

子ども・教職員のウェルビーイングを 実現し，心身ともに安心して幸福な 学校生活を送るためにはどうすべきか

2025.9.2

北翔大学教育文化学部心理カウンセリング学科

飯田 昭人(いいだ あきひと)

謝辞

- 本日はお忙しい中ご参加くださり誠にありがとうございます。
教育現場で日々ご尽力されている先生方や職員の皆さまに、わずかでもお役に立つお話をお届けできればと存じます。
- ウェルビーイングの視点を取り上げられること、本当に時流にかなっていると思います。私自身も資料の作成において勉強になりました。
- 本講演の機会とご支援を賜りました、石教研課題部会集団づくり部会事務局長長谷川先生をはじめ多くのみなさまに感謝いたします。

自己紹介



- ・ **苫小牧市出身**。北海道教育大学, 同大学院修士課程修了後, 大正大学大学院博士後期課程単位取得満期退学(**村瀬嘉代子先生に師事**)。その間, 病院心理職, 地域療育センター心理士, フリースクール指導員, スクールカウンセラーなどを経験。
- ・ 平成14年**北海道警察本部少年課少年心理専門官**(平成19年3月まで)
- ・ 平成19年より**北翔大学心理カウンセリング学科教員**(現在にいたる)
- ・ 公職等は, **一般社団法人北海道臨床心理士会代表理事(会長)**, **北海道いじめ問題審議会会長**, 市立札幌大通高等学校学校運営評議員・スクールカウンセラーなど。
- ・ **臨床心理士(H13)**, **公認心理師(R1)**

フィンランド研修旅行に行きました (2023/9/10～18)





平成29年11月9日(木)
ほっとニュース北海道
(18:10~19:00)



平成29年
11月10日(金)

北海道新聞朝刊

子どもを守ろう
第1部
ネット社会のわ
な

専門家
インタビュー①

子どもを守ろう

＜専門家インタビュー＞①

孤独感の背景 直視して

第1部 ネット社会のわな



北翔大准教授
飯田 昭人さん

いいだ・あきひと 臨床心理士。
道警少年心理専門官などを経て2010
年から現職。札幌市内の小中学校で
スクールカウンセラーとして活動す
るほか、16年4月から札幌大通高(定
時制)で特別支援アドバイザーを務
める。44歳。

札幌市内の小中学校でス
クールカウンセラーもして
いますが、会員制交流サイ
ト(SNS)が絡む非行は
把握しにくいのが実情で
す。SNSは子どもたちの
生活に染みついており、一
部にとっては家庭や学校以
外での欠かせない「居場所」
になっています。

カウンセリング対象の8
割以上が不登校の生徒で
す。母子家庭や共働きの困
窮世帯では、親の目が子ど
もに行き届いていない例が
多い。親が精神疾患を抱え
る家庭では、子どもが「心
配で学校に行けない」と悩
んだり、アルバイトで家計
を支えたりしていて、本来

育まれるべき家族や友人と
の関係を築けずにいるケー
スも見られます。

救いを求め逃避

こうした問題を抱えて援
助交際をした子どもに共通
しているのは、家庭や学校
で自分が必要とされた経験
が乏しい点です。援助交際
に「必要とされる」出会い
を求めている。中でも親か
ら虐待を受けていた子ども
は、心や体が傷つくのを覚
悟でSNSに救いを求めよ

うとする傾向があります。
非行の裏には「孤独感」
がありますが、それは今も
昔も変わらない。ただ、か
つて非行は暴力行為といっ
た目に見える形で表面化し
ましたが、SNSで連絡を
取り合う最近の非行は見え
にくくなっています。

SNSに依存する子ども
は実生活での人間関係を避
けがちです。孤立しても
手帳で無限に広がるネット
とはつながっているのです。
そこに依存してしまう。S

NSでの見知らぬ人とのや
りとりを信用し、それを自
分の存在を肯定してくれる
つながり」ととらえるので
す。最悪の結果が神奈川県
座間市で9人の遺体が見つ
かった事件ではないかと考
えています。

一方でカウンセリングを
していると、「自分が何に
悩んでいるのか分からな
い」という子どもに出会
います。親に聞いても具体的
に何に困っているのか見え
にくいのですが、「生きづ
らさ」を抱えていることは
事実です。長い時間をかけ
て「あなたは一人じゃない

と」声を掛け続けること
で、中には立ち直る子ども
もいます。安易な原因の特
定は避けるよう心がけてい
ます。

寄り添い続ける

問題のある子どもには、
じっくりと寄り添い続けな
ければなりません。解決に
向けては背景にある孤独や
貧困、家庭環境といった点
にも積極的に関わっていく
必要があります。

時代が変わり目に生きた
私たち大人には、まずSNS
に頼る子どもの孤独感を
敏感に感じ、理解する心が
求められます。

(聞き手・報道センター
下山竜良)

時間は1時間程度。無料。
定員50人。応募多数の場合は
抽選の上、17日までに抽選券
を発送します。参加希望は
住所と名前、電話番号を記
し、はがき(〒060-0871
11 住所不要 北海道新聞
社マーケティングセンター
「子どもを守ろう」係)に
〒060-0871 11-210-0008
4、電子メールで@hokkaido-
kaido-np.co.jpで申し込ん
だください。問い合わせは白
午前10時～午後5時、011-
2210-6006へ。

「子どもを守ろう」キャンペーンへの意見や感想、困
待やいじめ、貧困を含む子どもの問題に関する情報を寄
せください。住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、〒
060-0871(住所不要 北海道新聞報道センター「子
どもを守ろう」取材班へ。電子メール hokkaido-np.co.jp
@hokkaido-np.co.jp、ファクス 011-2210-6006、e-mail
でも受け付けます。

2020年(令和2年)12月25日(金曜日)

コロナ禍 現場に聞く

北翔大准教授 飯田 昭人さん(47)

困窮学生への支援急務

「コロナ禍で、学生の生活が厳しくなっています。特に、経済的に困窮している学生は、生活費が足りず、学業に支障をきたしている。また、精神的な負担も大きい。大学側としては、学生の生活状況を把握し、必要に応じて支援を行うことが重要です。」

「コロナ禍で、学生の生活が厳しくなっています。特に、経済的に困窮している学生は、生活費が足りず、学業に支障をきたしている。また、精神的な負担も大きい。大学側としては、学生の生活状況を把握し、必要に応じて支援を行うことが重要です。」

北海道

経済的困難 学生2.7倍に

コロナ禍前後 家庭やバイト影響

北翔大調査

新型コロナウイルスの感染拡大後、経済的に困窮している学生が増えている。北翔大は、11月17日に発表した調査結果によると、コロナ禍前後で、経済的に困窮している学生の割合が2.7倍に増加した。また、家庭やバイトの影響も大きいことが分かった。

調査は、北翔大教育文化学部の飯田昭人准教授(臨床心理学)の研究グループが、昨年7～9月に、道内の学生(短大、大学院生含む)909人にインターネット上で生活状況などを尋ねた。それによると、居住形態は「元々実家」に52%、「アパートなどで一人暮らし」に34%いる一方、「一人暮らしだったのが、実家に戻った」が10%いた。

五つの選択肢(経済的にかなりゆとりがある・まあゆとりがある・ゆとりはないが困っていない・困っている・かなり困っている)で経済状況を探る質問では、新型コロナの発生前は、困窮度の高さを示す最後の二つを選んだ合計が9.4%だったが、発生後は二つの合計で25.5%に達し、約2.7倍に増えた。

調査は、北翔大教育文化学部の飯田昭人准教授(臨床心理学)の研究グループが、昨年7～9月に、道内の学生(短大、大学院生含む)909人にインターネット上で生活状況などを尋ねた。それによると、居住形態は「元々実家」に52%、「アパートなどで一人暮らし」に34%いる一方、「一人暮らしだったのが、実家に戻った」が10%いた。

五つの選択肢(経済的にかなりゆとりがある・まあゆとりがある・ゆとりはないが困っていない・困っている・かなり困っている)で経済状況を探る質問では、新型コロナの発生前は、困窮度の高さを示す最後の二つを選んだ合計が9.4%だったが、発生後は二つの合計で25.5%に達し、約2.7倍に増えた。

北翔大学

大学生 コロナで困窮

食料配布 申し込み殺到

きょうあす北大で 悲痛な声も

連合北海道などは8月、札幌市内で記者会見し、コロナ禍で困窮している大学生らに食料などを無料で配布する「ほっかいどう若者応援プロジェクト」の概要を発表した。9、10日には事前に申し込んだ北海道大の学生に対し、道産米やレトルト食品など計10000セットを手渡す。

北海道大での無料配布は、事前に北大生協HJPなどで学生に周知。事前申し込みの受け付け開始直後から申請が相次ぎ、1日不足らずで締め切った。学生から

「アルバイトが減り、生活費が厳しい」「1日1食の生活を送らざるを得なくなった」といった悲痛な声も寄せられたという。支援の対象は一人暮らしの大学生や大学院生、留学生。今後、地元企業・団体にも協力を呼びかけ、道内の学生協がある他、大学でも同様の取り組みを実施する予定だ。

