

第1章

本プログラムについて

(1) 児童生徒の自殺者数の推移と予防対策

要 点

- 日本の年間自殺者数は減少傾向にあるものの、世界的に見ると自殺率は高い
- 若い世代の死因の1位は自殺であり、児童生徒の自殺者数も増加傾向にある
- 文部科学省作成の自殺予防関係の手引きとして、「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」「子供に伝えたい自殺予防ー学校における自殺予防教育導入の手引ー」がある
- 「自殺総合対策大綱」において、命の大切さ・尊さを実感できる教育、SOS の出し方に関する教育、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、心の健康の保持に関わる教育等の推進が重点施策に位置付けられた
- 「自殺対策基本法」の改正により、子どもの自殺防止に係る学校の責務が明記された

(7) 日本の児童生徒の自殺者数

「令和7年版自殺対策白書」（厚生労働省，2025）によると、2024年の日本の自殺者は20,320人で、統計を取り始めて2番目に少ない数値となりました。2025年の日本の自殺者数は19,097人（暫定値）となり、初めて2万人を下回りました（厚生労働省，2026）。全体としては減少傾向にあるものの、先進7か国の中では、自殺死亡率が最も高くなっています。10歳代の死因の1位が自殺となっているのは、先進7か国では日本のみであり、その死亡率も他国に比べて高いものとなっています。

児童生徒の自殺者数は、2020年に前年比約25%増の499人となり、2024年は529人、2025年は532人（暫定値）と過去最多を更新しました（厚生労働省，2025，2026）。2025年の数値を男女別にみると、男子は2024年以降2年連続で減少していたのが増加に転じ、女子は2024年以降2年連続で増加していたのが減少に転じていますが、2年連続で女子が男子より多くなりました。日本全体では7割近くを男性が占めますが、児童生徒の場合は女子の方が多いという点に特徴が見られます。

(4) 自殺予防に向けた取組

自殺予防対策は社会全体で取り組むべき課題であると宣言した2006年の「自殺対策基本法」の成立を受けて、文部科学省は「児童生徒の自殺予防に向けた取組に関する検討会」（2008年より「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」）を設置し、2009年に「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」、2010年に「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」、2014年に「子供に伝えたい自殺予防ー学校における自殺予防教育導入の手引ー」（以下、副題省略）を作成し全国に配布しました。まずは教職員が自殺予防に対する

正しい知識を身に付けて、適切に対応すること、そして、子どもたちに自殺予防教育を適切に実施していくことなどの必要性が示されました。

また、本県においては、2012年に「高校生等の自殺予防対策に関する委員会」を設置して、自殺予防の必要性、予防対策の基本的な考え方、自殺予防プログラムの実施の在り方などについてまとめました（兵庫県教育委員会、2014）。その報告を踏まえ、「自殺予防に生かせる教育プログラム作成委員会」を設置して、2017年に「自殺予防に生かせる教育プログラム」を作成し、学校での活用を促してきました。

しかしながら、自殺者の総数が減少傾向となる中においても、児童生徒の自殺者数は増加傾向を示しており、自殺予防対策が十分に届いていなかったと言えます。こうした状況を受け、2022年に閣議決定された「第4次自殺総合対策大綱」（p. 25 参照）では、子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化が柱の一つとされています。また、2023年には「こどもの自殺対策緊急強化プラン」が取りまとめられ、全ての子どもが「SOS の出し方に関する教育」を年1回受けられるようにすること、子どもがSOSを出した際に受け止められるよう、教職員や保護者が受け止め方を学ぶ機会を設定すること等の取組の推進が記載されました（p. 26 参照）。さらに、2025年に「自殺対策基本法」が改正され、子どもに係る自殺対策に社会全体で取り組まなければならないことが基本理念に追加されるとともに、関係者と連携した子どもの自殺防止の取組が学校の責務であると明記されました（p. 24 参照）。これらの自殺予防対策を、実効性のある、子どもたちに届く取組にしていくことが切実に求められています。

(2) 自殺予防教育

ア 自殺予防教育について

要 点

- 「自殺予防教育」は「寝た子を起こす」ことにはならない
- 自他の心の危機に気付いたときに、適切に対処する姿勢を身に付けることが必要
- 自殺予防教育の目標は「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」
- 「自殺予防教育」を実施する前提条件として、「関係者間の合意形成」「ハイリスクな子どものフォローアップ」「適切な教育内容」が必要

(7) 自殺予防教育の必要性

子どもの深刻な自殺の実態と国の施策の動向を踏まえたとき、自殺の危険の高い子どもへの個別的な支援（「危機介入」）と並んで、生涯にわたる精神保健の観点から全ての子どもを対象にした自殺予防教育の実施が喫緊の課題であると考えられます。

自殺予防教育を行うことで「寝た子を起こす」のではないかという懸念が示されることは少なくありません。しかし、自殺に関する情報に、様々なメディア、殊にインターネット等を通して毎日のように触れている今の子どもたちにとって、自殺予防教育の実施は決して「寝た子を起こす」ことにはなりません（文部科学省，2014）。むしろ、様々な情報が氾濫しているからこそ、適切な教育を行うことによって、それらの情報を整理し、正しい理解に基づく判断ができる力を子どもたちが身に付けることが望まれます（窪田他，2016）。

なお、思春期になると、悩んだときの相談相手は大人よりも友人が圧倒的に多くなります。阪中（2008）の調査によれば、友人から「死にたい」と打ち明けられたことのある中学生・高校生は2割に上ると報告されています。また、自殺のリスクの高い子どもは、同じようなリスクを抱えた子どもに相談する傾向が見られるとも指摘されています。

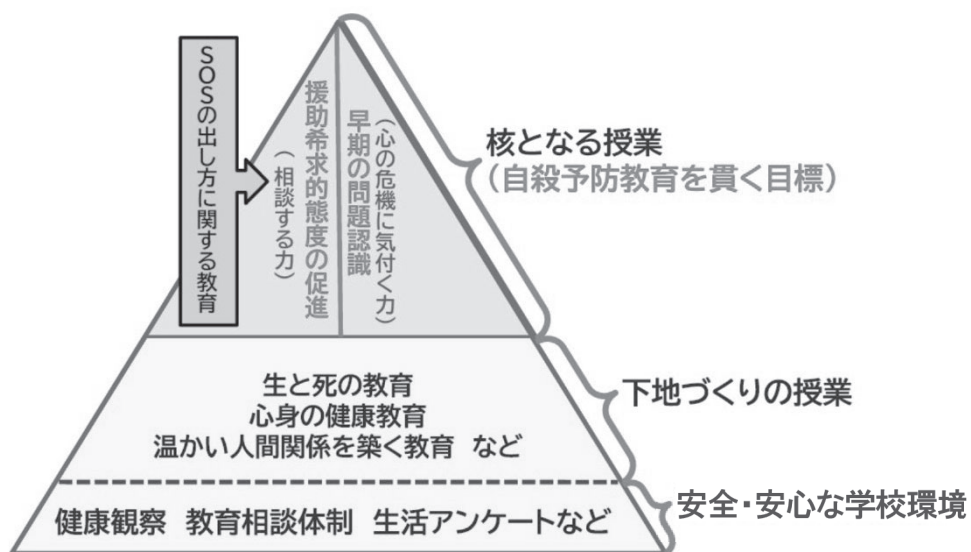
子どもの自殺事案を検証すると、身近な友人が自殺の危機にあることを察知し、そのことを真剣に受け止め、周囲の信頼できる大人に助けを求めていれば、不幸な事態を防げていたのではないかと思われる事案も少なくありません。子どもの自殺を防ぐには、本人が危機を乗り越える力を身に付けるとともに、子ども同士が互いの危機に気付いたときに、大人や相談機関に伝えるなど適切な対応ができるようになることが重要です。友人の危機に適切に対処することができる姿勢を身に付けるという視点からも、学校における自殺予防教育の必要性は高いと言えます。

