

[学校ヘルスケア]

心の問題を早期発見し対応につなげる手立ての研究

ータブレット端末を利用した心の健康観察とチーム支援体制構築を通してー

五十嵐磨由子*

1 主題設定の理由

令和5年度「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査及びこれを踏まえた対応の充実について（通知）」によると、小・中学校の不登校児童生徒数は11年連続で増加し約34万6千人、うち学校内外の機関等で専門的な相談・指導等を受けていない児童生徒数が約13万4千人といずれも過去最多となった¹⁾。

この状況を受け文部科学省は、心の小さなSOSを見逃さない「チーム学校」での支援を推進している¹⁾。児童生徒の支援ニーズを早期発見するため、1人1台端末等を活用して児童生徒の見えにくい声を可視化したり、SCや関係機関との連携による教育相談体制を充実させたりするなど、個々の実態に合わせた多様な支援の実施が求められている。

現任校においては、6、11、2月に「困ったことアンケート」を実施し教育相談につなげることで、いじめ問題の早期発見と対応に努めてきたところである。しかし、近年周囲の誰にも相談することなく、連休や長期休業明けに不安傾向を訴え連続欠席が始まるケースが複数見られている現状がある。理由がいじめとは別のものも多く存在する。

子どもたちの朝の健康観察にタブレット端末を活用した先行研究では、体調不良者の早期発見と対応や、子どもとのコミュニケーションをとるためにタブレット端末が有効であったと報告している。一方で、「なんとなく気になる」と感じた子どもへの対応に生かせるよう改善していく必要性を指摘している²⁾。児童の体の健康状態のみならず、心の健康状態を早期に把握するためのツールとして役立てることができるのではないかと考え、令和6年度から現任校においてもタブレット端末を利用した「心の健康観察」を取り入れることとなった。

「令和2年度不登校児童生徒の実態調査」における児童生徒の相談しやすい方法（複数回答可）では、「直接会って話す」が小学生49%、中学生46%、「メールやSNS」が小学生29%、中学生42%と、いずれも高い割合という結果が出ている³⁾。両方を重複して選択した割合は低く、状況に応じて相談方法を選択できることが重要であることが明らかとなったことから、1人1台のタブレット端末の活用による相談形態の多様化が、教育相談活動のよりよい充実につながると考えられる。

2 研究の目的

本研究では、心の問題の早期発見と早期対応のために、1人1台のタブレット端末を活用した「心の健康観察」を取り入れた結果、見えてくる成果と課題を明らかにすることを目的とした。

3 研究の内容と検証方法

(1) 対象者

「心の健康観察」の調査対象者はA小学校全校児童452人とし、各クラスで実施した。職員アンケートの対象は、A小学校の全職員41人中、学年主任会に参加する学年主任兼クラス担任10人と級外職員6人計16人とした。

(2) 「心の健康観察」実施期間

令和6年5～9月とし、心の不調が現れやすい長期休業期をはさんで実施した。

1年生のみタブレット端末の使い方の基本やきまりを確認するGIGA開きを終えた7月から導入を開始した。

(3) 内容

月に1度Google formを用いて「心の健康観察」を実施し、所要時間は低学年で5分、中・高学年で3分とした。

*新潟市立荻川小学校

(4) 検証方法

- ① 7月に実施した「心の健康観察」への記入内容と活用状況を分析した。
 - ・ 7月の「心の健康観察」におけるフェイス・スケールや自由記述欄の記入結果を分析し、6月に行った「困ったことアンケート」の記入内容と比較した。また、タブレット端末と紙ではどちらの方が思ったことを書きやすいかを、タブレット端末のアンケートで調査した。端末の操作に慣れている3～6年生を対象とし、結果等を分析した。
- ② 抽出児童2名の事例から、「心の健康観察」が心の問題の早期発見と対応に有効であったかを検証した。
- ③ 学年主任会に参加する職員を対象とした「心の健康観察」に関する意識調査結果を分析した。
 - ・ 職員アンケートの「情報共有する材料となったか」等の項目における回答から成果と課題を検証した。
 - ・ 改善点やよりSOSを拾いやすくする体制作りのためにしたらよいと思う点に関する職員の自由記述から検証した。

