

SOS の出し方教育における地域連携モデルの開発

研究代表者：江畑 慎吾（中京学院大学・准教授）

研究分担者：松本 拓真（岐阜大学・准教授）

研究分担者：大谷 和大（北海道大学・講師）

研究分担者：安達 知郎（京都教育大学・准教授）

研究期間：令和 4 年 11 月～令和 7 年 3 月（3 年計画）

要旨：

本邦において、子どもの自殺は深刻な状況にある。2018 年より、学校現場では自殺対策の一環として SOS の出し方に関する教育（以下、SOS 教育を表記）が実施されているものの、エビデンスを伴うプログラムが存在していない等、課題は山積している。特に、児童生徒が自殺に至る背景に鑑みれば、SOS 教育は、学校の中だけで行うのではなく、地域と連携した取り組みが求められる。そこで、本研究は SOS 教育における地域連携モデルの開発を主目的とした。

学校と自治体を対象とした SOS 教育に関する調査の結果、自治体と連携した SOS 教育の実施率は非常に低いことがわかった。また、SOS 教育を行う上でそれぞれが抱えている困り感も明らかとなり、これらの調査に基づき、地域連携モデルのプログラムが作成された。そして、予備介入を経て、修正が加えられたプログラムについて、2 つの公立中学校に在籍する生徒、延べ 433 名を対象として効果検証が行われた。質問紙を分析した結果、相談に関する知識にてプログラムの効果が確認された。また、構造方程式モデリングを用いて検討ところ、相談に関する知識は抑うつを抑制し、友人援助自己効力感を促すことが分かった。つまり、本プログラムの実施により獲得された知識は、抑うつや友人援助自己効力感に対して肯定的な影響を与えることが示唆された。このことから、学校と家庭の他、地域に相談できる場所があることを直接伝えられる体験は、生徒にとって重要な意味を持つと言えるであろう。

Development of School-Community Collaboration Model for Education on How to Send SOS Intervention

Principal Researcher: Shingo EBATA (Associate Professor／CHUKYOGAKUIN UNIVERSITY)

Co-Researcher: Takuma MATSUMOTO (Associate Professor／GIFU UNIVERSITY)

Co-Researcher: Kazuhiro OHTANI (Lecturer／HOKKAIDO UNIVERSITY)

Co-Researcher: Tomoo ADACHI (Associate Professor／KYOTO UNIVERSITY OF EDUCATION)

The Current Research Period : November 2022 to March 2025 (a 3 year plan)

Summary:

Suicide among children is a serious issue in Japan. Since 2018, education on how to send SOS intervention (SOS education), which is a help-seeking intervention program, is recommended in schools for suicide prevention among children. However, SOS education has many problems (e.g., evidence-based programs have not been developed). Considering the background of suicide, SOS education is not provided only by schools. Comprehensive suicide prevention education in collaboration with local governments is necessary. Therefore, the purpose of the present study was to develop a model for SOS education in collaboration with local governments.

Results of a survey on SOS education conducted among schools and local governments, it was found that the implementation rate of SOS education in collaboration with local governments is low. Furthermore, the program developed based on these results of previous surveys and pilot interventions, and the effects of this program for students from two public junior high schools (n=433) was examined.

As a result of the analysis, the effect of the program was confirmed only for knowledge related to help-seeking. In the analysis using Structural Equation Modeling, knowledge of help-seeking was found to improve depression and promote self-esteem for helping a friend. In other words, it was suggested that the knowledge through this program had effect on depression and self-efficacy in helping friends. In conclusion, it is important for students to receive direct advice from local government professionals that there are places for help-seeking in the community, in addition to their schools and homes.

***SOS:** An internationally recognized distress signal in Morse code, commonly used to indicate an urgent request for help or rescue.

