特別支援学校におけるこころの健康教育

北多摩南部保健医療圏

実施年度	開始　令和４年度　　終了　令和４年度
背景	令和３年度、管内の特別支援学校（知的障害部門）からの依頼を受け、こころの健康教育を実施した。実施した中で学校からは “卒業後の生徒の孤立”や、“特別支援学級に特化した自殺対策普及啓発ツールがないこと”が課題に挙げられた。そこで、在学中から学校と地域支援者が連携し、卒業後も生徒達へ切れ目のない支援が提供されるような地域づくりが必要だと考えた。 本事業では、卒業前から生徒がＳＯＳの出し方を身に付けられること、地域支援者を相談先として認識できることを目指し、学校・地域支援者が活用可能な「自殺対策普及啓発ツールの作成」を行う。また、ツール作成の検討を通じ、学校と地域支援者との意識の共有・連携強化を目指し実施する。
目標	・　特別支援学校在校生（卒業生）等支援困難な対象への自殺対策普及啓発ツールの作成、及び当該ツールを使用しての健康教育実施 ・　卒業後も切れ目のない支援実現に向けた学校と地域支援者の意識の共有・連携強化
事業内容	（１）ツール作成と学校と地域支援者の連携強化のための検討会の設置 学校と地域支援者（府中市含む）を検討会委員とし、それぞれの委員が日頃対応している事例や課題を共有し連携強化を図った。 （２）自殺対策普及啓発ツール作成 学校現場や地域関係者、保護者の意見を取り入れてツールを作成した。またツールを有効活用するための解説書を作成した。 （３）作成したツールを使用した健康教育の実施 健康教育には検討会委員である地域支援者も参加し、「相談できる人」として生徒や教員に認識してもらい、学校が地域とつがるきっかけとなった。また、健康教育実施後に実施した教員向けアンケート結果も踏まえ、検討会で今回の取り組みに対する評価を実施した。
評価	・　ツールの作成にあたっては、知的障害を有する生徒の理解を助ける工夫（豊富なイラスト、ペープサート）を取り入れることで、様々な対象への健康教育や相談対応にも活用可能なツールとなった。 ・　検討会では、ツール作成に向け当該生徒への支援に向けた意識を共有するとともに、立場の異なる学校・地域双方が日頃抱える事例や課題の共有も行われた。双方の理解促進に繋がり、連携強化が図れた。 ・　作成したツールで子供たちに健康教育を実施した。その結果、健康教育後に相談に訪れた生徒達がうまく表現できない困り事を「モヤモヤ」と表現でき、ツールの活用が生徒のこころのＳＯＳの気づきや表出を助け、タイムリーに相談できる一助となる事例もあった。 ・　健康教育後、先生を対象に実施したアンケートからは、「生徒がＳＯＳを出せるだけでなく、ＳＯＳを受ける側の姿勢も大事」という今後につながる意見も示された。 ・　これらの取組により学校と地域支援者の連携する体制が構築された。今後もメーリングリストを活用する等でこの体制を維持し、圏域における更なる自殺対策に取り組んでいく。
問合せ先	多摩府中保健所　企画調整課　企画調整担当 電　　話　　０４２－３６２－２３３４ ファクシミリ　　０４２－３６０－２１４４ E-mail　　S0000348@section.metro.tokyo.jp

経緯（令和３年度　都立府中けやきの森学園における「こころの健康教育」）

１　経緯

都立府中けやきの森学園（以下、学園という。）では、学習指導要領に則り、年１回「ＳＯＳの出し方に関する教育」を実施している。年１回の実施を通し、学園として更なるフォローの必要性を認識しており、多摩府中保健所へ健康教育実施の依頼があった。管内の複数の市に居住する生徒が通学していること等から学園からの依頼を受け、多摩府中保健所として、知的障害部門高等部、身体障害部門の生徒１４１名、教員６２名の計２０３名に対し健康教育を実施した。

