

## 1 研究テーマ及び目標

### （1）研究テーマについて

本校では、「SOSの出し方に関する教育」の研究指定を受け、『怒と信頼の人づくり教育を柱とした逞しく自分らしく生き抜く力（ヒューマンスキル）の育成 ～「人とつながる」から「人とつながり合う」ことへの行動変容を目指して～』をテーマに本事業2年目の研究を開始した。生徒がおかれている環境において、現在ならびに将来起こり得る危機的状況に対し、生徒自らがSOSを出す援助希求行動ができ、周囲がそのSOSに気づき、信頼できる大人につなげることができるようになることを目的とする。

そのために、現在実施している本校の販売実習「熊商デパート」やストレス対処プログラム等の教育活動を振り返り、商業高校の「人を育てる資源」を活用し、生徒の自己肯定感や自己有用感を高め、よりよい人間関係を築くことのできる集団・仲間づくりを目指す。

また、公開研究授業では、心にストレスを受けた時の対処法やSOSの出し方、受け止め方について理解することにより、悩みや不安に向き合い、乗り越えるための適切な行動ができるように設定した。生徒の自己有用感や自尊感情等を認識し、その自己肯定感をもとに、生徒がより良い人間関係づくりができることを目指すとともに、教職員の実践的指導力の向上、いじめ防止等を含めた生徒指導上の諸課題の改善を目指した。

### （2）目標

上記の研究テーマで研究を進めていく上で、目標を次のように設定した。

- ア 本校の教育スローガン「志高く、怒と信頼の人づくり」を基盤として、急速に変化する現代社会の中で逞しく自分らしく生き抜く力（ヒューマンスキル）の育成と自らの声で自らの想いを届けられる力を育成する。
- イ 本校の教育の柱である販売実習「熊商デパート」を通して、他者理解や自己理解を深め、協働性や共感性、課題探究能力を高められるようにすることで、社会で核となりうるビジネスリーダー（ビジネスパーソン）を育成する。
- ウ 心にストレスを受けた時の対処法やSOSの出し方・受け止め方について理解することにより、悩みや不安に向き合い、乗り越えるための適切な行動ができるように育成する。

### （3）本校の現状と課題

#### ア 現状

- （ア）創立127周年を迎える伝統校であり、地域、経済界からの信頼は厚い。
- （イ）全県下より、1,090名ほどの生徒が通学しており、出身中学校数は90を超える。
- （ウ）近年の進路実績に関しては、進学が約60%、就職が約40%の割合となっている。特に就職率は毎年100%を達成し、国公立大学をはじめ私立大学へ多数進学している。また、公務員も熊本県職員、税務職、消防士、警察官などに採用されている。本校の進路指導体制について、生徒・保護者の満足度が高い。
- （エ）検定の取得率、部活動での実績等、文武二道両立を実践していることについて、地域からの評価が高い。
- （オ）特別な配慮を要する生徒には、クラスメイトや教職員が寄り添い、見守る状況にある。

#### イ 課題

- （ア）自主性・主体性・創造性などに課題を抱えた生徒がいる。
  - a 与えられた役割を果たそうとする責任感が強い生徒が多くいるが、受け身の姿勢、指示待ちの傾向がみられる。

- b 資格検定取得へのモチベーションを保ち続けることができない生徒がいる。
- (イ) 不適切な言動やSNS上のトラブルが増加傾向にある。
- (ウ) 日常生活の中でストレスを抱え込み、対処法がわからずに一人で悩む生徒がいる。

#### (4) 研究仮説の設定

生徒一人一人が自らの責任を自覚し、役割を果たし輝ける場を設定し、他者とのつながりの中で自らを表現していくことにより、達成感や他者との違いを受け入れる自己肯定感を高めることができる。

自己肯定感の向上によって、自らが主体となって動くことを前向きに捉えることができるようになり、自己にも他者にも寛容になり、援助希求能力も高まると考えられるため、1-(3)-イに挙げた「課題」の解決にも寄与することができる。

## 2 研究内容

### (1) アンケート調査の事前・事後の比較（年2回実施：7月・1月）

調査は全学年を対象とする。事前・事後の比較を行い、自己肯定感や自己有用感などの変化を検証し、今年度の活動に活かす。アンケートは、学校生活における自己肯定感と他者理解に関する内容で昨年度に引き続き実施する。

### (2) 販売実習「熊商デパート」における自尊感情の向上

販売実習「熊商デパート」を通して、販売実習に関わる情報共有や各部の業務内容の把握により、組織として他者の業務に目を向けて、援助できる協働性や共感力、課題探究能力を磨き、自己肯定感を高めていく。

全校生徒が店長や副店長、総務部、仕入部、販売部、経理部、電算部のいずれかに所属し、周囲と協力しながら、その責任を果たすことで責任感とともに協働性や共感力を身に付け、自己肯定感のひとつである自尊感情を高めていく。

販売実習「熊商デパート」の主な事前研修の内容：

- ・協賛企業説明会、店長・副店長会議（毎週火曜日）
- ・部長会議（総務、仕入、販売、経理、電算の5つの部 毎週水曜日）
- ・協賛企業による招聘授業
- ・全校生徒による接客八大用語唱和（11月から毎朝SHR時）
- ・社員総会、熊商デパート特設LHRなど

### (3) ストレス対処プログラム（平成28年度より実施）

保健体育の「現代社会と健康」単元：精神疾患の予防と回復（自分自身でできるストレス対処法）を踏まえ、全学年で本プログラムを学期毎に実施する。他者とかかわることでストレスを対処できる力を身に付け、生徒間の価値観・考え方の違いに気付かせ、自己理解・他者理解を深め、個性の違いを尊重する態度を育てる。また、お互いの肯定的印象を伝えあう活動を通して、相手の人格を認める体験や相手から認められる体験ができるようにし、人格尊重の態度育成のきっかけとする。生徒が自己認知を変え、自己肯定感を高めるきっかけにできるように位置付ける。

## 【令和4年度 ストレス対処プログラム実施計画】

### 1 学年

	プログラム名	目的	実施日
1	サイコロトーク	他者理解。	4月14日
2	エゴグラム	自らの性格を知り、行動改善を図る。	6月16日
3	二者択一	自己理解と他者理解を深める。	10月27日
4	アンガーマネジメント	怒りの感情をコントロールできるようにする。	2月 2日

2学年

	プログラム名	目 的	実施日
5	Who am I?	自己理解を深め、自分を見つめ直す心理テスト。	6月16日
6	私の四面鏡	他者理解と自己理解。	10月27日
7	聴く力を育てよう	効果的な相手の話の聴き方（傾聴力）、承認等。	2月 2日

3学年

	プログラム名	目 的	実施日
8	無人島からの脱出	話し合い体験。	6月16日
9	アサーション	自己表現の仕方を理解する。	10月27日

(4) 研究授業（SOSの出し方に関する教育）

下地づくり教育の「ストレス対処プログラム」とともに、心にストレスを受けた時の対処法や、SOSの出し方、受け止め方について理解することにより、悩みや不安に向き合い、乗り越えるための適切な行動ができるようにする。

(5) SHORYUタイム（SNS相談）の実施：年数回

悩みや不安を抱える生徒を対象にした相談窓口のひとつとして、学校独自でSNSを利用したLINE相談を実施する。

(6) 研究計画および日程

① 研究体制

研究主任・教育相談部を中心にし、校長及び副校長・教頭・主任事務長・主幹教諭を総括・総括補助とし、教務部、生徒指導部、進路指導部、保健部、熊商デパート等との協力連携体制を深め、「SOS推進委員会」を設け、開催しながら研究を推進する。運営委員会時に研究内容を検討していく。

② 実施計画

主な取組計画内容

1学期	2学期	3学期
<ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者気づきアンケート（1年）</li> <li>・仲間づくり（1年）</li> <li>・SHORYUタイム（SNS相談）</li> <li>・ストレス対処プログラム</li> <li>・特別な配慮を要する生徒理解職員研修</li> <li>・シグマ検査による生徒理解職員研修</li> <li>・面談週間（担任と二者面談）</li> <li>・スコラ手帳の活用（振り返り）</li> <li>・アンケート調査</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・SHORYUタイム（SNS相談）</li> <li>・研究発表会10月予定</li> <li>・ストレス対処プログラム</li> <li>・面談週間（担任と二者面談）</li> <li>・特別な配慮を要する生徒理解職員研修</li> <li>・アンケート調査</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・SHORYUタイム（SNS相談）</li> <li>・ストレス対処プログラム公開授業</li> <li>・アンケート調査</li> <li>・研究報告</li> <li>・特別な配慮を要する生徒理解職員研修（ゲートキーパー研修）</li> </ul>
通 年		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・商業関係の資格取得の学習</li> <li>・開放した環境の教育相談室</li> <li>・2人体制のSC（生徒面談）</li> <li>・販売実習「熊商デパート」</li> </ul>		

### 3 今年度の実践（活動概要報告）

#### (1) 学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート（年2回）

一昨年度「SOSの出し方に関する教育」研究指定校である熊本県立玉名工業高等学校で実施されたアンケート項目をもとにアンケート16項目を作成し、昨年度に引き続き7月と1月に実施した。

アンケート実施の狙いは、昨年度と比較し、生徒たちに行動変容があるかどうかを検証することである。

昨年度、アンケートを作成する際の質問文は、回答をする人が質問（問い）に迷わないようにするために、「できますか」等の一般的な問いかけではなく、肯定的であることを前提とした「ある」「できる」などの表現にした。（問16～問17の2問は、本校独自の質問内容）

質問内容は、「関係性=SOS」「自分は価値のある人間」「自尊感情・自己主張・自己決定」「学校」の4つの分野をもとに作成している。

#### 【アンケート実施方法】

ア アンケート対象 : 本校生徒（1～3年生まで） 約1,090名

イ アンケート実施時期 : 1回目（2021年9月上旬）及び2回目（2022年1月中旬）  
3回目（2022年7月中旬）4回目（2023年1月中旬）

ウ アンケート回答方法 : Microsoft Forms 及び アンケート用紙

エ アンケート回答人数 :

1回目 : 1年 364名 2年 361名 3年 361名 (計1,086名)

2回目 : 1年 356名 2年 351名 3年 354名 (計1,061名)

3回目 : 1年 346名 2年 327名 3年 346名 (計1,019名)

4回目 : 1年 329名 2年 345名 3年 346名 (計1,020名)

※第3・4回目は、新型コロナウイルス感染症拡大のために回答人数が減っている

オ アンケート質問項目 : 16項目



※次ページは、アンケート質問項目（2022年7月実施したもの）を掲載しています

## 学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート（実施の例）

学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート（16項目の質問）を年2～3回実施し、皆さんの変容（姿や形、心が変わること）を検証していきます。  
ご協力を宜しくお願いします。



### アンケート実施方法

- 1 アンケート対象 : 全校生徒（1～3年生まで）約1,090名
- 2 アンケート回答期限 : 7月15日（金）まで
- 3 アンケート回答方法 : Microsoft Forms  
この用紙に記入し、右上のQRコードをスマートフォン等で読み込み、Microsoft Formsを利用して回答をお願いします。この用紙も提出して下さい。

質問1 学年・組・出席番号の4桁の数字を半角で入力して下さい。 例) 3942

質問2 氏名を入力して下さい。 例) 熊商次郎

NO	質問内容	回答
3	毎日の生活に充実感がある。	はい いいえ
4	不安や悩みを抱えた場合、ストレスを解消する方法を知っている。	はい いいえ
5	つらい思いをしたとき、相談できる人がいる（相談方法がある）。	はい いいえ
6	誰かが困っているときに助言や手助けをすることができる。	はい いいえ
7	周囲の人にほめられたり、認められたりしたことがある。	はい いいえ
8	人のために役に立っていると思うことがある。	はい いいえ
9	友達と協力して物事に取り組んでいる。	はい いいえ
10	周囲の人をほめたり、認めたりしたことがある。	はい いいえ
11	自分のことが好きだ。	はい いいえ
12	得意なことや自分の良いところを生かすことができる。	はい いいえ
13	自分のことを大切にしている。	はい いいえ
14	自分の中にはいろいろな可能性がある。	はい いいえ
15	学校の授業や活動を通して学んでいることや考え方が、社会人になってから活用できると思う。	はい いいえ
16	本校の販売実習「熊商デパート」を通して地域や人の役に立ったと感じたことがある。	はい いいえ
17	商業の授業や資格取得（商業関係の検定）は、社会の役に立つと思う。	はい いいえ
18	社会人になってから人の役に立つ仕事ができるようになりたいと思う。	はい いいえ

【実施・検証】

① 9項目でアンケート結果は、他校で実施された傾向とほぼ同じような結果が見られた。

質問番号	質問内容	熊本商業高校				
		2021年9月	2022年1月	2022年7月	2023年1月	前年度比較
3	毎日の生活に充実感がある。	90.2%	93.3%	94.8%	93.5%	→
5	つらい思いをしたとき、相談できる人がいる。	94.9%	96.5%	96.3%	96.6%	→
6	誰かが困っているときに助言や手助けをすることができる。	96.9%	97.3%	97.4%	98.3%	↗
9	友達と協力して物事に取り組んでいる。	97.0%	97.8%	97.9%	97.9%	→
10	周囲の人をほめたり、認めたりしたことがある。	98.8%	98.7%	99.0%	99.7%	↑
11	自分のことが好きだ。	69.1%	75.4%	76.4%	80.1%	↑
12	得意なことや自分の良いところを生かすことができる。	80.8%	84.8%	87.2%	89.3%	↑
15	学校の授業や活動を通して学んでいることや考え方が、社会人になってから活用できると思う。	96.2%	97.1%	96.8%	97.7%	↗
18	社会人になってから人の役に立つ仕事ができるようになりたいと思う。	98.5%	98.8%	99.0%	99.1%	→

