

## 第4章

# 子どもの自殺予防

—学校を拠点とする取組みを中心に—

九州産業大学学術研究推進機構科研費特任研究員 窪田 由紀

## はじめに

子どもの自殺予防は今日、わが国の最優先事項の一つである。本稿では、子どもの自殺予防について、子どもの自殺の実態を踏まえて、自殺対策基本法成立以来の国としての施策を確認しながら、学校を拠点とした取り組みを中心に検討を加える。

## 1 児童生徒の自殺の実態について

### (1) 児童生徒の自殺者数の推移

児童生徒の自殺者数は、2019年399名であったが、新型コロナウイルス感染防止のために約3ヶ月の休業措置が取られた2020年に前年から100名増えて499名となり、2021年には473名、2022年には過去最高の514名に及んだ。

### (2) 児童生徒の自殺の背景

自殺の統計：各年の状況（内閣府・厚生労働省2022,2023）によれば、2021年、2022年の児童生徒の自殺の原因・動機は、全体では、学業不振、進路の悩み（入試以外）、病気の悩み（その他精神疾患）、学友との不和（いじめ以外）、病気の悩み（うつ病）、親子関係の不和、家族からのしつけ・叱責、入試に関する悩みの順となっている。

男子の場合は、学業不振、進路（入試以外）、家族からのしつけ・叱責、入試の悩み、病気の悩み（その他精神疾患）であるのに対して、女子の場合は、病気の悩み（その他精神疾患）、病気の悩み（うつ病）、学友との不和（いじめ以外）、学業不振、進路の悩み（入試以外）であった。男女で順位の違いは見られるが、児童生徒は、学校や家庭といった彼らの生活の場において、学業、友人関係、親子関係などについて悩みを抱え、募らせていっていることがうかがえ

る。子どもの日常生活全般についての丁寧な見守り・気づき・支援が必要であることや、特に女子で精神疾患が上位に位置づけられることから、心の健康に関する知識や対処スキルの育成が求められることがわかる。

## 2 子どもの自殺予防～これまでの国の取組み

### (1) 自殺対策基本法制定後の文部科学省の取組み

わが国では2006年に自殺対策基本法が制定・施行されたが、それ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」を設置し、子どもの自殺対策への本格的な取組みを開始した。翌年には「子どもの自殺予防のための取組に向けて～第一次報告」が出され、「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」（以後協力者会議）と名称変更された会議体を中心に、教師（学校）を対象とした啓発資料の作成・配布『教師が知っておきたい子どもの自殺予防』（2009年）、『子どもの自殺が起きた時の緊急対応の手引き』（2010年）、子どもの自殺の実態把握のための体制整備（子供の自殺が起きた時の背景調査の指針、2011年発行、2014年改訂）がなされた。その後、子どもを直接対象とする自殺予防教育の必要性が検討され、2010年の米国視察から、2014年の『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』の作成に繋がった。

これらの冊子については、全国の学校での活用が促されたほか、2010年以降は全国4カ所、2016年以降は10カ所でこれらの冊子を基にした「児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会」が教育委員会関係者や教員対象に開催されている。

## (2) 自殺対策基本法改正以後の動き

2016年に制定・施行された改正自殺対策基本法においては、第17条において学校における教育啓発に関する教職員への研修機会の提供と、児童生徒に対して、「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」、「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」その他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」の実施が努力義務として謳われた。

加えて、同法を受けて策定された自殺総合対策大綱の重点施策の一つには子ども・若者の自殺対策の更なる推進が提示され、具体的にはいじめを苦しめた子どもの自殺の予防、学生・生徒への支援の充実のため、「SOSの出し方に関する教育」の実施が挙げられた。ちなみに、この「SOSの出し方に関する教育」は、法17条における「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」に該当する。

## (3) コロナ禍における子どもの自殺の実態と対策

### ア コロナ禍における子どもの自殺の実態

その後も児童生徒の自殺者数は増加傾向にあったが、新型コロナウイルス感染拡大防止のために約3ヶ月におよぶ休業措置が取られた2020年には前年比100名増の499名に達した。

協力者会議の審議のまとめ（文部科学省2021）では、コロナ禍における児童生徒の自殺者数の大幅増の背景について、学校の休業や在宅勤務などによる家庭内の過密化や家庭の経済状況の悪化などによる家族関係の悪化、一斉休業による友人・教職員との日常的なコミュニケーション機会の喪失や学校行事の縮小・中止などによる