(イ) 自殺予防教育の目標と学習内容

「生徒指導提要」(文部科学省, 2022)において、児童生徒を対象とする自殺予防教育の目標として示されているのは、「早期の問題認識(心の危機に気付く力)」と「援助希求的態度の促進(相談する力)」です。心の健康について正しく理解し、困ったときに相談することができるようになれば、自殺予防に限らず、生涯にわたる心の健康(メンタルヘルス)の保持につながると考えられます。この目標に焦点化して取り組む授業を「核となる授業」と呼び、自殺予防教育の中核をなすものとして位置付けています。

国を挙げて青少年の自殺予防に取り組んできたオーストラリアでは、心の健康への気付きと心の危機への対処を重要視しています。具体的には、精神疾患の理解やストレスマネジメント、ピアサポートや葛藤解消などの活動が健康教育や心理教育として実施されています。日本においても、同じような内容の授業や体験活動に取り組んでいる例が見られますが、自殺予防と関連付けながら「精神疾患の理解」まで踏み込んでいる取組は、それ程は多くないように思われます。「令和6年版自殺対策白書」(厚生労働省, 2024)によると、2009～2021年の警察庁自殺統計原票データをまとめた結果、自殺の原因・動機として、高校生では、「学業不振」や「進路に関する悩み」などの「学校問題」に加えて、うつ病や統合失調症などの精神疾患に関する「健康問題」の比率が高いことが分かっています。今後、子どもの自殺予防においても「心の病の問題は避けては通れない」という視点を持つことが必要であると考えられます。

「生徒指導提要」(文部科学省, 2022)においては、「核となる授業」に取り組むには、「その前段階として、広く『生命』や『心の健康』などに関する学びを通じて、下地をつくっておくことが不可欠」であると指摘されています。既に各学校で取り組まれている、生命尊重に関する教育や心身の健康の保持増進に関する教育、温かい人間関係を築く教育などを、自殺予防教育の下地づくりに当たるものと意識して取組を進めることが求められています。



図表1 自殺予防教育の構造 (「生徒指導提要」(2022) p. 198)

これらの取組を、全校体制で自殺予防教育と連動させて行うことが、「児童生徒及び教職員の自殺予防教育への不安感や抵抗感を少なくする」（同書 p. 197）ことにつながると思われます。

自殺予防教育の目標と学習内容について示した構造図が図表 1 です（同書 p. 198）。「安全・安心な学校環境を整えた上で、小学校から『下地づくりの授業』を積み上げ、基本的には中学・高校において『核となる授業』を展開する」という構造が示されています。下地づくりに当たる教育活動の充実は、全ての子どもたちが生き生きと学校生活を送るためにも大切です。

（ウ）自殺予防教育の前提条件

自殺予防教育の「核となる授業」を実施する場合、仮に自殺という言葉を使わないにしても、背景に様々な経験を持つ子どもたちに対して自殺予防を主題として授業を行うことになるため、慎重に取組を進めることが求められます。授業時はもとより、授業の事前・事後も含めて十分な配慮を行うことが欠かせません。

「生徒指導提要」（文部科学省，2022）では、自殺予防教育の「核となる授業」（兵庫版『自殺予防教育プログラム』コアプログラムは、これに該当します）の実施の前提条件として、「教職員間で自殺予防教育の必要性についての共通理解を図るとともに、保護者や地域の人々、関係機関等の理解や協力を得て、合意形成を進めることの必要性」が指摘されています。また、事前・事後でアンケートを実施するなどして、「事前に生育歴も含めて児童生徒の状況を把握し、リスクの高い児童生徒は無理に授業に参加させないなどの配慮を行うとともに、児童生徒が心の危機を訴えたときに、学級・ホームルーム担任や養護教諭、SC、SSW、管理職などが役割分担して受け止めることのできる体制を整えておくこと」（同書 p. 199）も不可欠です。その際、養護教諭や学校医等を通じて、医療機関との連携を図っておくことも必要です。

なお、授業の教育内容自体が、子どもにとって適切なものでなければならないことは言うまでもありません。自殺予防教育の目標である「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」を見据えたものであること、自殺予防の正しい知識と理解を身に付けられる発達段階に応じた内容であることが求められます。できるだけ、保健体育の時間や総合的な学習（探究）の時間、学級活動・ホームルーム活動などに実施できるようにカリキュラムに位置付け、時間を確保することが望まれます。授業づくりを、担当教職員だけでなく、養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラー、スクールソーシャルワーカー等と協働で進めることによって、教職員自身の認識の幅が広がり、内容の偏りを防ぐことも可能になります。また、授業者となることで、自殺予防に関する理解の深化と子どもの SOS を受け止める力の向上が期待されます。

イ 自殺予防教育の実施に向けて

要 点

- 自殺予防教育の土台として「安全・安心な学校環境」をつくる
- 教職員全員で「予防活動（プリベンション）」に取り組む
- 子どもがSOSを大人に発信できるようにする
- 子どものSOSを教職員が確実に受け止められるようにする

(7) 安全・安心な学校環境づくり

① 安全・安心な土台をつくる

自殺予防教育に全校的に取り組むためには、子どもが安心して学び、生活できる学校環境を整えることが不可欠です。自殺予防教育を進めるための「土台」として、ちょっとしたことでも困ったときに相談できる子どもと教職員との信頼関係づくり、保健室や相談室などを気軽に利用できる場とする居場所づくりなど、「安全・安心な学校環境」づくりが求められます。加えて、子どもの些細な言動の変化からその心理状態に気付けるように個々の教職員の感性を高めることや、アンケートや面談等を通じて子どもの心の危機を早期に発見し対応できる教育相談体制を整備することも、自殺予防教育の「土台」と言えます。

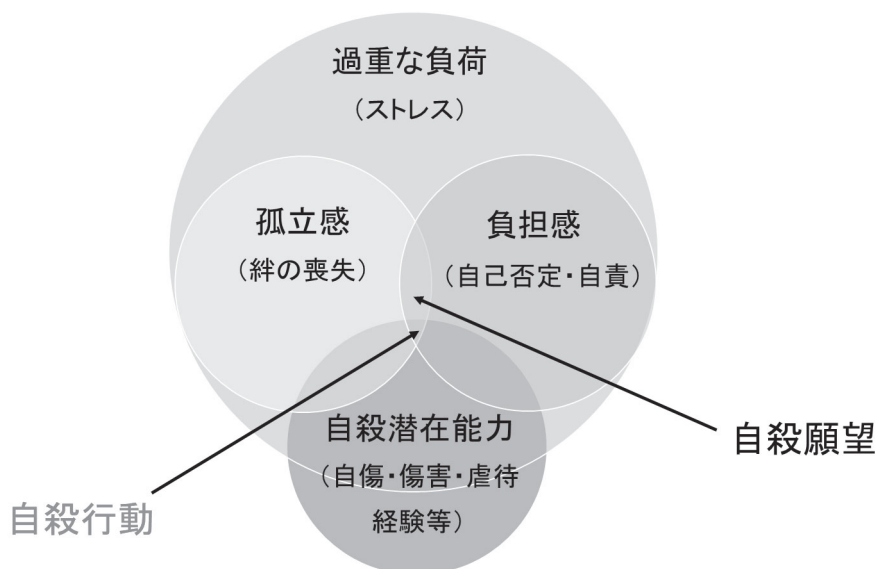
過重なストレスにさらされている状況において自殺が行動化する要因として、「自殺の対人関係理論―予防・治療の実践マニュアル」（トーマス・E・ジョイナー他著、北村俊則監訳、日本評論社、2011）によれば、次の三つのことが指摘されています。

