



令和2年7月21日

教育相談だより第4号

大村高校 定時制

保健・教育相談部

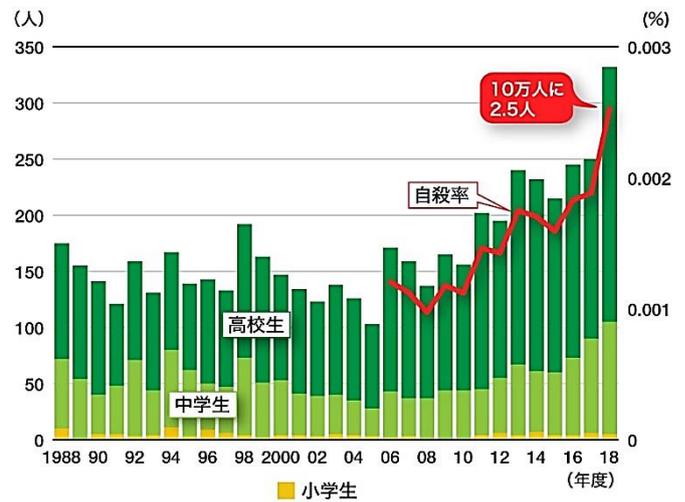
夏休み終わりごろの子どもの変化に注意を！

1. 児童生徒の自殺数の増加

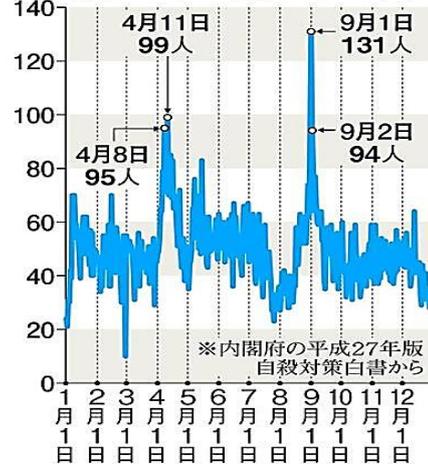
右は、学校から報告された児童生徒の自殺数(全国)をグラフ化したものです。2018年度に自殺した小・中・高校生は332人にもものぼり、現在の方法で統計を取り始めた1988年以降で最多となりました。

自殺の理由は不明である場合が多く、周りの人たちが悩んでいることに気づきにくいという難しさがあります。

児童・生徒の自殺数の推移



18歳以下の日別自殺者数 (昭和47年～平成25年の累計)



自殺の理由(複数回答)	人	構成比(%)
家族の仲が悪いから	41	12.3
父母などからしかられたから	30	9.0
学業等が不振であったから	17	5.1
進路問題のため	28	8.4
教職員との関係で悩んでいたから	5	1.5
友人関係で悩んでいたから(いじめを除く)	16	4.8
いじめ問題のため	9	2.7
病弱であるのを悲観したから	9	2.7
世の中をいやなもの、人生を価値のないものと思ったから	21	6.3
異性問題のため	22	6.6
精神障害のため	24	7.2
不明	194	58.4
その他	18	5.4

出典: 文部科学省「問題行動・不登校調査」(2018年度)
構成比は、自殺した児童・生徒数に対する割合

日にち別に自殺者数を見たとき、各学期の始業日にあたる1月上旬と4月上旬、9月初旬に自殺者が多いのが分かります。中でも9月初旬の自殺者数は突出しており、その時期の様子には特に注意を要すると言えるでしょう。

2. 自殺に追いつめられる子どもの心理

自殺はある日突然、何の前ぶれもなく起こるというよりも、長い時間かかって少しずつ危険な状態になっていくのが一般的です。自殺にまで追いつめられる子どもの心理として、次のような共通点があげられます。

- ① 「誰も自分のことを助けてくれない」「居場所がない」という孤独感
- ② 「私なんかいない方がいい」「生きていても仕方がない」といった無価値感
- ③ つらい状況から抜け出せない自分自身に向けられた、やり場のない怒り
- ④ 苦しみが永遠に続くという思いこみと絶望感
- ⑤ 自殺以外に解決方法がないと思いつく視野のせまさ



3. 自殺のサイン

次にあげるサインの中には、それほどめずらしいことではないと考えられるものもあるかもしれませんが、しかし、大人は子どもの変化を確実にとらえて、自殺の危険に早い段階で気づいてあげる必要があります。お子様に気になることがあれば、すぐに学校や相談機関にご連絡ください。

- ・元気がなくなったり、気分がしずんだり、涙もろくなったりする
- ・会話の内容が薄くなったり、会話自体がなくなったりする
- ・これまでに関心のあったことに対して興味を失う
- ・いつもなら楽にできるようなことが、急にできなくなる
- ・勉強が手につかなくなり、成績が急に落ちる
- ・不安やイライラが増し、落ち着きがなくなる
- ・投げやりな態度が目立つ
- ・身だしなみを気にしなくなる
- ・友人との交際をやめて引きこもりがちになったり、学校に通わなくなったりする
- ・事故やけがをくり返したり、非常に危険な行為におよんで大けがをしたりする
- ・眠れなかったり、食欲がひどくなくなったり、体重が異常に減少したりする
- ・疲れや身体のだるさ、便秘、下痢、頭痛、めまいなど、さまざまな不調を訴える
- ・家出や放浪をする
- ・乱れた性行動におよぶ
- ・アルコールや薬物を乱用する
- ・自分のことを責める声が聞こえると訴える(幻聴)
- ・現実にはあり得ないことを信じ込む(妄想)
- ・混乱や興奮が目立ち、会話の内容がまとまらない
- ・自分より年下の子どもや動物を虐待する
- ・薬を指示された量より多めに服用したり、リストカットをしたりする
- ・自殺にとらわれ、自殺についての文章を書いたり、自殺についての絵を描いたりする
- ・突然身の回りのものを片づけ出し、大切なものを人にあげたりして、別れの用意をする



いつでも話してみませんか。だれでも、どこからでも、ご連絡ください。秘密は守ります。

がんばくん・とらんぼちゃん

24時間子供SOSダイヤル(親子ホットライン)
(なやみ言おうち)

24時間対応 **0120-0-78310**

メール相談 soudan@news.ed.jp

長崎県教育委員会