達成感の獲得機会や自分を支える居場所の喪失を挙げ、結果として専門的対応を要する児童生徒が増加したと分析している。

#### イ コロナ禍における子どもの自殺予防のために必要な施策

審議のまとめにおいては、コロナ禍における子どもの自殺予防のために必要な施策として、すべての児童生徒を対象とする心の健康の保持増進に係る教育及び啓発の推進、ハイリスクな児童生徒の早期発見・対応へ向けたICTの活用、自殺予防のあらゆる段階における関係機関等の連携体制の構築の3点が提示された。

#### (4) こどもの自殺対策緊急強化プラン

一方、子どもの貧困、児童虐待、障害、重大ないじめなど子どもに関する様々な課題に総合的に対応するため、各府省庁に分かれているこども政策に関する総合調整権限を一本化する司令塔として、2023年4月にこども家庭庁が創設された。

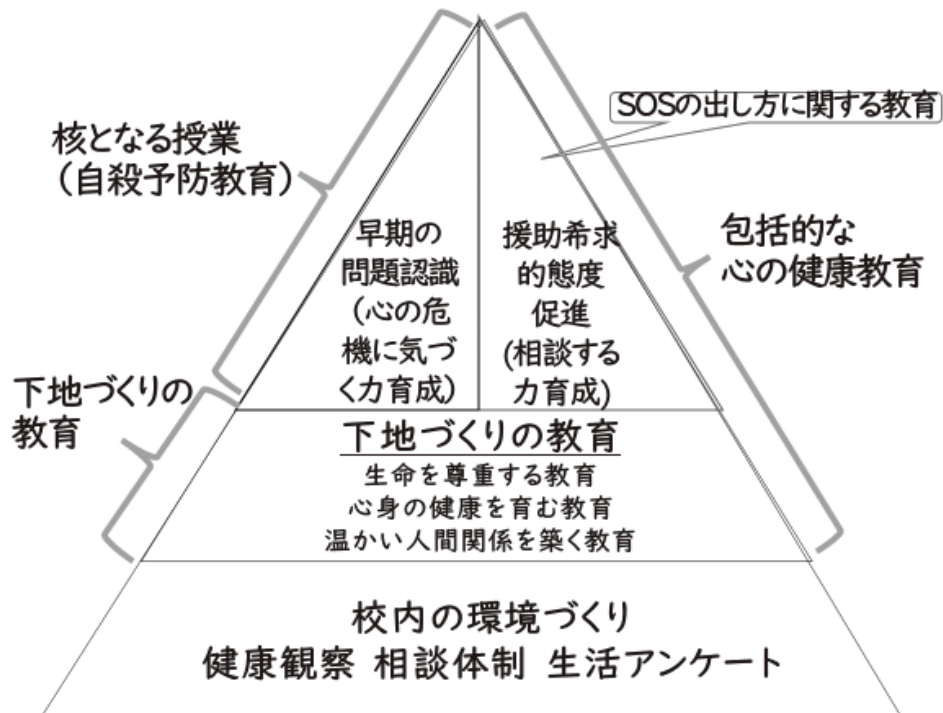
さらには、児童生徒の自殺の深刻な実態を受けて、こども家庭庁を主管とする「こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議」が設置され、関係者からのヒアリングを含む数回の議論を経て6月2日に「こどもの自殺対策緊急強化プラン」がとりまとめられた。筆者も協力者会議の主査としてヒアリングに応じ、審議のまとめ（文部科学省2021）にある施策の実現に向けての条件整備を中心に発言した。「こどもの自殺対策緊急強化プラン」には、取り組むべき施策として7点が掲げられた（こども家庭庁2023）。このうち、文部科学省、学校との関連が深いものとしては、（1）こどもの自殺の要因分析、（2）自殺予防に関する教育や普及啓発等、（3）自殺リスクの早期発見が示された。

### 3 学校における自殺予防

#### (1) 学校における自殺予防の3段階

高橋（1999）は学校における自殺予防について、すべての児童生徒を対象にした自殺予防教育などの未然防止（Prevention）、リスクの高い児童生徒の命を守るための危機対応（Intervention）、および、児童生徒の自殺が起きた際の事後対応（Postvention）の3段階を挙げている。身近な人の自殺は最悪の場合、後追い自殺につながりかねないため、周囲の人々への事後の心のケアも次なる自殺を防ぐという意味で予防に位置づけられる。