4 実践の概要

(1) 「心の健康観察」の実践概要

① 「心の健康観察」を実施するにあたっての準備

タブレット端末を利用して手軽にかつ効果的に健康観察を行うことができるよう、表1のような工夫を行った。

表1 「心の健康観察」を実施する上での工夫点

ア	月に1度、水曜のフッ化物洗口後に実施する。当日実施が不可能だった場合は、前後1日のうちに実施する。
イ	短時間（5分以内）でも実施可能なように設問は必要なものに絞り、なるべく選択式とする。
ウ	心の状態を自己評価する際に、視覚的にわかりやすい5段階の「フェイス・スケール」を採用する（図1）。
エ	毎回アンケート間に、学校には頼れる大人がいるというメッセージを児童へ向けて発信し続ける。
オ	希望する児童が任意で思ったことを発信できるよう、「自由記述」の欄を設ける。
カ	Google formで集約した結果にはパスワードを掛け、個人情報の取り扱いには十分に注意する。保護者に対して4月当初に実施の意図と質問内容、結果の取り扱いについて文書で説明した後、運用を開始する。

「ウについて」

「今の気持ちを表すとどの顔ですか？」という質問を設け、フェイス・スケールのイラストを選択肢に採用した（図1）。これにより、言葉では自己表現が難しい児童にとっても、自身の心身の健康状態をイメージして回答しやすいようにした。定期的に自分の心と体の調子に目を向け、自己表現するのを促すことができるよう心掛けた。



図1 「フェイス・スケール」の選択肢

「エについて」

毎月表2のメッセージを表示し、困ったときにはいつでも相談してほしいというメッセージを発信しつづけた。

表2 毎月の「心の健康観察」の間に表示される児童へのメッセージ文

「学校には クラスの先生や保健室の先生など、困った時に相談できる人がたくさんいます。スクールカウンセラーさんも月に1度 学校に来てくれています。いつでもお話することができますので、えんりょなく声をかけてください。」

「オについて」

選択式の設問の他に自由記述欄を用意し、任意で言葉や絵文字などを自由に使い自己表現を可能とした。初めて実施する際には、入力に戸惑う児童もいると考えられた。そこで各学級担任に協力を依頼し、TVモニターにタブレット端末の画面を写し出し、操作方法と手順を確認しながら児童と一緒に健康観察を入力する時間を設けた。

② 「心の健康観察」の質問項目

文部科学省 令和5年7月10日発出「児童生徒の自殺予防に係る取組について（通知）」にある「健康観察・教育相談アンケート」と公益財団法人 日本学校保健会「心の健康ハンドブック」を基とし、以下の項目とした（表3）。

表3 「心の健康観察」質問項目

	1年生	2～6年生
1	学年、組、番号	学年、組、番号、名前
2	今の気持ちをあらわすと、どの顔ですか？	今の気持ちをあらわすと、どの顔ですか？（図1）
3	「いつでも気軽に相談できます」のメッセージ（表2）	フェイス・スケールで「まあまあ調子が悪い」、「とても調子が悪い」を選んだ児童のみ誘導され回答 心配なことや、気になることの理由はなんですか？ ①家でのこと（お家の人やきょうだい、習い事など） ②学校のこと（勉強・友達との関係など） ③その他
4	何かこまっていることは、ありますか？（ない・ある）	体や心のことで、何か相談したいことはありますか？（ない・ある）
5		「いつでも気軽に相談できます」のメッセージ（表2）
6		伝えたいことがあれば、自由にメッセージを書いてください（任意で自由記述が可能）。
7		最近の体の調子について、あてはまるものにチェックをしましょう（複数回答可）。
8	※1年生は文字入力に慣れていないため、2～6年生にある自由記述の欄を設けない。	悩みがあるときや困ったときに、あなたの力になってくれる人はいますか？（いる・いない）

※6月は心の問題を契機とする生徒指導事案が起こりやすい傾向にあることから、7と8の質問を追加して行った。

(2) 学年主任会における情報共有とチーム支援の実践

所属校では毎週一度、学年主任会が開催される。その際「心の健康観察」の結果を共有し、必要な支援方針や役割分担等を協議した。そこでの決定事項を基に、実際のチーム支援を行った。流れは図2のとおりである。複数の教職員で児童の問題の背景を考え話し合うことで、多面的な児童理解と問題の早期対応につなげることを目的とした。

