
中 学 校	1年生	「ストレスを上手に発散しよう」	ストレスの発散の仕方	学級担任とさわやか相談員のTT
	2年生	「心だって風邪をひく」	自分や友達の深い悩みの対処の仕方 「生きていても仕方がない」という気持ちにどう対処するか	学級担任と養護教諭又はスクールカウンセラーのTT
	3年生	「自分の将来に自信をもって」 「なりたい自分になるために～」	進路の悩みの対処の仕方	学級担任 (TTは各学校の実態に応じて工夫)

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

▶ 各学年の題材名と学習内容 <各学年 特別活動 1時間>

	学年	題材名	主な学習内容	指導者(例)
高等学校 (中等教育学校4年生)	1年生	「自分の心と身体を理解しよう」～対処法や相談機関を知ろう～	青年期の悩みや課題とその対処の仕方	パワーポイントを使用し、クラス単位又は学年で実施 学級担任<養護教諭のTTも可>

※全学年の学習指導案、ワークシート、板書計画等を校務用PCに格納

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(1) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の充実

▶ 留意点

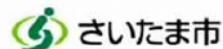
- ・ ゲストティーチャーとの打合せでは、授業の内容についてだけでなく、児童生徒の状況についても共通理解を図ることが大切。そのことが組織力を高め、教育相談体制を充実させることにもつながる。
- ・ 学級経営を中心とした日々の教育活動等を通して、子どもが安心して相談することのできる温かな雰囲気醸成し、子どものSOSに気付く視点を常にもつことが大切。

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(参考) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の始まり



記者発表資料



議題 1

報道機関 各位

記者発表資料
平成23年3月16日(水)
問い合わせ先
下落合教育相談室(小田切) 電話: 857-6802
指導2課 (長島) 電話: 829-1665

「いのちの支え合い」を学ぶ授業を実施します
— 生命尊重教育の充実を図ります —

教育委員会では、自他の生命がかけがえない大切なものであることを深く自覚し、生命を大切にできる児童生徒を育成するために、すべての小・中学校で「いのちの支え合い」を学ぶ授業の実施を目指してまいります。

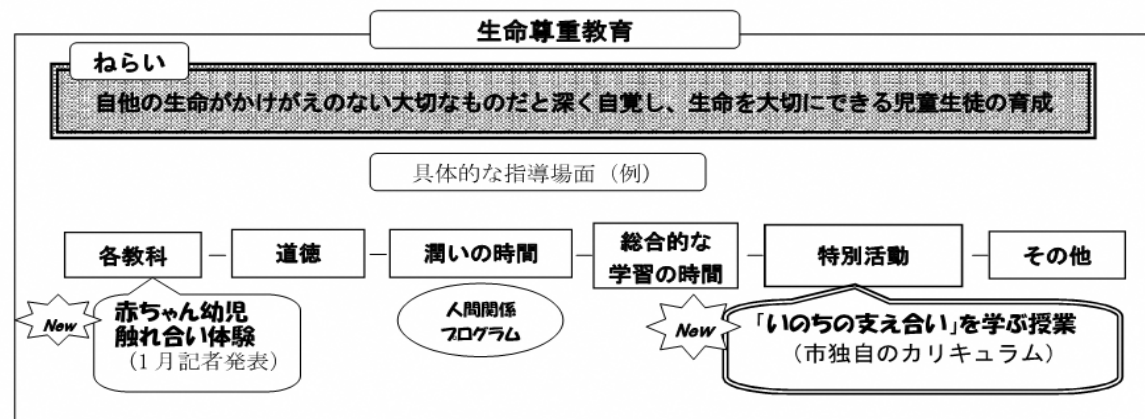
記

1 「いのちの支え合い」を学ぶ授業の目的

「いのちの支え合い」を学ぶ授業は、いじめや暴力行為、自傷行為といった自他の生命を軽視する行動や、全国的に続いている小・中学生の自殺といった痛ましい事故の発生を防ぐために、悩みやストレスへの対処法、友人との好ましい関係づくりや助け合いのスキルなどを学ぶことをねらいとし、特別活動の時間で実施する、さいたま市独自の新しいカリキュラムです。