●昨年度、他校との比較による分析の中で、本校生徒

質問番号	質問内容	熊本商業高校				
		2021年9月	2022年1月	2022年7月	2023年1月	前年度比較
7	周囲の人にほめられたり、認められたりしたことがある。	97.1%	98.1%	97.2%	97.3%	→
8	人のために役に立っていると思うことがある。	82.5%	85.2%	87.6%	89.2%	↑
13	自分のことを大切にしている。	94.0%	95.0%	94.8%	96.0%	↑

② アンケート全体から考えられること

質問番号	質問内容	熊本商業高校				
		2021年9月	2022年1月	2022年7月	2023年1月	前年度比較
11	自分のことが好きだ。	69.1%	75.4%	76.4%	80.1%	↑
	内訳 1年	67.3%	71.1%	72.8%	79.0%	↑
	2年	64.8%	70.7%	76.8%	76.8%	↑
	3年	75.1%	84.5%	79.8%	84.4%	→
16	本校の販売実習「熊商デパート」を通して地域や人の役に立ったと感じたことがある。	74.4%	94.5%	81.8%	96.3%	↑
	内訳 1年	46.7%	95.5%	60.4%	95.4%	→
	2年	82.0%	90.9%	93.3%	97.4%	↑
	3年	94.7%	97.2%	92.5%	96.0%	→

質問11の「自分のことが好きだ。」では、「はい」と回答した割合が低い傾向にあったが、全学年で80%を超えるようになってきた。昨年度に引き続き自己肯定感や自己有用感をさらに高められるようにしなければならない。

また、質問16では、販売実習「熊商デパート」が地域や人の役に立るという自己有用感を高められる教育活動であることをあらためて確認することができた。今年度の1年生から総合的な探究の時間に熊商デパートに関する活動を取り入れている。全学年では昨年度よりもやや高くなり、さらに3年ぶりに熊商デパートが一般公開（入場）にできたため、来場者数もコロナ禍前のように多くなったことも要因である。

## (2) SHORYUタイム (SNS : LINE相談)



SHORYUタイム  
令和3年7月



### ア SNS相談の取り組みの目的

平成21年から令和元年の自殺者全体の総数が減少傾向にあった中でも、児童生徒の自殺は後を絶たず、極めて憂慮すべき状況が続いており、また、人の目の届きにくいSNSを利用し、自殺願望を投稿するなどした高校生等の心の叫びに付け込んで、言葉巧みに誘い出し殺害するという極めて卑劣な事件も発生している。

令和3年においては、警察庁・厚生労働省の自殺統計によると、自殺者全体の総数は20,830人前年から251人減少しているが、児童生徒の自殺者数は473人であり、一昨年(499人)から減少したものの、引き続き憂慮すべき状況にある。また、令和4年の児童生徒の自殺者数は、1月から5月までで計156人(令和3年同期間:209人)という状況にある。18歳以下の自殺は、学校の長期休業明けにかけて増加する傾向がある。

※文部科学省からの引用

本校における早期発見に向けた取り組みとして、アンケート調査・教育相談(SC面談)等を実施し、悩みや困難を抱える生徒の早期発見に努めている。新たな取組として、SNSを利用した相談(カウンセリング)を期間限定で試験的に実施した。「24時間子供SOSダイヤル」をはじめとする電話相談窓口や、SNS等を活用した相談窓口が開設されているので、その利用も生徒に促した。「SHORYUタイム」の名称は、本校のマスコットキャラクターのSHORYUくと相談時間をあわせて、名称を決定した。

### イ SNS相談(カウンセリング)の方法

#### (ア) SNS相談(カウンセリング)利用アプリ

LINE(10代においてはLINEの利用率が群を抜いて高く、利用率は8割を超えている)

#### (イ) 実施期間及び時間(2021年8月から2022年9月までに7回実施。試験的な運用期間)

2021年 8月30日(月)~2021年 9月 3日(金):第1回

17時00分~20時00分

※長期休業明けでさらに実施時間は、中高校生の自殺者が一番多い時期および時間帯に実施

2021年10月21日(木)~2021年10月29日(金):第2回

18時00分~21時00分 ※2学期当初の分散登校終了後、通常登校に戻った時期

2021年11月30日(火)~2021年12月 6日(月):第3回

18時00分~21時00分 ※販売実習「熊商デパート」実施前後の時期

2022年 2月 8日(火)~2022年 2月14日(月):第4回

17時00分~20時00分 ※学年末考査が始まる時期

2022年 5月 9日(月)~2022年 5月13日(金):第5回

19時00分~21時00分 ※ゴールデンウィーク明けの時期

2022年 7月19日(火)~2022年 7月20日(水):第6回

18時30分~21時00分 ※1学期終業式の時期

2022年 8月30日(火)~2022年 9月 2日(金):第7回

17時00分~20時00分

※長期休業明けでさらに実施時間は、中高校生の自殺者が一番多い時期および時間帯に実施

#### (ウ) SNS相談(カウンセリング)対象者

本校生徒全学年 約1,090名 匿名で対応(学年と性別)

#### (エ) SNS相談(カウンセリング)担当者

教育相談部で担当

#### (オ) SNS相談(カウンセリング)の機材

パソコンにLINEをインストールして(パソコン利用)、相談(カウンセリング)実施

(カ) SNS相談（カウンセリング）情報提供時期（生徒対象）  
「教育相談だより」およびカードの発行等

SHORYUタイム（SNS相談） LINE友だち登録 のQRコードを配付

SHORYUタイム



QRコード サンプル

(キ) SNS相談振り返り：相談内容を検証する（組織で対応）

## ウ LINE 相談のメリットとデメリット（一般的な視点から）

### 【メリット】

- (ア) 簡単にアクセスできるので、相談しやすい
- (イ) 心理的な匿名性が高いので、自己開示しやすい
- (ウ) 文字で残るので読み返して考えられる
- (エ) 写真のやりとりが簡単にできる
- (オ) 相談者のこれまでの相談履歴が参照できる
- (カ) 対応に困ったとき相談員が他の相談員と協力して対応できる
- (キ) ウェブ上の資料を用いながら相談ができる
- (ク) こちらから積極的に情報発信ができる

SHORYUタイム



### 【デメリット】

- (ア) 簡単にアクセスできるので動機づけの低い相談者が多くなりやすい
- (イ) 心理的な匿名性が高いので、作話やひやかしがなされやすい
- (ウ) 相談者には相談員の性別も年齢もわからないのでイメージしにくい

（今回のSNSカウンセリングは、担当者の名前等の情報を提供）  
学校の職員ということで、相談しにくい部分もある

- (エ) 非言語情報が得られない
- (オ) 言語能力が低い人の場合、相談が深まりにくい



ある生徒の筆箱の中（カードを入れてました）

## エ LINE相談の実践から

- (ア) 中高生のLINE相談へのニーズは非常に高い
- (イ) LINEでの相談は有効である
- (ウ) LINEに適合したカウンセリングの技術が必要である
- (エ) SCとのカウンセリングに直接繋げることは難しい
- (オ) 相談への敷居が非常に低く、なかなか人に言えないことが打ち明けやすい（最大の特徴）
- (カ) 対面や電話での相談にはなかなかアクセスしてこないような、幅広い相談者と繋がることのできる

※比較的早期の段階での相談を促進し、悩みの悪化を予防するものと期待される。

※しかし、SNSカウンセリングは、表情も見えず、声も聞こえない、ほぼ文字だけのやり取りであるため、表情や声によるサポートや励ましを与えることもできない。多くのSNSカウンセリング（相談）は、SNS上のやり取りで完結するものが多いが、状況改善のためには電話相談、対面相談など身近な相談の窓口へ繋ぐことが必要な場合がある。

※今回の本校のSNS相談は、LINE上だけで課題を抱えた生徒の悩みや相談などをすべて解決することを目標（目的）にするのではなく、生徒が身近にいる信頼できる大人にSOSを出すことのできる道具（ツール）のひとつとして位置付ける。

SHORYUタイム カード→

全生徒に配付

8





**長野県のデータより「ひとりで悩まないで@長野」** (参考資料 データ) 日本で最初に SNS (LINE) 相談開始

相談アクセス数 (期間全体) : 2, 633件  
 相談アクセス数 (時間内) : 1, 579件 1日あたり112件  
 相談対応数 : 547件 (相談員10名で対応)  
 対応できた相談者の1人あたりの相談回数 : 1.4回  
 1件あたりの平均相談時間 : 54分  
 1件あたりの平均吹き出し数 : 73回  
 1件あたりの最大吹き出し数 : 606回

●電話相談 (メール相談含む) およびSNS相談 (LINE) の比較

1日あたりの電話・メールでの相談件数	1日あたりのLINEでの相談
対応数 : 0.7件	アクセス数 112.8件 対応数39.1件

●相談の男女比

男 : 27% 女 : 59% 不明 : 14%

●相談件数の学年比 (中高生)

中学1年 : 13% 中学2年 : 10% 中学3年 : 9%  
 高校1年 : 25% 高校2年 : 13% 高校3年 : 9% 高校学年不明 : 1%  
 不明20%

●相談時間

30分以上1時間未満 : 相談件数の 3分の1  
 1時間を超えない相談は、相談件数の全体の3分の2  
 3時間を超える長時間の相談は約3%ある

●相談内容

- 交友関係・性格の悩みに関する事 : 22%
- 恋愛に関する事 : 15%
- 学業・進学・進学の悩み : 9%
- いじめに関する事 : 8%
- 学校・教育の対応に関する事 : 8%
- 家族に関する事 : 5%
- 性・身体のこと : 2%
- 相談終了後の御礼 : 1%
- 不登校に関する事 : 1%
- その他「雑談」「相手側の都合、終了時刻間際などのため不明」など : 14%
- 無応答 : 10%
- ひやかし : 5%

(参考資料)

- ◆長野県「ひとりで悩まないで@長野」2017年9月10日から23日までの2週間、4時間(17時~21時) 県下全域の中高生約12万人を対象としてLINE相談
- ◆滋賀県大津市「おおつっこ相談LINE」2017年11月1日~2018年3月末までの5か月間 17時~21時 大津市内 3校の中学生約2,500人対象 → 2018年1月からは全中学校18校の生徒9,100人が対象

SNSカウンセリング に関する研究・チーム等

- ◆京都大学学生総合支援センターセンター長 教授 杉原保史 先生  
 公益財団法人関西カウンセリングセンター こころの相談室長 宮田智基 先生

『SNSカウンセリング・ケースブック』出版記念ウェブイベント

<https://www.youtube.com/watch?v=VRWEa7YIPjY>



【SHORYUタイム（SNS相談）実施に向けて】2021年6月

導入時のイメージ図



① SNS カウンセリングを学ぶ ※1

2017年9月長野県が試験的にLINE相談窓口「ひとりで悩まないで@長野」SNSカウンセリングの運用をはじめた。臨床心理士をはじめ公認心理師等の専門家を通してLINEカウンセリングが始まる。通常の対面や電話相談と違って、文字での相談になるので、専門家も試行錯誤しながら実施する。さらにLINE相談窓口「ひとりで悩まないで@長野」は2018年文部科学省の補助事業として、相談期間を夏休み前後の60日間に拡大した。2018年頃から全国SNSカウンセリング協議会が設立し、SNSカウンセリングに関する書籍等が出てくる。少しずつSNSカウンセリングが広まり、各都道府県・市などで取り組みが始まっている。2019年10月SNSカウンセラー認定登録制度が始まった。

SNS カウンセリングを学ぶ ※1

参考書籍：SNSカウンセリング入門  
(LINEによるいじめ、自殺予防相談の実際)  
SNSカウンセリングハンドブック  
SNSカウンセリング・ケースブック  
動画サイト：「SNSカウンセリング・ケースブック」出版記念ウェブイベント 1時間17分

② 学校でできることを検討 ※2

相談者（生徒）からみれば、担当者（教職員）の顔が見えるLINE相談という位置づけで実施を試みた。LINE相談は、教育相談部で担当し、PCを利用して実施する。利用上の注意（ルール）を作成し、相談の回答にはマニュアル化した例文を参考にしている。

担当者（教職員）は、カウンセリングの専門家でないので、心理支援ができないのが現状である。学校LINE相談は、相談者（生徒）の悩みや不安を傾聴し、相談者（生徒）とともに考えていくことを目的として位置づけている。

③ 新たな取り組みに教職員の意見が割れる ※3

LINE相談を始める際には、いくつもの大きな壁があった。新しい取り組みに対して、肯定的な意見とともに否定的な意見が数多くあった。学校独自のLINE相談の事例もなく、学校や教師へのクレーム（授業の評価）・負担感なども考えられた。また、LINE相談実施期間も短く、生徒がLINE相談を利用するはずがないとの意見もあった。さらに匿名とする中で、いたずらやなりすましなどが考えられ、LINE相談を実施するメリットがないとの意見も多かった。

しかし、長野県でのSNS相談の実施報告のデータをもとにし、実施しないよりも実施してみよう（実証実験）、学校独自のLINE相談の取り組みが失敗であったとしても、研究指定校としてのデータをとることができると考え、2021年8月末から実施した。期間を限定して試行することで、有効性を検証するとともに問題を把握することもできると考えた。

④ SHORYUタイム（LINE相談）実施期間を生徒に情報提供 ※4

SHORYUタイム（LINE相談）実施期間を生徒に情報提供する手段として、全校生徒に配付をする「教育相談だより」の活用を試みた。教育相談だよりの一部にSHORYUタイム（LINE相談）の実施日時を掲載し、さらに裏面には、LINE相談「SHORYUタイム」の利用規程を掲載した。また、身近に所持しやすいSHORYUタイムカード（名刺サイズ）を作成し、知名度を上げる目的で全校生徒（約1,100名）に配付した。昨年度は一人3枚（実施回数の1回、3回、4回実施時）合計3,000枚を超える枚数を発行した。今年度は、9月の時点で一人2枚（昨年度からの実施回数の継続で5回、7回実施時）、2,000枚を超える枚数を発行することができた。