1. 研究目的

わが国における子どもの自殺は、諸外国と比較しても非常に深刻な状況にあり、児童生徒の自殺対策は国をあげて対処しなければならない喫緊の課題と言える。現在、学校現場では、自殺対策の一環として、SOS 教育の実施が強く推奨されている。ただ、SOS 教育においては、欧米で開発されたプログラムとは異なり、エビデンスを伴うプログラムが存在していないだけでなく、教育現場ではどのような内容が行われているのかなどの調査も不十分と言える。また、文部科学省(2018)は、SOS 教育を行う際、地域の専門職を参画させる意義を示しているものの、自治体と連携をした SOS 教育の効果に関する報告は、管見の限りない。子どもが自殺に追い込まれる背景を鑑みれば、自殺予防教育は、学校内だけで完結させるのではなく、地域と連携した包括的な SOS 教育の実施が求められるであろう。そこで本研究は、学校と自治体が連携を図り SOS 教育を実施する「地域連携モデル」を開発することを主目的とする。

2. 研究方法

SOS 教育における地域連携モデルを開発するため、SOS 教育の実態等に関する調査を実施し（研究 1）、それらの調査結果に基づき作成されたプログラムについて効果検証を行う（研究 2）。

【研究 1】

東海圏内の A 県にある全ての小学校、中学校、高等学校、及び同県の全市町村を対象に SOS 教育に関する調査が実施された。学校を対象とした調査は、A 県教育委員会から、SOS 教育に関する調査依頼と回答フォームが一斉配信され、各校に回答を求めた。また、市町村への調査については、A 県精神保健福祉センターの協力を得て、同様の方法で実施された。なお、両調査とも、回答には、Microsoft Forms を用いた。

なお、本調査については、教育委員会や精神保健福祉センターから協力依頼を得て実施されたが、学校名、市町村名はもとより、回答の有無については研究責任者のみが知り得る情報であることが紙面にて説明された。また、回答内容、及び回答の有無等によって、一切の不利益が生じないこと、結果は個人や団体名が特定されない形で集計され、回答後であっても、内容の修正、及び撤回が可能であることを示し、同意を得た上で実施がなされた。

【研究 2】

A 県にある公立中学校 2 校に在籍する中学 1 年生と 2 年生、計 120 名がプログラムに参加した。生徒は、自身が所属する学級ごとに先にプログラムを受講する先行群、先行群への介入後、同一のプログラムを受ける待機群に割付けられた。本介入研究は、質問紙を用いて効果を検証し、得られた結果と課題点などを参照し、プログラム内容の修正がなされた。その後、修正された地域連携モデルのプログラムについて、前掲した中学校とは異なる、B 中学校（1 年生：116 名、2 年生：105 名）と C 中学校（1 年生：102 名、2 年生：110 名）に在籍する中学生、計 433 名を対象とし、再度、効果検証が実施された。予備介入同様、ウェイトリングリストコントロールデザインを用いて、B 中学校の 1 年生と C 中学校の 2 年生を先にプログラムを実施する先行群、残りの 2 学年を先行群への介入が終了した後、プログラムを行う待機群とした。質問紙調査は、先行群への介入前を時点 1、先行群に対しプログラムを行った 10 日後を時点 2、そして、待機群への介入後、10 日後を時点 3 とし、全 3

回の調査が両群に実施された。

プログラムは、1回50分とし、全2回から構成された。1回目は、SOSを出す側に焦点があてられ、社会福祉士の資格を有するB市職員が実施した。2回目は、友人へのサポート方法を中心に学ぶことを目的し、各学級の担任教師が授業を実施した。また、プログラムにあたり、生徒の理解と活動を促進することを目的に、新たにアニメーション動画教材を作成し、1回目と2回目の授業を実施する際に使用された（図1）。

効果指標には、悩みの程度、相談回数、援助要請意図、援助要請認知尺度（中学生・高校生版）、友人自己効力感尺度、子ども用抑うつ評価尺度、相談に関する知識を採用した。

なお、本プログラムの実施においては、B中学校とC中学校を管轄する教育委員会より協力を得た上、両中学校の学校長、及び担任教師から同意を得た。また、プログラムに参加する生徒の保護者には、SOS教育の目的と実施について学校便りを配布し、異議等がないことを確認した。さらに、生徒に対しては、プログラムの参加を拒否できることに加え、質問紙調査についても回答の自由や撤回などが可能であることを担任教師から説明がなされた。なお、本研究については、研究代表者が所属する研究倫理審査委員会の承認を得て実施された（24-02）。