1 「いのちの支え合い」を学ぶ授業の目的

「いのちの支え合い」を学ぶ授業は、いじめや暴力行為、自傷行為といった自他の生命を軽視する行動や、全国的に続いている小・中学生の自殺といった痛ましい事故の発生を防ぐために、悩みやストレスへの対処法、友人との好ましい関係づくりや助け合いのスキルなどを学ぶことをねらいとし、特別活動の時間で実施する、さいたま市独自の新しいカリキュラムです。



2 授業の内容

文部科学省が示した「子どもに必要な自殺予防の知識」を取り入れた内容になっています。小学校5年生から中学校3年生までの発達段階に配慮し、話し合い活動やロールプレイングを通して、実践的に学ぶ内容で構成されています。

- ① ひどく落ち込んだときには相談する。
- ② 友だちに「死にたい」と打ち明けられたら、信頼できる大人につなぐ。
- ③ 自殺予防のための関係機関について知っておく。

(「教師が知っておきたい 子どもの自殺予防」平成21年3月 文部科学省より)

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(参考) 「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」の中2板書計画

《『いのちの支え合い』を学ぶ授業(中2)板書計画》

② **心だって風邪をひく**

① 悩みを抱えたままにしておくと、どんどん
つらくなり、心も体も苦しくなっていく。

③ **深い悩みをかかえたとき**

④ 成長とともに、深い悩みが出てくる



⑤ 思いつめる ⑥ 「ひとりぼっちの気がする」

「生きていてもしかたがないと思う」



⑦ **解決方法は必ずある!**

⑧ 体(脳細胞)が健全に働かなくなっている
こともある(心が風邪をひいたような状態)

⑨ **図解**

⑩ **どうしたらよいか?**

<自分>

- ・努力する
- ・考えない
- ・気をまぎらわす
- ・相談する

<友達>

- ・声をかける
- ・はげます
- ・そっとしておく

※ ⑩は、グループから出た意見を板書するが、キーワードのみ板書し、
時間がかからないようにする。

⑪ **深く悩んだときのよい方法**

- ★悩んだときには相談するとよい
- ★元気がない友達がいたら声をかける

⑫ TALKの原則

- T: Tell 「心配だよ」と言葉で伝える
- A: Ask どんなときにつらくなるか、尋ねる
- L: Listen 話をよく聴く(気持ちを共感する)

⑬ K: **Keep safe** 安全のために、大人に知らせる

※ Keep safe は、1回目のロールプレイング前は隠しておく。

⑭ **<してはいけないこと>**

- ★話をそらす
- ★結論を急ぐ
- ★安易にはげます

⑮ **★自分の力だけで支えようとする**

※ 自分の力だけで支えようとするは、1回目のロールプレイング前は隠しておく。

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(2) 相談窓口の周知

- ▶ 相談することの大切さや、相談窓口の周知徹底
 - ・ **市内6か所の教育相談室**
 - ・ **さいたま市24時間SOS窓口**
 - ・ **さいたま市SNSを活用した相談窓口**

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(2) 相談窓口の周知

▶ 1人1台端末を活用した相談窓口 掲載内容



こどものSOS

そだんまどぐち
相談窓口

さいたま市24時間子どもSOS窓口

学校生活や日常生活の悩みを相談できます。

TEL 0120-0-78310

【相談時間】毎日24時間

(通話料無料)

さいたま市SNSを活用した相談窓口
(中・高校生対象)

学校生活や日常生活の悩みを相談できます。

下記の二次元コードで
友達登録をしてください。

【相談時間】午後6時から午後10時
【期 間】毎月1日～10日



児童いじめ相談

いじめの相談ができます。

TEL 048-762-7926

【相談時間】午前9時から午後6時
※月曜日から金曜日(祝日・年末年始除く)

子どもの精神保健相談室
(小学校4年生～中学生までを対象)

心の健康に関することを相談できます。

TEL 048-762-8538

【相談時間】午前9時から午後5時
※火曜日と金曜日(祝日・年末年始除く)

チャイルドライン(18歳未満専用)

TEL 0120-99-7777

【相談時間】毎日午後4時から午後9時
(年末年始を除く)(通話料無料)

チャットでの相談もできます。詳しくは
ホームページを確認してください。

※下記のURLが右の二次元コードより、
ホームページが閲覧できます。



さいたま市チャイルドライン 特定非営利活動(NPO)法人

よりそいホットライン

TEL 0120-279-338

【相談時間】毎日24時間
(通話料無料)