２　実施により把握した課題

健康教育実施に向けた準備及び実施により、以下の課題を把握できた。

①生徒ごとに理解力に差があり、説明とフォロー体制に配慮が必要。

②知的障害を有する生徒にとって、分かり易い普及啓発ツール（以下「ツール」とする）の不足。

③トラブルに巻き込まれやすいが、ＳＯＳを出しにくい特性がある。

④卒業後の地域支援への移行の難しさがある。

これら課題に対し、以下の取組が必要と考え、令和４年度に事業実施することとした。

○当該生徒を対象としたツールの開発

○在学中から卒業後までの切れ目のない支援実現のための学校と地域支援者との連携強化

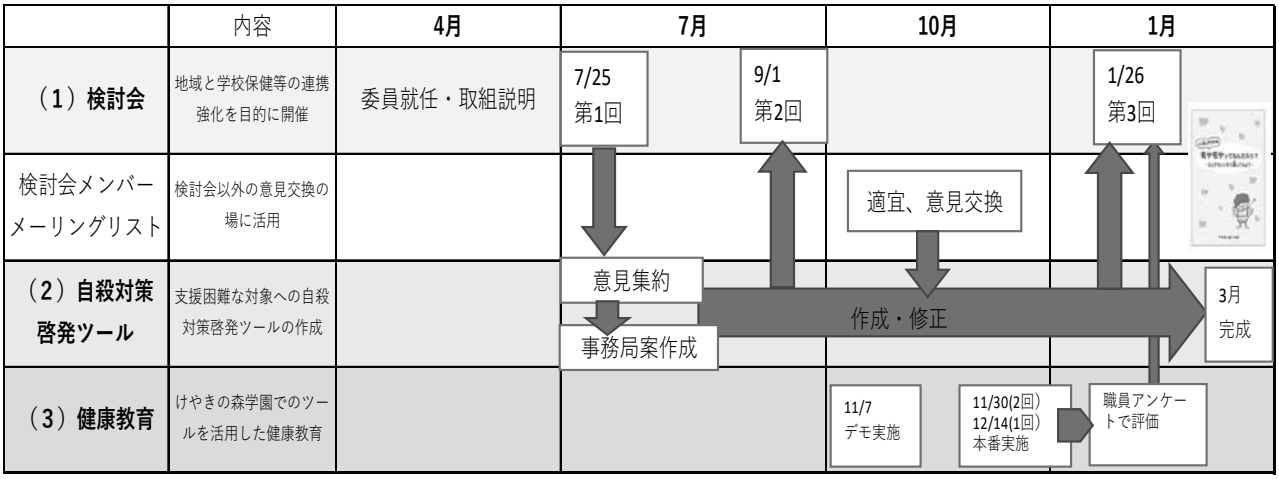
令和４年度　事業内容

１　目標

・自殺対策普及啓発ツール作成、学校と地域支援者の意識の共有、連携強化を目的とした検討会設置。

・特別支援学校在校生（卒業生）等、支援困難な対象へのツールを使用しての健康教育実施

２　事業スケジュール



３　内容

（1）「特別支援学校におけるこころの健康教育検討会」の設置

①検討会設置

・設置目的　特別支援学校における効果的なこころの健康教育に向けた協議を通した地域の関係団体や学校保健等の連携強化を目的とする。

・検討会委員

教育関係者	都立府中けやきの森学園　教諭
地域支援者	地域生活支援センターじゅうと（三鷹市）、障害者就労支援センターみ～な（府中市） 地域生活・就労支援センターちょうふだぞう（調布市） 相談支援センターみずき（狛江市）、府中市障害者福祉課
アドバイザー	文京学院大学　米澤教授（保健師）、たまり場　妹尾代表（公認心理師）
事務局	多摩府中保健所