図表 4-1 自殺予防教育の全体像



#### (2) 自殺予防教育の全体像

図表 4-1 は文部科学省（2014）を基にした自殺予防教育の全体像である。児童生徒対象の自殺予防教育の構成要素は、自分自身や友



人の危機に気づき、危機に陥った際に援助を求めることや友人の危機に遭遇した場合に信頼できる大人に繋ぐこと（援助希求的態度の育成）である。

自殺総合対策大綱でSOSの出し方に関する教育と言われるのは、核となる授業の援助希求に関する部分である。これらを行う前提としては命の大切さの理解、友だち同士や周囲の大人への信頼感が欠かせない。そのような意味で文部科学省（2014）においては核となる授業の前に、子どもの実態に合わせて下地作りの教育として、生命を尊重する教育、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行うよう求めている。これらは既に学校現場で取り組まれてきている内容であり、これらの教育活動の延長線上に自殺予防教育を位置づけることで、学校現場で比較的無理なく取り組むことができる。これらは、改正自殺対策基本法第17条3項に掲げられている教育・啓発の内容に該当し、自殺に限らず、いじめ、不登校、暴力行為など生徒の学校不適應の予防にも資するものといえることができる。

### (3) 学校を拠点に自殺予防教育を行うことの意義（窪田、2024）

#### ア すべての児童生徒にメッセージを届ける必要性

前節で述べたように、今日、子どもの自殺予防はわが国の最優先事項の一つである。効果的に実施されるためには、当然ながら学校教育の枠を超えた医療・保健・福祉等の連携・協働が欠かせないが、学校を拠点として行うことの意義について改めて確認したい。

いうまでもないが、日本全国は小学校区・中学校区で網羅されている。従って、学校教育を通すことで、ほぼすべての、大半は健康な児童生徒にメッセージを届けることが可能となる<sup>1</sup>。その効果と

1 2022年の文部科学省の学校基本調査によれば、小学生の98.0%、中学生の91.4%が公立学校に在籍している。なお、文部科学省の通知は、私立学校、公立学校にも発せられている。

して、学齢期のみならず、その後の人生で種々の危機に遭遇した際に適切に対処する力を育成するという「生涯を通じてのメンタルヘルスの基礎作り」が期待される。

また、すべての子どもを対象にメッセージを届けることで、友人の危機に気づいて必要な援助に繋ぐ「ゲートキーパー」を養成する意味も大きい。友人の危機に気づいたり、相談を受けたりするのは圧倒的に子どもが多いが、死をほのめかすような深刻な相談を受けた場合、相談を受けた子どもは大きな悩みを抱える。そのような際の対処方法を伝えることも、自殺予防教育の重要な要素である。

一方、大半の子どもたちは自殺とは縁遠いと考えられているものの、誰にも相談しない若者が19.9%（内閣府2019）というように、多くの子どもたちが潜在的にリスクを抱えていることを示すデータもある。そのような意味からも学校を拠点にすべての児童生徒にアプローチすることは重要である。

### イ 教育活動のあらゆる場面での自殺予防の可能性

自殺予防教育の目標であるところの危機のサインや危機に陥った際の自分や友人へのかかわり方を学ぶ機会、特設の時間を用いた自殺予防教育のほか、教科教育や特別活動など学校における教育活動のあらゆる場面で提供することが可能である。特に、保健体育、公民、倫理、現代社会、家庭科といった教科のなかでは、関連したテーマがさまざまに取り扱われている。

また、文学作品や歴史上の人物に関する学習において自殺について考えることもできる。生徒会活動や行事などを通して、自分の良さに気付いたり仲間との信頼関係を深めたりすることは、困難に直面した際の援助要請を促進することに繋がる。