連合北海道の杉山元会長は「学生が安心して学び暮らせる環境に向けて、全力で取り組んでいく」と述べた。

同施設の職員への定期的なPCR検査の実施に1億8000万円

旭川いじめ問題 専門家に聞く

「一生前の三瀬さんは家族にいじめ被害明かし、文芸イイイト(SNS)でも匿名で訴えていました。」

「広瀬くんは母親に気を遣い、心配をかけたなという思いがあったはずです。それも勇気を振り絞って相談してました。SNSは家庭や学校以外で自分を知ってもらう「サトアレイス(第2の場所)」だったのだと思います。」

——なぜこのような結果を招いたのでしょうか？」

「彼女さんの心の「コッパ」の中にしんどさという水がはじめにたまり、その水がストレスなどに行き着く他のスレスレによって、どんどん注ぎ込まれていった。その水を支援という手段で取り除くことができずにあふれてしまい、結果としてくくなってしまうと推察されます。」

——広瀬くんが転校前に通っていた中学校は、なぜ十分な対応を取ることができなかったのでしょうか？」



飯田昭人教授(臨床心理学)

いいだ・あきひと 苫小牧市生まれ。大正大大学院文学研究科博士後期課程満期退学。道警少年心理専門官などを経て、2022年4月から現職。北海道臨床心理士会会長や北海道いじめ問題審議会の委員も務める。

学校全体で分担し対処を

なく、対上フルと捉えてい
る可能性があります。本来は双
方の生徒の言い分を聞き、時
間をわけて解決すべきです。が、
学校側は解決を急いだりもし
れませんが、だから道徳の指導
に対しては、「はじめでなし」
と答えたのではないでしょう
か。

「中学や高校の担任教師は小
学校の担任とは異なり、受け持
ちの生徒とは限らずの始業時間や下
校前のホール・ルームなどしかか
顔を合わせない場合が多いで
す。通常の授業や部活動の指導
に殺され、いじめや不登校な

には、目の業務をこなすという側面があるでしょう。」「思春期の中学生は何かの悩みを抱えていると言え、観の逢いにいると言え、さながらめをい早く認知するを求められたい。あろスで起きた場合、経験者担任教諭だと不足感を感じて居る。担任教諭も「自分とかなければ」遂をかられたいと周囲に助を求る。加害生徒と害生徒の話を傾け時間ないケースあります。」「いめが起き、学校全体で対応すべきで。担任教諭にすを任るのではなく、学校を全として役割担ふことが要す。生徒たち、何かたに言つて」と呼ばれた。行

「ベアンの先は「自分たちの時はきていたと善い先生を否定してはいない。常に彼や不登校の問題に対し、驚いアンテナ張る」ことが先生を生き、そして先生がまき。すした意味はもちろ含べなす、いじめと誹謗中傷」

「一も他のを受け止める場所は、学校以外にもあべきです。」「広様にうにはSNSだたきに、サドプレスなとにもにうて大さ支ええとします。社をほめNPOが、食車ケをレながら大に悩め、さう居場所うりに動いて、もつていう場が増え、社会で支えることができれば、悪います」

旭川市内の公園で中学2年の広瀬美彩さんは当時(14)＝が凍死して見つかった問題を巡り、旭川市消費者委員会が4月15日、加害生徒7人が6項目でいじめを行っていたとする中間報告を発表した。中間報告が当時通っていた中学校や市教委が、6項目のうち5項目を把握していながら、いじめと認定した事実も判明した。教育現場でのいじめ対応の在り方などについて、2人の専門家に聞いた。

旭川いじめ問題を巡る一連の流れ	2019年4月	広瀬典彰さんが旭川市内の中学校に入学
	6月	自分の体をスマートフォンで撮影させられ、画像を加害生徒に送信
	6月22日	複数の生徒らとトラブルになり、川に入って自殺未遂
	8月	旭川市内の別の中学校に転校
	9月	転校前に通っていた中学校がいじめを否定する趣旨の文書を配布
	20年3月	学校側は19年6月に広瀬さんがいじめ行為の被害に遭ったと市教委に文書で報告
	5月	広瀬さんがツイッターに「私はじめを受けていました」などと匿名で投稿
	21年2月13日	広瀬さんが行方不明となる
	3月23日	旭川市内の公園で広瀬さんが凍死しているのが見つかる
	4月	市教委がいじめで重大な被害を受けた疑いがある「重大事態」と認定
	5月	第三者委員会が初会合を開き、調査を開始
	8月	広瀬さんの遺族側弁護士団が旭川市内で記者会見を開き、母親の手記を公表
	11月	第三者委員会がアンケートを開始。関係者への聞き取り調査も着手
	22年3月27日	第三者委員会が遺族に対して中間報告、6項目についていじめがあったと認定
	4月15日	第三者委員会が6項目のいじめを認定した中間報告を記者会見で発表し、最終報告は8月末にずれ込むと説明。遺族側は中間報告の内容を批判



千葉大
藤川大祐教授

ふじかわ・だいすけ 東京都生まれ。東大大学院教育学研究科博士課程単位取得満期退学。金城学院大助教授などを経て2010年から現職。18年からは千葉大教育学部付属中学校を兼務する。

した市役所で、再発防止策を協議する市教育の第三者委員会の委員長を務めました。

「女生徒が通っている中学校も、いじめ被害冷たい対応でした。市教委も重大事態ではない」と決め、遺族が強く訴えて文部科学省も動きかけず

ました再発防止にもつてから、先生が子どもを虐待することが必要とするのを提言しました。

員でクラスを駆け回す体制」と、生徒が抱える課題も自ら共有する。部会への導入で、狙いは何ですか

 いじめ防止対策推進法
大津市で2011年10月、中学
2年の男子生徒がいじめを
苦に自殺した問題を受け、13年9月
に施行された。いじめの定義を「同
じ学校に在籍するなどの人間関係に
ある児童生徒の心理的、物理的な行
為（インターネットを通じた行為も
含む）で、行為を受けた児童生徒が
心身の苦痛を感じているもの」と
している。いじめを受けて自殺を
図ったり、長期の不登校になったり
した場合は「重大事象」と認定し、学
校や教育委員会が弁護士ら第三者に
よる調査組織を設置し、事実関係を調
べることを義務付けている。調査結
果は文部科学省や各自治体に報告す
るほか、被害者や保護者に必要な情
報を提供することを求めている。

「問題は共有する」ようにしてしま
う。学校に生徒指導の組織
がなかった。問題行為が起き
ても、被害者のつらい思いは考慮
せず、行動をためると走り
回ることができた。当事者を厳し指導
して態度を改めさせた。元の旧
来型の指導にもなりかねな
い。

広瀬さんへのいじめで
は、スマートフォンでやりと
り、スマートフォンが付きにくい内容
「生の様子がおかゆけは
をかけることが何千大事で
生徒全員のいじめシケン
をする」と発言する場合
ずいぶん

「いじめ問題」という向
合っている。きなのでしょ
う。また、

「学校現場での指導態様が長
教員も、経験則に基づき対応
したいと思いかもしれません
が、それでは絶対だめです。ず
深くないじめにならなかつた
は、あくまで確率の問題。そ
時にまでやりやめを要する
とを認すすべきです。日本の
学生は国際的にもトップレ
ける度合いが高い。それでい
ず、学や親と関係がうまく
いかなど問題が大きくなり
ほく。その対応に時間がかか
ます。先手を打つことが総合
に、教の負担軽減にもなるの
ずいぶん

旭川のいじめ再調査報告書にてコメントしました(2024/7/1)

専門家に聞く

いじめの影響に視点絞る

関西大の永田憲史教授（いじめと法）の話 いじめ調査は関係者に任意の協力を求めることしかできない。資料や情報に限界があり、分析手法が結論に大きく影響する。第三者委は自殺という結果から原因を探り、「不明」「複数の原因がある」といったいじめと自殺の因果関係を否定する「結論ありき」のものだった。再調査委はいじめが自殺という結果に影響を及ぼしたかという視点で分析し、因果関係を肯定した。今後はいじめを出発点とした手法が広がっていく必要がある。

SNS履歴活用は特徴的

北翔大の飯田昭人教授（臨床心理学）の話 交流サイト（SNS）の履歴分析から心的外傷後ストレス障害（PTSD）だったことに触れ、いじめと自死の因果関係を認めた点は特徴的。いじめは広瀬さんに多くのつらさやストレスをもたらした。いじめを受けてから亡くなるまでの1年半、広瀬さんへの支援は不十分だった。いじめは学校という舞台で起きた社会問題。子どもが命を落とすリスクを考え、学校だけでなく社会全体の問題として子どもを支えるシステムを確立することが大切だ。

学校の忙しさも着目必要

いじめ問題に詳しい筑波大の土井隆義教授（社会学）の話 今回の再調査委員会は心理学や精神医学の専門的な見地から検討を重ねており、かなり踏み込んだ調査を行った印象がある。学校は問題を把握しながら自殺を防ぐことができなかったことも指摘されているが、学校現場の忙しさや余裕のなさが背景になかったかどうかを検討する必要がある。教育委員会は学校側の言いにならないことなく、広い視野で指導すべき立場にあることを忘れてはならない。