②開催状況

時期	内容	結果	備考
第１回 令和4年 7月25日	・学校、地域との**意見交換** ・**自殺対策啓発ツール作成**に向け、目標と課題の共有 ・今後のツール作成や意見交換に向け、委員間での**メーリングリストの活用の確認**	・生徒が自分のモヤモヤに気付き発信することと同時に、それを受け止める体制として学校と地域の連携が不可欠であることの、認識を共有。 ・学校と地域で連携し、卒業後も含め地域で孤立せず生活できるようになることが地域の最終目標であり、それに向けた「連携」と「ツール作成」を目指すことを確認。 ・メーリングリストを作成し、第2回検討会に向けツールへの意見を募ると共に、現場の様々な意見交換にも活用していくことで合意。	
第２回 令和4年 9月1日	けやきの森学園との協議（後述）を基に作成した、**「自殺対策普及啓発ツール（案）」の検討**	・ツールのメインターゲットは「軽度知的障害を有する生徒」だが、学校には幅広い理解度の生徒がいることを踏まえ、様々な生徒に活用可能なツールとなることを目指す。 ・今後は検討会意見を踏まえつつ、ツールの修正を行う。更に、けやきの森学園と保健所との打ち合わせによって、ツール案を具体化させる。 ・ツール修正についての意見はメーリングリストで募り、ブラッシュアップを図る。	▶（２）ツール作成 ①検討経過 ア）けやきの森学園との打ち合わせ 参照
第３回 令和5年 1月26日	・**アンケート結果の共有をした上で、意見交換** ・**自殺対策普及啓発ツール（案）の最終確認**	・健康教育実施後の評価。 ・ツール修正。 ・メーリングリスト活用の上、次年度以降も学校と地域の連携強化に努めていくことを確認。	▶（３）健康教育実施　③健康教育後のアンケート実施 参照



▲ 検討会の様子



▲ ツール表紙

（２）ツール作成

①検討経過

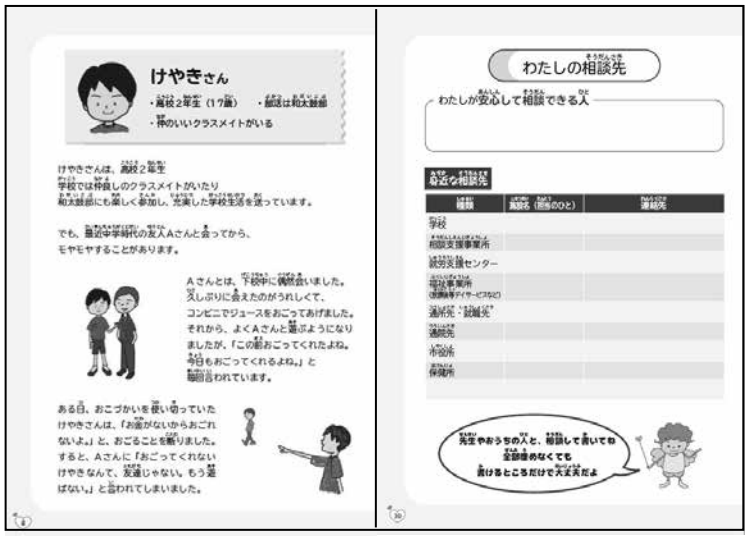
ア）けやきの森学園との打ち合わせ（７月末～１１月中旬）

- 実際に生徒と日々接し、ツール活用の場としての現場の意見をツールに盛り込むため、検討会での意見交換と並行し、けやきの森学園との打ち合わせを重ねた。
- 打ち合わせには保護者にも参加いただき、保護者の立場での率直な意見を確認すると共に、生徒に分かりやすいイラスト提供をいただくことができた。

②工夫した点

ア）ツール

・　イラストをたくさん取り入れて、わかりやすい内容にした。
・　学校現場、地域関係者、保護者の意見も入れ込み、現場で使いやすい内容となった。
・　模擬事例を掲載し、生徒が疑似体験することで、イメージしやすくした。
・　自分の場合に置き換えて考えるワークを盛り込んだ。
・　自分の身近な相談者について書き込める形態とすることで、このツールが自分専用のツールとして今後も利用できるものとした。
・　有効活用させるための仕組みとして、ツール活用の意図を確実に伝えるための解説書を作成した。