⑤ SCからのアドバイス（LINE相談の検証） ※5

SHORYUタイム（LINE相談）の相談内容の回答をSCが検証することができる。



【SHORYUタイム（SNS相談）を実施して】

① 実施する上での利用者への情報提供手段：「教育相談だより」「SHORYUタイムカード」

### 教育相談だより 第2号

「SOSの出し方に関する教育」研究指定校

熊本県立熊本商業高等学校  
教育相談部  
発行：2022年7月  
担当 吉田 広幸

「学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート」の回答をいただきました。ありがとうございます。みなさんの自己肯定感がどのように変化しているのかを確認するために実施しました。自己肯定感とは、6つの感によって支えられていると言われています。そのひとつ「自尊心」は、自分自身の個性や人柄を自分で評価し、価値を認識し大切に感じる感情です。自尊心が安定している、「自分っていいよね」と自分を尊ぶことができ、ものを肯定的に捉えることができます。自尊心が高くなれば、どんな状況でもそこにやりがいを見つけられるようになります。自尊心を高めるためには、「自分ができる」という小さな成功体験が有効です。すると、誰かに認められる人生ではな

く自分が納得する人生を生きることができるようになります。」

「いいことがあったら付箋に書いてノートに貼る（1行メモ）。いいこと、楽しいこと、うれしいことがあったら、パッと付箋に書き、ノートに貼っていく（1行メモ）。いつでも付箋をカバンやペンケースに入れて、持ち歩きましょう。そして、いいことがあったら、すぐに付箋をとり出し、日付と時間と内容を簡潔に書き、メモ帳やスクラ手帳にべったり。1日の終わりに、ノートに貼って整理します。このワークによって、いいことを探すクセが身につくだけでなく、ノートを見返したとき、いいことがたくさん起きる自分に気づき、自尊心が高まります。」

### 【2学期以降のスクールカウンセラーの乗換予定日と時間】

<p><b>石丸 貞子 姓</b> ISHIMARU SADAKO (専任1年目)</p> <p>時間：13時00分～16時00分</p> <p>9月 2日 (金)</p> <p>10月21日 (金)</p> <p>12月 2日 (金)</p> <p>時間：9時30分～16時30分</p> <p>11月25日 (金)</p> <p>1月20日 (金)</p> <p>2月24日 (金)</p> <p>3月 3日 (金)</p>	<p><b>定田 真紀 姓</b> HIKITA MAKI (専任2年目)</p> <p>時間：9時30分～16時30分</p> <p>9月13日 (火)</p> <p>10月11日 (火)</p> <p>11月 8日 (火)</p> <p>12月13日 (火)</p> <p>3月14日 (火)</p>
--	--

**SHORYUタイム**

「SOSの出し方に関する教育」研究指定校として、昨年度に引き続き、**SNSを利用した相談を期間限定で実施します。**

是非、友だち登録してね！！

(1) SNS相談（LINE相談） 名称：SHORYUタイム

(2) 実施期間及び時間（年間で数回を実施予定）

第6回：2022年7月19日（火）～2022年7月20日（水）

18時30分～21時

第7回：2022年8月30日（火）～2022年9月 2日（金）

17時～20時 9/1にカーブ付予定

(3) SNS相談（LINE相談）対象者  
本校1年・2年・3年生徒 約1,090名 匿名でOK。  
（学年と性別はできるだけこたえて下さいね！！）

(4) SNS担当（第6回、第7回）  
教育相談部 吉田 広幸 他

もし、学校で悩み事や心配事があったら、まずは、友達、担任の先生や保健室の先生、私たち教育相談部、部活動顧問、保護者の方へ相談してみませんか。それでも解決しないときは、相談窓口へ電話して、相談してみませんか。なお、24時間対応できる相談窓口としては「熊本県24時間子供SOSダイヤル」0120-0-78310が開設されています。

### 【スクールカウンセラー（SC）の紹介】

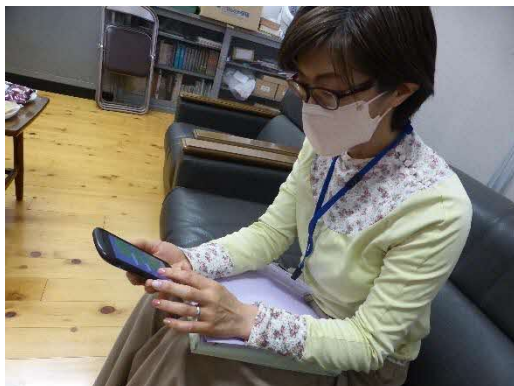
**石丸 貞子 姓 ISHIMARU SADAKO**

今年度、スクールカウンセラーとして当校を担当します。石丸貞子と申します。日々生活していると、私には色々な出来事があります。知らぬ間に多くのエネルギーを使っていることが多いです。小さな記事や雑談が積み重なって、自分では気づかぬ間に疲弊してしまっているかもしれません。楽しいことや嬉しいことでも多くのエネルギーを使っていることが増えてしまっているかもしれません。1日の終わりに、自分をねぎらって大切にしようと思ふ気持ちを持ってもらえたらと思います。

相談窓口は、困った事、不安な事、自分の事、家族の事、友達のこと、進学の事、イライラ、悲観原因のわからないモヤモヤ、ちょっと一息つきたい、気分転換したい、心理的興味がある、悩みをしゃべりたいなど、何でも話しに来て下さい。

みなさんが少しでも気分よく過ごせて、学校生活が充実したものとなるようにお手伝い出来ればいいなと思っています。悩んだり迷ったりした時、また楽しい気持ちも共有しながら、感情や行動について一緒に考えていきましょう。

② SCIによるSHORYUタイムの検証



## LINE相談「SHORYUタイム」ご利用にあたって

ご利用にあたり、以下の点についてご確認ください。

**SHORYUタイム**

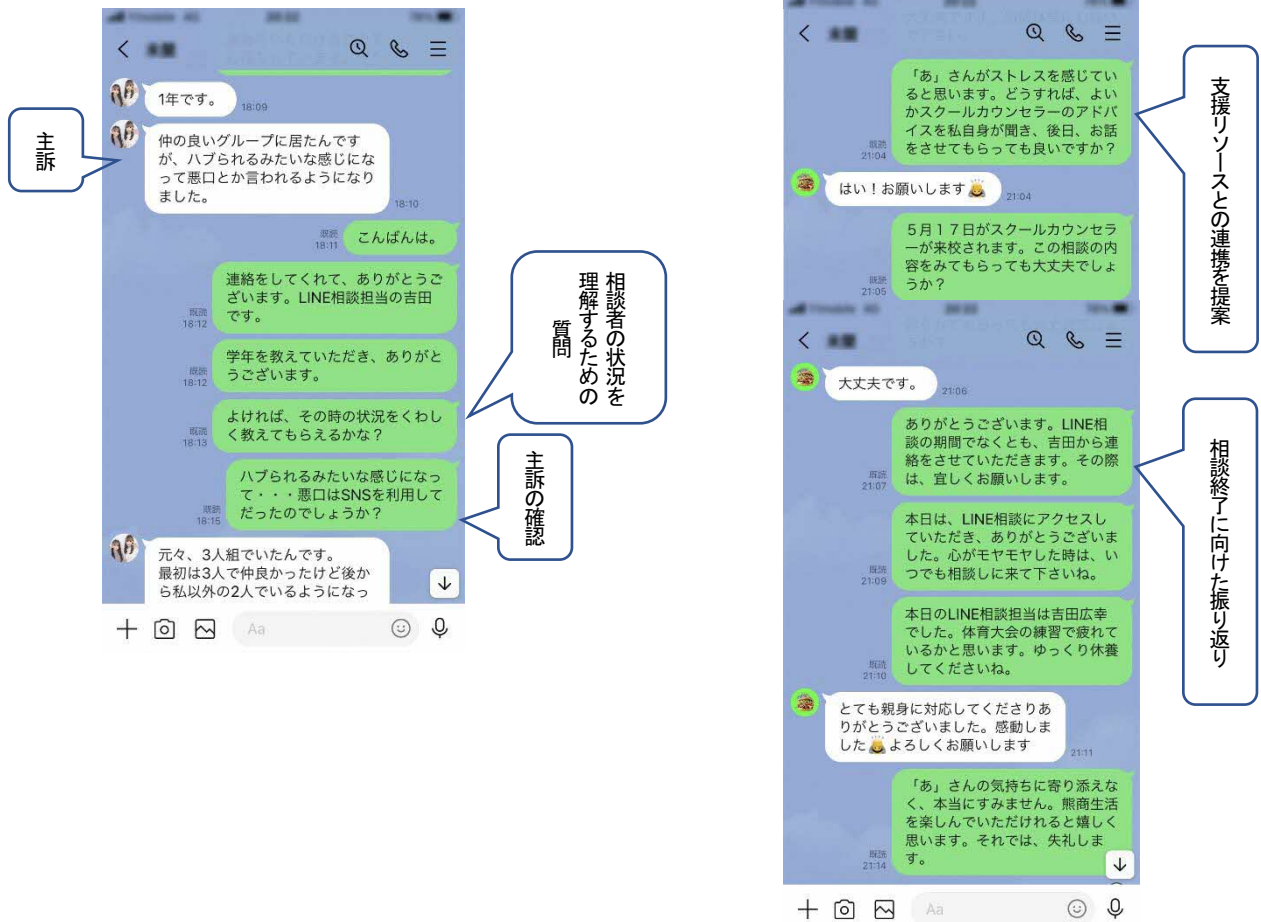
- 相談期間 令和4年7月19日（火）～令和4年7月20日（水）  
令和4年8月30日（火）～令和4年9月 2日（金）
- 受付時間（利用時間） 18時30分～21時（7/19～7/20）  
17時～20時（8/30～9/2）  
※相談終了：21時（第6回）、20時（第7回）
- 相談対象者  
相談対象者は、本校生徒1年・2年・3年の在校生です。その他の方の相談は受付できません。
- LINE相談 相談員  
教育相談部（吉田 広幸 等）が対応させていただきます。
- 相談できること  
どんな小さなことでも気軽に相談してください。相談者の不安や悩んでいることをしっかり聞いて、どうすることがよいか一緒に考えます。  
また、相談者の不安や悩みごとに合う相談方法（相談窓口）を紹介したり、スクールカウンセラーに、後日、繋ぐこともできます。  
※2学期当初の実力検査前です。学習の相談も受け付けます。
- 相談の守秘について  
相談者の生命や身体等の安全が害される恐れがあると判断した場合は、関係者（関係機関）に連絡をする場合があります。  
また、LINEでの相談対応をよりよいものにするため、相談の内容について、相談員（教育相談部）の対応技術の向上のために利用することがあります。
- 注意事項  
匿名で大丈夫ですが、最初に学年と性別を教えてください。また、相談終了後は、簡単なアンケートを回答していただくと助かります。（フォームズによるアンケート）  
アクセスが集中して対応できない場合があります。その場合は、しばらくしてから改めて相談してください。急に相談したい場合は、担任の先生、学年主任などに勇気をもって相談してください。  
「24時間子どもSOSダイヤル（☎0120-0-78310）」を利用してください。  
うそやいたずらと判断される内容には、対応できない場合があります。  
途中で相談を断れる場合は、そのことをお知らせください。応答が10分ほど途絶えた場合は、相談を終了させていただくことがあります。  
1回の相談時間は、概ね50分を目安とします。終了時刻は、第6回が21時（第7回は20時）になります。ご理解を宜しくお願いします。  
2度目以降の相談に対し、別の相談員が対応することもあります。その場合は、前回までの相談内容を读ませてもらうことがあります。

友だち登録 QRコード

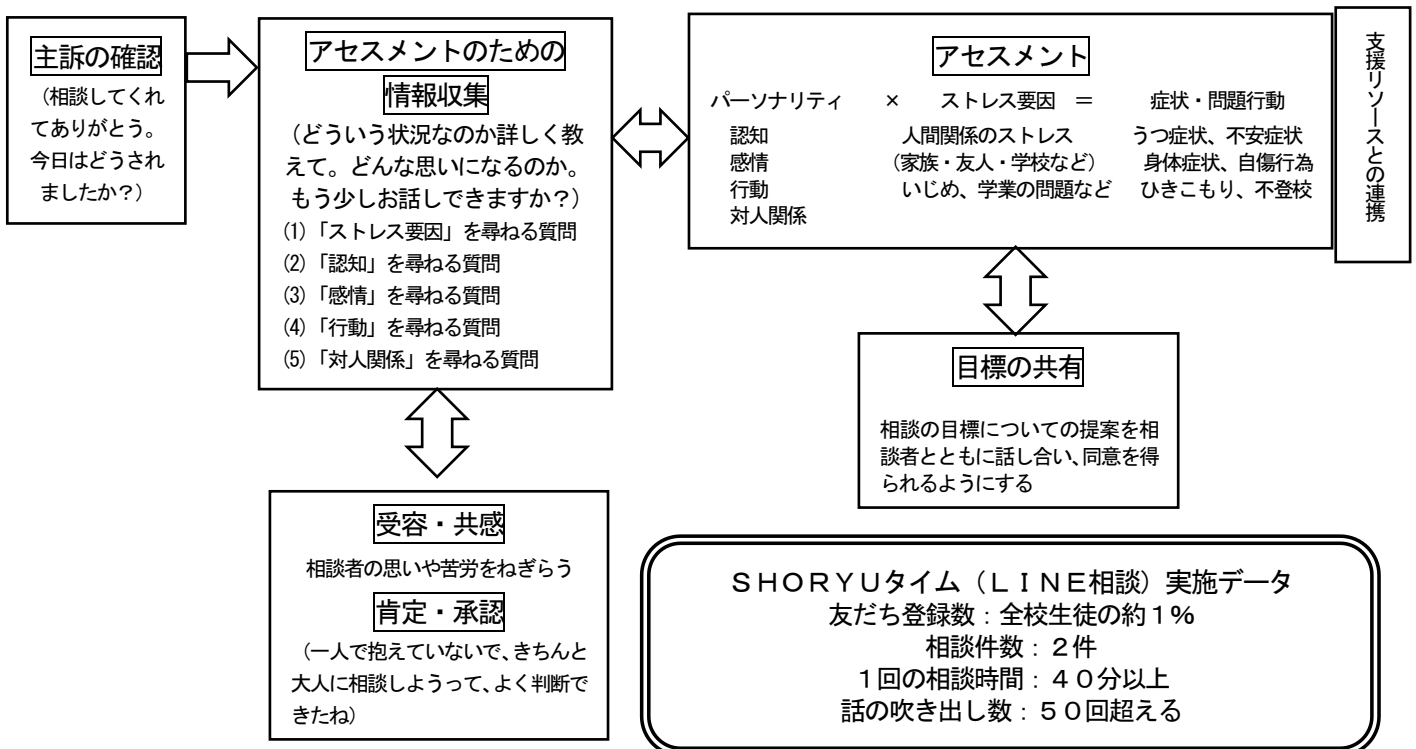
「SOSの出し方に関する教育」研究指定校  
令和4年7月 熊本商業高等学校 教育相談部