- ① 所属感の減弱（居場所がない、誰にも必要とされていない、孤独であるという孤立感）
- ② 負担感の知覚（自分は周りの人の負担になっている、自分がいない方が周りの人は幸せになれる）
- ③ 自殺潜在能力（暴力や自傷行為、アルコールや薬物依存など、自分の身体を破壊する行動に慣れてしまう）

これらの条件がそろると、自殺行動への心理的な抵抗が弱くなり、死のハードルを越えやすくなってしまうと考えることができます（図表2）。

したがって、学校を子どもにとって「安全・安心な環境」とするためには、教職員が次の点に留意して働き掛ける必要があります。

- a. 競争をあおったり、序列を付けたりするなどして、過度なストレスをかけないように配慮する
- b. 困らないように、弱音を吐いたり気軽に相談したりできる体制・雰囲気をつくる
- c. 誰かに必要とされているという実感を持つような経験を通して、子ども一人一人の自己肯定感を高めるようにする
- d. 同調圧力を緩めて、程よい距離でつながり、誰一人孤立させない共感的人間関係を築く
- e. 自他の心身を大切にできる態度や能力を身に付けられるように支える
- f. 多様性に配慮し、子どもが互いの個性を認め合えるような学校・学級づくりを進める



(参考: 松本俊彦, いじめはいつ自殺に転じるのか, 臨床心理学 96,2016)

図表 2 自殺の行動化の要因

② SOS を受け止める教職員の力を高める

子どもが、自殺予防教育の目標である「早期の問題認識 (心の危機に気付く力)」と「援助希求的態度の促進 (相談する力)」の大切さを理解したとしても、SOS を出すことができないければ、その知識を生かすことはできません。自殺のリスクが高まる思春期以降の子どもにとって、最も身近で相談しやすい存在が友人であることは様々な調査において示されています。しかし、自殺につながりかねないような深刻な悩みを友人に相談することをためらう子どもがいてもおかしくありません。相談された友人も、どのように対応すればよいのか分からなかったり、相手の悩みの大きさに圧倒されてしまったりすることがあるでしょう。更には、相手の辛さに共感するあまりに、同調した行動化につながってしまうこともありえます。

これらのことを考えると、深刻な悩みの SOS の発信先として、大人という選択肢があることを子どもが実感できるようにすることが必要です。最初の発信先が友人であったとしても、そこから大人につなげることを躊躇させないためには、大人が子どもにとって信頼できる相手となることが不可欠です。教職員は、学校における身近な大人として、普段からの観察や声掛けを通して子どもとの関係を良好に保つことや、誰もが安心して SOS を出せる安全・安心な学校環境づくりを行うことが、子どもの SOS を発信する力を引き出すことにつながります。また、そのような教職員の働き掛けは、教職員が子どもの小さな変化も見逃さず、きめ細かな支援の実行を可能にするでしょう。

そして、子どもが発信した SOS を教職員が確実に受け止めることができこそ、「予防」につながると言えます。教職員の力を高めるためには、「生徒指導提要」(文部科学省, 2022) に示された学校における自殺予防の 3 段階の中でも「予防活動 (プリベンション)」に取り組む必要があります。予防活動 (プリベンション) では、全ての子どもを対象とする自殺予

防教育を行う前提として、全ての教職員を対象とした校内研修会においてゲートキーパー研修等を実施し、基礎的な知識とスキルを向上させることが求められます。

「生徒指導提要」（文部科学省，2022）では、「第1章 生徒指導の基礎」の中で「生徒指導の取組上の留意点」として「児童生徒の権利の理解」を明記しています。平成6年に批准した「児童の権利に関する条約」に掲げられた四つの原則の第三は「児童生徒の命や生存、発達が保障されること」です。子どもの命を守ることは教職員のみならず社会全体で担うべきものであるのは当然ですが、全ての子どもが在籍する小・中学校、そして高等学校進学率が95%を超えている現代においては、子どもが自らの命を大切にすることを身に付けることに対して、教職員が果たし得る役割は非常に大きいでしょう。

（イ）教育活動への位置付け

自殺予防教育の「核となる授業」を実施するに当たっては、「各教科等の特質を踏まえた上で、自殺予防教育の目標や内容との関連から効果的に実施できる教科等を決定し、学校の実情、児童生徒の実態に合わせて、組織的、計画的に取組を進める」（「生徒指導提要」（文部科学省，2022）p.198）ことが必要です。例えば、「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」に関しては、高等学校保健体育科の「精神疾患の予防と回復」や中学校保健体育科「欲求やストレスへの対処と心の健康」、あるいは総合的な学習（探究）の時間等において実施することが考えられます。その際、保健体育科の教員や学級担任・ホームルーム担任と養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラー、スクールソーシャルワーカー等が協働で授業づくりを行うなどの工夫が求められます。

また、多くの子どもにとって、生や死の意味について真剣に考え、命の掛け替えのなさを理解するとともに、生きる喜びを実感するような機会を得ることが必要であると思われます。急激な社会変化に伴い、ヴァーチャルな世界が提供する情報が肥大化する一方で、子どもが出産や家族の死など命に関わる大切な場面に直接触れる機会が失われ、命の重みに関する感受性が弱まっていることが懸念されます。そのため、自殺予防に焦点化した「核となる授業」を展開する前段階として、学級活動・ホームルーム活動や総合的な学習（探究）の時間、道徳科などで行われてきた「生と死の教育」、「心身の健康教育」、「温かい人間関係を築く教育」などを発達段階に応じて系統立て、自殺予防教育の「下地づくりの授業」として教育課程に位置付けることも必要です（図表1参照）。

自殺予防教育を生徒指導・教育相談・キャリア教育・健康教育・道徳教育を横断する重要課題と捉え、教科の学習をはじめ教育活動全体を通じて知識と体験の融合を図りながら、全校体制で展開することが望まれます。

(3) 本プログラムの概要

要 点

- 「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」を身に付けることが目標
- 「大人につなげる」大切さの実感を伴った理解や、「うつ病」等の精神疾患に対する正しい理解を持つように働き掛ける
- 自殺予防教育の「核となる授業」であるコアプログラムと、自殺予防教育の「下地づくりの授業」として活用できるエントリープログラム・ショートプログラムを掲載

(ア) 本プログラムの目標

本プログラムのコアプログラムのねらいは、「生徒指導提要」（文部科学省，2022）において自殺予防教育の目標とされている「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」を身に付けることです。

このねらいを達成するためには、自他の心の危機に敏感に気付く感性を醸成するとともに、気軽に相談できる環境の整備を進める必要があります。さらに、相談者・被相談者となる子どもが一人で抱え込もうとすることがないように、「大人へつなげる」大切さを実感できるようにすることが望まれます。

また、厚生労働省・警察庁（2025）によると、令和6年中の日本の自殺者のうち、何らかの精神疾患が原因と考えられるのは約34%、19歳以下においては約30%となっています。そして、小・中・高校生の中では、女子高校生が多くなっています（2025年のデータでは、うつ病20.5%、統合失調症0.2%、その他の精神疾患14.6%）。精神疾患に対する正しい知識を身に付けたり、罹患者に対する理解を深めたりすることも必要です。

一方で、上記のような自殺予防を直接テーマとする教育を実施するためには、それに先立って子どもの実態に合わせて、自殺予防教育につながる様々な環境づくりや基盤づくり（下地づくりの授業や活動）を進めておくことが求められます（図表1）。日頃、実施している教育活動の中に、自殺予防教育の下地づくり（基盤）となる内容が多く含まれていることを認識し、自殺予防教育と連動させていくことが、自殺予防教育への子ども及び教職員の抵抗感を少なくすることにつながると思われます。

