

世代間交流を取り入れた「SOS の出し方に関する教育プログラム」の実践 —相談相手のバリエーションを増やす効果の検討—

塚田 花音 (東京都健康長寿医療センター研究所, canon.vn.pf@gmail.com)
 高橋 知也 (東京都健康長寿医療センター研究所, takahashi.tomoya.wh@gmail.com)
 小川 将 (東京都健康長寿医療センター研究所, s_ogawa@tmig.or.jp)
 松永 博子 (東京都健康長寿医療センター研究所, uribotonooka719@gmail.com)
 藤田 幸司 (東京都健康長寿医療センター研究所, fujita@tmig.or.jp)
 佐藤 研一郎 (東京都健康長寿医療センター研究所, luckypyon1218vn@yahoo.co.jp)
 藤平 杏子 (東京都健康長寿医療センター研究所, fujihira@tmig.or.jp)
 川窪 貴代 (東京都健康長寿医療センター研究所, 66vnnq@gmail.com)
 藤原 佳典 (東京都健康長寿医療センター研究所, fujiwayo@tmig.or.jp)
 鈴木 宏幸 (東京都健康長寿医療センター研究所, suzukihy@tmig.or.jp)

Current status of scales on well-being and proximity concepts

Kanon Tsukada (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Tomoya Takahashi (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Susumu Ogawa (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Hiroko Matsunaga (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Koji Fujita (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Kenichiro Sato (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Kyoko Fujihira (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Kiyo Kawakubo (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Yoshinori Fujiwara (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)
 Hiroyuki Suzuki (Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, Japan)

Abstract

The “SOS output education” program is being advocated as a proactive measure to address student suicides. Much of the effectiveness verification of this program thus far has focused on the mental and psychological aspects. However, it is also important to test the effectiveness of the program to determine whether it actually leads to help-seeking behaviours. Therefore, in this study, we implemented a program which integrates elements of intergenerational exchange among upper elementary school students to evaluate its effectiveness in expanding the range of individuals with whom they feel comfortable seeking help. A total of 125 students (40 fourth graders, 50 fifth graders, and 35 sixth graders; 60 boys and 65 girls) were surveyed at three intervals: prior to implementation, three weeks post-implementation, and three months post-implementation. We analysed the change in the total number persons whom the student could ask for help across the time points. The results showed a significant increase in the number of people who could be asked for help after three months of program implementation compared to baseline and after three weeks of implementation. 17 participants reported that they had no one whom they could ask for help before the program implementation, which decreased to 11 after program implementation, and finally to zero after three months. These results suggest that the participants used the skills they learned during the program in real-life contexts, indicating that “SOS output education” may effectively promote consultative and help-seeking behaviour by the students. In addition, the number of participants who sought help not only from “friends” but also from “parents” and “homeroom teachers” increased, suggesting that the program promoted dialogue with familiar, trusted adults.

Key words

SOS output education, suicide prevention, elementary school student, intergenerational exchange, variations on whom to ask for help

1. 序論

1.1 SOS の出し方に関する教育プログラム

我が国において、若者の自殺者数の増加が深刻であり、

2022 年には小中高生の自殺者数が 1980 年の統計開始以降初めて 500 人を超えた (厚生労働省, 2023)。その対策として、自殺総合対策大綱では「SOS の出し方に関する教育」の推進が明文化された (厚生労働省, 2022)。この SOS の出し方に関する教育は、文部科学省 (2014) が示す自殺予防教育の構成要素の一つである援助を希求する態度の促進に該当し、自殺予防教育の一環として位置づけられている。学校教育の場面では、一人では対処しきれない

深刻な悩みを抱えていても、誰にも相談できないという状況が指摘されている。例えば、中高生を対象とした調査において、悩みを抱えても誰にも相談しなかった生徒が一定数存在することが報告されており（石隈・小野瀬, 1997）、また、実際には相談したかったにもかかわらず相談に至らなかった生徒も少なくないことが明らかになっている（永井・新井, 2005）。そのため、自殺総合対策大綱には、“児童生徒の生きることの促進要因を増やすことを通じて自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりを進める”と記されている。このガイドラインは、自殺念慮や自殺計画を直接減少させることを目的とするハイリスク群を対象とした介入ではなく、地域社会において若者が頼れる人を増やすことを目的とする、一般の人々を対象とした啓発教育に関するものである。SOS の出し方に関する教育の重要な要素として、体験活動や地域の高齢者等との世代間交流、心理・福祉の専門家や自殺対策に資する取り組みを行う関係団体との連携などが挙げられている。文部科学省（2018）は、SOS の出し方に関する教育を授業等の一環として少なくとも年 1 回実施することを求めている。