養護教諭からは該当児童の保健室来室状況や、教室外で見られる言動について情報発信した。きょうだいや保護者との関係性など、級外の視点から捉える児童の一面を伝えた。

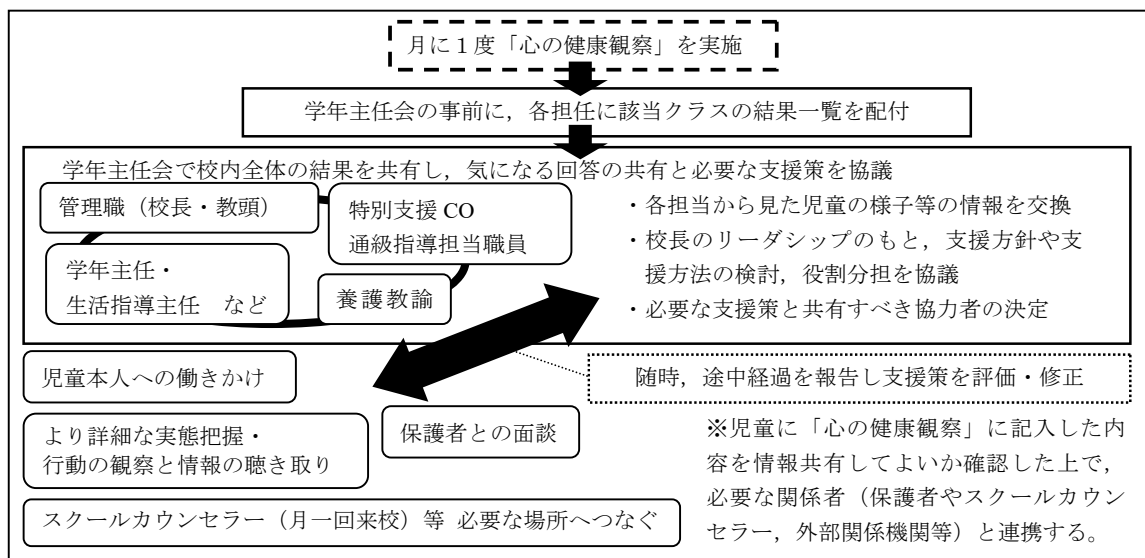


図2 「心の健康観察」実施後の情報共有や支援の流れ

5 研究の成果と課題

(1) 7月に実施した「心の健康観察」への記入結果と活用状況の分析

① 7月の「心の健康観察」記入結果の分析と、6月に実施した「困ったことアンケート」との記入内容の比較
1年生を含めた全校児童参加による7月の「心の健康観察」の入力結果が表4、表5である。回答した児童数は409

名であり、感染症等による欠席者や不登校及び不適応等の理由で入力ができなかった児童は除いた数となっている。

表4 7月「心の健康観察」のフェイス・スケールや、相談希望の有無などの記入結果 回答した児童数：409名

	回答数	①とても ちょうしがよい		②まあまあ ちょうしがよい		③ちょうしがよく もわるくもない		④まあまあ ちょうしがわるい		⑤とてもちょう しがわるい		④⑤のうち相談し たいを選んだ児童※	
	人	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
1年	79	62	78.4	12	15.2	2	2.6	0	0	3	3.8	1	1.3
2年	57	44	77.1	8	14.0	2	3.6	1	1.7	2	3.6	1	1.7
3年	71	45	63.4	22	31.0	3	4.2	1	1.4	0	0	1	1.4
4年	63	27	42.9	24	38.0	11	17.5	0	0	1	1.6	0	0
5年	60	28	46.7	19	31.6	10	16.7	3	5.0	0	0	0	0
6年	79	29	36.7	22	27.9	25	31.6	2	2.5	1	1.3	1	1.3
合計	409	235	57.4	107	26.2	53	13.0	7	1.7	7	1.7	4	0.9