いじめ被害の苦痛 重視

主な論点	市教委第三者委員会	市再調査委員会	市再調査委の見解の理由など
自殺の因果関係	自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性が指摘されるが「因果関係は不明」と結論	自閉スペクトラム症などを基礎として、いじめによる心的外傷後ストレス障害を発生し、いじめ被害が自殺の主たる原因だった可能性が高かったと結論	いじめ被害が過去のものと異なる。死を望んだと推察された。いじめ被害が存しなければ、自殺は起こらなかった
事じまのいじめの実態	「LINEで性的な動画の送信を求めを長時間続けたこと」など、学校外での事件をいじめと認定	加害者生徒による性的ないじめのほか、広瀬さんのまわしをめぐって笑うなど学校内のいじめなどを含む7件を認定	心身の苦痛が生じているかが決め手
市教委の対応	▶学校の対応 いじめに対する組織的な対応には至らなかった ▶市教委の対応 法やガイドラインなどの基礎的な理解を欠き、いじめ問題への意識を本格的に見直してこなかった	▶学校の対応 関係児童の問題行動として扱い、広瀬さんへの指導の急をもちて事態を終了させようとした ▶市教委の対応 生徒がいじめの問題はないと判断し、学校に対して、いじめの認知や対応の指導を怠った	いじめではなく加害者生徒による問題と捉え、いじめへの対応を怠った

旭川自殺再調査委

【旭川】旭川市で中学2年の広瀬爽（ひろせ ずくみ）さんが19年6月に川に入る自殺未遂をして、再調査委員会は、広瀬さんの自殺の原因をいじめと認定し、2022年に市教委の第三者委がまとめた報告の内容を覆した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

いじめが継続して（広 困難ではない）。再調査委は報告書で、いじめが自殺の要因と認め、いじめと自殺の因果関係を否定する中、死を決定し、明とした市教委の第三者委による結論と明確に異を唱えた。

SNS調べ踏み込む 心理学・精神医学的に分析



【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

道内教育現場 悲劇後絶たず

道内では過去にも児童生徒が自ら命を絶ち、調査でいじめが原因と認められたケースがある。2005年9月、滝川市の小学5年の女子児童が、いじめを示唆する遺書を残して教室で自殺を図り、同年1月に死亡した。滝川市教委は同年12月に公表した調査報告書で、いじめが原因だったことを認め、その後遺族が起した訴訟でもいじめと死亡の因果関係が認定された。

道立高の生徒が20年に自殺した問題では、道教委が23年8月、第三者委員会による調査報告書を公表し、同校の複数の生徒が「元同級」と発言していたことなどをいじめと認定。自殺と自殺を否定できないとした。21年に札幌市立市立中学1年の女子生徒が遺書を残して自殺し、昨年12月に市教委が調査報告書を公表。生徒はいじめにより「出口の見えない慢性的なストレス」に苦しんでいたと指摘した。

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

北海道新聞朝刊第3面(2024/7/1)

■SNS履歴活用は特徴的

北翔大の飯田昭人教授（臨床心理学）の話 交流サイト（SNS）の履歴分析から心的外傷後ストレス障害（PTSD）だったことに触れ、いじめと自死の因果関係を認めた点は特徴的。いじめは広瀬さんに多くのつらさやストレスをもたらした。いじめを受けてから亡くなるまでの1年半、広瀬さんへの支援は不十分だった。いじめは学校という舞台で起きた社会問題。子どもが命を落とすリスクを考え、学校だけでなく社会全体の問題として子どもを支えるシステムを確立することが大切だ。

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

【旭川】市教委は19年6月に川に入る自殺未遂をして、21年3月市内の公園で凍死しているのが見つかった。市教委の第三者委は、自殺行為に類り立てる何らかの契機や心境的急激な変化があった可能性を指摘する報告書を出した。市教委は、いじめと自殺の因果関係を認め、いじめが自殺の主たる原因だったと結論した。学校外で6件あったとされていたいじめは学校内で6件あったと認めた。被害側にも寄り添った結果、前回調査より踏み込んだ内容を導き出した。（一面参照）

今日のお話の構成(お伝えしたいこと)①

1. ウェルビーイングとは？

- ・自殺統計 & K6による自己状況の把握。
- ・ウェルビーイングを考える
- ・社会構成主義の視点
- ・心理的安全性を大切にした環境づくり

2. 「複数」の視点を意識する～ウェルビーイングが土台にあること～

- ・「児童生徒」の視点・「保護者」の視点・「先生や学校」の視点→それぞれの視点を横断できていますか？
- ・「わたし」の視点・「あなた(相手)」の視点・「それら(わたしと相手のあいだ)」の視点→3つの視点からアセスメントをする

今日のお話の構成(お伝えしたいこと)②

3. ウェルビーイングの視点から(創作)事例を振り返る

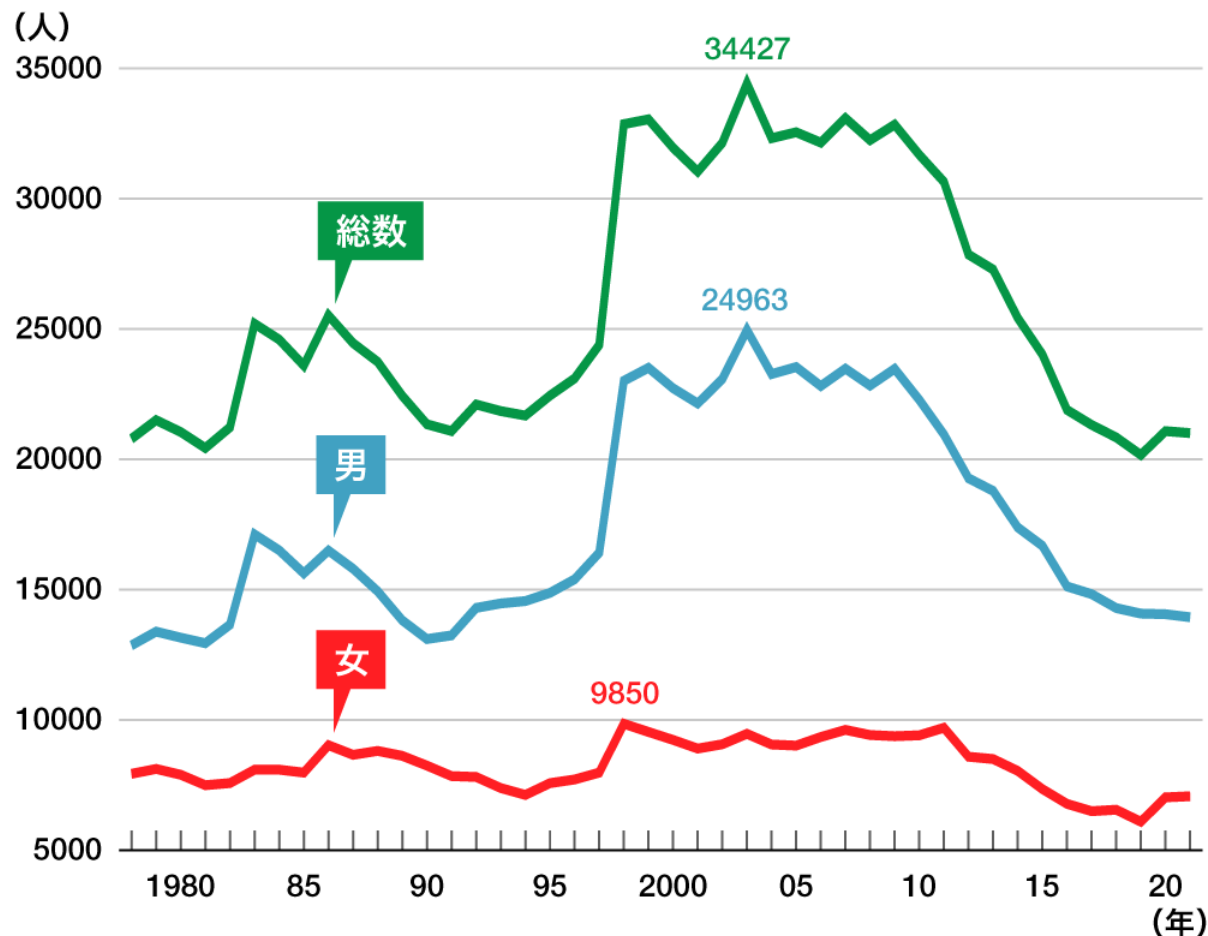
- ・いじめ
- ・不登校
- ・自殺念慮(リストカットやオーバードーズ)