この SOS の出し方に関する教育について、実践や効果検証も複数行われ始めている。例えば、児童生徒の生きることの促進要因を増やす教育として、援助要請希求に注目したプログラムを作成し援助関係成立のための能力の自己評価を高めることを目指した研究（田中・影山, 2022）や、援助要請の仕方・その受け止め方の心理教育プログラムを作成し、援助要請の仕方・受け止め方の自信の向上や対処の姿勢の肯定的変化を目指した研究（山本他, 2020）、小学生を対象として SOS の出し方・受け止め方に関する心理教育プログラムを実践し、女子児童において援助要請スキルや抑うつ症状への効果が見られた研究（新井, 2024）などが挙げられる。その中で、プログラム内に世代間交流の要素を取り入れた実践として、「改訂版『命・つながり・SOS の出し方』啓発プログラム」（Ogawa et al., 2022）がある。

1.2 「改訂版『命・つながり・SOS の出し方』啓発プログラム」

このプログラムの特徴は、地域在住のシニアボランティアがプログラムに参画していることである。上述したように自殺総合対策大綱では、地域レベルで若者が頼れる人を増やすことが推奨されているが（厚生労働省, 2022）、日本では、REPRINTS® が、地域コミュニティにおける世代間での繋がりや共生、相互扶助などを生み出すための取り組みとして知られている（藤原他, 2006）。このプログラムは、東京都健康長寿医療センター研究所が行っている、シニア対象の絵本の読み聞かせ講座であるが、高齢者に絵本の読み聞かせの技術を習得させるだけでなく、育成したシニアがボランティアとして学校や幼稚園・保育園、各施設などでの読み聞かせ活動を行うことで、児童生徒や保護者、教員などの地域の人々との世代間交流を行うように促すものである。プログラムの効果として、

当該ボランティアを 6 年間継続したシニアの海馬の収縮の抑制や（Sakurai et al., 2016）、知的活動、世代間交流の維持・促進などが示されているが（藤原他, 2006）、児童における効果としてもストレス症状の軽減が報告されている（竹内他, 2012）。また、この地域の人々と交流するという REPRINTS® の活動形態は、東京都などが SOS の出し方に関する教育で推奨している、担任や他の教員、養護教諭、スクールカウンセラー、保健師等によるチーム・ティーチングにもマッチしている（東京都教育委員会, 2018）。そこで、東京都健康長寿医療センター研究所は、REPRINTS® の活動を SOS の出し方に関する教育の中に組み込んで、中学生版の「改訂版『命・つながり・SOS の出し方』啓発プログラム」（Ogawa et al., 2022）を開発した。

このプログラムは、行政（保健師）、学校（教員）、地域のシニアボランティア（REPRINTS® メンバー）が連携して、SOS の出し方に関する教育プログラムを行うというものであり、東京都の指導資料をベースに作成を行った（東京都教育委員会, 2018）。保健師による SOS の出し方についての説明と、シニアボランティアが命の大切さを伝える絵本の読み聞かせを行うことを特徴とし、信頼できる大人を見つけるために「3 人の大人に相談してみよう」をキーメッセージとしている。このキーメッセージは、松本（2014）が提唱した、3 人に 1 人は「信頼できる大人」がいるため、もし最初の相談が失敗してもあきらめずに他の人に相談してほしいというものである。また、プログラムには、つらい気持ちになったときに友人がどのように対応しているか、また友人がつらい気持ちを抱えているときに自分がどのように対応するかを考えるワークも含まれている。プログラムの効果として、プログラム直後で「悩みを抱えている」と回答した割合が高くなっていた（Ogawa et al., 2022）。これは、SOS を発信する意図が向上したのだと考えられる。また、相談相手の質に着目した分析では、3 か月後の追跡調査において「信頼できる大人」や「気軽に相談できる大人」がいると感じている、と回答した割合がプログラム前よりも増加したことも報告されている（Ogawa et al., 2022）。このプログラムを精査し小学校高学年児童向けに改変した、小学生版の「改訂版『命・つながり・SOS の出し方』啓発プログラム」（以下、「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」）も開発されている（高橋他, 2022）。「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」の効果については、実施 6 ヶ月後において、児童が「挨拶をしてくれる人」とみなす大人の数を実施前と比べ有意に増加したことが報告されている（高橋他, 2022）。この「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」が中学生版と異なっているのは、保健師ではなく外部の心理士（臨床心理士）が SOS の出し方についての説明を行っている点である。この「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」については、効果の検証がまだ十分に行われていない。中学生と小学生では発達段階や交友関係の広さなどが大きく異なると考えられることから、小学生における効果を検証することが求められる。