▲ 模擬事例　　▲ 自分専用のツールへ



▲ 解説書

イ）ステッカー

生徒を介し、学校と家庭を往復する連絡帳への貼付を想定したステッカーを作成した。

二次元コードを読み取ると、生徒だけでなく家族も相談可能な SNS 相談（相談ほっと LINE＠東京）へ繋がる内容とした。

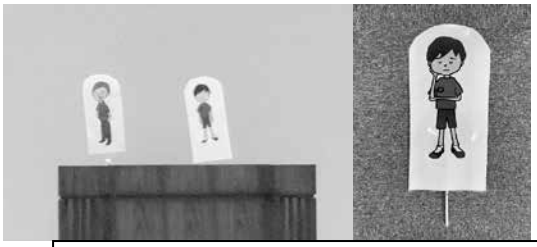


◂ モヤモヤ相談シール

（3）健康教育実施

① 健康教育デモンストレーション（令和４年１１月７日）

日頃様々な事例の相談対応を行う当所保健対策課地域保健担当の保健師を生徒に見たて、デモンストレーションを実施した。また、検討会委員も参加し、「生徒の理解を助けるため、模擬事例に「ペープサート」を活用すること」等の助言を受け、健康教育本番に向け改善が図れた。



▲健康教育でのペープサート場面

◂ ペープサート

② けやきの森学園での健康教育

実施体制　※開催日は冬季休暇前に設定

回数	日時	対象
1回目	令和4年11月30日	府中けやきの森学園知的障害部門 高等部1年生約50名
2回目	令和4年11月30日	同2年生約50名
3回目	令和4年12月14日	同3年生約50名



▲健康教育の様子

全体を通した状況：

・　当日参加した地域支援者が自己紹介と日頃の活動紹介を行い、学校以外にも相談できる地域の関係機関の紹介ができた。

・　生徒たちは理解度に応じてワークに取り組んだ。生徒たちの自発的な発言があり、ワークの際には地域支援者や教員がフォローに入る等で、学校と地域支援者で協力した実施となった。



▲　ワーク



▲　地域関係者の紹介

③ 健康教育後のアンケート実施

実施方法：けやきの森学園教員を対象に健康教育実施後にアンケートを実施。

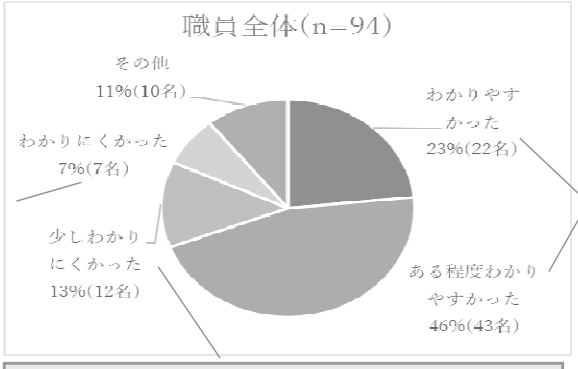
回収率：知的・肢体不自由教育障害部門、養護教諭やケアワーカー等の当日参加者と、後日の動画視聴者、合計２０１人中、９４人の回答、47%の回収率となった。