4. おわりに～「しくみ」の問題の中で、わたしたちができること～

1. ウェルビーイングとは？

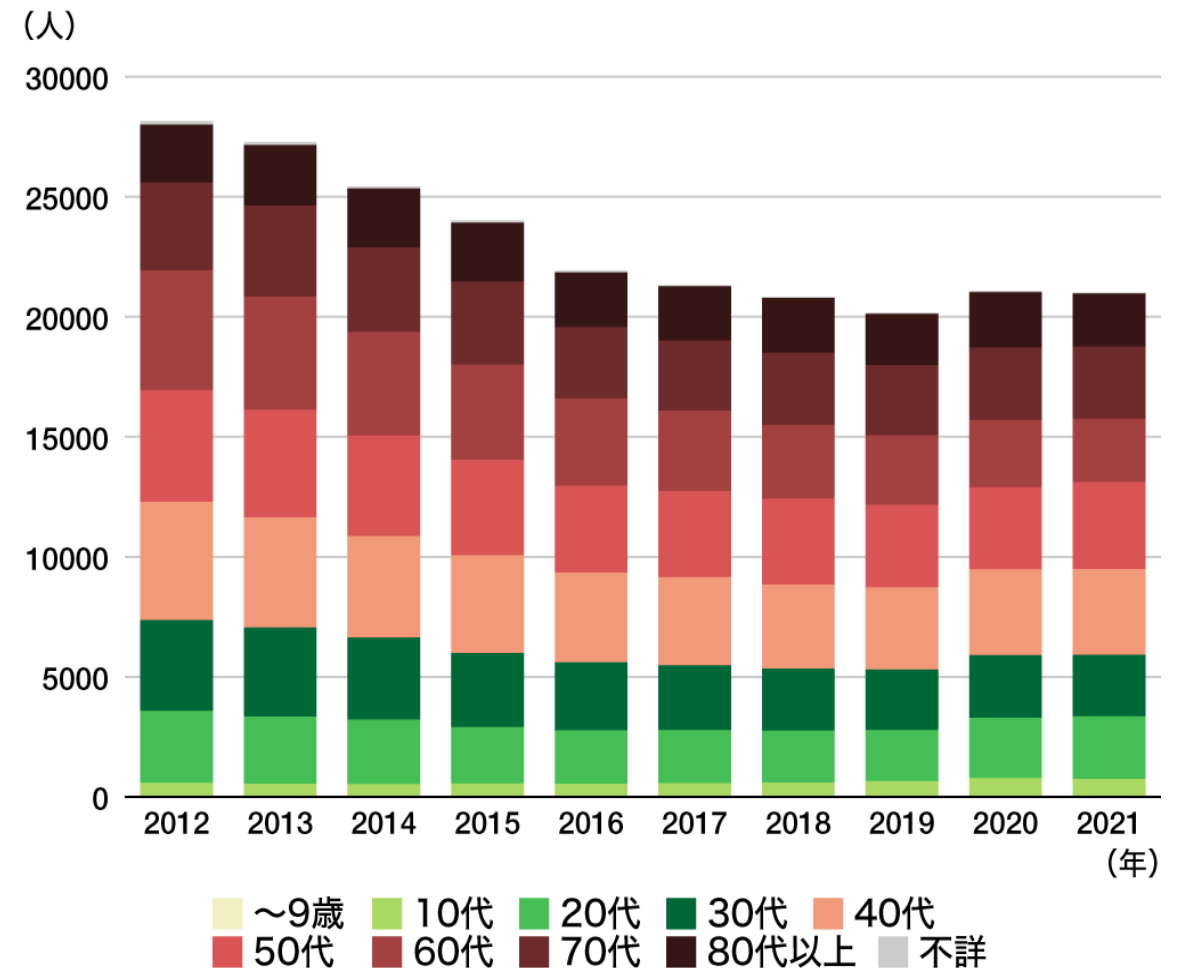
自殺統計（nippon.comより引用）

自殺者数の推移



警察庁「自殺統計」を基に編集部作成

年齢階級別自殺者数の年次推移



警察庁「自殺統計」を基に編集部作成

精神健康を測ってみましょう。

①K6 (Kessler 6 scale日本語版)					
過去30日間の間にどのくらいの頻度で次のことがありましたか。					
まったくない(0点), すこしだけ(1点), ときどき(2点), たいてい(3点), いつも(4点)として, 以下の6つの質問に答えてください。そして, 6つの質問項目の合計点を出してください。					
①神経過敏に感じましたか。	0	1	2	3	4
②絶望的だと感じましたか。	0	1	2	3	4
③そろそろ落ち着かなく感じましたか。	0	1	2	3	4
④気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じましたか。	0	1	2	3	4
⑤何をするのも骨折りだと感じましたか。	0	1	2	3	4
⑥自分は価値のない人間だと感じましたか。	0	1	2	3	4

ウェルビーイングとは

1. **定義(超要約)**: 個人の権利と自己実現が守られ、身体的・精神的・社会的に良好な状態
2. **WHO趣旨**: 健康は「病気がない」だけでなく、心・体・社会が満たされた状態
3. **学校での意味**: 子どもと大人が安心して学び・働ける土台をつくること

要素と必要性(いま、なぜ?)

1. **主観的WB(感じ)**: 喜び・満足・落ち着き・希望感
2. **客観的WB(環境)**: 寿命・収入・教育・社会的つながり 等
3. **両輪**: 感じ×環境のギャップに注目し、どちらも整える
4. **人口動態の現実**: 生産年齢人口の割合が低下、**多様な働き方と心理的安全性**の重要度が上昇
5. **将来人口の予測**: 2050年に人口約1億人／生産年齢比は50%前後へ

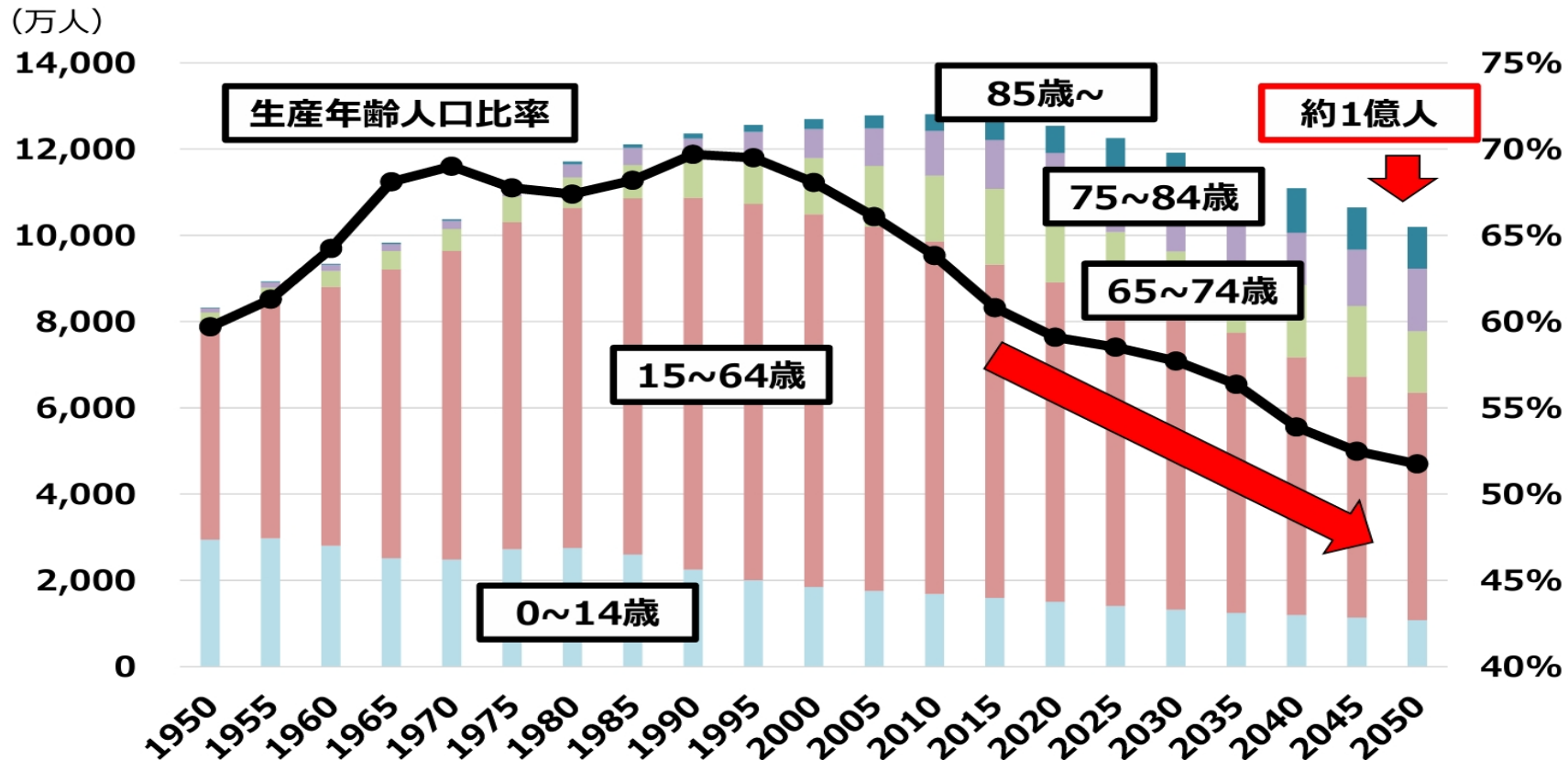
将来推計人口(経済産業省、2018)



北翔大学

将来人口の予測

- 2050年に日本の人口は約1億人まで減少する見込み。
- 今後、生産年齢人口比率の減少が加速。



(出所) 国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成29年推計)」、総務省「人口推計(平成28年)」より経済産業省作成

社会構成主義：言葉が現実をつくる／対話が明日を創る

- **定義(超要約)**：現実の見え方は、人と人の対話と関係でつくられる
- **WBとの接続**：
 - **主観的WB(感じ)を整える言葉づかい**
 - **客観的WB(環境)を変える合意づくり**
- **作用の連鎖(教室版)**：
“落ち着きがない” → 探索エネルギーが高い → 短い休憩と体勢選択を導入 → 成功体験が増える → “自分是可以る”が育つ
- **職員室の合言葉**：
「誰のせい？」→「何が必要？」／「なぜできない？」→「何があればできる？」