また、これまでの SOS の出し方に関する教育プログラムの効果検証は、心理面や相談相手の質の向上に焦点を当てたものが多かった (e.g. 新井, 2024; Ogawa et al., 2022; 田中・影山, 2022)。しかし、SOS の出し方について教えるプログラムの効果としては、「質」の効果検証だけでなく、プログラムを受講して SOS の出し方を学んだ後に実際の行動として SOS を出せるようになったのかの「量」に注目することが重要であると考えられる。特に小学生においては、同年代の友達に相談することも重要であるが、それだけでは解決できない問題が多いと考えられる。また、信頼できる相談相手が誰かを判断する能力も、中学生に比べると社会経験が少なく発達途上であると考えられる。そのため、このプログラムのキーマッセージが「3 人の大人に相談してみよう」に従ってまずは相談相手の「量」を増やすことが、小学生においては相談の「質」の向上にもつながる可能性が高い。「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」の特徴は、教員や臨床心理士、地域のシニアボランティアなどの様々な立場や関係性の「大人」が複数関与していることである。さらに、本研究の対象となる小学校では、REPRINTS[®] が日常的に絵本の読み聞かせ活動を行っており、シニアボランティアも相談相手の対象になりうると考えられる。そのため、本プログラムは、友人だけでなく様々な相談相手の選択肢を増やす構造や内容になっていると考えられる。

加えて、先行研究において、周囲からのサポートが多いほど、児童生徒のメンタルヘルスに良い影響があることが示されている。例えば、中高生を対象としたソーシャルサポートに関する調査では、大人（親や教師）や友人からのソーシャルサポートを知覚している生徒ほど抑うつや弱いこと（Jackson & Warren, 2000）、小中学生を対象とした調査でソーシャルサポートが高い児童ほど絶望感が低いこと（森・堀野, 1992）、友人及び大人からのサポートが高い児童生徒ほど抑うつが弱いこと（村山他, 2016）などが報告されている。つまり、複数の大人や友人からのサポートを受けられることが、児童の抑うつを防ぎ、自殺予防につながると言える。そのため本研究では、「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」の効果として、プログラム受講後に複数の友人や大人に実際に相談できるようになったのかに着目する。

1.3 本研究の目的

本研究は、世代間交流を取り入れた「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」が、相談相手のバリエーションを増やす効果があるのかについて検討する。その中でも特に、友人だけでなく大人への相談も促すかどうかを検討する。その際に、プログラムの前後だけでなく、3 か月後まで効果が持続するかを検討する。例えば、上述した田中・影山 (2022) では、SOS の出し方に関する教育プログラムの効果が一過性であり 1 か月後まで持続しなかったことが報告されている。また、今後本プログラムをより幅広い学校で実施していくうえで、特定の学年・性別において効果に違いがあるのであれば、それを明ら

かにしておく必要がある。例えば、田中・影山 (2022) や新井 (2024) では、プログラムの効果が女子にしか見られなかったことが報告されている。よって、本研究では探索的に参加者の学年や性別によってプログラムの効果が異なるのかについても調べる。

• 仮説 1 :

プログラムの実施前後で相談相手のバリエーションが増える。その中でも特に同年代の友人だけでなく、大人への相談が増える。また、プログラムの効果は 3 か月後も持続する。

• 仮説 2 :

プログラムの効果は、学年や性別にかかわらず見られる。

2. 方法

2.1 プログラムの実施方法

2022 年度に、神奈川県川崎市立 A 小学校に在籍する小学 4～6 年生 168 名（4 年生 54 名、5 年生 63 名、6 年生 51 名）に対し、「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」を実施した。

2.2 プログラムの内容

「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」の流れは以下の通りである。まず、プログラムの目的や流れの説明とシニアボランティアの紹介を行った（3 分）。次に臨床心理士から、東京都配布のパワーポイント（東京都教育委員会, 2018）を使用して、ストレスとコーピングの基礎知識や SOS の出し方についての説明を行った（25 分）。具体的には、ストレスとはこころの SOS であることについての解説や、こころの苦しさを相談する場所についての紹介を行った。また、世の中には信頼できる大人もいることや、苦しいときや大変なときには助けを求めてほしいことを伝えた。その際に、本プログラムのキーマッセージである「3 人の大人に相談してみよう」についても伝えた。その後、シニアボランティアが、命の大切さをテーマとした絵本の読み聞かせを行った（20 分）。最後に、相談機関の連絡先が書かれた文具の配布を行った。