### ③ SHORYUタイム（LINE相談）の事例

※使用許可を得て、掲載しています。個人情報に掲載されている部分は画像処理してあります。  
画面はイメージ図になっています。



### LINE相談の流れ



(3) ストレス対処プログラム（全学年：年3回）

本校では、ストレス対処プログラムを平成28年度から実施している。教育相談部から提案された題材をもとに生徒たちが学校生活の中でストレスを感じることが少なくなるように自己肯定感を高め、自他ともにお互いを大切に、怒（おもいやり）の心を持ち、良好な人間関係の構築を目指して実施している。

ストレス対処プログラムは、年間3回の実施だが、生徒が生活上の困難・ストレスに直面したときの対処方法を身に付けるための教育のひとつである。友人関係のトラブル、学業・進路、様々な生活上の困難・ストレスに直面した時に、それらに適切に対処する方法（態度や行動）を生徒たちが身に付けることは、いじめ・不登校をはじめとする生徒指導上の諸問題の予防の観点からも大切である。それらの態度や行動を、一度ではなく、折に触れ思い出したり実感したりすることは、生徒たちが将来、直面する可能性のある様々な危機に、適切に対処するための土台づくりにもつながるものと考え、取り組んでいる。

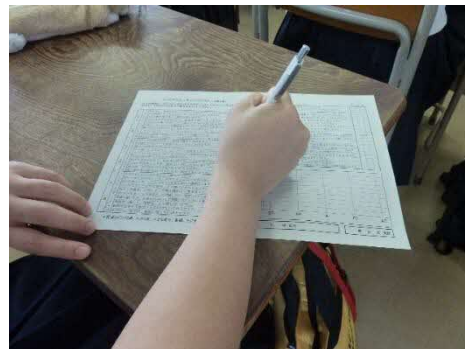
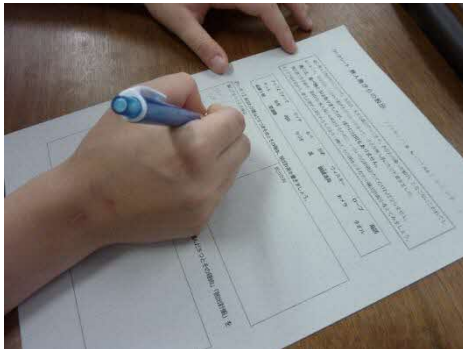
	1学年	2学年	3学年
1学期	プログラム① サイコロトーキング プログラム② エゴグラム	プログラム⑤ Who am I?	プログラム⑧ 無人島からの脱出
2学期	プログラム③ 二者択一	プログラム⑥ 私の四面鏡	プログラム⑨ アサーション
3学期	プログラム④ アングーマネジメント	プログラム⑦ 聴く力を育てよう	

構成的グループ・エンカウンターは、「ふれあいと自己発見の促進」とともに「自己成長」をねらいとしている。自分と他者とのかかわり方（他者との関係性）が大切であり、「SOSの出し方に関する教育」の土台となっている。エクササイズを介して自己開示し、自己開示を介してリレーションをつくること2つのプロセスを同時に実施している。

※「ストレス対処プログラム」公開授業令和4年2月3日実施 動画はこちら→



限定公開  
YOUTUBE

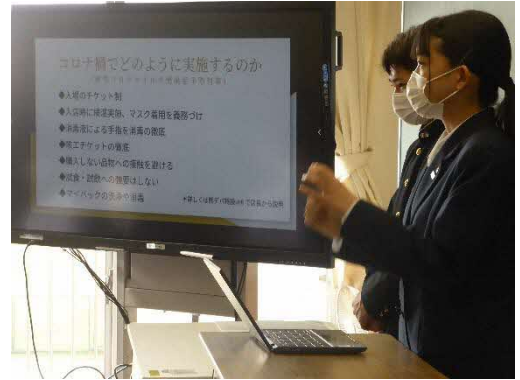


1学期：3年生「無人島からの脱出」の様子

(4) 販売実習 第35回「熊商デパート」

本校の教育の柱である販売実習「熊商デパート」を通して、販売実習に関わる情報共有や各部の業務内容の把握により、組織として他者の業務に目を向けて、援助できる協働性や共感力、課題探究能力を磨き、さらに自己肯定感を高めていくことができる。

新型コロナウイルス感染症予防に努め、来場者を限定せずに「熊商デパート」を12月3日(土)、12月4日(日)に実施することができた。3年ぶりの一般開催に戻し、多くの方が来場して下さった。



販売実習の6ヶ月前からの取り組み

販売実習「熊商デパート」の主な事前研修の内容：

- ・協賛企業説明会(例年6月)、店長・副店長会議(今年度は毎週火曜日)
- ・部長会議(総務、仕入、販売、経理、電算の5つの部 今年度は毎週水曜日)
- ・協賛企業による招聘授業
- ・全校生徒による接客八大用語唱和(11月から毎朝SHR時)
- ・社員総会、熊商デパート特設LHRなど



【販売実習「熊商デパート」を終えて：検証】

販売実習「熊商デパート」の準備が本格的始まった頃(7月)と販売実習終了後(1月)に「学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート」を実施し、質問16の結果から、生徒たちの販売実習に対する意識や業務に対する協働性や共感力が高まり、個々のクラスの仲間同士としての結束力を高める機会となったことがわかる。学校生活の中で人とつながり合うことで、生徒がお互いにSOSを言える関係(環境)ができつつある。

質問事項16 “本校の販売実習「熊商デパート」を通して地域や人の役に立ったと感じた”

81.8% → 96.3% に大きく向上し、自己有用感が得られている結果となった。

熊本商業高校では、販売実習「熊商デパート」を通して、自己有用感が向上する。

→ 自己肯定感の向上に繋がる。

●熊商デパート 生徒自己評価データ(回答数：1,034名)4段階評価 (2022年度)

- 自己評価内容：自分の良さ(長所)と友人の良さに気づき、それを生かしながら協働的に活動ができましたか。 評価4(47.6%) 評価3(37.6%)
- 自分の仕事に責任と誇りをもってできましたか。 評価4(61.9%) 評価3(35.2%)
- 熊商デパートを通して、自分の成長を実感できましたか。 評価4(49.5%) 評価3(32.5%)

熊商デパートの生徒感想(一部) 第34回熊商デパート各種アンケート(昨年度)より

- 協力の大切さや達成感をすごく感じた。熊商生として最高の熊商デパートをつくることができ良かった。(3年)
- 熊デバが近づくにつれ、クラスメイトの対応力の高さや積極性など新たな一面を知ることができた。(3年)
- クラスみんなの協力する姿勢、自分を支えてくれた人の大切さ、たくさんの方々に感謝の気持ちを伝えたい。(2年)
- クラスの絆が深まったと感じた。(1年)
- 朝のミーティングで店長や各部長からの反省点をどのように改善すべきか話し合ったのがよかった。(1年)

(5) その他の取り組み

情報共有 (収集)

ア 1 学年保護者の気づきアンケート (2年目)

3月末の新生説明会時に保護者に「保護者の気づきアンケート」を配付し、入学式当日に新入生(子ども)にかかわる情報を収集し、1年生担任に情報提供することができた。入学当初から生徒を理解し、新入生が安心して学校生活をスタートできるように努めた。

主な項目として、「お子さまについて」「これまでのお子さまの成長の中で、伝えたいこと」「相談している専門機関(病院等)」「24項目の気づきチェックシート」「SCへの相談希望」の内容である。生徒自ら「SOS」を出せるかどうかなどもチェック項目の一部に取り入れた。保護者の気づきアンケートの回答により、SCとの面談に繋ぐこともできた。

令和3年度 1学年保護者の気づきアンケート

1年 組 号 生徒氏名 <small>(姓・名は本記入で姓順です)</small>	出身中学校 中学校
保護者氏名	記入者名(続柄)

このアンケートは本校が入学の早い段階からお子さま1人ひとりをしっかり理解し、お子さまの笑顔あふれる学校生活につなげるためのものです。本人が困らないため、より豊かな生活を送るために作成するものであり、関係者以外に情報が漏れることはありませんので、ありのままにお答えいただけますようお願いいたします。

記入事項がない場合でも、記名をされ、必ず提出をお願いします。封筒に入れ、厳封のうえ、入学式の日に担任(HR)にて提出書類と一緒にご提出ください。なお、特に必要な場合は、個別に話をさせていただきます。

**1 お子さまについて** 保護者が感じられることをお書きください。

長所	
得意なこと・好きなこと	
今、夢中になっていること	

**2 これまでのお子様の成長の中で、私たちに伝えたいことがあればご記入ください。**  
例) 運動が苦手、体育の授業を嫌がる 友達との関係で悩むことが多い 短気なところがあるが、優しく声をかけると落ち着く

**3 相談している専門機関(病院、療育機関など)があればご記入ください。** ※有無に○をつけてください

無 ・ 有 { 専門機関名称: \_\_\_\_\_ }

診断名があればお知らせください { 診断名: \_\_\_\_\_ }

療育手帳等があればお知らせください

①療育手帳 無 ・ 有 (取得 年 月)

②身体障害者手帳 無 ・ 有 (取得 年 月)

③精神障害者保健福祉手帳 無 ・ 有 (取得 年 月)

(裏面にお進みください)

**4 気づきチェックシート**  
お子様状況について、以下のチェック欄の「あてはまる」「少しあてはまる」「ほとんどあてはまらない」「あてはまらない」のいずれか一つに○をしてください。

チェック項目	チェック欄			
	あてはまる	少しあてはまる	ほとんどあてはまらない	あてはまらない
例) 忘れっぽい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 聞き間違いがある 例) 「知った」を「行った」と聞き間違える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 相手の気持ちを考えずに発言したり、行動したりする (思いっつきままに話してしまう)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 本を読むことにも時間がかかる(苦手である)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 書くことにも時間がかかる(苦手である)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 計算にも時間がかかる(苦手である)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 不器用である(細かい作業が苦手である)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 細かいところまで注意を払わない (掃除に欠陥がある)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 ぞわぞわ感、または震っているときにもじもじする 座っているべきときに寝てしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 活動に対して集中が途切れやすい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 言うことを聞かないと注意を受けることがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 特定の物事に強く興味にだわりを示す	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 怒った時に落ち着くまでに時間がかかる(怒りっぽい)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 学校からの配付物・連絡はしっかりとれる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 忘れ物が多い 忘れっぽい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 音や匂いに敏感である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 責任感(正義感)は強いほうである	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 努力を惜しまないタイプである	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 友だちから相談をうけることがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 ストレスに敏感である(体調に表れやすい)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 家庭の中ではよく話す(学校・部活・友人など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 スマホやゲームについての家庭内のルールがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 自分で「SOS」を出せる(悩みなど話せる)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 進路目標(将来の夢、なりたい職業)がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 自分の良さを自分でよく知っている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**5 SC(スクールカウンセラー)への相談** 有  無  どちらかに○をしてください。

ご協力ありがとうございました。お子さまのことで気になることがありましたらいつでもご相談ください。  
問合せ先: 熊本商業高等学校 教育相談部

イ 中学校からの情報提供 (4月当初)

毎年、年度末に新入生を対象に中学校に対して情報提供を依頼し、入学式前の特別な配慮を要する生徒理解職員研修を実施した。  
(対象: 新入生のみ)

ウ 特別な配慮を要する生徒理解職員研修

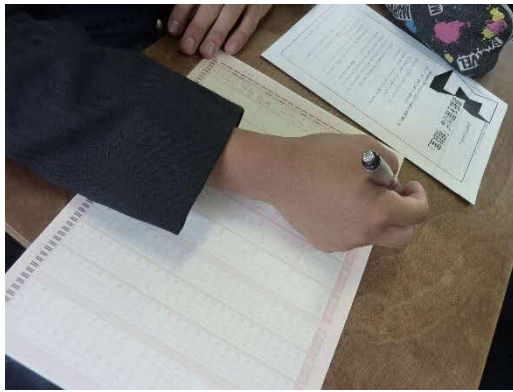
各学期に1回、特別な配慮を要する生徒理解職員研修を実施。  
(対象: 全学年)



エ 生徒理解のための総合調査 (シグマ検査の実施: 4月中旬) と職員研修 (5月中旬)

シグマ検査は、個々の生徒が抱えている悩みやその背景が多面的にわかり、悩みやつまづきなどの移り変わりを把握することができる。また、生徒の心の支えがわかりやすいものとなっている。特に学習の遅れや意欲低下、進路面の不安や行きづまり感、自己否定感やストレスなど、親子関係や学校外での対人関係など生徒の現状やSOSのサインを早く把握できやすい内容となっている。この検査結果をもとに、毎年5月に各学年の担任を少人数のグループに分けて、職員研修を実施している。