心理的安全性を意識した教室・職場風土の醸成①



・チームの心理的安全性とは

チームの心理的安全性とは、チームの中で対人関係におけるリスクをとって大丈夫だ、というチームメンバーに共有される信念のこと（エドモンドソン, 1999）

・心理的安全なチームとは

メンバー同士が健全に意見を戦わせ、生産的でよい仕事をすることに力を注げるチーム・職場のこと

→これまでの職場の多くは、心理的安全性が備わっていない、つまり健全に意見を戦わせ、生産的でよい仕事をすることを阻害されているのではないだろうか。

心理的安全性を意識した教室・職場風土の醸成②

(石井, 2020)

		正解のあるこれまでの時代	正解のないこれからの時代
人材・チーム	優秀なチーム	早く, 安く, ミスがないチーム	模索・挑戦し, 失敗や実践から学べる
	必要な人材	言われたことがきちんとこなせる	変化を感じ, 工夫や創造することができる
	コミュニケーション	トップダウン	さまざまな視点からの率直な対話
マネジメント	目標設定の仕方	昨年対比で数%向上	現状の延長線上にない意義あるゴール設定
	予算の配分	選択と集中	探索と実験
	努力の源泉	不安と罰を与える	適材適所と働く意味, そしてサポートを与える
	チームへのスタンス	いま儲けろ	未来を作ろう!

心理的安全性を意識した教室・職場風土の醸成③

日本版「チームの心理的安全性」を構成する4因子(石井, 2020より)

①「話しやすさ」因子

仕事と相手の状況を把握し, 多様な視点から状況を判断し, 率直な意見とアイデアを募集することが重要。→「何を言っても大丈夫！」

②「助け合い」因子

トラブルに迅速・確実に対処・対応するときや, 通常より高いアウトプットを目指すときに重要。→「困ったときは, お互いさま！」

③「挑戦」因子

組織・チームに活気を与え, 時代の変化に合わせて新しいことを模索し, 変えるべきところを変えるために重要。→「とりあえず, やってみよう！」

④「新奇歓迎」因子

メンバー一人ひとりがボトムアップに才能を輝かせ, 多様な視点から社会・業界の変化を捉えて対応する際に重要。→「異能, どんとこい！」

2.「複数」の視点を意識する ～ウェルビーイングが土台にあること～

「児童生徒」の視点・「保護者」の視点・「先生や学校」の視点→それぞれの視点を横断できていますか？

- とどのつまり、**わたしたちは「自分の見えている世界」が絶対だと思っている**ところがある。
- たとえば「保護者の言い分を否定しないで聞いてあげること」で、最後はこちら(教師・学校)の言い分が分かってもらえることがあるというのは、結局、その先生が自分の見えている世界が絶対と思っているから。
- すぐれた援助者は、関係者すべての視点から見えていることを想像し、まずは無理のないところから取り組む。
- 先生方の「余裕(WB)」が他者視点を容易にするのではないでしょう

「わたし(I)の視点」「あなた(You)の視点」「それら(They)の視点」

・わたし(I)の視点

児童生徒や保護者の話を聴いて、「わたしであればこう考える」→共感・想像・追体験

・あなた(You)の視点

目の前にいる児童生徒や保護者は、こう考えているであろう。→自分とは別個の対象としての理解。観察・思考・働きかけ

・それら(They)の視点

「わたし」と「あなた」のあいだ。→全体を俯瞰し、総合的に判断する、責任を自覚する。

※これらの視点を循環するために、「余裕(WB)」が必要なのでは？

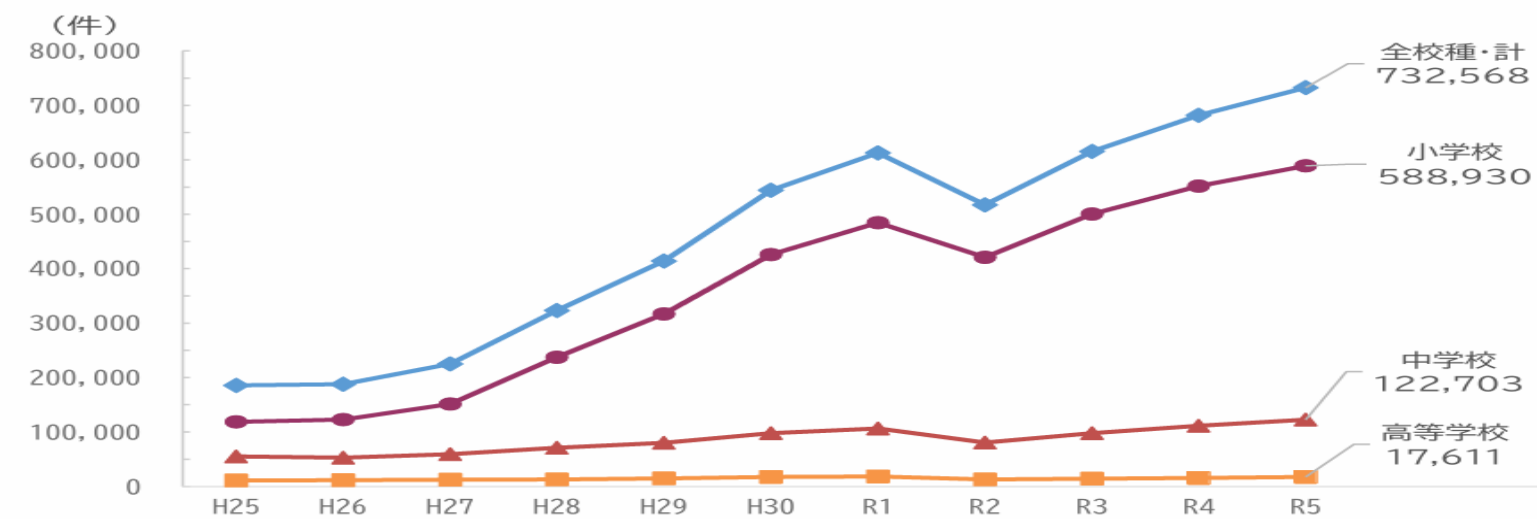
3. ウェルビーイングの視点から いじめ・不登校・自殺を振り返る

いじめの現状①(文科省2024) R6年度の統計資料

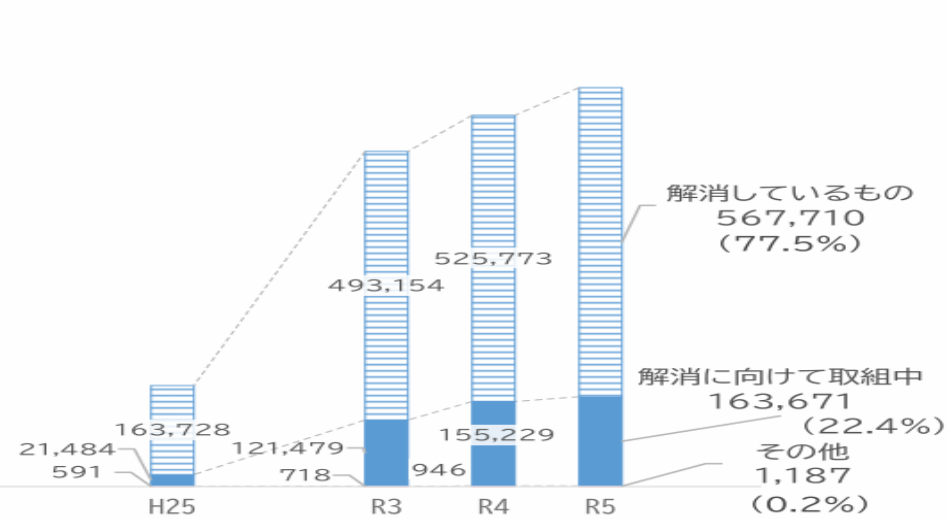


いじめの状況について

いじめの認知件数の推移



いじめの解消状況の推移(各年度末時点)



年度	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5
小学校	118,748 17.8	122,734 18.6	151,692 23.2	237,256 36.5	317,121 49.1	425,844 66.0	484,545 75.8	420,897 66.5	500,562 79.9	551,944 89.1	588,930 96.5
中学校	55,248 15.6	52,971 15.0	59,502 17.1	71,309 20.8	80,424 24.0	97,704 29.8	106,524 32.8	80,877 24.9	97,937 30.0	111,404 34.3	122,703 38.1
高等学校	11,039 3.1	11,404 3.2	12,664 3.6	12,874 3.7	14,789 4.3	17,709 5.2	18,352 5.4	13,126 4.0	14,157 4.4	15,568 4.9	17,611 5.5
特別支援学校	768 5.9	963 7.3	1,274 9.4	1,704 12.4	2,044 14.5	2,676 19.0	3,075 21.7	2,263 15.9	2,695 18.4	3,032 20.7	3,324 22.3
計	185,803 13.4	188,072 13.7	225,132 16.5	323,143 23.8	414,378 30.9	543,933 40.9	612,496 46.5	517,163 39.7	615,351 47.7	681,948 53.3	732,568 57.9