2.3 調査の手続き

アンケート調査を、プログラム実施 2 週間前（実施前）、プログラム実施から 3 週間後（実施後）、プログラム実施から 3 か月後（実施 3 ヶ月後）の計 3 回行った。3 時点の調査を統合するため、学年、組、学籍番号、性別を尋ねた。プライバシー保護のため、アンケートの回答が他人に見えないように、封筒に入れてテープで閉じるように指示をしてから回収を行った。

2.4 倫理的配慮

本研究は、筆頭著者の所属機関の研究倫理審査を経て行われた (R21-022)。保護者と児童に対して、プログラム実施前にプログラムの実施と調査に関するインフォー

ムド・コンセントを得た（オプトアウト）。保護者に対しては、学校長名で「SOS の出し方教育プログラム」が行われることと、疑問点や要望（子どもに受けさせたくない等）があれば学校に連絡するように通知文を出した。児童に対しては、アンケートの表紙に平易な文章で、回答が任意で回答しなくても損害を被ることはないこと、回答したくない設問には回答しなくてよいこと、回答を教員や友人、保護者が見ることはないこと、回答後も担任に申し出れば回答を撤回できることを明記し、クラス担任の教師にクラス全体の前で読み上げることを依頼した。アンケートに答えない場合は、白紙のまま封筒に入れるように指示をした。

2.5 分析項目

悩みごとを相談したことのある人（以下、「相談相手ごとの相談経験」）を、「あなたは悩みごとや心配ごとがあるとき、だれかに相談したことがありますか。」という設問で尋ねた。なお、本研究の主眼は、実際に周囲に SOS を出すという行為であるが、質問文に直接的に SOS という表現を用いた場合、小学生の参加者は非常に緊急度の高い場面のみを想起する可能性がある。よって、本研究では「相談」という、より汎用性の高く小学生でも理解しやすい用語を用いた。相談相手を「1. 親」「2. 親以外の家族」「3. 友だち」「4. 近所の人」「5. 担任の先生」「6. 担任以外の先生」「7. 保健室の先生」「8. スクールカウンセラー」「9. そのほか」「10. だれかに相談したことはない」のカテゴリに分け、その中からあてはまるものにすべて丸をつけてもらい、1～9 のうち丸がついた項目を 1 点、ついていない項目を 0 点として、調査時期ごとに点数を合計して得点化した。つまり、相談経験のある相手が多ければ多いほど得点が高かった。これを「相談相手のバリエーション得点」とした。フェイスシートで回答を求めた学年と性別も、分析項目とした。

2.6 分析方法

分析項目に欠損のない 125 名（4 年生 40 名、5 年生 50 名、6 年生 35 名、男子 60 名、女子 65 名、脱落率 25.6 %）を分析対象とした。なお、脱落理由は体調不良による欠席やアンケートの記入漏れであり、それ以外の理由で授業への参加を見送った生徒や、保護者の判断により授業を受けなかった生徒がいたかについては、学校側から特に報告を受けていない。調査時点（参加者内：実施前、実施後、実施 3 か月後）、学年（参加者間：4 年生、5 年生、6 年生）、性別（参加者間：男子、女子）を独立変数、「相談相手のバリエーション得点」を従属変数とした、3 要因混合分散分析を行った。分析には、統計ソフトウェア HAD17_204（清水, 2016）を用いた。

3. 結果

表 1 に、各調査地点における「相談相手のバリエーション得点」の度数分布表を示した。表 2 に、調査時点ごとの「相談相手のバリエーション得点」の平均値と標準偏差を示

表 1：各調査地点における「相談相手のバリエーション得点」の度数分布表

	実施前		実施後		実施 3 か月後	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
種類数						
0	17	13.6 %	11	8.8 %	0	0.0 %
1	39	31.2 %	36	28.8 %	40	32.0 %
2	37	29.6 %	41	32.8 %	38	30.4 %
3	24	19.2 %	24	19.2 %	25	20.0 %
4	3	2.4 %	11	8.8 %	20	16.0 %
5	4	3.2 %	1	0.8 %	2	1.6 %
6	1	0.8 %	1	0.8 %	0	0.0 %
7 以上	0	0.0 %	0	0.0 %	0	0.0 %
計	125	100.0 %	125	100.0 %	125	100.0 %

