

# □ 自殺予告<匿名の手紙・メールが届いた場合> ・自殺予防<子どもの発するサインとその対応>

## 対応のポイント

- ① 事実を正確に集約し、直ちに教育委員会へ支援を要請するとともに、所轄警察署と連携して対応する。
- ② 全校児童生徒の所在（安否）を確認する。
- ③ 原則として、児童生徒・保護者に対して予告内容を知らせるとともに、学校の対応や姿勢をはっきりと示す。
- ④ 自殺予告者の特定に終始するのではなく、その生徒の命を守ることを最優先に考える。
- ⑤ 常に最悪を想定し、全校体制で対応する。

## 初 期 対 応

### ① 初 動 対 応

#### <自殺予告手紙、メールの例>

「いじめられています。もう生きていくのが嫌になりました。」

「運動会を中止しなければ死にます。」

「今のクラスが大嫌いです。死んだほうがましです。前のクラスに戻してください。」

#### 連絡・速報及び情報管理

- 管理職（校長・教頭）・生徒指導主任への連絡
  - ・いつ、どこに、どのように、宛名、第一発見者、（郵送であれば）投函場所、（メールであれば）メールアドレス等、分かっている範囲で、事実のみを正確に集約する。
  - ・危機対応はトップダウンが基本である。正確な情報の集約が適切な判断の拠り所となる。
  - ・様々な情報を一元的に集約（情報管理の徹底）し、時系列で、詳細かつ正確に記録する（生徒指導主任又は教頭等）。
  - ・協議の際は手紙のコピーを使う（手紙の原本は、万一自殺となった場合、指紋の採取等警察の捜査に必要となる可能性があるため、できるだけ触れず、ビニール袋等に入れ保管する）。
- 教育委員会への速報・支援要請【「資料6」参照】
- 警察への通報
  - ・教育委員会との連携のもと、所轄警察署へ躊躇なく相談する。
- ※ 緊急の場合、警察から通信事業者へ発信者の開示請求ができる可能性がある（メールの場合）。
- P T A会長への連絡

### ② 対 応 方 針 協 議

#### 関係者による緊急対策会議の開催

- 情報集約
- 児童生徒・保護者への対応等の原案作成

#### 緊急職員会議の開催

- 全教職員への周知と共通理解
  - ・「命を守ること」を最優先に、全校体制で対応することを確認する。
  - ・自殺予告者の特定は、自殺防止が第一の目的であり、「本人探し」が目的ではないことの共通理解を図る。
  - ・様々な情報を一元的に集約すること、その担当者を確認する。
  - ・手紙をコピーした場合は、会議終了後必ず回収する。

- 気になる児童生徒についての情報交換・リストアップ
  - ・あくまでも可能性であり、絶対に決めつけない。

#### 「筆跡鑑定」の実施

- 文字の特徴を整理する。
  - 児童生徒の作文・提出物等、参考となる資料を用意する。
  - 特徴ある文字ごとに担当者を決め、資料の中から似ている文字をピックアップする。
  - すべての文字が該当する（可能性がある）資料から、児童生徒をピックアップする。
  - 入学当初であれば、必要に応じて、出身学校と連携して対応する。
  - 必要に応じて、警察署との連携も考慮する。
- 今後の対応策の検討と役割分担
    - ・今後の対応の方向性を定めた原案を用意した上で協議する。
    - ・行事等の実施・中止・延期等について検討する。

### ③ 全校児童生徒の所在（安否）確認

#### 平日の場合

- 朝の会（SHR）で出欠・遅刻等の確認、気になる児童生徒のピックアップ
  - ・欠席・遅刻者について、直ちに保護者に電話連絡し、理由や児童生徒の様子等を確認する（保護者に連絡がとれない場合や様子に心配がある場合は、家庭訪問を実施）。
  - ・欠席・遅刻者及び気になる児童生徒の学年・学級・氏名・理由を一覧表にまとめ、校長へ情報集約する。
- 授業ごとに人員確認・集約
- 気になる児童生徒、保健室利用児童生徒等の観察
  - ・どんなささいなことでも、気になればその都度申し出るよう全教職員に徹底し、校長まで情報が集約される体制を構築する。
- 定期的に校舎内を巡回、屋上等危険な箇所の施錠等確認・点検