なお、健康教育に参加できなかった教員には、後日、当日の動画視聴を働きかけて、健康教育の必要性を再認識してもらった。アンケートの結果は以下のとおり。

問：今回の健康教育の内容は、各生徒の理解力に照らしてわかりやすい内容でしたか？

結果：全体の６９％（６５名）がわかりやすかった、ある程度わかりやすかったと回答

・教員のフォロー前提に健康教育が組み立てられており、クラス単位での実施など工夫が必要と感じた。
・集団ではなく、少ない人数での実施が良い。

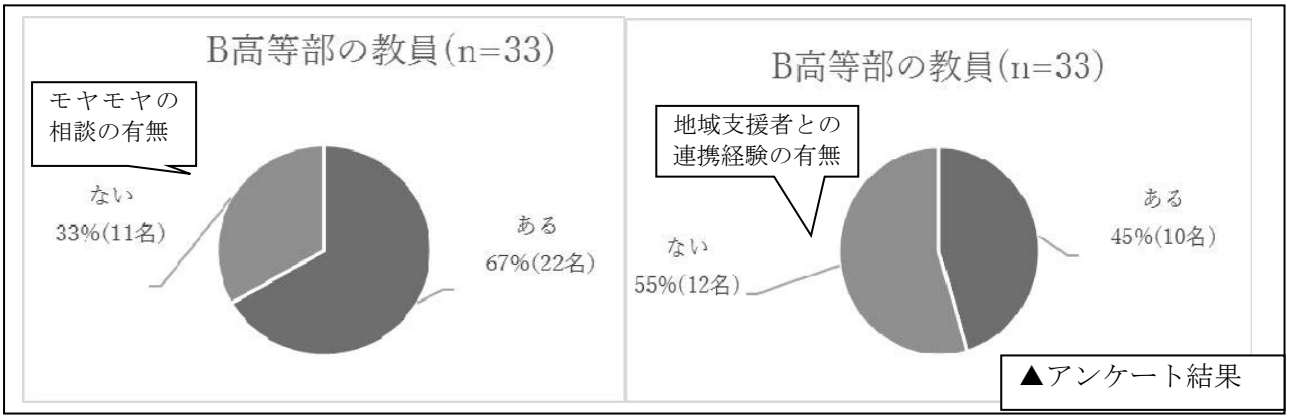


・生徒目線でわかりやすかった。言葉にならない気持ちに気がつける。
・具体的なイラストやわかりやすいコメントが入っていて、モヤモヤが理解しやすい。
・実際に誰だったら相談できるか具体的に考えることができていたため。
・実際にそれぞれの部署の方々が来校され、とても身近な存在に感じた。
・生徒たちが自分事としてとらえ、解決に向けた流れがわかりやすいと思う。

・重度の生徒にとって、モヤモヤと感じている状態がまだ自分事として理解が深まっておらず、実感がわいてないようだったから。

▲アンケート結果

問：生徒からのモヤモヤの相談対応の有無や、地域支援者との連携経験の有無について。



結果：知的障害部門の教職員が生徒からのモヤモヤの相談を受けた割合は約７割である一方、地域支援者と連携した経験のある教員は５割以下であった。

【教職員が感じる課題】

「短時間でも学校と地域関係者が直接話せる機会を設定する必要がある。」「気軽に地域の支援者に相談できる習慣・場がない」との意見があり、教員側からも地域関係者との連携の必要性を感じていたり、連携する場の設定を望んでいる状況が明らかになった。

４　全体を通じての評価

１）自殺対策普及啓発ツールの作成及び、当該ツールを使用しての健康教育実施について

・　ツールについては、分かり易いとの意見が得られた。

・　健康教育後、学校からは「生徒が「モヤモヤしている」と会話の中で出す機会が増え、実際に相談に訪れる生徒が増えた」との声が聞かれ、健康教育の手ごたえを感じた。
現場の教員からも「授業をする前に、私たち職員集団が、生徒が相談したいと思えるような指導ができているか振り返るなど、教員の準備が必要と感じた。」との意見が示された。さらに、地域支援者からもこのような健康教育やツール活用を行ったことで地域への相談機会が増えることが予想され、地域の相談を受ける体制を整備しておく必要性があるとの意見も共有され、地域づくりにつながったと評価できる。
　生徒・教師双方にとって効果のある内容であったと考える。

２）学校と地域支援者の意識の共有・連携強化

・　今回の取組により、地域支援者側でも、今後増えることが予想される生徒の相談に対し、学校と連携した体制づくりや対応の必要性を再確認した。
　これまで学校・地域で率直な意見交換を行う場が当圏域では限られていたため、今年度検討会開催、メーリングリストによる意見･情報交換が行える場を設けられたことは意義深いと言える。
　また、教育分野、保健分野、障害分野が連携して特別支援学校の生徒の自殺対策に取り組む貴重な機会となった。年度の取組のみでこの場を終了させず、次年度以降もこのネットワークを継続していくことが重要である。

５．今後の取組

・ツールの圏域内展開
　検討会委員や、６市の自殺対策担当者等と協働し、様々な活用を模索しつつ、ツールの活用を圏域６市へ働きかけていく。また、実際にツールを活用した事例を収集しツール及び解説書の改善を行っていく。

・メーリングリスト等を活用した更なる連携強化
　検討会委員と状況の意見交換をしながら、地域と学校保健が気軽に相談し合える場としてのネットワークを維持し、今後も更なる連携や活動につなげたい。