「下地づくりの授業」に当たる既存の教育活動としては、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を挙げることができます。また、これらの教育活動を充実させていくためには、子どもの些細な言動から個々の置かれた状況や心理状態を推し量ることができるように教職員自身の感性を高めていくことや、困らないように何でも相談できる子どもや教職員との信頼関係づくりなども重要になります。下地づくりとなる教育活動の充実は、全ての子どもが生き生きと学校生活を送るためにも大切なもの

であると言えます。

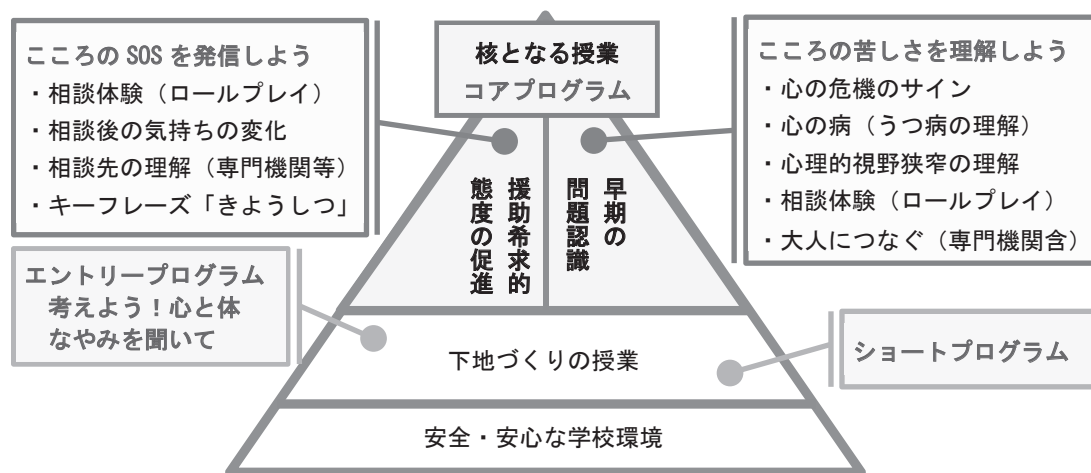
本プログラムのコアプログラムでは「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」を身に付けること、エントリープログラムではその基盤となる力を培うこと、ショートプログラムでは表現力やコミュニケーション力を伸ばして受容的・支持的な人間関係づくりに寄与することを目標としています。

(イ) 本プログラムの構成

「自殺予防に生かせる教育プログラム」（2017）は、中学校・高等学校の校種別に三つのSTEPで構成されていましたが、本プログラムは、自殺予防教育の「核となる授業」に当たる「こころの苦しさを理解しよう」（早期の問題認識）及び「こころのSOSを発信しよう」（援助希求的態度の促進）の二つのコアプログラムと、「下地づくりの授業」として活用できる二つのエントリープログラム及び四つのショートプログラムから構成されています。

コアプログラムの対象は、主に中学生・高校生です。校種や子どもの実態に応じて、各学校の裁量で、内容を取捨選択して実施してください。どちらの授業案から実施しても構いません。エントリープログラムの対象は主に小学生です。中学校・高等学校でも、子どもの実態に応じてワークシートの事例を変更するなど、適宜アレンジすることにより実施が可能です。ショートプログラムについては、校種を問わず活用することができます。

また、本プログラムや、文部科学省（2014）「子供に伝えたい自殺予防」にある「自殺予防教育プログラム」の授業案や取組の在り方などを参考に、各学校の実情に合わせて教材や授業方法を工夫してもよいでしょう。



図表3 「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」の構成

① コアプログラム

自殺予防教育の「核となる授業」に相当するプログラムです。「こころの苦しさを理解しよう」は、心が苦しくなることは誰にでもあるということに気づき、心の病である「うつ病」や、自殺に追い詰められるに至る「心理的視野狭窄」について理解を深める内容となっています。また、友人の心の危機に気付いて声を掛けるロールプレイや、友人から「誰にも言わ

ないで」と言われた際の対応を話し合うことを通して、友人に寄り添って相談に乗ったり、大人につなげたりするといった対応の仕方について、実感を伴って理解することをめざしています。

「こころのSOSを発信しよう」は、他者に相談する体験を通して、話を受け止めてもらえる心地良さを実感し、相談することへの抵抗感を軽減することを目的としています。友人や先生、保護者に相談することが難しい場合には、スクール（キャンパス）カウンセラーをはじめとする専門家がいることや様々な相談機関があることを紹介します。「きょうしつ」というキーワードを学習することを通して、自他の心の危機に対して一人で抱え込まずに大人につなぐという意識や態度を身に付けるように働き掛けます。

「自殺」という言葉を使わないで実施できるプログラムになっており、子どもや保護者、教職員の心理的負担を軽減することができます。一方で、自殺という言葉避けすぎると、ねらいが伝わりにくい、話合いが深まらないといった結果になる可能性があります。そうならないように、授業の初めに、命に関わるような心の危機に対処するためにはどうすればよいか考える時間であることを伝え、授業のねらいを共有した上で、子どもの状況や授業の流れに応じて（子どもから自殺や自傷という言葉が出てきたときなど）、自殺という言葉を使い、皆で考えることがあってもよいでしょう。その場合、危機に際しての相談先を伝えるとともに、授業後に再度、フォローや相談窓口の案内をすることが考えられます。そのために、授業者は、事前に養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラー、専門家と連携して言葉の選び方や進め方について検討し、模擬授業などをしておくことが望ましいでしょう。

② エントリープログラム

心の健康の保持に関する内容を主に扱っており、自殺予防教育の「下地づくりの授業」に相当するプログラムです。不安や悩みがあるときの対処の仕方について体験的に学ぶことにより、「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」「援助希求的態度の促進（相談する力）」の基盤となる力を培うことをねらいとしています。自他の心の危機に敏感に気付くことができる感性の醸成をねらいとした「考えよう！心と体」、気軽に相談できる環境づくりのための「なやみを聞いて」の二つの授業案を提供しています。

コアプログラムでは、保護者への通知や教職員研修会、事前・事後アンケート、チーム・ティーチングでの授業の実施を求めています。エントリープログラムでは必須ではありません。ただし、教職員の共通理解や授業評価、安全・安心な学校環境づくりのためには、事前の研修会やアンケート、チーム・ティーチングを取り入れることが望ましいでしょう。

③ ショートプログラム

自殺予防教育の「下地づくりの授業」として活用できるプログラムです。より良い人間関係づくりに向け、自分の気持ちを適切に表現できるようにするための「思いや考えを表現する力」と、互いに意思を通い合わせるために必要な「コミュニケーション力」の獲得を重視しています。それぞれ10分程度の活動であり、どの校種でも、朝や終わりのSHRの時間等を活用して実施できます。自殺予防教育の下地づくりの活動として、また、自殺予防につながる発達支持的生徒指導の取組の一つとして、日々の教育活動に取り入れてください。

(4) コアプログラムの活用について

ア 活用時に必ず実施すること

要 点

- コアプログラムを活用する際には、図表4の①～⑨を必ず実施すること
 - 全教職員が実施の意図を正しく理解しておく
 - 気になる反応を示す子どものスクリーニング・対応の体制を整えておく
 - 家庭と連携した組織的な早期対応・継続観察を行う

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」コアプログラムを活用する際に必ず実施することを図表4にまとめています。自殺予防教育の実施に際しては様々な配慮や環境整備を進めておく必要があります。