- 小・中・高等学校及び特別支援学校におけるいじめの認知件数は732,568件(前年度681,948件)であり、前年度に比べ50,620件(7.4%)増加している。
- 児童生徒1,000人当たりの認知件数は57.9件(前年度53.3件)である。
- 年度末時点でのいじめの状況について、解消しているものは567,710件(77.5%)であった。

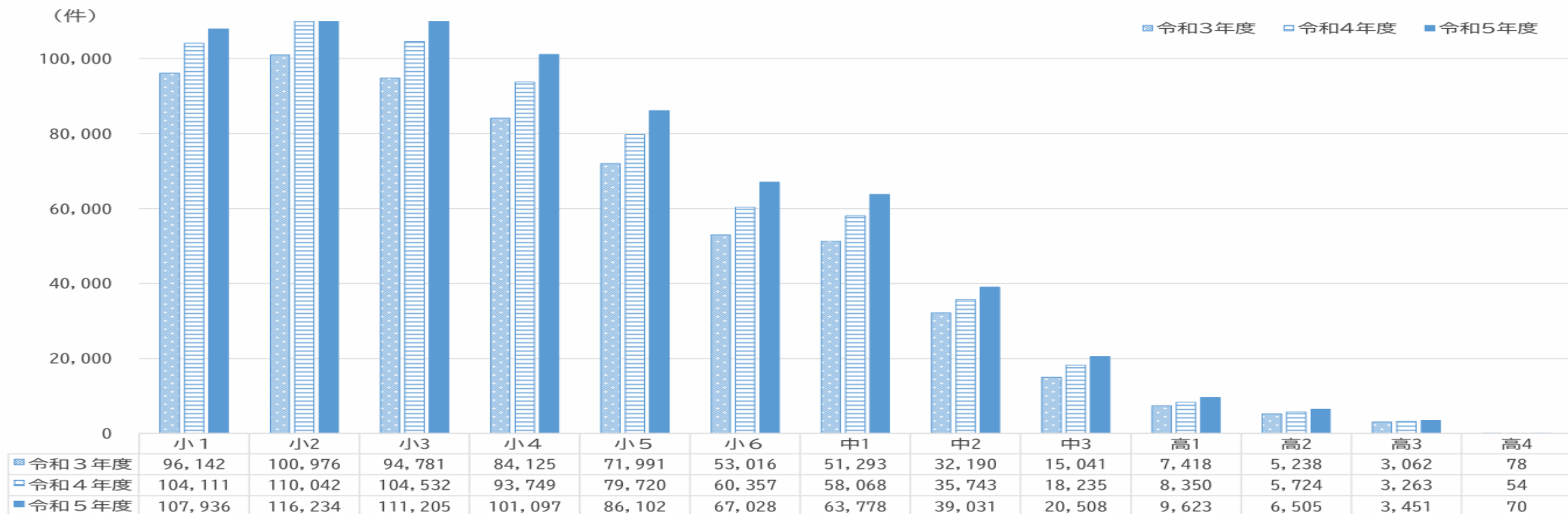
※ 上段は認知件数、下段は1,000人当たりの認知件数

いじめの現状②(文科省2024)R6年度の統計資料

いじめの状況について

● 学年別いじめの認知件数は、全学年で前年度と比較して増加している。

■ 学年別 いじめの認知件数



※ 各学年の認知件数には、特別支援学校小学部・中学部・高等部の認知件数を含む。

いじめはなぜ起こるのか？

- **加害側の要因**
感情調節が難しい, ストレス発散のため。教師や家族との関係が良くない場合があるなど。
- **被害側の要因**
被害者原因説(いじめられるほうにも原因がある)→被害者やその家族は, こういわれてしまうと無力感に陥ります。また, 発達障害など, そういう特性によるとする考え方もあります。言いたいのは, どのような状況があったとしても, いじめられてよいとはなりません。
- **学校の要因**
荒れている学校や教室である。学校全体が担任任せにしている。とにかく教職員が忙しくしているなど。
- **社会の要因**
地域社会が荒れている。児童生徒, その保護者や家族, 教職員が地域社会との関係が希薄化しているなど。

いじめは「起こる」もの、でも「深刻化」させない

- これまでは、いじめをいち早く「認知」することが重要だと言われていました。もちろん、今でも早くを見つけることは大切なのですが、いじめは起こってしまうものと捉え、それを深刻化させないことが大切。深刻化は、その後の自殺や強い抑うつ傾向を引き起こす可能性があります。
 - 舒・加藤(2022)はいじめ深刻化のリスク要因として、次の点を指摘している。
 1. 加害者にいじめ被害経験がある。
 2. 学級崩壊や学級の荒れが起きている。
 3. 教師がいじめの事実を認知しているが解決に向かっていない。
 4. 被害者にいじめ加害経験がある。
 5. 加害者や被害者が教師との関係が良くない。
- ※学校はいじめが起きてしまうことを過度に問題視しすぎないようにすることも重要。

いじめを語ってもらう、そして大人はそれを引き受ける

- ・小学校では、子どもたちが**援助要請行動**(**助けてと家族や先生に言えること**)を発揮することで、いじめが解決したと子どもが思えることが多い。
- ・一方、中学校では、**援助要請行動**を発揮しても、いじめが解決したと子どもが思えることは少ないとされています。つまり、中学生以上の子どもの年齢が上がるにつれ、大人に相談しても、加害側に「ちくった」など言われ、さらに深刻化することがあります。
- ・教師や親、地域社会の大人は、子どものいじめ被害の語りを無駄にせず、**①責任をもって引き受けること**、**②解決するまで見過ごさない**ことが求められます。

北海道大学**加藤弘通**氏とのやりとりによるものです(文責は演者にあります)。

いじめ対応一まとめ

- したがって、**初動24時間→72時間→4週間**の型を徹底するとともに、被害の語りには**機能的共感と具体策**（「教えてくれてありがとう／君の責任ではない／今ここで安全を守る」）で応答し、**報復・機微情報の無断開示（いじめ被害の“うわさ化”を含む）の遮断を最優先**とすべきです。
- この運用を確実にするには、教員自身の（精神的）余裕を確保し、いじめは起こり得るが深刻化はさせないという共通原則を職員間で共有することが要であると考えます。

いじめ × ウェルビーイング：原則

- **いじめは起こり得る**。だからこそ **深刻化させない** (関係を切らさず、安全と回復を最優先)
- **WBの土台**：
 - **主観**=被害・加害・傍観それぞれの「**感情**」に**機能的共感**
 - **客観**=**心理的安全性** (言いやすい空気／低ハードル通報／うわさ遮断)を“仕組み”で担保
- **視点を横断**: I(私)／You(相手)／They(あいだ=場・手順)で再記述
例)「ちくった」と二次加害が起きやすい中学生には、**大人が責任を持って引き受け、見過ごさない手順を明示**
- “**被害者原因説**”は採らない。行為を人から切り離し、役割を流動化してやり直しの道を作る

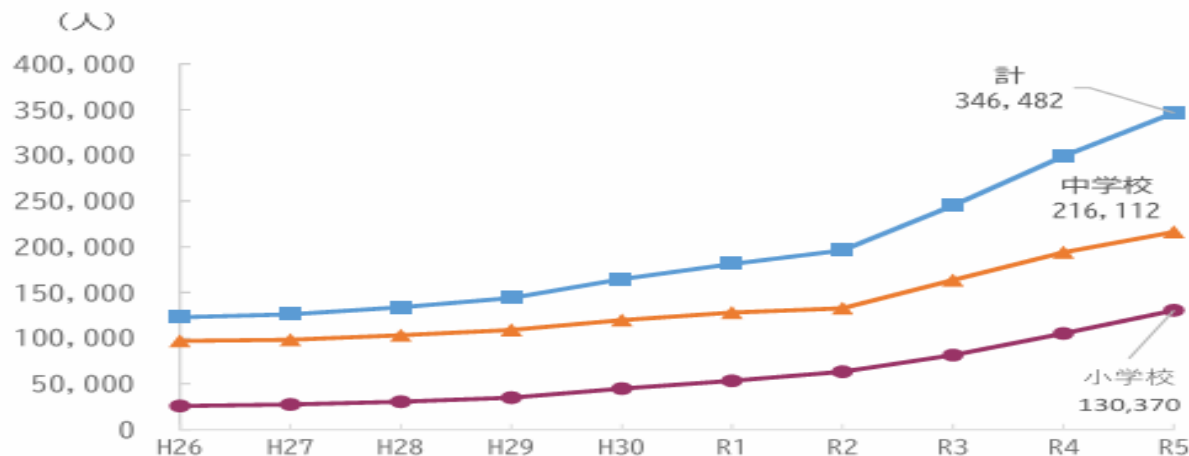
不登校の推移

令和5年度 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
結果の概要(文部科学省, 2024)