#### 家庭への連絡

- 基本的には、自殺予告児童生徒がいることをはっきりと伝える方がよい（学校への信頼につながる。）が、状況に応じて、十分協議した上で決定する。
- 「いたずらかもしれませんが。」との前置きや、「お宅のお子さんではないですか。」などと疑う言い方は、絶対にしない。
- 児童生徒の動揺を考慮して、自殺を予告した期日は知らせない。

#### <担任等が電話で伝える場合の文例>

今日、学校宛に「死にたいです。」という内容の手紙が届きました。命に関わることで、大変心配しています。また、同時に、この訴えを理解したい、力になりたいと考えていますので、この件について、すべての御家庭にお知らせしております。

今日は、下校前、子どもたちに、困っていることや悩みなどがあれば、先生や保護者に相談してほしいことを伝えました。

お子様の様子で、何か変わったことはありませんか？

今後も、注意深い見守りをお願いいたします。気になることがあれば、遠慮なく何でも御連絡ください。電話番号は・・・です。

（休日前の場合）なお、子どもたちのことが心配ですので、土・日曜日の両日、夕方から夜にかけて、また連絡させてください。

どうぞよろしくお願いいたします。

#### 休日の場合

- 全家庭に電話連絡
  - ・児童生徒・保護者両者と話し、様子を直接確認する。（連絡がとれない場合や様子に心配がある場合は、家庭訪問を実施する。）
- 気になる児童生徒の学年・学級・氏名・理由を一覧表にまとめ、校長へ情報集約

## 直後に運動会等の学校行事がある場合

### 行事前日（運動会予行等）

- 朝の会（SHR）で出欠・遅刻等の確認、気になる児童生徒のピックアップ
  - ・欠席・遅刻者について、直ちに保護者に電話連絡し、理由や児童生徒の様子等を確認する。（保護者に連絡がとれない場合や様子に心配がある場合は、家庭訪問を実施する。）
  - ・欠席・遅刻者及び気になる児童生徒の学年・学級・氏名・理由を一覧表にまとめ、校長へ情報集約する。
- 定期的に人員確認・集約
- 気になる児童生徒、保健室利用児童生徒等の観察
  - ・どんなささいなことでも、気になればその都度申し出るよう全教職員に徹底し、校長まで情報が集約される体制を構築する。
- 定期的に校舎内を巡回、屋上等危険な箇所の施錠等確認・点検
- 必要に応じて、全校集会・学年集会等の実施

### 行事当日

- 朝の会（SHR）で出欠・遅刻等の確認、気になる児童生徒のピックアップ
  - ・欠席・遅刻者について、直ちに保護者に電話連絡し、理由や児童生徒の様子等を確認する。（保護者に連絡がとれない場合や様子に心配がある場合は、家庭訪問を実施する。）
  - ・欠席・遅刻者及び気になる児童生徒の学年・学級・氏名・理由を一覧表にまとめ、校長へ情報集約する。
- 朝の会（SHR）と並行して校舎内を巡回、屋上等危険な箇所の施錠等確認・点検
- 行事会場で再度点呼
- 点呼と並行して、校舎内を巡回、屋上等危険な箇所の施錠等確認・点検
- 定期的に校舎内を巡回、屋上等危険な箇所の施錠等確認・点検

## 初 期 ・ 中 期 対 応

### ④ 児童生徒への対応

- 全校集会・学年集会等の開催
  - ・座った状態で、事実を正確に、短時間（10分以内）で、年齢に応じた言い方で伝える。
  - ・児童生徒の動揺を考慮して、自殺を予告した期日は知らせない。
  - ・学級単位等の小集団で行う場合は、説明内容等について、事前に教職員間で打合せを行う。

#### <校長・学年主任等が話す場合の文例>

今日、学校宛に「死にたいです」という内容の手紙が届きました。命に関わることで、学校では、皆さんのことを大変心配しています。また、同時に、この訴えを理解したい、力になりたいと考えています。

辛いことや苦しいこと、悩みは、誰にでもあるものです。そんな時には、すぐ先生やお父さん、お母さん、友だちなどに相談することです。決して一人で悩まないで、決して自ら命を絶たないでください。相談すれば、きっと真剣に話を聞いてくれて、心が楽になり、解決する方法が見つかると思います。学校は、皆さんの命を守ることを一生懸命考えていますので、この手紙のことについて、すべての保護者の方にも伝えることにしています。なお、この件についてのうわさや、手紙を書いた人を探ることなどは、絶対しないでください。