図1 本研究で作成されたアニメーション動画教材

登場人物	ストーリー（あらすじ）
D(悩みを抱える主人公) 女子生徒	
E(Dの話を聞く) 女子生徒	① Dが溜息をついているところにFがやってくる Fが「何があったかは知らないけど、元気だせよ」と声をかけると、Dは「ほっておいて!」と怒り出す
F(Dに声をかける) 男子生徒	
G(回想シーンに登場) 男子生徒	② Dは家でも落ち込み、心身の不調を訴える
※学校で実施するため 登場人物に名前は設定していない	③ 元気のないDに対し、Eが優しく声をかけると 迷った末、Dはどんなことがあったのか話をする
アニメーション動画 イラスト (約3分20秒)	④ 回想シーン。Gから突然、SNS上でクラスメイトから 自分(D)が悪口を言われていることを告げられる
	⑤ 「大丈夫」と強がったものの悩んでいたことを告白する
	⑥ Eがポイントを踏まえながら丁寧にDの話を聴く
	⑦ 最終的にDは、担任教師に相談することとした
	⑧ Dが「話をしたら気持ち楽になった」とEに感謝する
	⑨ Eが「困った時はお互い様」と言い、2人は笑顔になる

※監修：江畑 慎吾 シナリオ：松本 拓真、安達 知郎

制作：Crevo 株式会社 イラスト：なかむら ちはる

視聴 URL：<https://youtu.be/zMfeaAZucNU>

3. 研究結果

研究 1 で実施された調査において、小学校 43 校、中学校 137 校、高等学校 64 校の計 244 校から協力を得た。また、市町村を対象とした調査では、32 市町村から回答を得た。内容を分析した結果、SOS 教育の実施回数や実施内容などは、学校により差異が大きいことが明らかとなった。また、自治体の専門職と連携した SOS 教育の実施率

表1 地域の専門職と連携したSOS教育の実施に至らなかった要因

理由・要因	校数
学校にはSCがいるため専門職の派遣に必要性を感じない	65校
SOS教育の実施において市町村と連携するという発想がなかった	33校
市町村のどの部署と連絡を取ればよいのかわからない	27校
連携の必要性は感じているが、準備や打ち合わせの時間がない	14校
実施時間の確保や日程の調整等でより負担が大きくなる	6校
市町村の専門職が何をしてくれるのかが不明である	5校
その他	3校

は、5.7%（14 校／244 校）であった。実施率が低かった要因には、学校側が SOS 教育を実施する際、自治体と連携する必要性を感じていないことなど挙げられた（表 1）。その他、SOS 教育を行う上で、「実施方法や内容がわからない」「SOS 教育に効果があるか疑問を感じる」といった意見が挙げられた。

また、市町村を対象とした調査にて、これまで一度も SOS 教育に参画しなかった要因としては、「自治体側に SOS 教育の実施に関するノウハウがない」という回答が最も多く、次いで、「学校との役割の違いが不明確」や「時間や人手不足」などが報告された。なお、自治体の専門職が SOS 教育に参画した市町村では、「管轄の教育委員会が調整役を担った」、「地域自殺対策計画の中に SOS 教育を位置づけ準備を進めた」という意見が主であった。

研究 2 において作成されたプログラムの効果を検証するため、群（介入群・待機群）を独立変数、時点 2 における各尺度得点を従属変数とした共分散分析を実施した。その結果、相談に関する知識（例：地域にも相談できる場所があることを知っている、相談することのメリットを知っている等）にて、先行群と統制群の間で有意差が確認された（ $F(1)=27.94, p<.001$ ）。一方、他の尺度については、明確な効果は見られなかった。

また、相談に関する知識を介して、抑うつと友人援助自己効力感に及ぼす影響を構造方程式モデリングにより検討した。従属変数は時点 2 の抑うつ、友人援助自己効力感であり、独立変数として時点 1 の当該変数を統制した。結果、群は相談に対する知識を予測し（ $\beta=.23, p<.001$ ）、相談に関する知識は、抑うつを抑制し（ $\beta=-.08, p=.04$ ）、友人援助自己効力感を促す（ $\beta=.18, p<.001$ ）ことが分かった。これらにより、本プログラムの実施により獲得された知識は、抑うつや友人援助自己効力感に対して肯定的な影響を与えることが示唆された。