<実施前>

- ① 評価アンケートを実施する。
- ② 自殺予防に関する教職員研修会を実施する。
- ③ リスクの高い子どもへの配慮を行う。
- ④ 「命について考える教育を実施する」旨を保護者へ知らせる。
- ⑤ 授業の実施体制や、気になる子どもへの対応体制を整備しておく。

<授業時>

- ⑥ チーム・ティーチングで実施、または複数の教職員で授業中の子どもの様子を観察する（養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラー等と協力して実施することが望ましい）。
- ⑦ 振り返りシートを記入させる。

<実施後>

- ⑧ 実施後速やかに子どもの様子を整理し、対応等の検討を行う。適宜評価アンケートを実施し、子どもの認識の変容を確認する。
- ⑨ 子どもへの対応は組織的に行う。保護者とも連携して対応する。

図表4 コアプログラム活用時に必ず実施すること

① 評価アンケート

コアプログラム実施前の子どもの状況把握や、事後の評価には、「評価アンケート(こころの健康に関するアンケート)」(p.22 参照)を活用できます。

評価アンケートは、図表5の10項目から構成されています。自他についてそれぞれ「早期

認識」「援助希求（行動）」を問うものの他、「大人へつなぐ」態度、助けてもらうことへの肯定的な感情「被援助肯定感」に関する因子を想定しています。

アンケートを実施した結果、リスクのある子どもが把握できた場合には、できるだけ早期に、個別で話を聞く機会をつくりま

す。子どもの状況や気持ちを聞き取り、授業に参加できるかどうか、どのような参加の仕方をするかについて子ども自身に確認します。また、子どもの要望に沿った授業参加の方法を具体的に考えます。その際、担任等授業者が一人で抱え込まず、組織的に対応することが大切です。それまで気付いていなかった自傷行為等を把握した場合、動揺することがあるかもしれませんが、子どもへの理解を深める機会と捉え、しっかりと話を聞くことが望まれます。

② 教職員研修会の実施

このような授業を行うことで逆に「寝た子を起こす」ことにはならないだろうか、子どもから自殺に関わるような深刻な相談を受けたら適切に答えることができるのだろうかなど、コアプログラムの実施を不安に感じる教職員がいるかもしれません。そのような不安を解消しないまま実施しても子どもに正しい知識は伝わらず、かえって危険です。まず教職員が、自殺や自殺予防に関する正しい知識を学び、なぜ今、実施が必要なのかについて十分に話し合い、全教職員で合意しておく必要があります。そのために事前の教職員研修会は不可欠です。研修の内容については、「教職員への事前研修の概要」（p. 20）を参照してください。兵庫県立総合教育センターでは、事前の教職員研修会を支援するために、自殺予防教育に関するサポート研修を実施しています。また、自殺予防教育の必要性や内容に関する解説動画やコアプログラムの進め方に関する解説動画を用意していますので、研修会等で活用してください。

③ リスクの高い子どもへの配慮

例えば、自死遺族の子どもや、大きな喪失体験のある子ども、自傷行為を繰り返す子どもなどは、苦しみや死などのテーマに対して、他の子どもよりも敏感に反応しやすい傾向にあります。このようなリスクの高い子どもが、この授業を受けることによって辛くなったり、悲しくなったりする可能性は十分にあります。事前に、本人とその保護者に対して授業の目的と内容を十分に説明し、授業の参加の仕方について話し合っ、合意した上で参加するような配慮をする必要があります。

（リスクの高い子どもの把握の仕方の例）

- ・前担任等からの申し送り事項や家庭訪問時の保護者からの話など、既に知り得ている情報から

想定因子	項目内容
早期認識(自分)	(1) 自分の心の健康に、積極的に関心を持つと思う
	(2) 自分の心のSOSに早く気付こうと思う
援助希求(自分)	(3) 自分自身を、傷つけないようにしたいと思う
	(4) 自分の心が苦しいとき、誰かに話そうと思う
早期認識(他者)	(5) 友達の心の健康に、積極的に関心を持つと思う
	(6) 友達の心のSOSに、目を向けようと思う
援助行動(他者)	(7) 友達を、傷つけないように気を付けようと思う
	(8) 友達の心が苦しそうなとき、声を掛けようと思う
大人へつなぐ	(9) 友達の心がとても苦しそうなとき、そのことを信頼できる大人に相談しようと思う
被援助肯定感	(10) 困ったときには、いろいろな助けを借りようと思う

図表5 評価アンケートの項目

- ・いじめに関する調査等の既の実施済みの調査結果や、ストレスチェック等の心や体に関するアンケート（p.22 参照）を行って得られた結果から
- ・コアプログラムを実施する旨を聞いた保護者の相談から

④ 保護者との共通理解

③で述べたように、命をテーマとした授業を受けることに不安のある子どもや保護者とは、授業の参加の仕方等について事前に話し合っておく必要があります。また、事後に気になる反応を示す子どもが出てきた場合には、学校だけではなく、家庭においても早期対応・継続観察を行ってもらう必要があります。中には、家庭内だけで何らかの反応を見せる子どもがいるかもしれません。

これらへの配慮のためにも、コアプログラムを実施するに当たって、気になることがあれば連絡してもらうことなどを、事前に実施対象の子どもの保護者に知らせておく必要があります。

ただし、本プログラムは、授業内で「自殺」という言葉を使わずに実施できます。無用に不安だけをあおらないためにも、保護者に伝える際には、あえて「自殺」という言葉を使わず、「命について考える教育」「心の危機への対処について学ぶ授業」等の表現を用いるとよいでしょう。

（通知方法の例）

- ・保護者会や学級懇談会、三者懇談会等の際に直接口頭で伝える
- ・保護者向けの通知文を作成し、紙面等で伝える
- ・既存の学校通信や学年通信等を利用して、紙面等で伝える

（通知文の例）（p. 21 参照）

日時やねらい、授業の概要等を分かりやすく伝えると同時に、リスクの高い子どもの把握が行えるように工夫するとよいでしょう。

「〇月〇日（〇）の〇校時に、『命について考える教育』を実施します。心の健康への理解を深め、様々な悩みを相談しようという気持ちを高める学習活動を通して、辛い気持ちになったときの対処法を身に付けるとともに、自他の命を大切にしようとする心を育むことを目的としています。本授業の実施に際して、気になることや予め相談しておきたいことなどがありましたらお知らせください。授業後に気になることが生じた場合も御相談ください。」

自殺予防教育を進めるには、家庭との連携が不可欠です。そのために、授業実施を知らせるだけではなく、子どもに心配な様子が見られた際の関わり方等について、予め啓発資料により周知しておくこと等が考えられます。兵庫県立総合教育センターWeb サイトから、保護者向けの啓発資料をダウンロードできますので活用してください。

⑤ 体制の整備

コアプログラムは「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」をねらいとしているため、何らかの気になる反応を示す子どもが現れることは自然なことであり、むしろそれは子どもの様子を知ることができるといった効果の現れで

もあるということを、学校全体で十分に理解しておくことが必要です。さらに、実施前に養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラーなどの専門家と共に、授業の実施の仕方や、リスクの高い子どもや気になる反応を示した子どもへの対応の仕方を共通理解するようにし、様々な事態が生じた際にも迅速に対応できるような組織体制を事前に整備しておくことも必要です。