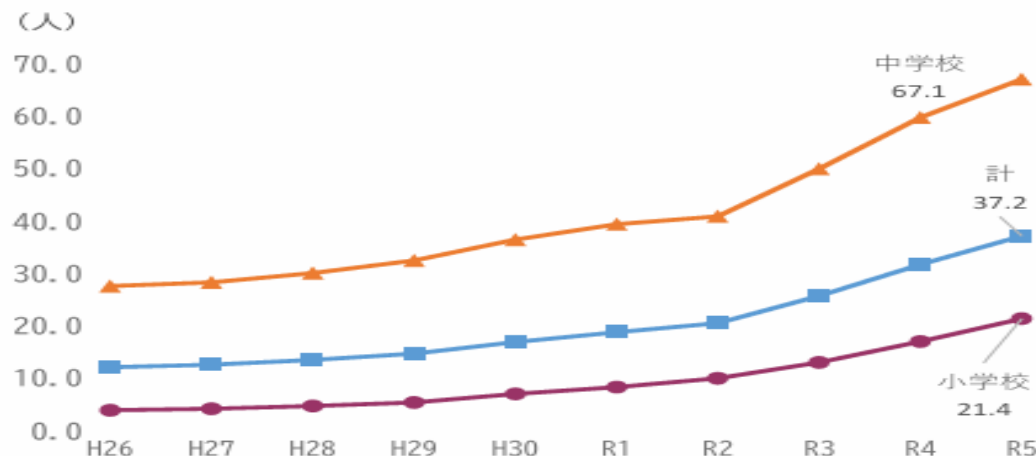
小・中学校における不登校の状況について

- 小・中学校における長期欠席者のうち、不登校児童生徒数は346,482人(前年度299,048人)であり、児童生徒1,000人当たりの不登校児童生徒数は37.2人(前年度31.7人)。
- 不登校児童生徒数は11年連続で増加し、過去最多となっている。

不登校児童生徒数の推移



不登校児童生徒数の推移(1,000人当たり不登校児童生徒数)



不登校児童生徒数(上段)と1,000人当たりの不登校児童生徒数(下段)

	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5
小学校	25,864	27,583	30,448	35,032	44,841	53,350	63,350	81,498	105,112	130,370
	3.9	4.2	4.7	5.4	7.0	8.3	10.0	13.0	17.0	21.4
中学校	97,033	98,408	103,235	108,999	119,687	127,922	132,777	163,442	193,936	216,112
	27.6	28.3	30.1	32.5	36.5	39.4	40.9	50.0	59.8	67.1
計	122,897	125,991	133,683	144,031	164,528	181,272	196,127	244,940	299,048	346,482
	12.1	12.6	13.5	14.7	16.9	18.8	20.5	25.7	31.7	37.2

このグラフからいえること

- 令和5年度の不登校児童生徒数は約34万6千人と、過去最多を更新しました。とくに中学生は約21万6千人、小学生も13万人を超え、年々大きく増加しています。
- 人口1,000人あたりで見ると、中学生は67.1人、小学生でも21.4人が不登校という状況です。
- 不登校は今や珍しいことではなく、身近な問題となっています。子どもたちが学校に行けない背景には、いじめや家庭環境、発達特性、そしてコロナ禍による生活リズムの乱れなど、さまざまな事情があります。というか、「学校に行けるのはなぜ？」と不登校の子どもたちに言われることも少なくありません。
- だからこそ、学校以外にも安心して過ごせる場所や人とのつながりが必要です。

不登校についての考え方①

滝川一廣(2012)

学校の聖性が失われた。

→学校は大切な場所、神聖な場所であるという意識(学校の聖性)によって、かつては多くの子どもたちが学校に通っていたのに対し、その後そのような意識が薄れていくにつれて学校の求心力も失われ、長期欠席者が増加していった。

- ・「なぜ人は不登校になるのか」という問いを「(そもそも)なぜ人は学校に行くのか、社会は行かせるのか」という問いに置きかえた。
- ・不登校の増加について、学校に行かない理由が生じたということ・強まったのではなく、学校に行く理由が消滅した・弱まったと見ていくことの2点で、発想の逆転がなされている。

不登校についての考え方②

教育機会確保法(法律)

教育機会確保法の基本理念(文科省)

1. 全児童生徒が豊かな学校生活を送り、安心して教育を受けられるよう、学校における環境の確保
2. 不登校児童生徒が行う多様な学習活動の実情を踏まえ、個々の状況に応じた必要な支援
3. 不登校児童生徒が安心して教育を受けられるよう、学校における環境の整備
4. 義務教育の段階の普通教育に相当する教育を十分に受けていない者の意思を尊重しつつ、年齢又は国籍等にかかわらず、能力に応じた教育機会を確保するとともに、自立的に生きる基礎を培い、豊かな人生を送ることができるよう、教育水準を維持向上
5. 国、地方公共団体、民間団体等の密接な連携

講演者の見解としては学校への登校を強制しないことを評価しつつ、不登校によって学力の保障が失われていることを強調し、「できれば学校で勉強しよう」とも読み取れる。勉強は自己完結行動ともいえず、教師や友人の存在が必要であるにもかかわらず、つながりに乏しい不登校児童生徒に勉強を促すことに無理があるようにも思える。

不登校についての考え方③

まとめ(飯田私見)

→不登校児童生徒には輻輳的な背景にあり、**長時間の集団**
適応が求められる学校に、ついていけない(ついていかない)
子どもたちが、小学生の2%強、中学生の7%は少なくとも存在
している。

→「**無理やり学校に行かせることはよくない**」という考え方が、
「**多様性**」を重視している時代背景とマッチしつつある。

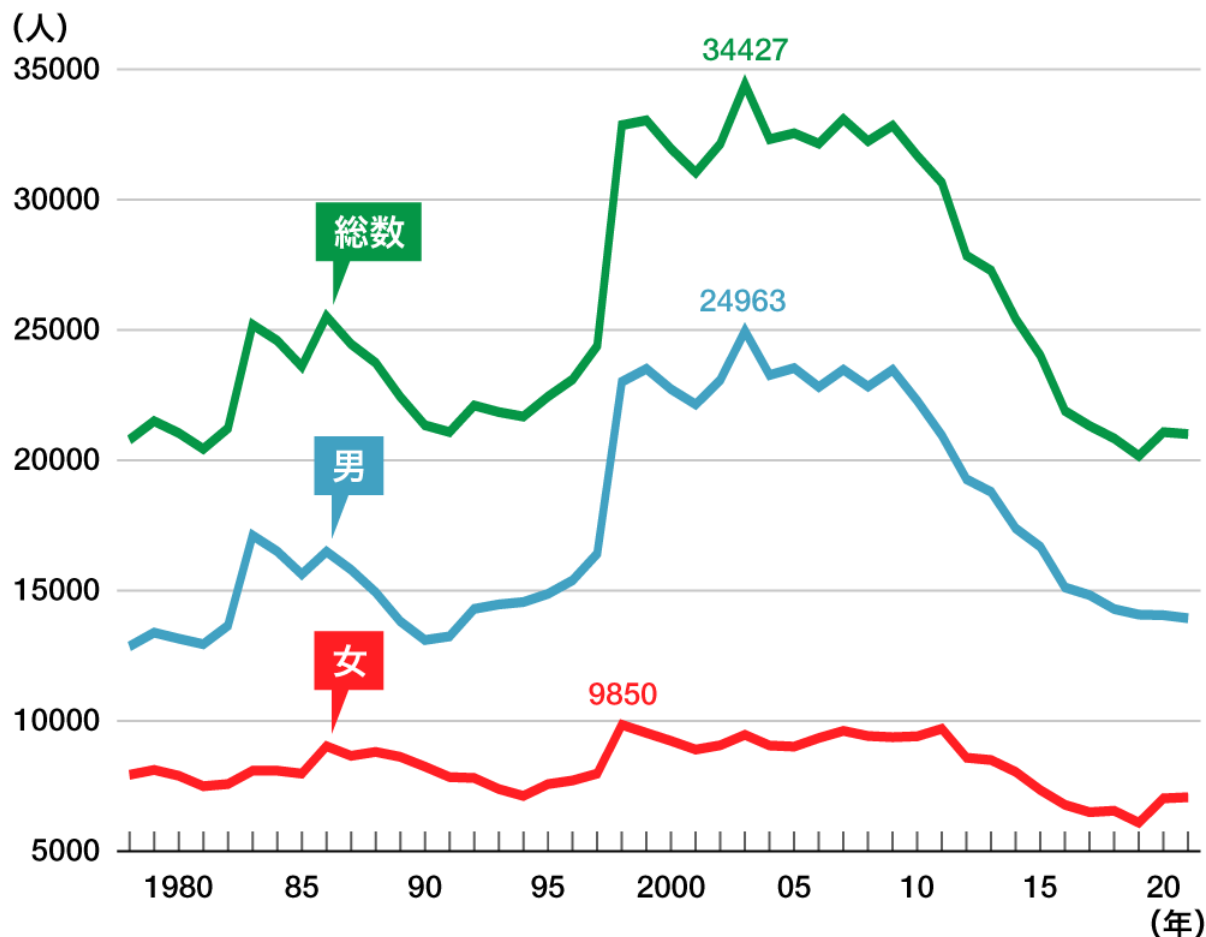
→したがって、**論点は登校の可否ではなく、学校内外で学び**
と人とのつながりを切らさない設計にあるのではないで
しょうか。