表 2：各調査時点における「相談相手のバリエーション得点」の平均値

	実施前	実施後	実施 3 か月後
全体	1.78 (1.24)	1.96 (1.18)	2.25 (1.12)
学年			
4 年生	1.85 (1.37)	1.90 (1.28)	2.28 (1.18)
5 年生	1.66 (1.06)	1.98 (1.20)	2.24 (1.12)
6 年生	1.89 (1.32)	2.00 (1.06)	2.23 (1.09)
性別			
男子	1.83 (1.33)	1.92 (1.24)	2.13 (1.16)
女子	1.74 (1.15)	2.00 (1.13)	2.35 (1.08)

注：カッコ内は標準偏差を示す。

した。3 要因混合分散分析の結果、調査時点の主効果のみ有意であった ($F(2, 248) = 9.33, p < .001$)。学年と性別の主効果は有意ではなかった（順に、 $F(2, 121) = 0.07, p = .928, F(2, 121) = 0.17, p = .682$)。調査時点について Holm 法による多重比較を行ったところ、実施前よりも実施 3 か月後、実施後よりも実施 3 か月後のほうが相談相手のバリエーションが有意に多かった（順に、 $t(121) = 1.54, p < .001, d = 0.383, t(121) = 2.58, p = .011, d = 0.24$)。実施前と実施後には有意な差は見られなかった ($t(121) = 1.54, p = .126, d = 0.14$)。

また、表 3 に、「相談相手ごとの相談経験」について、調査地点ごとの相談経験のある参加者の人数を示した。実施前と実施 3 か月後を比較すると、「友達」、「親」、「担任の先生」の順に人数が増加していた。

4. 考察

本研究の目的は、小学校において、世代間交流の要素としてシニアボランティアによる読み聞かせを取り入れた「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」が、相談相手のバリエーションを増やす効果があるのかについて検討することであった。その結果、プログラム実施前と比

表 3：各調査地点における「相談相手ごとの相談経験」のある参加者の人数

	実施前		実施後		実施 3 か月後	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
親	83	66.4 %	92	73.6 %	95	76.0 %
親以外の家族	31	24.8 %	39	31.2 %	35	28.0 %
友達	70	56.0 %	70	56.0 %	92	73.6 %
近所の人	0	0.0 %	3	2.4 %	3	2.4 %
担任の先生	20	16.0 %	21	16.8 %	29	23.2 %
担任以外の先生	8	6.4 %	9	7.2 %	7	5.6 %
保健室の先生	7	5.6 %	6	4.8 %	4	3.2 %
スクールカウンセラー	2	1.6 %	2	1.6 %	4	3.2 %
その他	2	1.6 %	3	2.4 %	3	2.4 %
計	125	100.0 %	125	100.0 %	125	100.0 %

較して、プログラム実施後には有意な差は見られなかったが、プログラム実施の 3 か月後には相談相手のバリエーションが有意に増加していた。さらに、プログラム実施前にはどのカテゴリの相手にも相談したことのなかった参加者が 17 人いたが、実施後には 11 人、そして実施 3 か月後には 0 人になった。このことから仮説 1 が支持され、「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」は相談相手のバリエーションを増やす効果があることが示唆された。これまでの SOS の出し方に関する教育の効果検証は、主に精神面や心理面に焦点を当てたものが多かったが (e.g. 新井, 2024, Ogawa et al., 2022; 田中・影山, 2022)、本研究では実際の行動レベルでも効果があることが示された。また、実施後ではなく実施 3 か月後に相談相手のバリエーションが増加していたことについては、実際に日常生活で困ったことがあったときに、今まで相談したことのなかった相手に相談した可能性がある。つまり、プログラムで学んだことがその後数か月に渡り、日常生活の中で活かされていると考えられる。

どの相談相手への相談経験が増えたのかについては、「友達」が最も多かったが、続いて「親」、「担任の先生」の順で増加していた。このことから、このプログラムは同世代の友達だけでなく、身近な大人への相談も促されたと考えられる。このプログラムのキーマッセージであった「3 人の大人に相談してみよう」を、まずは身近な大人から実践した可能性がある。また、「近所の人」に相談を経験した人数が 3 人増えていたことから、地域レベルでの対策につなげられる可能性がわずかながら示された。しかし、「親」と「担任の先生」以外の大人への相談は増加がほとんど見られなかったことから、ごく身近な大人以外の大人への相談にはまだ抵抗感のある児童が多いと思われる。