⑥ 複数の教職員による実施

授業中に子どもから発せられた小さなつぶやきや、ちょっとした表情や態度の変化は心の危機のサインとして重要なものですが、一人の授業者だけではどうしても見落とししてしまう可能性が高くなります。そこで、複数の教職員が授業に関わるようにして、別の教職員が授業に参加あるいは観察している状態で授業を進めるような条件整備を進めることが大切です。特に気になる子どもが授業に出席していることが事前に分かっている場合など、できるだけ専門的な視点を持った養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラーなどとのチーム・ティーチングによる実施の形をつくるようにします。子どもの様々な反応を見落とさないようにすることは、気になる子どものスクリーニングという視点だけでなく、授業内容の深まりといった面からも重要な意味を持っています。

⑦⑧⑨ 実施後の情報共有・対応・連絡

授業時・授業後に何らかの反応を示した子どもに対しては、早期に対応する必要があります。そのため、授業後速やかに、授業に関わった教職員の間で情報交換の時間を設けたり、回収したワークシートや振り返りシートの記述内容をチェックしたりして、早期対応の検討や課題の整理を組織的に行うことが必要です。また、対応が必要な場合は、必ず保護者にも連絡し、家庭と連携して早期対応・継続観察を行うようにする必要があります。具体的な対応については、「反応を示した子どもへの対応例」（p. 19）を参照してください。

イ 活用方法

要 点

- 「自殺予防教育プログラム実行委員会」を組織する
- 実行委員会にはPTAの代表者を加えることが望ましい
- 十分な事前準備と体制づくりを行った上で実施する
- 「評価アンケート」等を用いて、事前・事後で取組の評価を行うとよい
- エントリープログラムを活用する際にも、本項を準用してアンケート・教職員研修会等を実施することが望ましい

(7) 体制づくり

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」コアプログラムの実施に際し、実行委員会を設置します(図表6)。校長、教頭、教務主任、生徒指導担当、教育相談担当、研修担当、学年代表、養護教諭、スクール(キャンパス)カウンセラー等に、PTAの代表者を加えたメンバーなどで構成します。必ずしも新たな機関として設置する必要はなく、既存の委員会を活用しても構いません。実行委員会は本プログラム実施の企画・立案・統括などを行うことに加え、気になる反応を示した子どもへの対応時(p.19 参照)の本部組織としての役割も担います。また、実施に際しては、対象となる子どもの保護者に本プログラムを実施する旨を周知する必要があります(p.14 参照)。本プログラム実施には保護者の理解と協力が欠かせないことから考えても、PTAの代表者に実行委員会に加わってもらうことが望まれます。

(4) 実施の流れ

本プログラムの実施方法の一例を図表6に示します。

① 事前の準備

事前アンケートの実施

まず、本プログラムに添付している「評価アンケート(こころの健康に関するアンケート)」(p.22 参照)等を用いて、事前にアンケートを実施し、個々の子どもの様子を把握します。

個別面談の実施

必要に応じて子ども及び保護者に個別面談等を行い、「命について考える授業」への参加の仕方等について十分に話し合いの機会を持つようにします。

教職員研修会の実施 (p.20 参照)

教職員研修会を実施し、自殺予防教育の意義や必要性の確認、プログラムの内容や実施方法の検討及び事前アンケートの分析などを進めつつ、実施に向けた教職員間の意識の統一を十分に行います。その他、「活用時に必ず実施すること」(p.12~15)に示したような準備を整えた上で授業を実施します。

② 授業の実施

コアプログラムの授業案は、「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」と「援助希求的態度の促進（相談する力）」の二つです。どちらから実施しても構いませんが、原則としては、「早期の問題認識」を初めに実施することが望まれます。子どもや学校の実情に合わせて、実施方法や時期を検討してください。「早期の問題認識」を保健体育の心の健康に関する単元の授業として行う場合には、中学校・高等学校ともに第1学年の学習範囲となります。

③ 事後の取組

反応を示した子どもへの早期対応

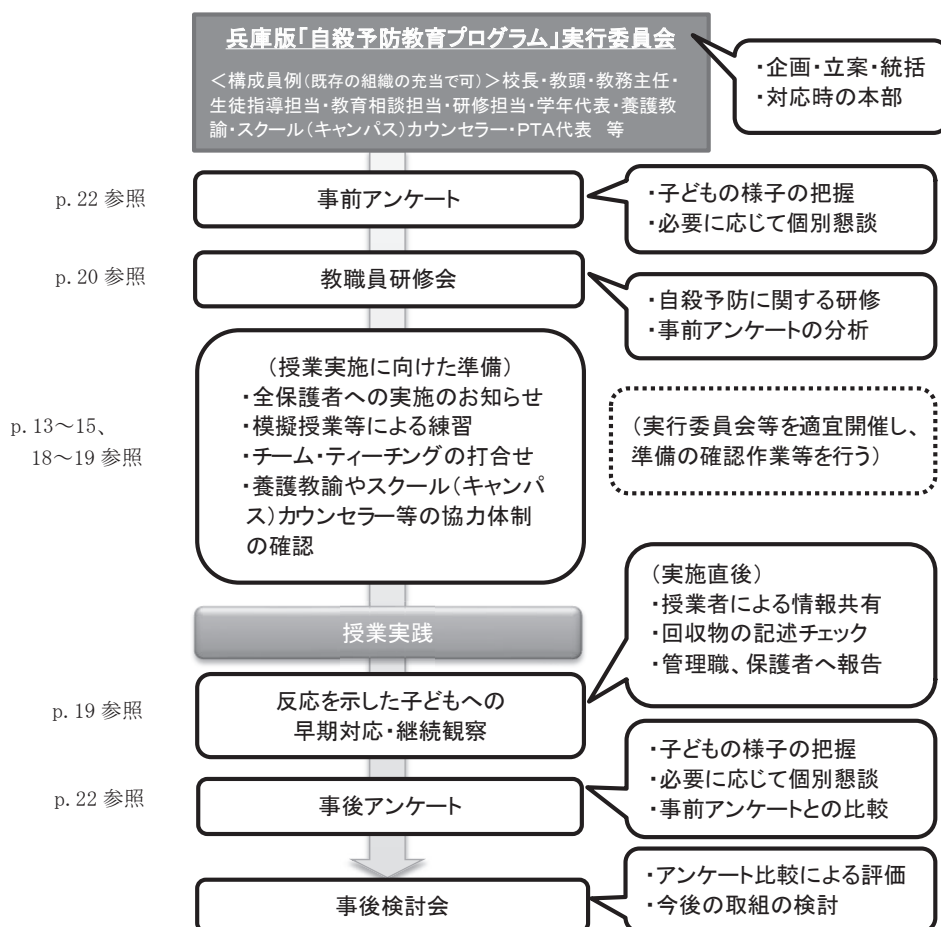
授業実施後、極力その日のうちに、授業時の子どもの様子や、ワークシートをチェックした結果等について検討する会議を実施します。気になる子どものリストアップと、対応方法の検討、情報の共有などを行い、必要な子どもには早急に対応を行います。

学校と家庭の連携

対応に際しては、必ず保護者に連絡し、家庭と協力しながら早期対応・継続観察を進めるようにします。

事後アンケートの実施

事後アンケートを実施し、個々の子どもの様子を確認するとともに、事前アンケートと比較して取組の評価を行い、今後の取組内容について検討します。



図表6 実施の流れ(例)

ウ 活用上の留意点

要 点

- リスクの高い子どもとは、事前に十分相談しておく
- 授業への参加を強制しない
- 反応を示した子どもに対する体制を十分に整えておく

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」コアプログラムを活用する際の主な留意点を示します。

○授業実施に対してリスクの高い子どもは、事前に十分相談しましょう（再掲）

例えば、自死遺族の子どもや、大きな喪失体験のある子ども、自傷行為を繰り返す子どもなどは、苦しみや死などのテーマに対して、他の子どもよりも敏感に反応しやすい傾向にあります。このようなリスクの高い子どもが、この授業を受けることによって辛くなったり、悲しくなったりする可能性は十分にあります。事前に、本人とその保護者に対して授業の目的と内容を十分に説明し、授業の参加の仕方について話し合っ、合意した上で参加するような配慮をする必要があります。