4. 考察・結論

増加の一途を辿る子どもの自殺対策の一環として効果が期待されている SOS 教育は、課題も山積している。特にエビデンスの蓄積が不十分であり、実施のみが先行している中、本研究にて、SOS 教育の実状や現場の困り感などが明らかにされた意義は大きい。また、文部科学省（2018）が推奨している地域の専門職が SOS 教育に参画している割合も非常に低く、その主な要因として、スクールカウンセラー（以下、SC と表記）がいるなどの理由で学校側が必要性を感じていないことが明らかとなった。SC は、外部の専門家として SOS 教育の実施に必要な存在である一方、SC も学校関係者であり、悩み事を学校に知られたくない場合、SC に相談しづらいと考える児童生徒がいることは十分想定される。それゆえ、児童生徒に対し、重層的な支援を行っていくためには、学校と家庭以外の第三の相談場所として、

地域の相談先を示すことは重要であろう。

また、本研究では、地域の専門職と学校、それぞれの役割に基づきプログラムが作成された。1 回目の授業は、自治体の専門職が実施主体を務め、ストレスに関することや相談のメリットについて伝えると共に、地域の相談先を生徒に紹介した。そして、2 回目では担任教師により、SOS の受け止め方に関する内容が実施された。分析結果を踏まえれば、学校と家庭の他、身近に相談できる場所があることを直接伝えられる体験や学級全体で SOS の受け止め方について学ぶことは、特に抑うつ傾向の高い生徒にとって、安心感に繋がったと推察される。本研究で作成されたプログラムは、限定的な効果が認められるに留まったものの、SOS 教育を実施する上で、地域と学校、それぞれの役割を明確にし、動画教材も含めた具体的なプログラムが示された意義は大きいと言える。

5. 政策提案・提言

児童生徒の自殺予防として、その効果が期待されている SOS 教育は、地域との連携がなされず、学校独自で実施されている割合が高い（江畑ら，2024）。そのため、保健師など、自治体の専門職が SOS 教育に参画する意義をこれまで以上に強く提示する必要があるであろう。また、教育委員会だけではなく、精神保健福祉センター等にも地域連携モデルのプログラムを周知することは、各地域に状況を踏まえた包括的な SOS 教育の実施に寄与すると言える。

6. 成果外部への発表

(1) 学会誌・雑誌等における論文一覧（国際誌 0 件、国内誌 3 件）

江畑 慎吾（2025） 中学生を対象とした SOS の出し方に関する教育の Basic Model の開発に向けた予備的研究 学校メンタルヘルス研究 28（1）

江畑 慎吾・大谷 和大（2025） SOS の出し方教育における地域連携モデルが中学生に与える効果 中京学院大学紀要 4（1）

江畑 慎吾・富田 宏・松本 拓真（2024） SOS の出し方に関する教育の実態調査と今後の課題 自殺総合対策研究 4（1）

(2) 学会・シンポジウム等における口頭・ポスター発表（国際学会等 0 件、国内学会等 3 件）

江畑 慎吾 SOS の出し方教育における地域連携モデルの効果検証（2024）
日本認知・行動療法学会第 50 回記念大会 一般発表

永浦 拓・江畑 慎吾・宮秋 多香子・富永 良喜 SOS の出し方に関する教育のためにスクールカウンセラーができること（2024） 日本心理臨床学会第 43 回大会 自主企画シンポジウム

江畑 慎吾・永浦 拓・宮秋 多香子・松本 拓真・神村 栄一（2024）学校で使える認知行動療法 Part3 -SOS の出し方に関する教育- 日本認知・行動療法学会第 49 回大会 自主企画シンポジウム

(3) その他外部発表等

子どもの SOS に対するサポートガイドブック (2025) ぎょうせい ※2025 年 8 月発刊予定

2025 年 5 月 子どもの SOS 発信、導くには共感、傾聴スキルを意識して

2024 年 6 月 SOS 教育における地域連携モデルに関する取材記事 中日新聞

2024 年 5 月 SOS 教育における地域連携モデルの実施に関するテレビ報道 NHK

岐阜県教育委員会 学校安全課 (2024) 「岐阜県版 SOS の出し方に関する教育ガイドブック」
<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/16545.html>

7. 引用文献・参考文献

江畑 慎吾・富田 宏・松本 拓真 (2024) SOS の出し方に関する教育の実態調査と今後の課題
自殺総合対策研究 4 (1)

文部科学省(2018) 児童生徒の自殺予防に向けた困難な事態，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の推進について (通知)
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1408025.htm (2020 年 10 月 12 日取得)

8. 特記事項

(1) 健康被害情報

なし。

(2) 知的財産権の出願・登録の状況

なし。