年齢と性別については主効果が見られなかった。そのため、相談相手のバリエーションの多さは性別によっての違いが見られないことが示唆された。また、学年ごとにも差が見られなかったことから、相談相手のバリエーションは学年が上がるごとに成長によって増えていくの

ではなく、3 か月後に増えたのも 3 か月という時間による経年変化によって増えたものではないと考えられる。さらに、交互作用が見られなかったことから、このプログラムの効果は特定の性別や学年に限定されたものではないことが期待される。このことから仮説 2 が支持され、このプログラムには性別や年齢を問わず、相談相手のバリエーションを増やす効果があると考えられる。

4.1 プログラムの改善点

本プログラムには、以下の 3 点の改善点が挙げられる。

1 点目は、本プログラムでは、プログラム内で誰にどのような内容を相談するのが適切かについては取り扱っていなかった。そのため、相談相手の種類を増やすように勧められても、相談内容によってどのように相談相手を変えたらよいのかわからなかった可能性がある。特にいじめや虐待といった深刻な問題については、適切な対応が求められる。そのため、プログラム内でそのような内容を扱うことは、相談の効果を高めるために重要な要素であると考えられる。

2 点目として、今回の調査で、「大人」の中でも特にスクールカウンセラーを相談相手としている参加者が非常に少なかった点は注目に値する。スクールカウンセラーは、臨床心理士などの資格を持つ心の専門家として全国に配置されており (文部科学省, 2007)、児童生徒の悩み相談の相手として重要な役割を担うはずの存在である。それにもかかわらず、多くの児童にとって相談相手として選ばれていないことから、スクールカウンセラーに相談することにハードルの高さを感じている可能性がある。先行研究において、スクールカウンセラーに対する被援助志向性は低いことが知られており (e.g. 水野・石隈・田村, 2006; 山口・井上, 2011)、その理由として谷川・葛西 (2002) は、相談することへの羞恥心や相談室に入ることへの抵抗感がある可能性を報告している。この相談に対するハードルを低下させる方法として、水野・山口・石隈 (2009) はスクールカウンセラーとの接触経験がスクールカウンセラーに対する被援助志向性を肯定的にすることを明ら

かにしている。本研究の参加者も、スクールカウンセラーに相談することそのものへの抵抗感があったことのほかに、そもそもスクールカウンセラーについてよく知らず、相談相手として認知していなかった可能性も考えられる。そのため、今後このプログラムにスクールカウンセラーの協力を求め、スクールカウンセラーとの接触経験を増やすことで、スクールカウンセラーへの相談の抵抗感を低下させ相談を促進させる必要があると考えられる。また、他の教員や専門職との連携を強化し、スクールカウンセラーの支援に繋げることも必要だと考えられる。例えば、東京都では「チーム学校」の一環として、各学校にスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーを配置し、教員や養護教諭との連携を行う取り組みが行われている（東京都教育委員会，2025）。特に本研究により、友人や親、担任の教師への相談が増加したことが明らかになったことから、そのような相談を受けた人がスクールカウンセラーにつなげるように働きかけられるように、連携を強化していくことが重要だと考えられる。

3 点目として、本プログラムの特徴は、地域レベルでの対策としてシニアボランティアとの連携であったが、今回の調査では「近所の人」への相談が3人しか増加しなかった。そのため、今後はさらにシニアボランティアや地域の人々への相談を促すようにプログラムを改善する必要がある。

4.2 調査の限界点

本研究には、以下のような限界点が挙げられる。1 点目として、今回の調査では相談相手のバリエーションを大まかなカテゴリで聞くことはできたが、それぞれのカテゴリの人数や具体的な相手について聞くことはできなかった。例えば、「友達」の人数がわからないため、プログラム前後で新たに別の友達に相談していたとしても今回の結果には反映されていない。また、「親」についても、今までは父親のみ、もしくは母親のみに相談をしていたがプログラム後に両親に相談した、という事例があったとしても、今回の結果には反映されていない。そのため、今回のプログラムの効果をさらに精緻に調べるためには、相談相手のバリエーションをカテゴリで尋ねるのみでなく、人数や具体的な相手についても聞く問いを設けることが必要だと考えられる。

2 点目は、新たに相談した相手に対しての、相談理由や相談内容について明らかに出来なかったことである。相談相手のバリエーションが増加したことにより、相談内容に応じて相談相手を選べるようになった可能性が考えられる。そのため、なぜその相手に相談しようと思ったのか、どのような内容を相談したのか、また相談した結果どのような結果になったのかについても聞くことは、実際に相談相手のバリエーションが増えたことの効果について探る手掛かりになったり、今後のプログラムの改善に役立てられたりする可能性がある。本研究でプログラムが実際に相談相手のバリエーションを増やすことを促進することが示唆されたため、今後はその体験をさら