このように、学校においては教師が自殺予防の視点を持つことで、さまざまな活動を生かすことができる。



## ウ 地域の拠点としての学校

学校は、地域コミュニティの拠点としての機能も持っている（窪田 2024）。地域住民の学習活動や交流の場である地域公民館は校区単位で設置されている場合がほとんどであり、地域福祉の拠点である社会福祉協議会の最小単位は校区社会福祉協議会であり、地域で暮らすあらゆる住民の福祉の向上を担っている。災害発生時の一次避難所として小中学校が指定されている場合も多いし、地域の運動会などの行事は学校を会場として開催されるのが通例である。直接的に学校と地域の交流機会も設けられている。

このように学校は学齢期の子どもやその家族に限らず、地域に暮らす多様な人々が集う場ともなる。自殺予防教育においては、児童生徒に自身や友人の危機に際して一人で抱えず、信頼できる大人に繋ぐことを大切なメッセージとして伝えようとしている。さまざまな形で地域の大人が学校に集うことは、児童生徒に保護者や教師以外の信頼できる大人に出会う機会を広げることにもなる。

## 4 学校における自殺予防の実際

### (1) 学校における自殺予防の実施状況

学校における自殺予防の実施状況について、文部科学省の調査（文部科学省 2022）から確認する。

#### ア 自殺予防教育（SOS の出し方に関する教育含む）

自殺予防教育（SOS の出し方に関する教育含む）への取組み状況について、同調査での都道府県政令市教育委員会からの回答によれば、「教育委員会として各学校に実施を推奨している」が 60.7%、「教育委員会として各学校に実施を義務づけている」が 27.9%、「教育委員会として独自のプログラム・教材等を作成している」が 26.2%、「学校の裁量の範囲で実施されている」が 21.3% となって

おり、まだ広く実施されているとは言い難い実情であった。また、自殺予防教育へのスクールカウンセラー（以後SC）の活用については、教職員研修が65.6%、教師とティームティーチングで授業実施47.5%、授業の実施方法に関する助言37.7%の順で、SCが比較的多く活用されていた。

### イ 児童生徒の自殺を含む、災害、事件・事故後の対応

また、児童生徒の自殺を含む、災害、事件・事故後の対応に関する教育委員会の回答では、「緊急にSC（当該校SC以外）を追加配置」が65.6%、「当該校SCの勤務日・勤務時間増で対応」が55.7%、「教育委員会から直接SC（当該校SC以外）に依頼し、配置」、「SV<sup>2</sup>を当該校に派遣（配置）」がいずれも50.8%となっていた。自殺に限ったことではないが、SCを活用した特別の対応が半数以上で実施されていることがうかがえる。

## (2) 学校における自殺予防教育の組織的展開～北九州市の事例

すべての子どもたちに自殺予防教育を届けるには、地域の精神保健福祉行政、教育行政と心理職能団体が一体となった組織的な取り組みが求められる。本項では、北九州市における自殺予防教育の学校現場への導入・定着過程を示す。詳細については、長崎・鎌谷（2024）を参照いただきたい。

### ア 北九州市の自殺対策

北九州市においても、他自治体同様、2007年の自殺総合対策大綱を受けて、2008年に北九州市自殺対策連絡会議（以後連絡会議）が設置された。この会議体のメンバーとして以前から精神保健福祉センターとそれぞれ連携関係にあった市教育委員会と臨床心理士会

---

2 スクールカウンセラースーパーバイザー。都道府県政令市教育委員会の74.5%で配置されており、SCへの指導・助言、緊急事態への支援、研修会講師、SC制度全体への助言等で活用されている。

が加わり、三者が一同に会して議論する素地が整った。

### イ 地域自殺対策緊急強化基金を活用しての教材開発

市の自殺対策の中心である精神保健福祉センターにおいて、2009年に設置された地域自殺対策緊急強化基金の使途が議論される中で、当時取組みが殆どなかった子どもを対象とする施策が提案され、臨床心理士会メンバーとの協議を経て、児童生徒対象の自殺予防教育の教材開発を行うことになった。精神保健福祉センターの担当者と市のSCでもある臨床心理士数名で検討を重ね、教職員の意見も聞きながら児童生徒対象の自殺予防教育の教材とするリーフレットと教員向けの解説書が作成された。教材は、生涯を通してのメンタルヘルスの基礎作りという視点に基づき、児童生徒にわかりやすい表現で心の危機への気づきと対処方法としての援助要請・相談行動を促す、地域の相談機関等の情報を提示するという内容になっており、イラストレーターに依頼してやわらかな色調に親しみやすいイラストを配してもらった。数回の改訂を経た最新のリーフレットは以下に掲載されている (<https://www.ktq-kokoro.jp/download>)。

