

令和6年度 第4回 大木中学校区 合同学校運営協議会 実施報告書

1 日 時 令和6年11月21日(木) 16:00 ~ 17:10

2 場 所 大木中学校 会議室1

3 あいさつ及び講師紹介 大木中学校運営協議会委員長より

4 研修

(1)テーマ 「小中学生のメンタルヘルスとそのかかり方について」 【別冊資料】

(2)講師 こころの医療センター 精神保健福祉士 濱 幸伸 様

(3)質疑応答

Q ODについてのお話が何度か出ていました。ODについてもう少し詳しく教えてください。

A ODはオーバードーズのことです。以前はリストカットの事案が多かったのですが今は薬局などで購入した市販薬を大量に飲んでしまうオーバードーズに関わった事案が大変増えてきています。現状逃避のために大量に薬を飲むことのないように、注力していく必要があります。

5 CSコーディネーター(鈴鹿市教育委員会事務局 教育支援課)より

・「地域のできるものの一つとして、いつも見守っている子どもの気になる変化があれば学校へ情報を伝える」

・鈴鹿市が取り組んでいる非認知能力の育成への取組も若者のメンタルヘルスの安定につながっていく。学校だけではなく、家庭、地域も一緒に取り組むことが大切である。

6 参加者の意見・感想

○若者(小中生)を取り巻くこころの問題については、教育(学校)・家庭・地域の連携もさることながら、医療との連携は欠くことができないと思います。このような状況の中、今回の研修は大変意義のあるものと感じます。予防的な対応が難しい中、早期発見・早期対応が求められ、適切な対応(治療)につなげることで、大切な命を救うことにつながると思います。

今後もこのような専門家による研修会を持っていただけることを望みます。本日はこのような機会を設定していただきありがとうございました。自傷行為への理解と対応、大変有難く思いました。

○医療機関はどのように治療を進めているのか深く知りたいと思った。また、治療期間はどれくらいかかるのだろうか? 地域や家族は具体的にどのように関わればよいのだろうか? スクールカウンセラーの増員を望みたい。

○こころの不調のサインを知ることが大事。からだのサインも同じ。

結局は相互コミュニケーションができる環境づくりが大事。

異変に気付く力が必要なのかなあ。

○本日は、ありがとうございました。

家族への関わり方のコツで家族の頑張りも見つけようということを教えていただきました。

実際の関わる時になかなか実践できないので心がけていきたいと思います。

自分のストレスサインとダムの大きさを知って、あふれる前にコントロールすることが大切というお話が心に残りました。実際にストレスの対処法が身に付くように授業や学校生活で子どもたちに支援していきたいと思いました。

○色々と話が聞けたので良かったです。子どもたちと関わっていく中で大切にしていきたいと思うことがたくさんありました。

○年齢別死因の1位が自殺と知り驚きました。そして、この事を知れただけでも”命の大切さ 尊さ”を感じました。子どもたちの言葉にならない「ことば」に寄り添えるようになりたいと感じました。

○本日は大変有意義な時間をありがとうございました。私の子どもも来年中学生になり、ちょうど対象の年齢になります。思春期の接し方は難しいと日々思っているところへのお話ですごく参考になりました。自分の経験（いじめなど）とは、時代が違うこともあり、子どもの参考にならないことも多く、悩みどころだったので、今後もし何かあったばあいはしっかり話を聞いてあげようと思います。

○きっと、昔（私たちが子どもの頃）からでもあった大きな深い問題だと思います。今では、いろいろな機関、相談する環境もあり、子どもたちにとっても良いところもあれば簡単に情報を得られ悪いことばかり考えてしまいがちなものも・・・。
私たち大人が、地域の者が、気持ちに余裕をもって少しでも、小さなことでも、何かできることがあればと考えます。

○貴重なお話をありがとうございました。
地域の人間として何ができるのか、高校生の子どもの持つ親として、どのように子どものサインをつかむのか、考えながらお話を聞かせていただきました。
また、自分が考えている以上に思春期の子どもたちの心は不安定なのだなあと知ることができて良かったです。
今日の講義を参考にして（行動に移すことはとても難しいと思いますが）、適切な方につなげられるようになりたいと思います。
ありがとうございました。

○心のサインをキャッチするのは大変難しいことかと・・・。
承認欲求の強いお子さんほど、ナーバスになり、マウント取ることで”自己”を確立しようとしている。常に人と比べたり、ステータスを保つことが、自己顕示欲になる。
人間としての厚みが持てるよう、そんな子どもたちが大人になってくれたならと切に願います。

○不登校への対応との関連をもっと聞きたいところです。

○子どもたちのこころの不調や病気、SOSの受けとめ方、いろいろと勉強させていただきました。子どもたちの顔、声をたくさん見て、声をかけてきたつもりですが・・・。まだまだ足りないように思いました。今日、勉強させていただいたことをこれからの活動にしっかりと活かしていきたいと思いました。ありがとうございました。また、お話を伺いたいと思います。

○ためになるお話をありがとうございました。
私の子どもに発達障害があり、現在、不登校で入院するかとの話がありました。
いろいろな所と連携を取る必要性など身をもって経験をしています。私も誰かに相談されたら、何か小さいことでもできればと思います。

○今回の講演、大変参考になるものでした。地域行事の中でも、小中学生と関連した事業や小学児童をスポーツしたりしていますので、その中でもいつもと違うようなことがあれば、声かけをしていこうと思います。子どもたちが相談してくれると良いのですが周りの大人たちにも意見を求める等、考える必要がありそうで、その様なことを考える良い機会でした。

以上