に掘り下げることを目的として、プライバシーに配慮した形で自由記述を求める必要があると思われる。

3 点目として、アンケートの回答に社会的望ましさバイアス（e.g. Crandall & Crandall, 1965）が働いた可能性がある。今回のアンケートは匿名で教員が回答を見られないような形で回収されたが、それでも「このような授業を受けたのだから相談したことがあると回答しなければいけない」という心理が働いた可能性がある。今回の調査内容は自身の感情や考えではなく経験を聞いているものの、内観報告である以上その可能性はぬぐい切れない。社会的望ましさについては、そのバイアスの影響を取り除いて質問紙調査の結果を判断するための社会的望ましさ修正法（social desirability correction）（Ellingson, Sackett & Hough, 1999）と呼ばれる統計技法が開発されており、代表的なものに項目の社会的望ましさについての評定値（Edwards, 1957）を用いる方法がある。今後の調査では、このような手法を使うことで、ある程度社会的望ましさバイアスを取り除くことができると考えられる。

4.3 結論と今後の展望

以上のような限界点はあるものの、本研究ではシニアボランティアによる読み聞かせを取り入れた「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」を実施した3か月後に、小学校高学年の児童の相談相手のバリエーションが増え、プログラム実施3か月後にはどの相手にも相談経験のなかった参加者が0人となったことから、このプログラムは実際の行動レベルで相談を促す効果がある可能性が示された。しかし、本プログラムの特徴である世代間交流の要素を取り入れた効果については、「近所の人」に相談した生徒が3人増えていた以外に検討することができないため、今後詳細に検討していく必要がある。また、周囲の教員やシニアボランティアなどの地域の住民への相談をさらに促進するようなプログラムの改善が求められる。近年、厚生労働省が自殺対策として、悩んでいる人に気づき適切な対応を取ることができるゲートキーパーの養成研修を行うなど、相談を受ける側への教育にも注目が集まっている（厚生労働省，2024）。このシニアボランティアが参画した「小学生版 SOS の出し方教育プログラム」の効果をさらに高めるためには、今後シニアボランティアを始めとした周囲の大人が、SOS に気づいたり SOS サインに適切な対応を取ったりする方法を学ぶ機会（SOS の受け止め方に関する教育）を設けることが求められる。

引用文献

- 新井雅（2024）. 小学生を対象とした SOS の出し方・受け止め方に関する教育の実践—被援助志向性、援助・被援助のスキル、抑うつ症状に及ぼす効果の検討—. 発達心理学研究, 35 (2), pp. 80-92.
- Crandall, V. C. & Crandall, V. J. (1965). A children's social desirability questionnaire. *Journal of Consulting Psychology*, 29, pp. 27-36.