※下記のURLが右の二次元コードより、
ホームページが閲覧できます。



0120-279-338 よりそいホットライン | 一般社団法人 社会
的包摂サポートセンター (since2011.net)



さいたま市の教育相談室

友達とうまくいかない 学校に行きたくない 困ったことがあるな



君の話を
しっかり聞くと



電話相談もできるし、会って相談することもできます。お金はかかりません。
会って相談する時は、保護者からの申し込みが必要になります。

【対 象】さいたま市在住、在学の未就学児から高校生(未就学児はことばの相談)
【相談時間】月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 *祝日、年末年始を除く

教育相談室名	電話番号	さいたま市立教育相談室のある場所
北教育相談室	048-661-0050	北区日進町2-1915-1 さいたま市立つばさ小体育館2階
堀崎教育相談室	048-688-1414	見沼区堀崎町48-1 み沼区総合センター4階
あいばれっと教育相談室	048-711-5433	浦和区上木崎4-4-10 さいたま市子ども家庭総合センター3階
岸町教育相談室	048-838-8686	浦和区岸町6-13-15 さいたま市立教育研究所1階
美園教育相談室	048-711-7215	みどろ区美園4-19-1 美園コミュニティセンター3階
岩槻教育相談室	048-790-0227	いわつき区岩槻 ワッツ東館4階

不登校等児童生徒支援センター (Growth※グロウズ) | さまざまな理由で、学校に登校できない子どもたちをオンライン学習などで支援します。詳しくは、Growthホームページをご覧ください。

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(3) 教員等の資質向上

- ▶ 採用から2年次に当たる教員等を対象とした「ゲートキーパー研修」を実施
- ▶ 全教職員を対象とした「ゲートキーパーフォローアップ研修」の実施

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(参考) ゲートキーパーフォローアップ研修

○実施の目的

教職員が「ゲートキーパー研修」で習得したスキルの理解を深めるとともに、「心と生活のアンケート」のサポート該当者や自己肯定感の低い児童生徒等に対して、さらに適切な対応ができるよう実践力を高める。

○実施の対象：全ての市立小・中・中等教育学校

○実施期間：6月から8月までの期間 ※実施時間 1時間程度

○内容

- ・信頼関係を築きながら面談をすすめていくために必要なスキルとして
- ・5つの視点「質問・受容・支持・繰り返し・明確化」の紹介
- ・「教員」と「該当児童生徒」の役割演技
- ・「心と生活のアンケート」の設問3に「そう思う」と回答した児童生徒に対する面談を実施する際に想定される場面でのやりとりについて
- ・「間違えてつけてしまった」と答えた児童生徒に対する対応について
- ・キーパーソンにつなげる対応について

「SOSの出し方に関する教育」～自殺予防教育～

(3) 教員等の資質向上

これまでのゲートキーパー研修実績

(人)

教職員	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	合計
小学校			644	876	748	244	182	152	172	172	156	3,346
中学校 中等教育学校	463	903	260	34	206	78	72	96	115	116	103	2,446
高等学校							19	5	5	3	7	39
特別支援学校							4	6	13	4	5	32
合計	463	903	904	910	954	322	277	259	305	295	271	5,863

保護者啓発資料の配布

保護者の皆様へ

子どものサインに気づいたら

新学期が始まりました。子どもたちは、自分の目標に向け、様々な活動に取り組んでいます。ぜひ、ご家庭でも、子どもたちの頑張りを褒めていただくとともに、子どもたちとの日常的な会話の中で、心配な様子が見られることがあれば遠慮なく学校にご相談ください。裏面に学校以外の相談窓口も紹介しております。