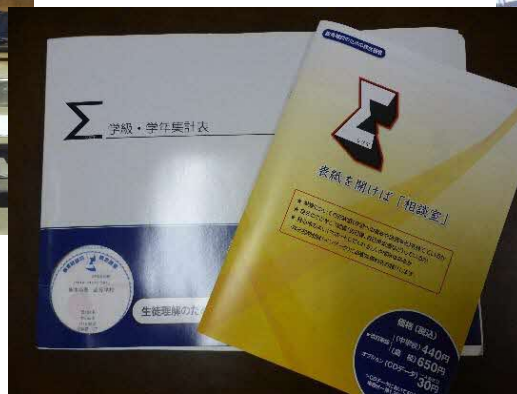
それぞれの学級一覧表をもとに気になる生徒への接し方や対応の仕方など心理検査士を招いて学ぶ研修と位置づけている。



4月中旬にシグマ検査実施。生徒たちの新しい学校生活環境の不安や悩み等を把握することができる。



小グループによる職員研修



気になる生徒のデータをもとに心理検査士へ気軽に質問することができる。

※昨年度、熊本県内での「生徒理解のための総合調査」を利用されている高校は6校と聞いている。

オ 面談週間の実施（寮生面談も含む）

年間2回程度、面談週間をつくり担任と生徒が面談する時間を確保している。面談週間直前に「心とからだの健康観察」等のアンケートを実施し、担任に情報提供し面談を実施している。

カ 開放した環境の教育相談室

昨年度から相談したい生徒が入りやすくするために、使用していない時は、年間を通して常にドアを開けている。



キ 商業関係の資格取得の学習

○全国商業高等学校協会主催検定取得状況（三種目以上1級取得者数）

- 令和4年度：188人（全国順位 未発表）2023年2月下旬時点
- 令和3年度：209人（全国順位 5位）
- 令和2年度：189人（全国順位 7位）
- 令和元年度：216人（全国順位 4位）
- 平成30年度：205人（全国順位 6位）
- 平成29年度：179人（全国順位 11位）

○高度資格取得状況〔簿記〕〔情報〕

日商簿記1級、全経簿記上級、簿記論、応用情報処理技術者、基本情報処理技術者 等



## ク あいプロジェクト（熊本県若者版ゲートキーパー研修）及びゲートキーパー研修

### （ア）研修実施の目的

「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における10月に実施した研究発表会を踏まえ、自殺の2次予防（ハイリスクの子どもへのサポート）として、私たち大人が「SOSの受け止め方」を学ぶ必要がある。「自殺のリスクにつながるような悩みに気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人」の早期対応にあたる中心的な人材になることが教職員にも求められている。熊本県では、誰も自殺に追い込まれることのない「支え合う熊本」の実現を目指して、平成30年3月に「第2期熊本県自殺対策推進計画」策定され、主な取り組みとして、ゲートキーパー養成のための研修を行い、自殺の基礎知識や自殺に傾いた人への対応と適切な機関につなぐための知識・スキルを修得し、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図る人材を養成している。

### （イ）研修実施日時

2023年1月17日（火）6限目 午後2時35分～午後3時25分（50分）：生徒研修

2023年2月15日（水） 午後1時30分～午後2時20分（50分）：職員研修

### （ウ）研修場所（会場）

生徒研修：教室棟2階 3年2組教室

職員研修：特別教室棟1階 第2実践室

### （エ）研修参加対象者

生徒研修：3年2組生徒41名

職員研修：本校職員 約60名

### （オ）研修内容及び講師

生徒研修：あいプロジェクト（熊本県若者版ゲートキーパー研修） 講師：熊本県立大学学生3名  
※令和3年度より熊本県立大学は、熊本県精神保健福祉センターとの共同研究で、若者版ゲートキーパー養成研修パッケージの作成に取り組んでいる。

職員研修：ゲートキーパー研修 講師：熊本県精神保健福祉センター 甲木 咲衣 様  
（自殺の現状・話の聴き方・最近のトピック）

### （カ）その他

生徒研修後に参加した3年2組生徒に対して、熊本県立大学学生によるアンケート実施。

熊本県立大学 総合管理学部 学生（3名）



※ 「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。  
自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要です。1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。



4 年間計画

月 日 曜			校内の行事・取組	内容/主査	対象学年	職員
4	7	木	特別な配慮を要する生徒理解職員研修①	特別支援教育	1学年	○
	14	木	仲間づくり LHR	教育相談部	1学年	
	13	水	情報モラル講演会	生徒指導部	1学年	
	21	木	シグマ検査	教育相談部	全学年	
	25	月	寮生面談①	教育相談部	該当者	
5	9	月	SHORYUタイム (LINE相談)	教育相談部	全学年	
	13	金	体育大会	体育科	全学年	
	19	木	特別な配慮を要する生徒理解職員研修②	特別支援教育	全学年	○
	19	木	心とからだの健康観察①	教育相談部	全学年	
	19	木	SOS推進委員会①推進体制・内容周知	SOS推進委員会		
	20	金	育友会総会 (SCの紹介:保護者)	総務部 保護者へ周知	全学年	
	23	月	面談週間	教務部/教育相談部	全学年	
	23	月	寮生面談②	教育相談部	該当者	
	23	月	シグマ検査による生徒理解職員研修	教育相談部		○
	23	月	熊商デパートタウンミーティング①	熊商デパート実行委員会	該当者	
	30	月	人権標語作成依頼 (各クラスの人権委員)	人権教育推進委員会	全学年	
	31	火	熊商デパート職員会議	熊商デパート実行委員会		○
6	2	木	進路LHR	進路指導部	全学年	
	7	火	SOS推進委員会② 研究・取組内容協議	SOS推進委員会		○
	9	木	公開授業① (研究授業含む)	教務部	全学年	
	16	木	ストレス対処プログラム①	教育相談部	全学年	
	23	木	人権教育LHR (3学年)	人権教育推進委員会	3学年	
	29	水	熊商デパート協賛企業説明会	熊商デパート実行委員会	クラス店長	○
	30	木	心のアンケート①	生徒指導部	全学年	
		書面にて	学校運営協議会① 研修内容周知			○
7	7	木	人権教育LHR (2学年)	人権教育推進委員会	2学年	
	7	木	進路LHR (3学年)	進路指導部	3学年	
	12	火	いじめ問題防止対策委員会 (SC含) ①	1学期の振り返り		○
	19	火	SOS推進委員会③ 1学期の振り返り	SOS推進委員会		○
8	30	火	SHORYUタイム (LINE相談)	教育相談部	全学年	
	31	水	SOS推進委員会④ 2学期の取組み	SOS推進委員会		○
			インターンシップ (夏季休業中)	熊商デパート実行委員会	全学年	
9	5	月	寮生面談③	教育相談部	該当者	
	8	木	心とからだの健康観察②	教育相談部	全学年	
	15	木	人権教育LHR (3学年)	人権教育推進委員会	3学年	
	22	木	心の教育講演会①	保健部	全学年	
	27	火	SOS推進委員会⑤ 中間報告・発表会計画	SOS推進委員会		○
	29	木	進路LHR (2学年)	進路指導部	2学年	

月 日 曜		校内の行事・取組	内容/主査	対象学年	職員	
10	6	木	進路LHR（1・3学年）	進路指導部	1・3学年	
	7	金	「SOSの出し方に関する教育」研究発表会職員会議	SOS推進委員会		
	13	木	進路LHR（2学年）	進路指導部	2学年	
	13	木	人権教育LHR（1学年）	人権教育推進委員会	1学年	
	21	金	文化発表会	生徒会	全生徒	
	24	月	芸術鑑賞	図書部	全生徒	
	27	木	ストレス対処プログラム② 「SOSの出し方に関する教育」研究発表会	教育相談部 SOS推進委員会	全学年	
	27	木	熊商デパート社員総会	熊商デパート実行委員会	全学年	
			公開授業②（各教科）	教務部	全学年	
11	1	火	SOS推進委員会⑥ 研究発表会の総括	SOS推進委員会		
	16	水	特別な配慮を要する生徒理解職員研修③	特別支援教育		○
	17	木	熊商デパートLHR	熊商デパート実行委員会	全学年	
	22	火	SOS推進委員会⑦	SOS推進委員会		○
	24	木	熊商デパートLHR	熊商デパート実行委員会	全学年	
12	3	土	熊商デパート（12月3日～12月4日）	熊商デパート実行委員会	全生徒	○
	13	火	いじめ問題防止対策委員会（SC含）②	2学期の振り返り		○
	20	火	SOS推進委員会⑧ 2学期の振り返り	SOS推進委員会		○
1	12	木	心とからだの健康観察③	教育相談部	全学年	
	19	木	進路LHR（2学年）	進路指導部	2学年	
	19	木	人権教育講演会（1学年）	人権教育推進委員会	1学年	
	25	水	課題研究成果発表会	商業科	2・3学年	
	31	火	SOS推進委員会⑨ 今年度のまとめ(1)	SOS推進委員会		○
			心のアンケート②	生徒指導部		
2	2	木	ストレス対処プログラム③	教育相談部	1・2学年	
	3	金	校内持久走大会	体育科	1・2学年	
	15	水	特別な配慮を要する生徒理解研修④	特別支援教育		○
	21	火	SOS推進委員会⑩ 今年度のまとめ(2)	SOS推進委員会		○
			学校運営協議会② 研究成果最終報告			○
3	2	木	心の教育講演会②	保健部	1・2学年	
	14	火	いじめ問題防止対策委員会（SC含）③	3学期の振り返り		○
	23	木	SOS推進委員会⑪ 校内成果報告	SOS推進委員会		○

※ 上記の年間計画は、年度当初に計画したものである。

## 5 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究報告概要のまとめ

### (1) 今年度の「SOSの出し方に関する教育」についての方向性

昨年度の中間報告を踏まえ、本校の「SOSの出し方に関する教育」の方向性を模索してきたが、校内の環境づくりや教職員の支援の在り方、ストレス解消、良好な人間関係をつくることで、SOSを出さなくてよい環境にしていくことや予防に研究・力を注いでいくことを一つの柱として設定した。

### (2) 公開研究授業について

本校は、下地づくり教育、温かい人間関係を築く教育の「ストレス対処プログラム」を取り入れた学習を継続している。さらに、心にストレスを受けた時の対処法やSOSの出し方・受け止め方について理解することにより、悩みや不安に向き合い乗り越えるための、より適切な行動ができるようになると考え、今回の公開研究授業「SOSの出し方に関する教育」～「心のストレスとその対処法を信用できる大人につなぐ」に挑戦した。専門的な視点を授業に反映させるために、スクールカウンセラーからの助言に加えて、実際に授業にも参加していただき、より良い授業になるように取り組んだ。

### (3) SHORYUタイム（LINE相談）について

SHORYUタイム（LINE相談）は、SNSを利用した新たな取り組みとして昨年8月から開始した。子どもたちの援助希求行動「SOSの出し方」の選択肢のひとつとなることが期待されている。

当初は、知名度がないSHORYUタイム（LINE相談）をいかにして生徒に浸透させるかが課題であった。そこで、いつでもどこでも確認ができる名刺サイズのSHORYUタイムカードを作成し、SHORYUタイム（LINE相談）を実施毎にカードを配付できるように準備した。カードを配付すると多くの生徒たちが裏面を見る、という行動に気づき、2回目のカード配付から裏面にメッセージ（開始当初10種類→現在40種類）を入れる工夫を始めた。すでに5,000枚を超える枚数を発行している。

### (4) 熊商デパートについて

自己肯定感や自己有用感が向上すると思われる本校の教育の柱のひとつである販売実習「熊商デパート」を2022年12月3日（土）、12月4日（日）実施した。3年ぶりの一般開催に戻し、多くの方が来場した。「学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート」の結果からも「熊商デパート」を通して地域や人の役に立ったと感じた回答した生徒は、96.3%となった。このことから販売実習「熊商デパート」を通して、自らの良さと友人の良さに気づき、それを生かしながら協働的に活動し、貢献できる場であり、生徒たちが成長できる実感を得ることができている機会であることが改めてわかった。

### (5) 総合調査（シグマ検査）について

生徒理解のための総合調査シグマ検査結果から「相談相手がない」と回答した本校生徒の割合は今年度も1%未満でシグマ検査を実施したすべての高校の5%と比較しても割合は低い。本校生徒の多くは、友人や家族、教職員等に悩みを相談できていることが把握できた。

### (6) 学校における自殺予防について

学校における1次予防（自殺）は、学級づくり、見守り体制の構築、生徒の様々な状況の把握や情報提供及び共有、心の健康教育、SOSの出し方教育、自殺予防教育、教職員のSOSの受け止め方研修（ゲートキーパー研修など）と多岐にわたる。1次予防を確実に行うことが、生きづらさや希死念慮（死にたい気持ち）を訴える子どもの減少につながる。この1次予防は、各学校が特に力を入れて取り組むべき自殺予防である。

2次予防（ハイリスクの子どもへのサポート）として、「SOSの受け止め方」を学ぶ必要があると私たち大人が認識することは、「SOSの出し方に関する教育」の実践においても極めて重要と言える。子どもの自殺率の高さの一要因として、周りに相談できる大人がいなかったことが挙げられる。「SOSの出し方に関する教育」では、援助希求能力の向上等、生徒がどう変わるかだけでなく、ゲートキーパーとしてなることができるように私たち大人（教職員）が変わることも求められている。

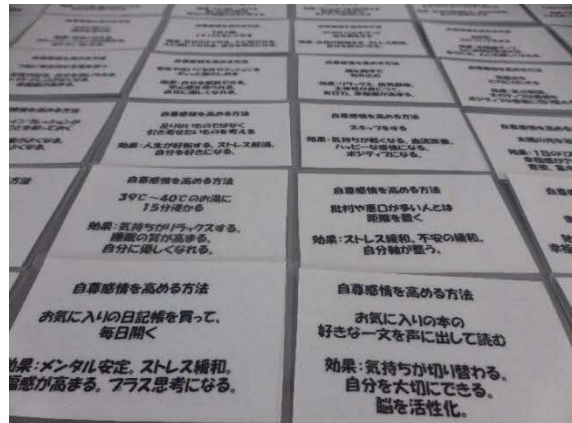
(参考)