- Edwards, A. L. (1957). *The social desirability variable in personality assessment and research*. Dryden Press.
- Ellingson, J. E., Sackett, P. R., & Hough, L. M. (1999). Social desirability corrections in personality measurement: Issues of applicant comparison and construct validity. *Journal of Applied Psychology*, 84, pp. 155-166.
- 藤原佳典・西真理子・渡辺直紀・李相侖・井上かず子・吉田裕人・佐久間尚子・呉田陽一・石井賢二・内田勇人・角野文彦・新開省二 (2006). 都市部高齢者による世代間交流型ヘルスプロモーションプログラム“RE-PRINTS”の1年間の歩みと短期的効果. *日本公衆衛生雑誌*, 53 (9), pp. 702-714.
- 石隈利紀・小野瀬雅人 (1997). スクールカウンセラーに求められる役割に関する学校心理学的研究 子ども・教師・保護者を対象としたニーズ調査より文部省科学研究費補助金 (基盤研究 <c><2>) 研究成果報告書 (課題番号 06610095).
- Jackson, Y. & Warren, J. S. (2000). Appraisal, social support, and life events: predicting outcome behavior in school-age children. *Child Development*, 7 (5), pp. 1441-1457.
- 厚生労働省 (2022). 自殺総合対策大綱—誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して—. <https://www.mhlw.go.jp/content/001000844.pdf>. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 厚生労働省 (2023). 令和4年中における自殺の状況. <https://www.mhlw.go.jp/content/R4kakutei01.pdf>. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 厚生労働省 (2024). ゲートキーパーになろう! https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/gatekeeper.html. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 松本俊彦 (2014). 自傷・自殺する子どもたち (子どものこころの発達を知るシリーズ1). 合同出版.
- 水野治久・石隈利紀・田村修一 (2006). 中学生を取り巻くヘルパーに対する被援助志向性に関する研究—学校心理学の視点から—. *カウンセリング研究*, 39, pp. 17-27.
- 水野治久・山口豊一・石隈利紀 (2009). 中学生のスクールカウンセラーに対する被援助志向性—接触仮説に焦点をあてて—. *コミュニティ心理学研究*, 12 (2), pp. 170-180.
- 文部科学省 (2007). 児童生徒の教育相談の充実について—生き生きとした子どもを育てる相談体制づくり—. https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/066/gaiyou/1369810.htm. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 文部科学省 (2014). 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). https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1408017.htm. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 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などにおける対処の仕方を身につ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. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 森和代・堀野緑 (1992). 児童のソーシャルサポートに関する一研究. *教育心理学研究*, 40 (4), pp. 402-410.
- 村山恭朗・伊藤大幸・大嶽さと子・片桐正敏・浜田恵・中島俊思・上宮愛・野村和代・高柳伸哉・明翫光宜・辻井正次 (2016). 小中学生におけるメンタルヘルスに対するソーシャルサポートの横断的効果. *発達心理学研究*, 27 (4), pp. 395-407.
- 永井智・新井邦二郎 (2005). 中学生における悩みの相談に関する調査. *筑波大学発達臨床心理学研究*, 17, pp. 29-37.
- Ogawa, S., Suzuki, H., Takahashi, T., Fujita, K., Murayama, Y., Sato, K., Matsunaga, H., Motohashi, Y., & Fujiwara, Y. (2022). Suicide prevention program with cooperation from senior volunteers, governments, and schools: A study of the intervention effects of “Educational lessons regarding SOS output” focusing on junior high school students. *Children*, 9 (4), 541.
- Sakurai, R., Yasunaga, M., Murayama, Y., Ohba, H., Nonaka, K., Suzuki, H., Sakuma, N., Nishi, M., Uchida, H., Shinkai, S., Rebok, G. W., & Fujiwara, Y. (2016). Long-term effects of an intergenerational program on functional capacity in older adults: Results from a seven-year follow-up of the RE-PRINTS study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 64, pp. 13-20.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD—機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—. *メディア・情報・コミュニケーション研究*, 1, pp. 59-73.
- 高橋知也・小川将・佐藤研一郎・鈴木宏幸 (2022). 小学校高学年児童に対するシニアボランティア参画型「SOSの出し方教育」の短期・長期的効果. *日本心理学会第88回大会発表論文集*, 750.
- 竹内瑠美・村山陽・安永正史・野中久美子・倉岡正高・大場宏美・鈴木宏幸・西真理子・小宇佐陽子・李相侖・藤原佳典 (2012). 児童のストレスに世代間交流授業がもたらす効果—高齢者ボランティア「りぷりん」と特別プログラムより—. *日本世代間交流学会誌*, 2 (1), pp. 49-56.
- 田中生弥子・影山隆之 (2022). 中学生のための SOS の出し方に関する教育の効果—自殺予防教育プログラムの一環として—. *学校メンタルヘルス*, 25 (1), 40-51.
- 谷川健二・葛西真記子 (2002). スクール・カウンセラー活用に関する中学生とその保護者の意識について—信頼感とソーシャル・サポートの視点から—. *鳴門生徒指導研究*, 12, pp. 3-17.
- 東京都教育委員会 (2018). 「SOS の出し方に関する教育」を推進するための指導資料について. https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures/sos_sing. (閲覧日: 2025年3月18日)
- 東京都教育委員会 (2025). チーム学校—支える環境—. <https://www.kyoinsaiyopr.metro.tokyo.lg.jp/>. (閲覧日: 2025年3月18日)

2025 年 3 月 18 日)

山口豊一・井上朋美 (2011). 中学生の悩み経験と被援助志向性—スクールカウンセラーに対する被援助志向性に焦点を当てて—. 教育実践学研究, 15, pp. 53-61.

山本奨・佐藤和生・有谷保・板井直之・川原恵理子・三浦健・若松優子 (2020). 援助要請の仕方とその受け止め方に関する心理教育プログラムの提案. 岩手大学大学院教育学研究科研究年報, 4, pp. 223-236.

受稿日: 2024 年 12 月 25 日

受理日: 2025 年 4 月 1 日