以下のような気になる様子や言動の変化が見られましたら、まずは、子どもの話をよく聴いてあげてください。

気になる様子の例

- 元気がなく、疲れているように見える。
- 視線をそらすようになる。
- 頻りに体調不良（腹痛や頭痛）を訴える。
- 突然泣き出す、ソワソワとして落ち着

気になる言動の例

- 「学校に行きたくない」
- 「消えたい」、「いなくなりたい」
- 「案になりたい」
- 「私なんていない方が、みんな幸せだ」
- 「みんなに嫌われている」

子どもが発するサインに気づいたら・・・

- 1 子どもに声をかけましょう。
「どうしたの。元気がないようだけど」「何か、困ったことがあるの」
- 2 子どもの話をよく聴き、気持ちの中に、何が隠されているのか理解するように努めましょう。
「今、どんな気持ちなの」「どうしてそのように思ったの」
- 3 子どもが黙り込んでしまったら、一緒にその沈黙の時間を過ごしてあげましょう。本人が自分の気持ちを話すようになるまで待ちましょう。
- 4 子どもの気持ちを受け止めましょう。言葉に出して心配していることを伝えましょう。
「そういうことを経験して、つらくなったんだね」「あなたのことがとても心配だよ」「よく話してくれたね、よく我慢していたね」
- 5 保護者だけで何とかしようとしなくて、先生と相談してみよう。
お子様に「生きていても仕方がない」「死にたい」など自己否定的・悲観的な発言がみられる場合は、しっかりとお子様に寄り添い、裏面「TALKの原則」を参考にして、話をよく聴いてください。また、一人で抱え込まず、学校の先生や関係機関にご相談しましょう。



【TALKの原則】を忘れずに

- Tell** : 言葉に出して 心配していることを伝える。
「死にたいくらい辛いんだね。〇〇のことがとても心配だよ。」
- Ask** : 「死にたい」という気持ちについて、率直に尋ねる。
「どんな時に死にたいって思ってしまうの?」
- Listen** : 辛い気持ちを傾聴する。
- Keep safe** : 安全を確保する。

- 避けるべき対応 ①話をそらす ②一方的に話す ③無理やり説得する
④安易に解決策を示す ⑤安易に励ます

すぐに相談してほしい例

- 不眠、食欲不振、体重の減少などの身体の不調を訴える。
- リストカット等の自傷行為が見られる。
- 家出をする。
- 自己否定的、悲観的な言葉が多く、死や非現実的なことに関心をもつ。
・「もうどうでもいい」・「消えてしまいたい」
・「いつ死んでもいい」・「死ぬことなんて怖くない」等



◇平日の午前9：00から午後5：00まで、どの相談室でも相談を受け付けております。

相談できるところ	電話番号	所在地
北 教育 相談室	048 - 661 - 0050	北区日進町2-1915-1 さいたま市立つばさ小学校体育館2階
堀 崎 教育 相談室	048 - 688 - 1414	見沼区堀崎町48-1 さいたま市職員研修センター内
あいばれっと教育相談室	048 - 711 - 5433	浦和区上木崎4-4-10 さいたま市子ども家庭総合センター内
岸 町 教育 相談室	048 - 838 - 8686	浦和区岸町6-13-15 さいたま市立教育研究所内
美 園 教育 相談室	048 - 711 - 7215	緑区美園4-19-1 美園コミュニティセンター内
岩 槻 教育 相談室	048 - 790 - 0227	岩槻区本町3-2-5 ワッツ東館4階
子どもの精神保健相談室 (小学校高学年～中学生までを対象)	048 - 762 - 8538 (火曜日と金曜日の午前9:00～午後5:00)	浦和区上木崎4-4-10 さいたま市子ども家庭総合センター内
北 部 児 童 相 談 所	048 - 711 - 3917	浦和区上木崎4-4-10 さいたま市子ども家庭総合センター内
南 部 児 童 相 談 所	048 - 711 - 2489 (平日の午前9:30～午後5:00)	
24時間子どもSOS窓口 (24時間 年中無休)	0120 - 0 - 78310	電話相談のみの受付です。
児童いじめ相談 (児童相談所)	048 - 762 - 7926 (平日の午前9:00～午後5:00)	

不登校等児童生徒支援センター
(Growth)

不登校等児童生徒支援センター(Growth)では、病気や不登校等で登校が滞っている児童生徒に対して、手厚い支援を行う相談室(心のチャット)を設けています。1人1人の特徴を考慮した学習支援や多様なプログラムなどを実施し、不登校等児童生徒の社会的自立を目指しています。毎月15日から20日となります。詳細につきましては、市のホームページをご覧ください。

この「子どものサインに気づいたら」は111,000部作成し、1部あたりの印刷経費は、3.9円(概算)です。さいたま市教育委員会

さいたま市子どもたちの命を守る取組 ～Save a Life Project～

