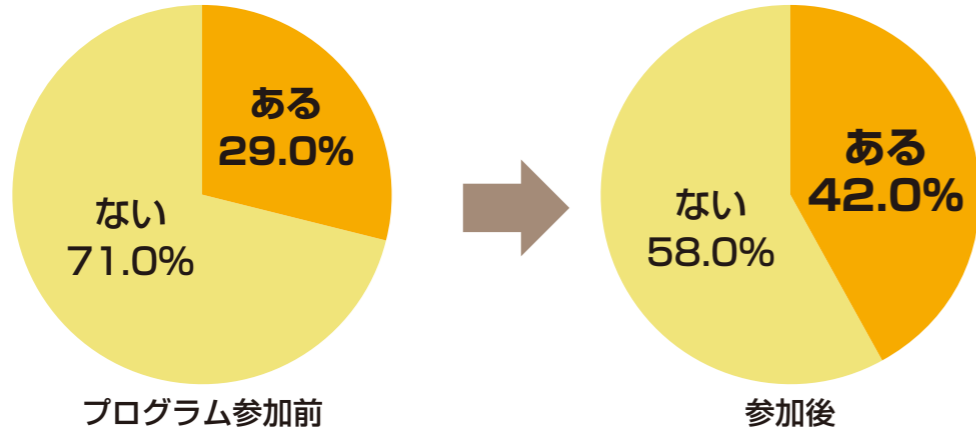


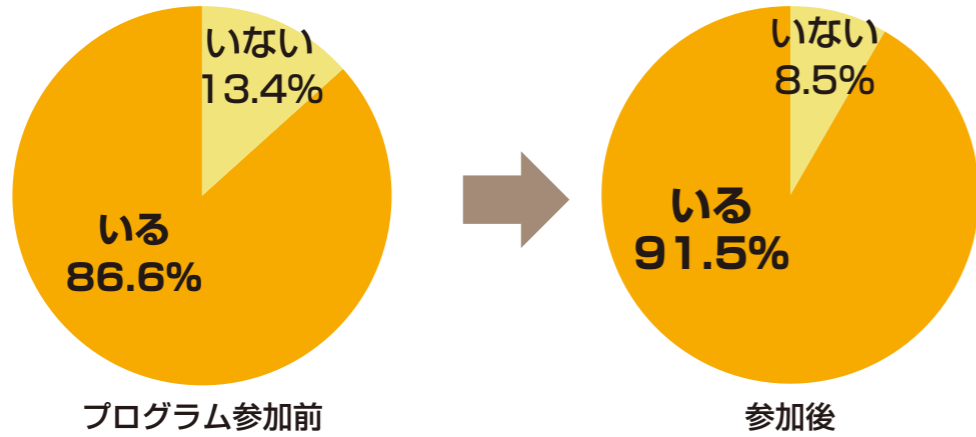
プログラムによる生徒の変化

相談意欲の向上から啓発プログラムにより意識レベルの介入効果がみられた事が示唆された

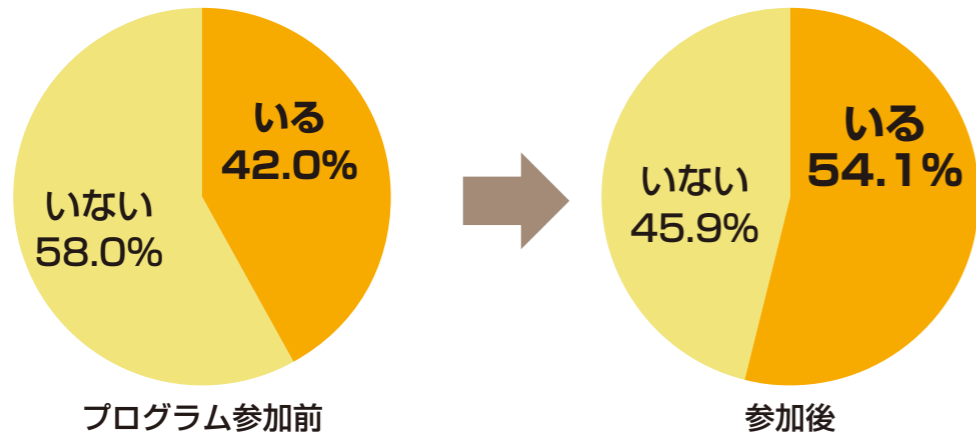
悩みの有無 悩みの増加は自己開示傾向が高まったことによるとも考えられる



相談したい人の有無 相談したいと思える人を見つけた(気が付いた)生徒が増えた



気楽に相談できる大人の有無 大人にも気楽に相談できる生徒が増えた



都内A中学校の2年生176名(5クラス)を対象に実施 事前事後とも回答の161名(男子80名, 49.7%)を解析

平成30年度革新的自殺研究推進プログラム研究事業
「高齢者ボランティアと協働するソーシャル・キャピタル強化による自殺対策の推進に向けた研究」(研究代表者 藤原佳典)より

自分を大切に
しよう!

～こころがつらい時の対処法を考えよう～

「命・つながり・SOSの出し方」

改訂啓発プログラムのご案内



「SOSの出し方に関する教育」とは、自殺総合対策大綱に示された「自殺対策に資する教育」の1つです。

子どもが、現在起きている危機的状況、または今後起こり得る危機的状況に対応するために、適切な援助希求行動(身近にいる信頼できる大人にSOSを出す)ができるようにすること」「身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすること」を目的とした教育です。本プログラムは、東京都教育委員会が作成した「SOSの出し方に関する教育」を基本として、地域のシニアボランティアによる「絵本の読み聞かせ」をプラスしたもので、生徒への良い影響が認められました。


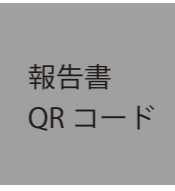
「命・つながり・SOSの出し方」改訂啓発プログラム実施内容

主題 自分を大切にしよう！ ～こころがつらい時の対処法を考えよう～