先生方は、今日、夜〇時までは学校にいますので、何かあれば遠慮なく連絡してください。もちろん、それ以降でも構いません。

- 全員面談、個人面談、部活動面談（可能性が高い学年・学級・部活動、気になる児童生徒等）
  - ・気になる児童生徒のピックアップと見守り
- アンケート、悩み調査等の実施
  - ・気になる児童生徒のピックアップと見守り
- 自殺予告児童生徒の特定と自殺の防止
  - ・必要に応じて、保護者・友達等に慎重に確認を取りながら、該当児童生徒を特定する。（決して追い詰めないこと。）
  - ・該当児童生徒が認めた場合は、担任等信頼関係にある教職員を選定し、心のケアを行う。（必要に応じて、病院・関係機関等と緊密に連携する。）
  - ・いたずらであった場合には、ことの重大さをしっかりと理解させる。

## ⑤ P T A ・ 保 護 者 へ の 対 応

### P T A 役 員 へ の 対 応

- P T A 会 長（副 会 長）へ の 連 絡、対 応 協 議
  - ・ 緊 急 P T A 役 員 会 開 催 の 必 要 性
  - ・ 緊 急 保 護 者 会 開 催 の 必 要 性
  - ・ 行 事 等 の 実 施 ・ 中 止 ・ 延 期 等 に つ い て の 検 討
  - ・ P T A に よ る 巡 回 ・ 登 下 校 の 見 守 り 等 の 必 要 性
- プ ラ イ バ シ ー に 配 慮 し つ つ、状 況 や 経 緯 を 時 系 列 で 整 理 し、資 料 を 作 成 す る。
  - ・ 手 紙 の コ ピ ー は 渡 さ ない。

### 保 護 者 へ の 対 応

- 保 護 者 宛 文 書 の 作 成

< 「 保 護 者 宛 文 書 」 文 例 >

平成〇年〇月〇日

保 護 者 様

〇〇立△△学校  
校 長 □ □ □ □

投 函 さ れ た 手 紙 に つ い て

平素から、本校教育に御理解、御協力いただき誠にありがとうございます。

また、〇月〇日（〇曜日）に学校に届いた「死にたいです」と書かれた手紙の件につきましては、保護者の皆様に大変御心配をおかけするとともに、様々な御配慮をいただき、心から感謝申し上げます。

学校では、生徒の命を守ることを最優先に、直ちに全校集会、学年集会、学級会を実施し、この訴えを理解したい、力になりたい、決して一人で悩まないで、先生や家族、友だちなどに相談するよう訴えるとともに、命の尊さ・大切さなどについて話をいたしました。

また、保護者の皆様に御連絡を差し上げ、生徒の安否を確認させていただくとともに、学校の対応について御説明いたしました。

おかげをもちまして、〇月〇日（〇曜日）は、すべての保護者の方に連絡がつき、生徒全員の安全を確認したところです。

本日は、朝、欠席者の安否確認をした後、全校集会を実施し、これまでの状況説明と命の尊さとともに、辛いことや苦しいことなど悩みがある時には、決して一人で悩まないで、すぐに周りの人に相談して欲しいことなどについて、再度話をいたしました。

その後、全生徒に対して、困っていること、悩んでいることなどについてアンケートを実施し、それをもとに、本日から、担任が全生徒に教育相談を実施し、悩み等の把握と心のケアなどに努めることとしております。

新学期が始まり、子どもたちも不安定になりやすい時期です。学校でも、学級活動や授業中はもとより、休み時間・部活動など、すべての活動場面においてしっかりと見守っていくこととしておりますが、御家庭におかれましても、お子様としっかりと向き合い、話に耳を傾け、思いを受け止めるなど、コミュニケーションを深めながら支えていただきますよう、お願いいたします。

また、お子様のことで少しでも気になることがありましたら、早めに御相談いただきますよう、お願いいたします。

今後とも、学校では、生徒の命を守ることを最優先に対応してまいりますので、御支援、御協力のほど、よろしくお願いいたします。

- 緊 急 保 護 者 会 の 開 催 【 「 保 護 者 会 」 参 照 】
  - ・ 開 催 の ね ら い を 明 確 に す る。



## ⑥ その他

### 関係機関等との連携

- 警察との連携
  - ・積極的に情報を提供するとともに、校内での自殺が想定される場合は、パトロールを依頼する。
- SCとの連携
  - ・手紙が届いた後早い段階で連絡を取り、情報収集に努めるとともに、来校可能日時を確認し、必要に応じて支援を要請する。
  - ・児童生徒が特定された場合は、直ちに心のケアを依頼する。
- 必要に応じて、法務局・児童相談所等との連携