○授業への参加を無理に強制しないようにしましょう

コアプログラムでは、できるだけ体験を取り入れ、実感を伴った理解につながる構成を採用しています。つまり、頭で分かるだけでなく、心で分かるプログラムをめざしました。そのため、参加を強制するような形での実施は望ましくないとと言えるでしょう。また、机に伏せていたり、寝ていたり、授業に否定的な言葉を発してみたりする子どもの態度そのものが、「辛くて聞きたくない」という反応を表しているのかもしれませんが、他者に迷惑を掛けない限り、そのような態度を頭ごなしに注意したり、参加を強制したりするのではなく、教職員がそっと寄り添ったり、その子どもの気持ちを後で聞いたりするようにしてみましょう。また、授業への参加が難しいことが前もって分かっている子どものために、別の内容の授業や自習の場を設けるなどの配慮があるとよいでしょう。

○反応を示した子どもに対する体制を十分に整えておきましょう

繰り返しになりますが、コアプログラムは「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」「援助希求的態度の促進（相談する力）」をねらいにしています。つまり、自分の辛い気持ちに気付けるようになることや、その気持ちを他者に相談できるようになることが、実施後のめざす子どもの姿となります。ですから、プログラムの実施によって「しんどくなった」や「辛かった出来事を思い出した」という言葉が出てくるとも、むしろ授業の成果の一つであると捉えられるような姿勢を、まずは全教職員で十分に共通理解しておきましょう。また、それらの反応を子ども自身がポジティブな効果に昇華させていくためには、教職員がそのような反応を示した子どもの思いを傾聴し、適切な対応と一緒に考えるようにする態度が必要です。

そのためにも、実行委員会で十分協議して体制づくりを行うとともに、養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラーなどと具体的な打合せを行いながら、リスクの高い子ども、授業中に反応を示した子ども、実施後の情報交換で出された子どもなどへの対応や、状況に応じた各教職員の役割の整理、理解を進めておくことが重要です。例えば、授業中に泣き出した子どもがいた場合、その子どもに誰がどのように対応するのか、別室に連れて行く場合、誰がどこに連れて行くのか、その結果教室に教職員が1名になってしまった場合、誰がその教室に加わるのか、管理職や保護者にはいつ誰がどのように報告するのか…というように具体的にその場面をイメージしながら協議しておくとうよいでしょう。

○反応を示した子どもへの対応

「ふりかえりシート」に「辛かった出来事を思い出した」と書いた子どもを例に、対応の流れの一例を紹介します。

- ① 授業に関わった教職員は、授業後速やかに「ふりかえりシート」等の記述内容をチェックし、気になる子どもをピックアップする。
- ② 実行委員会等で、授業の観察結果とともに、①の結果を報告し、対応を検討する。
- ③ 速やかに（極力その日のうちに）対象の子どもと面談を行い、まずは記述内容について気になっているということを伝え、子どもの気持ちを聞く。いつでも相談に乗ることが十分に伝わるように心掛ける。大切なことだから保護者にも知っておいてもらう必要があるということ伝える。
- ④ 速やかに（極力その日のうちに）保護者に報告をする。事実の報告をするだけでなく、学校と家庭の両方で対象の子どもを見守るために具体的な対応策を相談する。その後、子どもに目立った変化がなかったとしても、しばらくの間は家庭と継続的に情報交換を続け、些細な変化でも知らせ合える関係を築いておく。
- ⑤ 必要に応じて、養護教諭やスクール（キャンパス）カウンセラー、また、医療機関等の外部の専門機関につなぐ。
- ⑥ 早期対応で終わることなく、継続的な観察や、長期的なフォローアップ体制を整え、些細な変化にすぐに対応できるようにしておく。

※兵庫県立総合教育センターでは、気になる反応を示した子どもへの対応等について、本プログラムを実施した学校の教職員を対象とした相談や支援の活動を行っています。

(5) 参考

ア 教職員への事前研修の概要

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」コアプログラムでは、必ず事前に自殺予防に関する教職員研修会と、リスクの高い子どもを把握するためのアンケートを実施することを求めています。教職員研修会はコアプログラムを実施する学年だけではなく全教職員が参加できるようにします。これは、子どもが本プログラムで「早期の問題認識（心の危機に気付く力）」や「援助希求的態度の促進（相談する力）」を学んだ後に自分の悩みや辛さに気付いた場合、それを打ち明ける相手は担任や学年の教職員だけに限らないからです。また、未然防止の観点からは、全ての教職員が悩みの深刻さのレベルに関係なく、子どものSOSを受け止めることができるよう、教職員側が準備することが重要です。これらのことから、全教職員による研修会を実施することが必要です。

教職員への事前研修では、(ア)子どもの自殺の現状の理解、(イ)「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」の概要の理解、(ウ)悩みを抱えた子どもへの寄り添い方、といった内容を含めることが望まれます。以下では、その概要を説明します。なお、兵庫県立総合教育センターでは、事前の校内研修に対するサポートも行っています。

(ア) 子どもの自殺の現状について

子どもの自殺の現状については、文部科学省の「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果」や厚生労働省の「自殺対策白書」において毎年報告がなされています。これらの統計資料では、人数だけでなく背景要因や動機等についてもまとめられています。このような資料に向き合うことで気持ちが穏やかでなくなる場合もあるかも知れませんが、どの子どもにとっても無関係ではないという現状を教職員で共有し、自校における取組を確認します。

(イ) 「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」の概要

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」は兵庫県立総合教育センターのWebサイトにおいて、理論的な枠組みと具体的な内容を公開しています。それぞれのプログラムにおける指導の要点や留意点、配慮事項等を必ず確認してください。

(ウ) 悩みを抱えた子どもへの寄り添い

「兵庫版『自殺予防教育プログラム』」コアプログラムを実施するに当たって、学校における最大の不安は、「リスクの高い子どもがかえって不安定になるのではないか」ということでしょう。そのようなリスクの高い子どもを事前に把握し、対応を準備するために、本プログラムでは「評価アンケート」（p.22 参照）を用意しています。このアンケートは、自分と友人の心の危機に早期に気づき、誰かに相談しようとする態度を子どもに自己評価させ

るものです。アンケート結果を確認し、プログラム実施中のみならず今後の子どもへの対応においてどのような働き掛けをしていくのか、研修において具体的に考えます。子どもに寄り添うための傾聴技法や TALK の原則を確認し、体験する研修は、教職員の不安の軽減にもつながります。

イ 保護者への通知文例

年 月 日

第○学年保護者の皆様

立 学校長

命について考える教育の実施について

平素は本校の教育に御理解、御協力をいただきありがとうございます。

標記のことについて、下記のとおり実施します。

心の健康への理解を深め、様々な悩みを相談しようという気持ちを高める学習活動を通して、辛い気持ちになったときの対処法を身に付けるとともに、自他の命を大切にしようとする心を育むことを目的としています。

本授業の実施に際して、気になることや予め相談しておきたいことなどがありましたらお知らせください。授業後に気になることが生じた場合も御相談ください。

記

- 1 日時 ○月○日○校時
- 2 内容 ころろが苦しくなったときの対応を知ろう
 - ・心の危機のサインを理解する
 - ・心の危機に陥った自分自身や友人への関わり方を学ぶ
 - ・地域の援助機関を知る