テーマ 心がつらい時の対処法を知り、困難な状況がある時には、信頼できる大人に相談する方法があることを知る

- 学級活動（ホームルーム活動）、保健体育（保健分野）等の学習と関連させ、各学校でいずれかの学年において年間1単位時間以上実施します。
- 1クラス単位で学校の授業時間内に実施します。
- 市区町村保健師等と読み聞かせボランティアが担当します。

時間配分	学習活動	分担
導入 3分	1. 挨拶 自己紹介 今日来た目的・流れの説明 絵本読み聞かせボランティアの紹介	保健師等
前半 25分	2. 「SOSの出し方」についての講話 ● ストレスは「こころのSOS」 (発問) 自分がつらい気持ちになった時、それを軽くするために、どのようなことをしていますか？ ● 身近な信頼できる人に話すことの大切さ (発問) みなさんは、こころが苦しい時、話してみようと思う人はいますか？ ● こころの苦しさを相談する場所について (発問) 友達が辛そうにしたら、どのような声をかけますか？ メッセージ ★自分、相手、一人ひとりを大切に ★世の中には信頼できる大人もいて、苦しい時、大変な時には助けを求めてほしい	保健師等

時間配分	学習活動	分担
後半 20分	3. 絵本の読み聞かせ 例：「たいせつな きみ」（作：マックス・ルケード）  シニアボランティアが選んだ命の大切さを伝える絵本50選 絵本読み聞かせシニアボランティア「りぷりんと」のメンバーが、絵本読み聞かせインストラクターのもとで「命・つながり」に関する良書を紹介しています。 	絵本読み聞かせボランティア
まとめ 2分	4. 相談先に関する情報提供 ・リーフレット配布	保健師等

..... 「りぷりんと」とは

「りぷりんと」は東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チームにより、子どもたちへの絵本の読み聞かせを主な活動とした「世代間交流プログラム」として2004年にスタートしました。2014年にはプログラムを修了したボランティアが主体となりNPO法人 りぷりんと・ネットワークを立ち上げ、現在では11エリア・400名以上の会員が多くの学校や幼稚園、保育園、高齢者施設などを定期的に訪問しています。