### 終息宣言

- 必要に応じて、全校集会及び保護者宛文書で説明・通知。
  - ・いたずらであった場合を含め、今後、うわさなど一切しないよう徹底する（二次被害の防止）。

## 中 期 ・ 長 期 対 応

### 未然防止に向けた校内体制の充実

- 体験的な活動を通じた人間関係づくりの実践
  - ・A F P Yなどの人間関係づくりのプログラムの活用
- 校内における教育相談体制の充実
  - ・児童生徒一人ひとりを多面的に観察する中で、心の変化を敏感に感じ取り、変化を見取る。
- 保護者との連携強化
  - ・きめ細かな連絡、保護者会や学校だよりの充実等を通して、信頼関係の一層の構築に努める。
- 学校体制の改善に向けた検討
  - ・行事の意義、運営方法等の検討
  - ・児童生徒の学校運営への参加方法の工夫

## 自殺予防＜子どもの発するサインとその対応＞

### 自殺直前のサイン 自殺直前のサインとは何でしょうか？

自殺の危険因子が多く見られる子どもに、普段と違った顕著な行動の変化が現れた場合には、自殺直前のサインとして捉える必要があります。

たとえば、自殺未遂のあった後に「そういえば…、職員室前をうろうろしていたなあ。」「ぼーっと、ひとりでぼつんとしていたよね。」などと語られることがあります。これらは日常にありがちなことですが、背景に自殺の危険因子が重なっている子どもの場合には、言動の変化を注意深く見ていくことが必要です。

「自殺の直前にはどのようなサインが出てくるのでしょうか？」とよく尋ねられます。これまで説明してきた危険因子を数多く満たしている子どもで、潜在的に自殺の危険が高いと考えられる子どもに何らかの行動の変化が現われたならば、すべてが直前のサインと考える必要があります。当然、直前のサインには危険因子と重なりあう点がたくさんあります。

なお、小学校低学年くらいまでの子どもでは、言葉ではうまく表現できないことも多いので、態度に現われる微妙なサインを注意深く取り上げる必要があります。（図表 2-6）

- ・これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う。
- ・注意が集中できなくなる。
- ・いつもなら楽々できるような課題が達成できない。

- ・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。
- ・健康や自己管理がおろそかになる。
- ・不眠、食欲不振、体重減少などの様々な身体の不調を訴える。
- ・自分より年下の子どもや動物を虐待する。
- ・学校に通わなくなる。
- ・友人との交際をやめて、引きこもりがちになる。
- ・家出や放浪をする。
- ・乱れた性行動に及ぶ。
- ・過度に危険な行為に及ぶ、実際に大けがをする。
- ・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。

以上のサインの中には、子どもで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、総合的に判断することが重要です。難しいことではありますが、子どもに関わる大人は子どもの変化を的確にとらえて、自殺の危険を早い段階で察知し、適切な対応ができるようにしたいものです。

図表2-6 自殺直前のサイン



### 対応の原則 自殺の危険が高まった子どもにどうかかわったらよいのでしょうか？

子どもの自殺の危険に対処するには、子どもたちが表す変化の背景にある意味の一つ一つを丁寧に理解しようとするのが大切です。死にたいと訴えられたり、自分の身体を傷つけていたりすることがわかったら、それを決して軽視しないことです。信頼感のない人間関係では、子どもは心のSOSを出すことができません。子どもとの間に日頃から信頼関係が成り立っていることが大切です。また、自殺の危険の高い子どもを察知したということは、教師自身の危機を受けとめるアンテナが敏感であると同時に、子どもの中に「あの先生なら助けてくれる。」という思いがあるからこそだと考えることができます。

子どもから「死にたい。」と訴えられたり、自殺の危険の高まった子どもに出会ったとき、教師自身が不安になったり、その気持ちを否定したくなって、「大丈夫、頑張れば元気になる。」

などと安易に励ましたり、「死ぬなんて馬鹿なことを考えるな。」などと叱ったりしがちです。しかし、それでは、せっかく開きはじめた心が閉ざされてしまいます。自殺の危険が高まった子どもへの対応においては、次のようなTALKの原則が求められます。