あるクラスに自習監督に行くとSHORYUタイムカードを入れていた

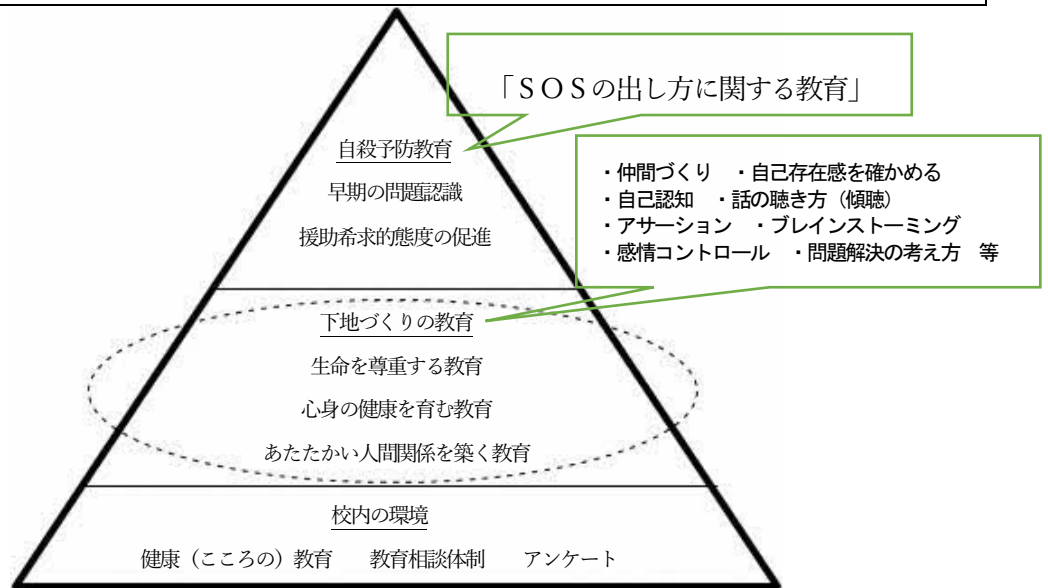


ストレス対処プログラム 1学期の様子



第7回SHORYUタイムカードの裏面にメッセージを入れる(40パターン)「自尊感情を高める方法」

「SOSの出し方に関する教育」とは、「子どもが、現在起きている危機的状況、又は今後起こり得る危機的状況に対応するために、適切な援助希求行動(身近にいる信頼できる大人にSOSを出す)ができるようにすること」、「身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすること」を目的とした教育である。苦しい立場に置かれている子どもは、自ら声を上げるのをためらい、なおかつ相談の仕方を知らないなど、状況がますます悪くなり、最悪の場合、自らの命を絶ってしまうことがある。声を出せない子どもが、つらい思いをしているであろうことに、大人も周りの子どもも、ともに危機感を持って向き合う必要がある。



図：自殺予防教育実施に向けての下地づくり

出典 児童生徒の自殺予防に関する資料 文部科学省初等中等教育局児童生徒課



【別添資料1】 公開研究授業指導案および関係資料 p. 23～

【別添資料2】 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会 アンケート関係資料  
p. 32～

【別添資料3】 学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート結果 2022年度  
p. 36

「SOSの出し方に関する教育」 学習指導案  
「心のストレスとその対処法を信用できる大人につなぐ」

「SOSの出し方に関する教育」学習指導案

日 時：令和4年10月27日（木）  
時 限：6限目 14時10分～15時  
場 所：熊本商業高等学校 体育館  
実施クラス：商業科3年2組  
41名（男子13名、女子28名）  
授業指導者：教諭 小車 香織

1 題材名 「心のストレスとその対処法を信用できる大人につなぐ」

特別活動〔ホームルーム活動の内容〕

- (2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全  
エ 青年期の悩みや課題とその解決

2 題材について

○ 題材設定の理由

平成28年に「自殺対策基本法」の一部が改正され、児童生徒の自殺予防に係る取組の徹底が求められた。平成29年に閣議決定された新たな自殺総合対策大綱では、自殺予防教育の柱の一つである様々な困難やストレスへの対応方法を身に付けるための教育「SOSの出し方に関する教育」の推進が重要であるとされている。

これまで、本校では下地づくり教育の「ストレス対処プログラム」を取り入れて学習を継続している。それに加えて、SOSの出し方及び受け止め方について理解することにより、悩みや不安に向き合い、乗り越えるためのより適切な行動ができるようになると考え、この題材を設定した。また、教材や学習指導案は、特別な授業ではなく、通常の学校教育活動として位置づける必要がある。そこで、各自治体で作成されている教材をベースに指導案を作成した。

本題材で、心のストレスの原因とその対処法について考え、心の危機や友達のSOSの受け止め方を理解する。特に、心にストレスを受ける時の感情はどのような感情なのかを考え、誰もがつらい気持ちや悲しい気持ち等のネガティブな感情を持つことがあり、相手や状況に応じて、その気持ちの強さが違うこと等を理解する。

また、心のストレスへの対処法をブレインストーミング等で数多くの考えを出し合い、共有する。一人一人がその対処法をできるだけ多く持っておくことは、実際の生活に役立ち、心のストレスを一人で抱え込まずに乗り越える方法があることを理解すること（相談）によって、援助希求的態度の育成（子ども自身がSOSを出す実践力）を図る。そのことを踏まえて、友達が強い心のストレスを受けていることに気づいた時の関わり方をロールプレイングで体験し、他人事ではなく自分ごととして考えることができるようにする。友達の悩みに対して「説教・助言」、「感情を受け止める」というそれぞれの対応によって、相談者が受ける感じ方の違いを体験し、受容と傾聴の大切さを理解する。

まとめでは、友達のSOSに対応する時の合言葉（阪中順子先生）「きょうしつ（気づいて、よりそい、受け止めて、信頼できる大人に、つなげる）」と学校や地域の相談窓口を確認し、友達のSOSを信頼できる大人に相談する（つなぐ）という実践・行動につなげていきたい。教職員には、生徒が出したSOSについて、教職員自身が気づき、受け止めるための資質・能力を高めることも求められている。

○ 本題材で工夫する点や手立て

ブレインストーミングやロールプレイングなどのグループワークを重視している。これらの活動を通して、それぞれの自由な発想を出し合い、自分とは異なる思いや考え方に触れることで、多様性を認め合い、仲間との絆を深めることが可能になると考えられる。また、生徒同士のつながりを強化し、生徒自身の心の危機に際しての問題解決能力を高めるなどの効果も期待できる。

強い心のストレスを受けた時の心身の状態について学習する時には、「心の傷は見えないため、人に伝えて可視化することが大切であること」を確認する。誰かに見せる（知らせる）ことによって適切な処置や治療等を受け

ることができ、少なくとも現在より良くなる可能性があることを伝える。生徒の中には、身近な人を自殺で亡くした者や自傷行為をしてしまう者もいると考え、価値観の押しつけを避ける。「いのちは大切（大事）」といった価値観を一方的に与えることは、「いのちを大切（大事）にできない親（自分）はだめな存在」と自分を責め、より一層自尊感情を傷付けてしまう恐れがある。教職員は、生きづらさを抱えている生徒に少しでも寄り添う姿勢を大切にする。

### 3 評価規準

集団活動への関心・意欲・態度	集団の中のひとりとしての思考・判断・実践	集団活動についての知識理解
心のストレスの対処法について、関心を持ち、学習活動に意欲を持って取り組み、今後の集団活動に役に立てようとしている。	心のストレスの対処法について、今までの経験を振り返り、学習を通じて考えたことを、グループ活動で相手に伝えている。	心のストレスの対処法について、理解するとともに、強いストレスや友達のSOSについて理解している。また、外部の専門機関や信頼できる大人に相談することの大切さを理解している。

### 4 本時の目標

人は心のストレスによって、嫌な気持ちやつらい気持ち等のネガティブな感情をもつことを理解し、その対処法を考える。また、友達から悩みを打ち明けられた時の関わり方について理解を深めるとともに、友達のSOSを一人で抱え込まず、信頼できる大人につなげることの大切さを理解する。

生徒が、自分自身を「他者から援助を得る価値のある存在である」と認識し、周囲の人々へ信頼感を持つとともに、学級集団や友達関係において互いに安心感を抱き、相互にサポートしあう雰囲気が必要である。授業の実施前には、生徒や学級集団の状態を把握することが必要である。そのような環境がなければ強いストレスを受けた際に、周囲にサポートを求めることができなくなり、自他を信頼できない生徒の孤立感を深めることになる。

#### （学級集団の状態把握と配慮内容）

下地づくりの教育を行い、学級集団の雰囲気や生徒同士の自主的・自発的交流の様子、学習や生活の規律の状況等を担任だけでなく学年主任や生徒指導、教育相談、養護教諭等のチームで、客観的に評価・分析できる学校生活アンケートや心理検査などの質問等の結果を活用して判断する。

#### （生徒個人の状態把握と配慮内容）

身近な人を自殺で亡くしている生徒、自傷行為（自殺未遂）の経験等がある生徒については、あらかじめ抽出し、本人や保護者と話し合っ授業への参加の仕方を検討する。日頃から様子の気になる生徒やリスクを抱える生徒についても同様の配慮が必要である。

### 5 生徒観

本クラスは、41人中30人が運動部に所属し、明るく活力のある生徒が多い。各教科の授業におけるグループワークなどでは、積極的な発言が交わされ、お互いの意見を尊重しようとする場面も見られる。本授業に先立って行われた学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケートでは、「誰かが困っているときに助言や手助けをすることができる」「周囲の人にほめられたり、認められたりしたことがある」「周囲の人をほめたり、認めたりしたことがある」の項目では全員が「はい」と回答している。協力的なクラスであるが、個別で面談をすると、「親友がいない」と悩む生徒も少なくない。高校卒業後、大学生や社会人として親元を離れて生活する中で、本当に心が苦しいときに誰かに相談する力を持てるように授業を進めたい。



6 展開

	学習内容・活動 (教師の教示＝●)	指導・援助上の配慮事項	評価規準・ 方法等
<p>導入</p> <p>ストレス (10分)</p> <p>電子黒板 も可</p>	<p>●ストレスは、生きていくうえで避けて通れないもので、上手く解消したり上手く付き合わないといけない。そのひとつとして、SOSの出し方に関する教育：心のストレスと対処法を仲間に広げる1時間にしたいと思います。</p> <p>本時のねらい①相談する力を身に付けよう②相談されたときに適切に対応する力を身に付けよう</p> <p>●「受援力」という言葉を知っていますか。受援力とは、助けてと周囲に言える力のことです。助けを受ける力を伸ばしていきましょう。</p> <p>【アクティビティ】</p> <p>●班別にアクティビティをして、どのような時にどんな気持ちになるのかを話し合う。</p> <p>①表情カードを混ぜ、裏返しで机の上に広げる。 ②班の一人が一枚のカード表にして、自分がその表情になるのはどのような時で、どんな気持ちなのかを発表する。 ③順番に発表し、全員が終われば次のカードを表にして、同様に行う。思い浮かばなかったり言いたくなかったりする場合は、パスを認める。</p>	<p>●本時限の目標を伝える。</p> <p>【資料1】アクティビティ「どのような時、どんな気持ち」を配付し、活動方法を説明する。</p> <p>●ネガティブな感情の表情カードを1つ提示し、班で出た意見を発表させる。</p> <p>●発表された状況における気持ちの大きさを確認し、同じ気持ちでも状況や人によってその大きさが違うことをおさえる。</p> <p>●このような状況を「心のストレス」や「心にストレスを受け」と表現することを伝える。</p>	
<p>展開1</p> <p>SOSの 出し方 (15分)</p>	<p>【ストレスを受けた時の解消法を考える】</p> <p>●心にストレスを受けるような悩みはあるか、アンケートをとる。</p> <p>質問1：「この4週間で、このことで悩んだことはありますか」項目</p> <p>①対人関係について ②自分の心と体の健康について ③自分の性格や外見について ④進路や将来のことについて ⑤学力・能力について</p> <p>回答選択肢： 「全く悩んでいない」 「余り悩んでいない」 「どちらでもない」 「やや悩んでいる」 「とても悩んでいる」</p> <p>質問2：「この4週間で①～⑤をそれぞれ誰に相談しましたか」</p> <p>回答選択肢： 「友人」 「家族」 「学校の先生」 「専門家」 「誰にも相談していない」 「その他」</p> <p>●アンケートの結果を発表し、スクールカウンセラーに分析等コメントをもらう。</p>	<p>●クローズドブックを使ってフォームズのアンケートに回答する。 （【ワークシート】(2)）</p> <p>●アンケート結果を見ながら、クラスメートの悩みの状況を知る。その悩みに対してSOSを誰に出しているかと知る。</p> <p>●自分の悩みを話すことは勇気がいることであるが、一人で頑張る必要はないことを伝える。</p>	