不登校 × ウェルビーイング：論点の反転

- **現実**：不登校は“珍事”ではない。背景は多因子（いじめ・特性・家庭・制度・リズム等）
- **反転**：「なぜ行かない？」より「なぜ行く／どう学ぶと力が育つ？」へ（聖域視から多様化へ）
- **WBの土台**
 - 主観的WB＝安心・自律・意味が回復すること
 - 客観的WB＝安全な場／選べる学び／関係の継続を仕組みで保証
- **目標**：登校の可否で白黒つけない。関係を切らさず、所属・有能感・意味を週次で増やす工夫

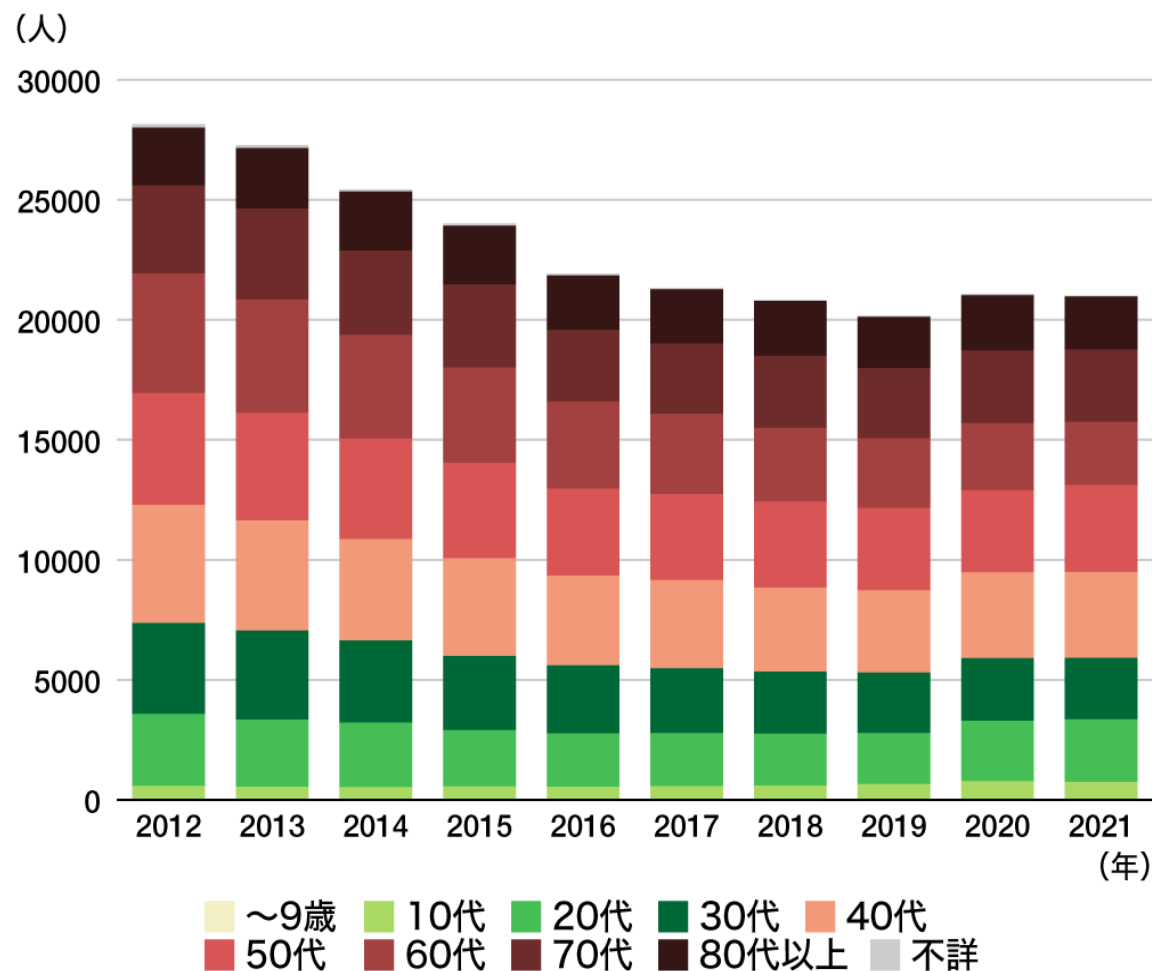
自殺について(nippon.comより引用)

自殺者数の推移



警察庁「自殺統計」を基に編集部作成

年齢階級別自殺者数の年次推移



警察庁「自殺統計」を基に編集部作成

このグラフからいえること

- ・このグラフは、日本における自殺者数の推移と、年齢別の自殺の傾向を表しています。
- ・左のグラフからわかるのは、1998年に自殺者数が急増し、その後しばらく高い水準が続いたことです。ピークは2003年の約3万4千人でしたが、近年は減少傾向にあり、2020年頃からやや横ばいになっています。男女で見ると、男性の自殺者数が女性よりも大幅に多い状態が続いています。
- ・右のグラフでは、年代別で自殺者が多いのは40代～60代ですが、10代や20代の若年層の割合も少なくなく、深刻な状況です。とくにコロナ禍以降は若者や女性の自殺が増加していると指摘されています。
- ・自殺は多くの場合、孤立や追い詰められた心の状態から起こるものであり、早期の気づきと支援が重要です。

自殺予防について考えたいこと(私見)①

自傷→OD→自死の理解

- 女子中高生を中心に、自傷(リスカ)→OD(市販薬)→自死の連鎖が深刻化。
- 行為の多くは“死にたい”一択ではなく、「しんどさの調整」「助けを求めるサイン」。
- 袖口隠し、常備薬の過量携行、睡眠逆転、成績急落、希死念慮の投稿は要危険レベルといえる。
- 生徒指導は止めるより先に抱える設計へ。
- 今ここで安全を上げることに集中し、説諭はしない。
- まず聴く、そして守る。

自殺予防について考えたいこと(私見)②

置き換えと危機カード

- ・「やめさせる」は目標ではない。
- ・置き換え(低負荷の身体刺激、呼吸・冷却、短時間の同行)と一緒に設計。
- ・保健室に危機カード(①今のしんどさ0-10②今の安全③今できる1つ④頼れる人)を常備し、面談の入口儀式にする。
- ・小さな成功を見える化→称賛。
- ・月曜日から始められる具体策として、危機カードをB6サイズで印刷、保健室・生徒指導室・SC室に常備。

※切りたい・飲みたい・死にたい感情を全否定せず行動はさせない。

自殺予防 × ウェルビーイング：原則と姿勢

- ・**前提**：自殺念慮や自傷は「弱さ」ではなく、**苦痛のサイン**。まず関係を切らさない

- ・**WBの土台**

主観的WB: 苦しさに**名前をつけて受け止める**／孤立をほどく

客観的WB: **安全・手順・つながり**を**仕組み**で確保(校内連絡・保護者連絡・医療連携)

- ・**3つの言葉(その場で)**

「**教えてくれてありがとう**」／「**あなたの責任じゃない**」／「**今ここで安全を一緒に確かめよう**」

- ・**やってはいけない**

説教・根性論・秘密の約束・“気の持ちよう”と言うこと

- ・**I／You／They**で再記述

I: 私も心配 You: あなたは助けが要る They: 場の手順(安全確認→連絡→支援)を動かす

4. おわりに

～「しくみ」の問題の中で、わたしたちができること～

関心の輪＜影響の輪：小さく／やさしく／続ける

- ・ 変えにくい：人員・予算・学級編成・制度
 - ・ **変えられる**：言葉づかい／合図と手順／ミーティングの型／記録の型
 - ・ 学校の3つの約束
 1. **言いやすい空気**（質問・助け要請・途中経過OK）
 2. **言い換え**（ラベル→機能へ）
 3. **切れない接続**（不登校・いじめ・自傷で“接点”を切らない）
- 合言葉：「誰のせい？」→「**何が必要？**」
- 2週間ルール**：小さく始めて、やめずに見直す（カメでOK、ウサギは週末だけ）

先生方へのエール

- おそらく、今一番、学校が逆風にさらされているのではないでしょう
うか？
- 今回「ウェルビーイング」というテーマを選ばれたことに心より尊敬
申し上げます。「問題」に焦点を当てるのではなく、できることを増
やすことで、「問題」が目立たなくなるのだと思います。
- 教育は、いつもその「時代」の影響を受けます。一億総監視社会
(SNS)であり、多様性の尊重とは、ときに我を通されることでもあ
り、先生方はなかなか大変だと拝察します。
- 先生が元気であることが児童生徒や保護者の「安心・安全」につな
がります。どうか、ご無理なさらずに、専門家と呼ばれる人間を活
用してください。本日もありがとうございました。

日本精神衛生学会 第41回大会のご案内

大会テーマ:「令和の対人援助を考える ―多職種共同によるメンタルヘルス支援の未来」

- ・日 程:対面2025年12月13日(土)～14日(日)
- ・オンデマンド配信 2026年1月15日(木)～2月28日(土)
- ・会 場:北翔大学(北海道江別市文京台23番地)
- ・おもなプログラム

大会長講演 飯田 昭人(北翔大学)

「対人援助の本質を考える～村瀬 嘉代子 先生から学ばせていただいたこと～」

特別講演 田中 康雄 先生(ミネルバ病院 / 北海道大学)

「対人援助の序破急」

<https://sites.google.com/view/seisin-eisei2025/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0>