問合せ：○○○○○○○○○○

ウ 「評価アンケート」について

コアプログラム実施前の子どもの状況把握や、事後の評価に活用できるアンケートです。

こころの健康に関するアンケート

年 組 番 名前: _____

次のそれぞれの項目は、あなたの今の考えにどれくらい当てはまりますか。「全くそう思わない」から「とてもそう思う」までの中でいちばん当てはまるところに○をつけてください。

	全く そう 思わ ない	そう 思わ ない	やや そう 思わ ない	い え な い	ど ち ら と も	や や そう 思 う	そう 思 う	と と も そ う 思 う
(1)自分のこころの健康に、積極的に 関心を持つと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(2)自分のこころのSOSに早く気づ こうと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(3)自分自身を、傷つけないように したいと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(4)自分のこころが苦しいとき、誰か に話そうと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(5)友だちのこころの健康に、積極 的に関心を持つと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(6)友だちのこころのSOSに、目を 向けようと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(7)友だちを、傷つけないように気 をつけようと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(8)友だちのこころが苦しそうな とき、声をかけようと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(9)友だちのこころがとても苦し そうなとき、そのことを信頼でき る大人に相談しようと思う	0	1	2	3	4	5	6	
(10)困ったときには、いろいろな 助けを借りようと思う	0	1	2	3	4	5	6	

エ 引用・参考文献

(7) 引用文献

- ・窪田由紀・シャルマ直美・長崎明子・田口寛子, 「学校における自殺予防教育のすすめ方ーだれにでもこころが苦しいときがあるからー」, 遠見書房, 2016
- ・厚生労働省, 「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」, 2022
- ・厚生労働省, 「令和6年版自殺対策白書」, 2024
- ・厚生労働省, 「令和7年版自殺対策白書」, 2025
- ・厚生労働省, 「警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等」, 2026
- ・厚生労働省・警察庁, 「令和6年中における自殺の状況 参考」, 2025
- ・こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議, 「こどもの自殺対策緊急強化プラン」, 2023
- ・阪中順子, 「中学生の自殺予防」, 現代のエスプリ, 488, 2008
- ・高橋祥友, 「自殺のサインを読みとる」, 講談社文庫, 2008
- ・トーマス・E・ジョイナー他著, 北村俊則監訳, 「自殺の対人関係理論ー予防・治療の実践マニュアル」, 日本評論社, 2011
- ・松本俊彦, 「いじめはいつ自殺に転じるのか」, 臨床心理学 96, 2016
- ・文部科学省, 「子供に伝えたい自殺予防ー学校における自殺予防教育導入の手引ー」, 2014
- ・文部科学省, 「生徒指導提要」, 2022

(4) 参考文献

- ・キース ホートン・カレン ロドハム・エマ エヴァンス著, 松本俊彦・河西千秋監訳, 「自傷と自殺 思春期における予防と介入の手引き」, 金剛出版, 2008
- ・阪中順子, 「学校現場から発信する子どもの自殺予防ガイドブックーいのちの危機と向き合っー」, 金剛出版, 2015
- ・長岡利貞, 「自殺予防と学校 事例に学ぶ」, ほんの森出版, 2012
- ・日本学生相談学会, 「学生の自殺防止のためのガイドライン」, 2014
- ・兵庫県教育委員会, 「高校生等の自殺予防対策に関する委員会報告書」, 2014
- ・松本俊彦編著, 「『助けて』が言えない SOS を出さない人に支援者は何ができるか」, 日本評論社, 2019
- ・文部科学省, 「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」, 2009
- ・文部科学省, 「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」, 2010

(ウ) 法令等

① 自殺対策基本法（2006年、改正法2025年）

（基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、関係機関、関係団体その他の関係者の連携と協働により、社会的な取組として推進されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

6 自殺対策は、デジタル社会の進展を踏まえ、情報通信技術、人工知能関連技術等の適切な活用を図りながら展開されるようにするとともに、自殺の防止においては、インターネット等を通じて流通する自殺に関連する情報が及ぼす影響に関し適切な配慮がなされるようにするための取組の促進について特に留意されなければならない。

7 こどもに係る自殺対策は、こどもが自立した個人としてひとしく健やかに成長することができ、心身の状況、置かれている環境等にかかわらず、その権利利益の擁護が図られ、将来にわたって健康で心豊かな生活を送ることができる社会の実現を目指し、社会全体で取り組むことを基本として、行われなければならない。

（学校の責務）

第五条 学校は、基本理念にのっとり、関係者との連携を図りつつ、こどもの自殺の防止等に取り組むよう努めるものとする。

（心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等）

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携

を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵養等に資する教育又は啓発、及び困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発を行うとともに、自殺の防止等の観点から、心の健康の保持のための健康診断、保健指導等の措置のほか、精神保健に関する知識の向上その他の当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(協議会の設置等)

第二十三条 地方公共団体は、第十九条及び第二十条の施策でこどもに係るものを実施するに当たっては、単独で又は共同して、学校、教育委員会、児童相談所、精神保健福祉センター（精神保健及び精神障害者福祉に関する法律（昭和二十五年法律第百二十三号）第六条第一項に規定する精神保健福祉センターをいう。）、医療機関、当該地域を管轄する警察署等の関係機関、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者をもって構成する協議会（次項及び次条において「協議会」という。）を置くことができる。

2 前項の規定により協議会を設置する地方公共団体は、協議会において次条第一項の規定によりこどもの自殺の防止のための対処、支援等の措置に関し協議を行うときは、あらかじめ、協議会を構成する者に、当該協議を行う事項を通知するものとする。

3 前項の規定による通知を受けた者は、正当な理由がある場合を除き、当該通知に係る事項の協議に応じなければならない。

② 自殺総合対策大綱（2022年改訂版）

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す

(2) 児童生徒の自殺対策に資する教育の実施

学校において、体験活動、地域の高齢者等との世代間交流及び心理・福祉の専門家や自殺対策に資する取組を行う関係団体との連携などを通じた児童生徒が命の大切さ・尊さを実感できる教育や、SOSの出し方に関する定期的な教育を含めた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、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育を更に推進するとともに、自尊心や自己有用感が得られ、児童生徒の生きることの促進要因を増やすことを通じて自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりを進める。

児童生徒の自殺は、長期休業明け前後に多い傾向があることから、長期休業前から長期休業期間中、長期休業明けの時期にかけて、児童生徒向けの自殺予防の取組に関する周知徹底の強化を実施したり、GIGAスクール構想で配布されているPCやタブレット端末の活用等による自殺リスクの把握やプッシュ型の支援情報の発信を推進したりするなど、小学校、中学校、高等学校等における早期発見・見守り等の取組を推進する。

③ こどもの自殺対策緊急強化プラン（2023年）

3. 取り組むべき施策

（2）自殺予防に資する教育や普及啓発等

- ・SOSの出し方に関する教育を含む自殺予防教育について、各教科等の授業等において、地域の保健師等も活用しつつ、すべての児童生徒が、「SOSの出し方に関する教育」を年1回受けられるよう全国の教育委員会等に周知するとともに、学校が行うSOSの出し方に関する教育を含む自殺予防教育のモデル構築や啓発資料を国において作成・周知を行う。また、こどもがSOSを出した際に、教員や保護者といった周囲の大人が受け止められることが求められるため、こどものSOSをどのように受け止めるかについて学ぶ機会の設定などの取組を確実に進める。
- ・小中高等学校において、学習指導要領に基づき、心身の機能の発達や、不安、悩み、ストレスへの対処、精神疾患の予防と回復など、「心の健康」に関する内容について、発達段階に応じて系統性をもって指導する。児童生徒が、自身の心の状態を見つめ対処できるよう、小中学生を対象とした「心の健康」に関する啓発資料を作成・周知する。