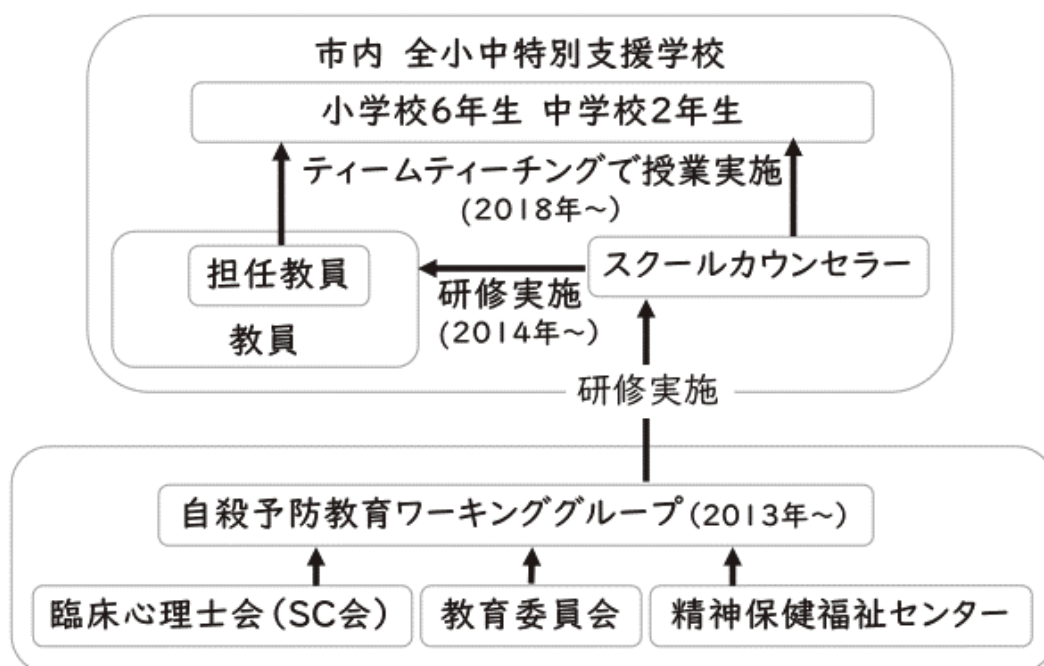
### ウ 人材育成と体制づくり

翌2010年から、管理職、生徒指導主事、保健主事、養護教諭、SC等を対象にした研修が重ねられた。リーフレットは、直ちに児童生徒に配布するのではなくまず研修時に提示された。講師は作成に関わったSCが務め、教育委員会主催の定例の研修の中で時間を確保し、講師料は地域自殺対策緊急強化基金から支払われるなど、三者協働だからこそその枠組みを用いて継続されていった。

2011年からは作成に関わったSCグループでリーフレットを活用した授業プログラムを開発し、市のSC対象の研修や教職員研修において模擬授業を行い、それを受けたSCや教職員の一部の間で徐々に授業実施が広がっていった。並行して、県臨床心理士会主催のSC対象研修会では、SCが配置校の教員対象の研修講師を務めるこ

とができるための研修が重ねられた。2013年には、授業実施に早くから関わってきた教員、精神保健福祉センター担当者、SC数名から成る自殺予防教育ワーキンググループが設置され、同グループがSCによる教員研修のコンテンツを作成し、標準的な授業プログラムと併せて、SC研修会でそれを基にした研修を行うことで、1年目のSCでも配置校での教員研修、担任教員とのチームティーチングで授業を行う体制が整備されていった。なお、SCによる各学校での教員研修（2014年度から）担任とチームティーチングでの小学校6年生、中学校2年全学級での授業（2018年度から）は教育委員会から各学校に実施が義務付けられている。

図表 4-2 北九州市における自殺予防教育の実施体制



学校における自殺予防教育は市の総合的な自殺対策の一つとして明確に位置付けられており、毎年各学校に必要な数のリーフレットが届けられるよう必要な予算や実務を行う人員が確保されている。