<p>展開2 SOSの 受けとめ 方 (20分)</p>	<p>【相談を打ち明けられた時】 相談を打ち明けられた時を体験し、友達からのSOSへの対応方法について考える。 ●「説教・助言」「感情の理解」の2パターンを示し、A（悩みを打ち明ける側）、B（悩みを打ち明けられる側）の2人組になり、ロールプレイする。</p> <p>●A、Bそれぞれの役割で発言した気づきや感想を書く。 ●A、Bの気づきや感想を共有する。</p> <p>●スクールカウンセラーに結果をみて、コメントを求める。</p>	<p>●2人組になり、A、Bの役割に分かれ、ロールプレイする。クロームブック上の付箋にそれぞれ気づきや感想を記入する。(['ワークシート』(3)～) ●クロームブックの付箋をクラスターオブジェクトし、AとBの気づきや感想をまとめる。 ●(受け止める側に関して)自分の中にまだがんばれる力が残っている時は、励まされると心強く感じるが(説教、助言の効果)、悩みが深くがんばってもどうにもならないときは気持ちを受け止めてくれると安心につながることを伝える。(感情の理解の効果) ●気持ちをじっくり聞くことの大切さ、自分一人で何とかしようと抱え込まずに、大人に相談する必要性を強調する。</p>	<p>SOSへの対応方法について、集団の中のひとりとしてできることをしようと考え体験しようとしている。(思考・判断・実践)</p>
<p>まとめ SOSに 関する教 育の合言 葉 (5分)</p>	<p>【友達のSOSに関わる時の合言葉や相談窓口について理解する】 ●きょうしつ 「気づいて」「よりそい」「受け止めて」「信頼できる大人に」「つなげよう」 ☆相談があった場合の声かけの合言葉</p> <p>●相談機関(外部・学校等)の紹介する。 ●感想を記述する。</p>	<p>●友人から相談されたときに、まずは感情を受け止めることと、大人に相談することを確認する。 ●友達からのSOSに関わる時の合言葉「きょうしつ」を伝え、まとめる。 ●大人に相談して聴いてもらえなくても、最低3人までは相談をすることを勧めるとともに、学校相談窓口や地域の相談機関を紹介する。</p> <p>●感想を記述させる。 ●感想の時間がない場合は、授業終了後、生徒に授業振り返りシート Google フォーム等で入力させる。</p>	<p>SOSを出している友達に適切な関わり方を実践したり、信頼できる大人に相談しようとしている。(関心・意欲・態度)</p>

【参考引用文献】

岡山県「自殺予防教育学習プログラム及び校内研修資料」

[https://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/594346\\_5719206\\_misc.pdf](https://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/594346_5719206_misc.pdf)

愛知県「自殺予防啓発リーフレットを活用した授業案」

<https://www.pref.aichi.jp/uploaded/attachment/330978.pdf>

愛知県「自殺予防啓発リーフレット」2022年

<https://www.pref.aichi.jp/uploaded/attachment/427160.pdf>

愛知教育委員会「こころの健康指導資料」

教師にできる自殺予防「子どものSOSを見逃さない」

中央大学客員研究員／前防衛医科大学学校教授 高橋聡美

【資料1】

アクティビティ「どのような時、どんな気持ち」

① 表情カードをまぜ、裏返して机上に広げる。

② 班の一人が一枚のカード表にして、自分がその表情になるのはどのような時で、どんな気持ちなのかを発表する。

③ 順番に発表し、全員が終われば次のカードを表にして、同様に行く。思い浮かばなかったり言いたくなかったりする場合は、パスを認める。

★ 表情カード

<p>① 笑顔</p> 	<p>② 怒っている</p> 	<p>③ 泣いている</p> 
<p>④ 大いに喜んでいる</p> 	<p>⑤ ため息をついている</p> 	<p>⑥ 喜んでいる</p> 
<p>⑦ 頭を抱えている</p> 	<p>⑧ ホッとひと安心</p> 	<p>⑨ 叫んでいる</p> 

【ワークシート】(参考資料) ※公開研究授業時は、クロームブックを使用。

「心のストレスとその対処法を信用できる大人につなぐ」

年 組 号 氏名

- (1) 表情カードをみて、あなたがその表情になる時は、どのような時でどのような気持ちになりましたか？

- (2) 心のストレス アンケート

質問1：この4週間で、以下の項目で心のストレスを受け悩んだことはありますか？

(□に☑チェックマークを入れて下さい)

①対人関係について

全く悩んでいない 余り悩んでいない どちらでもない やや悩んでいる とても悩んでいる

②自分の心と体の健康について

全く悩んでいない 余り悩んでいない どちらでもない やや悩んでいる とても悩んでいる

③自分の性格や外見について

全く悩んでいない 余り悩んでいない どちらでもない やや悩んでいる とても悩んでいる

④進路や将来のことについて

全く悩んでいない 余り悩んでいない どちらでもない やや悩んでいる とても悩んでいる

⑤学力・能力について

全く悩んでいない 余り悩んでいない どちらでもない やや悩んでいる とても悩んでいる

質問2：この4週間で、①～⑤をそれぞれ誰に相談しましたか？

(□に☑チェックマークを入れて下さい)

①友人 ②家族 ③学校の先生 ④専門家(相談) ⑤誰にも話していない

⑥その他

- (3) 「相談を打ち明けられた時」(友達からのSOSへの対応方法を考える)の対応の仕方 ロールプレイング

1 「説教・助言」「感情の理解」の2つのパターンでロールプレイングをします。

2 二人一組(又は三人一組)になって、ロールプレイングをします。

Aさんは悩みを打ち明ける側となり、Bさんは悩みを打ち明けられる側で設定します。

3 はじめに「説教・助言」のパターンをしてみます。(主に助言の形)

Aさん：「勉強も部活もうまくいかないことばかりで・・・」

Bさん：「そんなこと言っちゃだめだよ。前向きに頑張らなくちゃ。」

Aさん：「もう何もかもいや。消えちゃいたい・・・」

Bさん：「そんな考えは間違っているよ。もっと自分を大事にしなくちゃ。」

4 「説教・助言」のロールプレイングが終わったら、ワークシート等に声をかけられたAさん(立場)の気持ちで感想を書きましょう。

5 次に「感情の理解」のパターンをしてみます。(感情を理解する形)

Aさん：「勉強も部活もうまくいかないことばかりで・・・」

Bさん：「うんうん、そうだったんだ。」

Aさん：「もう何もかもいや。消えちゃいたい・・・」

Bさん：「何もかもイヤに思えるんだね。そんなにつらかったんだね。」

6 「感情の理解」のロールプレイングが終わったら、ワークシート等に声をかけられたAさん(立場)の気持ちで感想を書きましょう。

- 7 相談を打ち明けられた時に2通りの「説教・助言」「感情の理解」の対応を聴いていて、安心できるのはどちらだったでしょうか？（場面の状況や個人の経験等によって意見が違う場合もあります）  
 ※強いストレスがかかっているほど、一般的には「感情を理解する形」が望ましい。

（場面設定の例）強いストレスがかかっている場合  
 Aさんが所属する部活動は、県内でも強豪校と言われる部活動である。部活動をするためにその高校に入学をした。教科科目の学習の成績は振るわない状態である。部活動の練習中にAさんの不注意で怪我をし、数ヶ月間部活動の練習に参加できない状況になった。同級生の部員等が成長著しい状況で、スタメンから外される。教室でクラスメートの友達に「勉強も部活もうまくいかないことばかりで・・・」と小さな声で言いました。

- (4) あなたは、友達から相談された内容が深刻で「誰にも言わないで」と言われたらどうしますか？  
 どのような言動をしますか？考えて書いて下さい。（友達からのSOS）※この部分は研究授業では実施しません。

- (5) 苦しんでいる友達のために、あなた自身ができる言葉かけ（合言葉で覚えておくと役に立つ）と行動

**合言葉は  
「きょうしつ」**

き  
よ  
う  
し  
つ

【相談窓口の例】

「熊本県24時間子供SOSダイヤル」0120-0-78310

「こころの悩み相談@熊本県」月・水・金 午後6時～午後10時 LINE 相談



「子ども・若者総合相談センター」平日 午前8時30分～午後9時 096-361-2525

「いのちの電話」0120-783-5567リダイヤル 毎日：午後4時～午後9時

「いじめ匿名連絡サイト（スクールサイン）」



「SHORYUタイム LINE 相談（熊商 教育相談部）」

# 友だちを支えたい あなたへ

苦しんでいる友だちのために あなたにできることは・・・

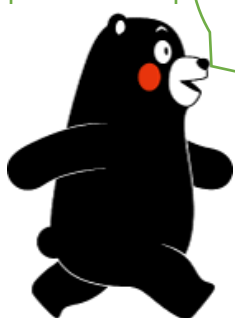


## 合言葉は「きょうしつ」



なやみ・不安 聴くモン！

友だち・家族・先生・ スクールカウンセラー など



声をかけてみよう！ → そばにいてあげよう → アドバイスはいらない → どうしていいかわからない時に 信頼できる大人に！

気づいて、よりそうということは、相手の考えや行動の良い悪いを判断したり、悩みを解決したりすることではありません。上のような声かけをお願いします！！

### 【相談窓口】

「熊本県24時間子供SOSダイヤル」0120-0-78310

「こころの悩み相談@熊本県」月・水・金 午後6時～午後10時 LINE 相談

「子ども・若者総合相談センター」平日 午前8時30分～午後9時 096-361-2525

「いのちの電話」0120-783-5567ダイヤル 毎日：午後4時～午後9時

「いじめ匿名連絡サイト（スクールサイン）」



心の悩み相談QR



スクリーンQR

「SHORYUタイム LINE相談（熊商 教育相談部）」

## 「SOSの出し方に関する教育」振り返りシート（アンケート）

今回の授業の目的：

人は心のストレスによって、嫌な気持ちやつらい気持ちなどのネガティブな感情を持つことがある。さらに心のストレスへの対処法を考え、友達から悩みを打ち明けられた時の関わり方について理解を深めるとともに友達のSOSを一人で抱え込まず、信頼できる大人につなげることの大切さを学ぶ。

年 組 号 氏名

今日の活動を振り返って、あてはまるところに☑マークをつけて下さい。

- (1) 今日の授業の目的（心にストレスを受けた時の対処法やSOSの出し方、受け止め方）が理解できましたか？

よくわかった      だいたいわかった      あまりわからなかった      わからなかった

- (2) 授業で使用した資料（アンケートやロールプレイ）や説明について、意見を聞かせて下さい。

とてもわかりやすい    わかりやすい      少しわかりにくい      わかりにくい

- (3) 授業前の相談状況について、教えてください。

これまで、困ったときやつらいときに誰かに相談していましたか？

相談していた      相談していなかった      どちらともいえない      困ったことがなかった

- (4) 今後、もし困ったときやつらいときに、誰かに相談しようと思いますか？

相談しようと思う      相談しようと思わない      どちらともいえない

※「相談しようと思う」と回答した人は、相談窓口（専門機関や学校）を利用しようと思いますか？

はい      いいえ

- (5) 「SOSの出し方に関する教育」の授業について

今回の授業は、あなたにとって役に立ちましたか？

役に立った      役に立たなかった      どちらともいえない

- (6) 自由に意見を書きましょう（今の気持ちを中心に）

御協力ありがとうございました  
熊本商業高等学校 SOS推進委員会

## 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会 アンケート

熊本商業高等学校 SOS推進委員会

本日の「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会の公開研究授業や研究概要報告及び貴校の「SOSの出し方に関する教育」に係る取り組みを教えてください。

Microsoft Forms で、ご回答を宜しくお願い申し上げます。

回答期限：2022年10月28日（金）まで

1 所属名を入力して下さい。



アンケートQRコード

2 御氏名を入力して下さい。

3 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会（10月27日（木））の実施時期について、下記の中からご回答をお願いします。（該当するものを1つ）

参加しやすい時期    参加可能な時期    参加しにくい時期    どちらとも言えない

4 本日の公開研究授業への感想やアドバイスなどありましたら、ご記入をお願いします。

5 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究の概要報告について、ご質問やご意見等ありましたら、ご記入をお願いします。

6 その他 「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会全般について、ご意見等ありましたら、ご記入をお願いします。

7 貴校の「SOSの出し方に関する教育」（自殺予防教育）に係る取り組み状況を教えてください。

「SOSの出し方に関する教育」（自殺予防教育）に取り組んでいる（昨年度又は今年度）

取り組んでいる     取り組んでいない     わからない

上記の「取り組んでいる」と回答された方に質問です。

どのような内容の取り組みを実践していますか？

（該当するものすべてに☑マークを記入してください）

- 「SOSの出し方に関する教育」（SOSの出し方、SOSの受け止め方）：生徒対象
- 「SOSの出し方に関する教育」（SOSの出し方、SOSの受け止め方）：職員対象研修等
- SOSの受け止め方研修（ゲートキーパー研修やSC活用の職員研修等）
- 自殺予防教育（講演やLHR等）：生徒対象
- 自殺予防教育（講演等）：職員対象研修等
- 1人1台端末を活用した いじめ・自殺等対策のアプリやメッセージ相談、SOS発信
- 「RAMPS」の活用（導入）
- スクリーニング活用ガイド
- その他（上記以外の具体的な取り組みをされている場合は入力をお願いします）