**Tell : 言葉に出して心配していることを伝える。**

例) 「死にたいくらい辛いことがあるのね。とってもあなたのことが心配だわ。」

**Ask : 「死にたい」という気持ちについて、率直に尋ねる。**

例) 「どんなときに死にたいと思ってしまうの？」

**Listen : 絶望的な気持ちを傾聴する。**

死を思うほどの深刻な問題を抱えた子どもに対しては、子どもの考えや行動を良し悪しで判断するのではなく、そうならざるを得なかった、それしか思いつかなかった状況を理解しようとする必要があります。そうすることで、子どもとの信頼関係も強まります。徹底的に聴き役にまわるならば、自殺について話すことは危険ではなく、予防の第一歩になります。これまでに家族や友だちと信頼関係をもてなかったという経験があるために、助けを求めたいのに、救いの手を避けようとしたり拒否したりと矛盾した態度や感情を表す子どもいます。不信感が根底にあることが多いので、そういった言動に振り回されて一喜一憂しないようにすることも大切です。

**Keep safe : 安全を確保する。**

危険と判断したら、まずひとりにしないで寄り添い、他からも適切な援助を求めるようにします。

＜文部科学省 「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」 2009年＞

(URL : [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/shotou/046/gaiyou/1259186.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/046/gaiyou/1259186.htm))

## 子どもの自殺への対応について

### はじめに

自殺後の対応においても「自殺防止」が重要です。それは「第二の犠牲者を出さない」と言い換えることもできます。

#### 【主な目標】

- 自殺者と関係の深い人が不当な罪悪感をもつことを防ぐ。
- 自殺予備軍（ハイリスク者）への悪影響を防ぐ。
- 特定の誰かに責任がなすりつけられることを防ぐ。

#### 【初動での留意点】

- 校内であれば、現場での応急処置、目撃した子どもへの対応、保護者の問い合わせや来校への対応、子どもを無事に保護者へ引き継ぐこと、警察との連携、報道への対応など、一度に多くのことをしなければなりません。
- このような中にあっても、遺族とのコンタクトを急いでください。校長や担任もできるだけ早く接触してください。

### 状況把握と情報管理

- 客観的で正確な事実を把握してください。希望的推測は慎みましょう。
- 警察が死因を特定するまでは、自殺と断定しないでください。「自殺と報道されておりますが、まだ警察から正式な報告を受けておりません。」といった言い方になります。
- 憶測に基づくうわさが広がらないように、正確な情報発信をしてください。もちろん、遺族から聞いた情報は了解無しに公表することはできません。また、たとえ事実であっても、故人のマイナス面を軽率に言うべきではありません。
- 自殺防止に配慮した情報提供が必要ですが、学校にとって都合が悪いというだけで出すことをためらっていると信用を失いかねません。自殺防止とプライバシーに配慮しつつも、積極的な情報発信が求められます。

### **危機対応計画**

- 当面しなければならぬことはたくさんありますが、流れに振り回されるだけにならないように、校長は目的や目標を見据えて行動してください。混乱した時には、「子どもを守る。」「遺族のサポート」「第二の犠牲者を出さない。」ことを考えてください。
- 自殺の影響が学校全体に及ぶと、もしも自殺予備軍の子どもがいた場合に、誘発するリスクが高まりますので、極力休校は避け、学校の日常活動を段階的に早期に平常化させることを考えてください。一方で、学校が普段どおりに運営されてしまうと、その子どもの死が無かったかのように扱われてしまいます。その子を悼むこととのバランスを慎重にとってください。遺族と接触を続け、理解と協力を得ながら行う必要があります。

### **遺族への対応**

- 死亡の事実を文書で（ただし、自殺の事実は口頭で）保護者に知らせたり、保護者会で説明する場合には、可能な限り遺族に文案を見せて了解をとるようにしてください。
- 遺族が最もダメージを受けており、また、自殺防止という点でも最もリスクの高い状況にあることを再認識してください。

### **おわりに**

一人の子どもの自殺は、その家族はもとより多くの人々の心に深刻な影響を及ぼします。未来を担う次世代を守るために、学校と保護者と地域社会が協力して手を差し伸べていきたいものです。「困った時にはちゃんと助けてもらえた。」という経験をした子どもたちは、誰かが困っている時には自然に手を差し伸べることでしょう。そんな心豊かな社会でありたいものです。

＜山口県精神保健福祉センター所長 河野通英

「子どもの自殺への対応の手引き～専門家チームの支援を受けながら教職員はどう動くべきか～」2007年＞  
(URL : [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/kentoukai/houkoku/07050801/002.pdf](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/kentoukai/houkoku/07050801/002.pdf))