取組み開始から10年以上を経て、各機関の担当者が交代になる中で種々の活動の持続可能性を担保するため、自殺予防教育ワーキ



ンググループとは別に2022年から三者で自殺予防教育に関する連絡会議が開催されている。

## 5 学校における自殺予防を進めるために

北九州市を始め取組みが進んでいる自治体があるとは言え、全体で見れば、まだまだすべての子どもたちにメッセージが届いているとは言えない現状にある（文部科学省2022）。本節では、学校における自殺予防の更なる推進に向けての条件整備について述べる。

### (1) 心の健康教育の体系化と教育課程上の位置づけ

自殺予防教育の全体像を示す図表4-1に下地作りの教育として挙げられている生命尊重、温かい人間関係作り、心身の健康を育む教育は、自殺に限らず、いじめ、不登校、暴力行為などの学校不適応の予防・改善にも共通する内容であり、また、保健、道徳や特別活動などの教育活動において取り扱われている内容でもある。種々の具体的な問題の理解や対処方法の獲得を含む包括的な心の健康教育として、その構成要素が既存の教育課程との関連で体系化されると共に、小学校から高校における発達段階に応じた継続的・恒常的な提供が保障されるためには「心の健康教育」として教育課程上に位置づけられる必要がある。

### (2) マンパワーの確保

自殺予防教育を進める上で必要と思われることについての教育委員会の回答では、「教職員の研修機会」が86.9%で最も多く、「標準的なプログラム・教材等の提供」が77.0%、「SCの資質向上」が67.2%、「SCの配置時間増」が63.9%、「授業時間の確保（教育課程上の明確な位置づけ）」が55.7%であった（文部科学省、2022）。



SCの活用として教職員研修が65.6%やチームティーチングとしての授業実施47.5%と高いことから、SCの配置時間増が欠かせないことがわかる。加えて、地域の学校全体での実施を保障するためには、北九州市の例のように、教育委員会と心理職能団体の連携協働の上で、自殺予防教育をSC業務の中に明確に位置付け、資質向上も含めて取り組む体制が必要である。

また、ハイリスク児童生徒への対応を含めて自殺予防のあらゆる段階で必要な連携・協働の促進に向けては、教育相談コーディネータ、スクールソーシャルワーカーなど学校内外の連携の担い手が適切に配置されることが求められる。

## 6 むすびに代えて

学校を拠点とした自殺予防教育は、現在の児童生徒に限らず、生涯を通じたメンタルヘルスの基礎として将来の大人に対しても、また、子どもに関わる校内外のさまざまな大人に対しても、「誰にでもこころが苦しいときがある」「苦しいときには終わりがある」「誰かに相談できる力を持つ」というメッセージが届き、相互に支えあうコミュニティ作りに寄与することも期待される。

### 参考資料

こども家庭庁（2023）「こどもの自殺対策緊急強化プラン」

厚生労働省「自殺の統計：各年の状況」

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/jisatsu\\_year.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/jisatsu_year.html)（最終閲覧日：2023年11月12日）

- 窪田由紀 (2024) 「学校を拠点とする自殺予防教育の意義」 窪田由紀・シャルマ直美編著 『学校における自殺予防教育のすすめ方 改訂版』 遠見書房、第3章 印刷中
- 文部科学省 (2009) 「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」
- 文部科学省 (2010) 「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」
- 文部科学省 (2014) 「子供に伝えたい自殺予防」
- 文部科学省 (2014) 「子供の自殺が起きたときの背景調査の指針 (改訂版)」
- 文部科学省 (2021) 「令和3年度 児童生徒の自殺予防に関する調査 研究協力者会議 審議のまとめ」
- 文部科学省 (2022) 文部科学省令和3年度いじめ対策・不登校支援等推進事業報告書 「スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーの常勤化に向けた調査研究」
- 長崎明子・鎌谷友子 (2024) 「学校現場への自殺予防教育の導入・定着過程」 窪田由紀・シャルマ直美編著 『学校における自殺予防教育のすすめ方 改訂版』 遠見書房、第5章 印刷中
- 内閣府 (2017) 「自殺総合対策大綱」
- 内閣府 (2019) 「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査 (平成30年度)」
- <https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/ishiki/h30/pdf-index.html>  
(最終閲覧日: 2023年11月12日)
- 高橋祥友 (1999) 『青少年のための自殺予防マニュアル』 金剛出版