御協力ありがとうございました



令和4年度（2022年度）

「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究発表会 参加者アンケート回答集計

2022年10月27日（木）実施

1 アンケート回答数：62名（熊本県立学校職員）

2 アンケート項目：以下の6項目をMicrosoft formsにて回答

※下記の文章は、参加者が回答したアンケートをもとにしたものである。（一部掲載）

#### 質問4 【公開研究授業への感想やアドバイスについて】

- スクールカウンセラーの先生と一緒に授業をされていたことがとても新鮮に感じました。本校でも実施してみたいと思います。
- 最近は若い人ほど相談をしないと話がありました。確かにそうだと思います。ただ、相談しない理由として「相談するまでの悩みではない」といった考えが多いのではないかと思います。自殺や自己肯定感など大きく難しい話にしすぎるのではなく、自身の生きづらさを少しでも解消する手段として相談することを生徒に知ってもらえると良いかと思いました。
- とても工夫された勉強になる授業でした。ただ、常にスクールカウンセラーに協力頂くのは非現実だと思うので、自分でスキルを身に付けないと説得力のある授業はできないと思いました。
- SOSの出し方ということで、発信する生徒がどうすればよいのかということを考えそうですが、友達から相談を打ち明けられたときの対応の仕方に焦点をあてられていて、なるほどなと感心しました。ワークシートの中に次の授業でされるのか『誰にも言わないで』と言われた時どうするかの部分の展開をどうされるのかとても興味がわきました。
- スクールカウンセラーの先生と一緒に授業をしていくことで、予防教育ができると思いました。また、Formsでのアンケート処理をその場で行い、生徒への返されている所が本当にすごいと思いました。また理想的なモデルだと感じ、本校でも実践してみたいと思いました。
- 生徒の意見や感想をすぐに数値化し、検証をすることで他集団と比較できるのはとてもわかりやすくよかったです。
- 生徒に問題解決の機会を与えたほうが良いのではと感じました。せっかくの研究授業なので、モデレーターも生徒で良かった気がします。
- 全体（クラス）授業と、個別（特に気になる生徒）への対応・働きかけ、双方視点が大事だと感じました。
- スクールカウンセラー（専門家）に協力いただき、専門的知見やアドバイスが直接聞ける授業であったこと、「受援力」、「きょうしつ」など授業のテーマや生徒に伝えたいことがはっきりしていたこと、ICTの有効活用などとても参考になりました。
- ICT機器の利用が必須になる中、しっかりと対応され、とてもわかりやすく、生徒と丁寧に対応されている様子がとても印象的でした。私自身、質問をして、なかなか思うような返答が来ないと答えを言ってしまう、生徒からの意見を少なくしているように感じています。また、スクールカウンセラーと連携され、専門家の意見を取り入れられていて、説明等が理解・納得できるものでした。今日の研究授業を参考に自分自身の授業の在り方を考えて行きたいと思いました。
- 授業内容で取り扱われた内容はどれも大切な項目だと思うのですが、内容がもりだくさんだったので全体的に駆け足に感じたのが少しもったいなかった気がします。
- スクールカウンセラーの先生が授業に関わることで、生徒たちにとってスクールカウンセラーの存在がより身近に感じられ、SOSの発出先としてのSCの存在も感じられたのではないかと思います。
- 日頃からの取り組みが重大事案の防止につながるのだと感じました。実際の授業を参観することができ、貴重な機会を得ることができました。

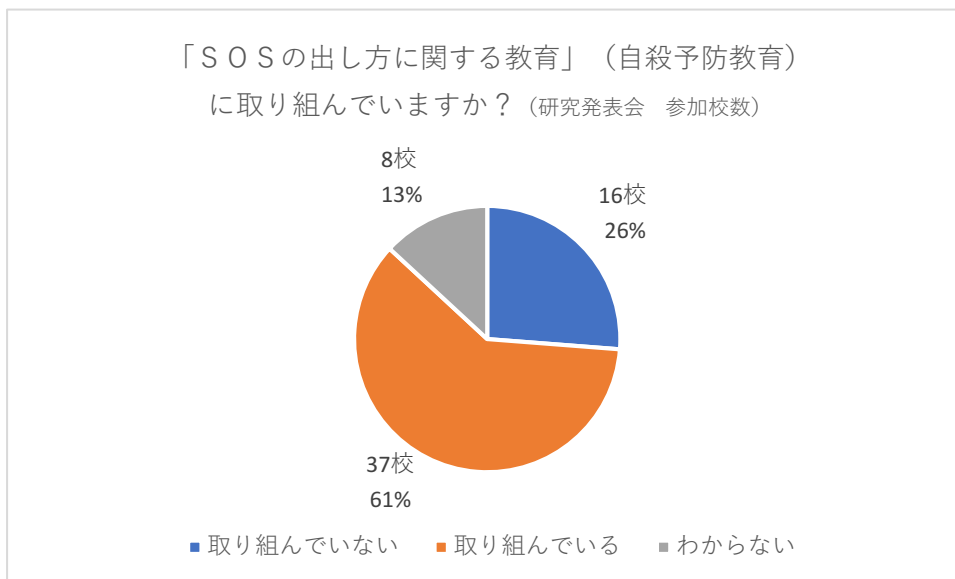
- 高校生の授業を参観する機会はそうそうないので、とても興味深く拝見しました。グループでの話し合い活動をとても楽しそうにしていたのが印象的でした。自分がどのような場面でそういう気持ちになるのかという、自己を知るといことはとても大切ななと思いました。また、アンケート結果から、ほとんどの生徒が悩み事は友達に相談するという事で、友達から相談された時の対応についての活動がありました。然るべき大人や専門機関に相談することについてももう少し掘り下げても良かったのかなと感じました。スクールカウンセラーの助言をその場で聞けることもとてもいいですね。「自立とは依存先を増やすこと」という言葉がありますが、特に支援学校の生徒にとってはSOSを出す力、受援力が必要だと改めて考えることができました。今日の授業を参考に本校でも取り組んでいきたいと思います。
- スクールカウンセラーが授業に入り、指導者2人で行われていた。アンケート結果を見ているときにスクールカウンセラーからの話や指導者からの解説がその都度行われていた。決して価値観をおしつけることなく、アンケートの結果について、その結果の背景にあるものなどの話が行われていて勉強になった。生徒も様々な考え方の違いを知ることができたのではないと思う。また、スクールカウンセラーへの相談は敷居がたかいかと感じる生徒もいると思うが、授業に入って話を聞くと身近に感じ相談しやすい状況になっていくのではないかと感じた。グループワークにより自分の思いを発し、お互いが認め合っている様子を見ることができた。自分の考えが認められるという経験、自分と違った意見を聞くことの大切さをあらためて感じた。
- スクールカウンセラーの先生が入られてアンケート結果に対し専門家としてアドバイスをされていたのは、生徒達にとっても非常に良い取り組みだと思いました。スクールカウンセラーの先生との連携が生きた授業だったと思います。
- ロールプレイもタブレット上でされたので、参観者側からは少々わかりづらくはありましたが、SNSでの相談が増えているという昨今の現状を考えると、生徒達にとっては経験することが必要な方法であり、それを授業で取り組むのはとても大切で意義のあることだと感じました。ICT活用しながら、SOSの出し方や受け止め方を学ぶことができる授業で、大変勉強になりました。

#### 質問5 【「SOSの出し方に関する教育」研究指定校事業における研究の概要報告について】

- LINEでの相談体制に反対意見もある中で、「生徒を救う」という信念のもと、組織体制や職員のカウンセリングスキルを高められておられ、私達教師が、生徒をサポートする力を養う必要があると改めて考えることができました。生徒から信頼される教師（学校）を目指し、生徒が様々な相談を「言える」雰囲気づくりに努めたいと思います。
- ストレス対処プログラムや「SHORYUタイム」など、本事業での取り組みは大変ご苦労されたのではないかと察します。実施計画の中で、生徒への個人面談が1, 2学期実施されていることに気づき、指定校事業を計画する中で新たに始められたものなのか、取り組んでこられてどのような成果や課題があったのか、お聞きすれば良かったと思いました。
- ICTを活用した取り組みは、費用対効果などで様々な意見が出るとはありますが、先進的に挑戦された結果を還元できていると感じています。その点で、大変アグレッシブな取り組みを拝見して、私自身も励まされる思いでした。
- 特にショウリュウタイム（LINEでの取り組み）は素晴らしいものだと思います。私自身が適切な生徒対応をすることができるかと言われると難しいところですが、生徒の悩みを生徒が使うツールで直に聞くという発想は思っても実行に移すことは本校では難しいと思いますが、やってみたいと思った内容でした。この「SOSの出し方に関する教育」を行うためには、教職員の生徒に寄り添う気持ちを今以上に高める必要があります。1人でもこの気持ちがない教職員がいたら成り立たないものだと思います。多くの悩みを抱えた生徒たちが自分から周りに思いを伝える力を養うために私自身しっかりと生徒の言葉に耳を傾けて行きたいと強く感じました。

- リアルタイムで相談に応えるのは非常に難しく、文字に残るのでメリットデメリット両方あると思いました。有効であるのは分かりましたが、常時行う取組としては、現状難しいと感じました。
- 本日の研究授業の中で、悩みがあるときに周囲にSOSを出せなかった生徒が結構な割合でいましたが、やはりSOSが出せなかった生徒のSOSをいかにして周囲の人間が引き出していかかがとても重要だと感じました。そのためには「変化に気づく力」を身につけ、ひいては「SOSを引き出す力」を養成していくことが重要だと感じました。
- 熟慮を重ねられた上で、教育相談体制を確立されている点が素晴らしいと思います。入学から卒業までの見通しを持って、教育相談活動に取り組まれていることが伝わってきました。スクールカウンセラーとの連携も密にされており、担当の先生がうまくコーディネートされているのだと感じました。学校独自のアンケートやシグマアンケートについては、参考にさせていただきたいと思います。
- 熊本商業高等学校でされている自己肯定感、自尊感情を高めるための取り組みを学ぶことができ良かった。ストレス対処プログラムの中身については本校にも取り入れていきたい内容もある今後、取り組みを考えるうえで参考になった。ラインを使った悩み相談についての話が印象に残った。相談できる窓口を広げることの大事さを感じた。本校にあった相談窓口の紹介を生徒にしていきたい。また、生徒の様子をしっかり見ることの大切さも改めて学んだ。生徒のちょっとした様子の違いを見落とさないようにしながらかわっていききたい。
- LINEを使った相談窓口を用意したことは、用意するまでに大変な御苦労があったことと思います。しかし、生徒が相談しやすく、誰でも持っているスマホからできることは良いことだと思います。成果が増えていくと、生徒の間でも広がっていくのかと思いました。しかし、広がりすぎた場合、窓口対応の職員の負担が増え、情報が滞ってしまうなどの課題も出てくるのかなと思いました。  
また、LINEでの相談窓口を設けるまでのプロセスを知ることができればと思いました。
- LINEを使っでの取り組み、よく研究され、実践につなげられていて素晴らしいと思います。ただ、導入に当たっては困難さや危険性の大きさが気になりました。
- SHORYUタイムの開始には大変なご苦労があったことと思いますが、身近なツールでいざというときに頼れる先があるというのは、今の高校生たちに適した相談手段だと感じました。
- SHORYUタイムの取り組みは、対応する先生は大変でしょうが、生徒達にとっては周りに気づかれずに相談できる場がごく身近にあるというのは、とても心強いことだと思いますので、登録者がもっと増えると良いなと思いました。

**質問7 【貴校の「SOSの出し方に関する教育」（自殺予防教育）に係る取り組み状況について】**



## 学校生活における自己肯定感と他者理解に関するアンケート結果 2022年度

## 「はい」と回答した生徒の割合

NO	質問内容	回答	全校生徒		1学年		2学年		3学年	
			7月	1月	7月	1月	7月	1月	7月	1月
3	毎日の生活に充実感がある。	はい いいえ	94.8%	93.5%	94.8%	90.6%	94.8%	94.2%	94.8%	95.7%
4	不安や悩みを抱えた場合、ストレスを解消する方法を知っている。	はい いいえ	93.7%	96.0%	87.6%	92.7%	97.2%	98.0%	96.5%	97.1%
5	つらい思いをしたとき、相談できる人がいる(相談方法がある)。	はい いいえ	96.3%	96.6%	95.7%	96.7%	95.1%	95.9%	98.0%	97.1%
6	誰かが困っているときに助言や手助けをすることができる。	はい いいえ	97.4%	98.3%	96.5%	97.3%	97.9%	99.1%	97.7%	98.6%
7	周囲の人にほめられたり、認められたりしたことがある。	はい いいえ	97.2%	97.3%	96.8%	96.7%	96.6%	96.8%	98.0%	98.3%
8	人のために役に立っていると思うことがある。	はい いいえ	87.6%	89.2%	86.4%	85.1%	86.5%	89.0%	89.9%	93.4%
9	友達と協力して物事に取り組んでいる。	はい いいえ	97.9%	97.9%	97.7%	97.3%	98.5%	98.3%	97.7%	98.3%
10	周囲の人をほめたり、認めたりしたことがある。	はい いいえ	99.0%	99.7%	98.3%	99.4%	99.4%	99.7%	99.4%	100.0%
11	自分のことが好きだ。	はい いいえ	76.4%	80.1%	72.8%	79.0%	76.8%	76.8%	79.8%	84.4%
12	得意なことや自分の良いところを生かすことができる。	はい いいえ	87.2%	89.3%	83.2%	89.1%	87.5%	86.7%	91.0%	92.2%
13	自分のことを大切にしている。	はい いいえ	94.8%	96.0%	93.9%	94.8%	94.8%	97.1%	95.7%	96.0%
14	自分の中にはいろいろな可能性がある。	はい いいえ	86.4%	89.1%	84.4%	88.8%	84.7%	86.4%	89.9%	92.2%
15	学校の授業や活動を通して学んでいることや考え方が、社会人になってから活用できると思う。	はい いいえ	96.8%	97.7%	97.4%	97.6%	96.3%	98.0%	96.5%	97.7%
16	本校の販売実習「熊商デパート」を通して地域や人の役に立ったと感じたことがある。	はい いいえ	81.8%	96.3%	60.4%	95.4%	93.3%	97.4%	92.5%	96.0%
17	商業の授業や資格取得(商業関係の検定)は、社会の役に立つと思う。	はい いいえ	96.5%	97.2%	99.7%	98.8%	97.6%	98.3%	92.2%	94.5%
18	社会人になってから人の役に立つ仕事ができるようになりたいと思う。	はい いいえ	99.0%	99.1%	99.4%	98.5%	98.5%	99.4%	99.1%	99.4%

自尊感情、自己受容感、自己効力感、自己信頼感、自己決定感、自己有用感の“6つの感”が密接につながり、自己肯定感を高めることができる。質問番号11の「はい」と回答した生徒の割合が低く、自尊感情と自己受容感が低いことが昨年度わかっていたが、今年度は全体で80.1%（昨年度75.4%）に向上している。このことから自尊感情とともに自己受容感を高めることが自己肯定感を高めることに繋がっている。また、各学年それぞれの個性があるものの、現3年生は質問番号3～14までのほとんどの項目を他学年の割合を上回る結果となった。高校生活3年間は、自己肯定感を育むことができる機会である。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大のために、この3年間は多くの学校行事が中止や規模の縮小により、高校3年生は通常の学校生活や学校行事を経験する機会が失われた。クラスメイトや仲間等との関わりを持った学校行事を通し、充実した高校生活を過ごすことの大切さをさらに感じている。