※1年生のみ「何か困っていることはありますか？」の質問に「ある」と回答した数

表5 「心の健康観察」の自由記述に書かれた種類別の内容 回答した児童数：330名（1年生79名を除く）

自由記述に 書かれた内容		他者との関係		児童本人に関すること（本人に関わる出来事や情報などの記載を含む）					
		いじめ 行為	友達と の関係	地震 関連	学習に 関すること	ポジティブな 情報・気分	体調に 関すること	自分の 性格	生活に 関すること
2年生	7				1	1	2		3
3年生	5	2	1				1		1
4年生	5		1			1	2		1
5年生	6		2		1	1	2		
6年生	13		2	1		2		1	7
合計記入 数（人）	36	8		28					

フェイス・スケールにおいて④まあまあ調子が悪い、⑤とても調子が悪いを選択した児童は、各学年1～6%程度であった。生活指導主任との相談で④または⑤を選んだ児童には担任等から声を掛けていたが、低学年の中には⑤を選んだことを忘れていたり、その時の気分で何となく選んだりする児童が見られた。一方中・高学年は④や⑤を選んだ理由を言葉で説明できていた。また、その中から「相談したいこと（1年生においては困っていること）はありますか？」の質問で、「ある」と回答した児童は全校中4名であり、そのうちの3名は今年度に入ってから担任や養護教諭に直接相談した経験のある児童であった。中身は以前に相談したことに関連した内容であった。

2～6年生に設けられた自由記述欄へは、自分の体調や性格、生活習慣等様々な内容の書き込みがあった（表5）。中には最近あった良かった出来事や今の気分を表すセリフや顔文字など、そのとき聞いてもらいたい話題や気持ちを自由に書き表し発信する児童も見られた。「困ったことアンケート」においては、〇〇に△△をされたといった他者からの行為を記載したものがほぼ全てであった一方、「心の健康観察」においてはいじめ行為のみでなく、自己の内面に關わる記載も見られた。自由記述に何となく気になるつぶやきがあった児童に教員が聴き取りを行う中で、児童の家庭の事情や休日の過ごし方、考えていること等、これまでの紙のアンケートでは知りえなかった情報を得られ、その後の教育相談につながったケースもあった。児童自ら「相談したい」を選ぶまでには至っていない場合においても、心が不調であるサインや、小さな心の声をフェイス・スケールや自由記述から拾い上げ、その後児童とコミュニケーションをとる中で問題を早期発見し、対応につなげることができる可能性が示唆された。

課題として、学年によって自由記述数に差が見られたことと、フェイス・スケールの③調子がよくも悪くもないを選択した児童への対応が挙げられる。「心の健康観察」を行う中で、「自由記述はどんなことを書いたらいいの？」と質問が出たクラスがあった。また、今回の結果から学年が上がるにつれて、③調子がよくも悪くもない児童の数が増加していく傾向があることがわかった。今後は、すべての児童において、何となくモヤモヤする思いが生じたら早い段階で小さな心のSOSを出していけるような働きかけが重要である。「こんなことを言っているのだろうか」と思うことでも気軽に入力できるよう、自由記述欄等の記入例を示したり、「心の健康観察」の活用例を示したりすることで、より多くの児童の声を拾っていける可能性がある。大きく重篤化する前に児童の困り感を早期発見し、一緒に解決を図っていくことで、児童の不安軽減や問題の深刻化の予防につなげていく必要がある。

② タブレット端末と紙アンケートに関する調査結果

6月に3～6年生を対象に、タブレット端末と紙のどちらの方が思ったことを書きやすいかを調査した(図3)。当日回答した245名中、「タブレットの方が書きやすい」「どちらも同じ」を選択した児童は、全体の89.4%であった。任意記入で理由を聞いたところ、「簡単だから(簡便性)」30件、「他人に見られる心配が無いから(機密性)」25件、「安心して書けるから(安心感)」3件等が挙げられていた。

一方で約1割は「紙の方が慣れている」「自分の思い通りに書ける」等の理由で紙を選択していた。どちらを選択した児童にも対応できるよう、アンケートを行う際はタブレット端末と紙の両方を組み合わせていくことや、児童が答えやすい形式を選択できるよう工夫することが重要である。

(2) 抽出児童2名の事例による「心の健康観察」の有効性についての検証

実際に支援した事例2件が表6である。共にこれまでの学年主任会や子どもを語る会の場では、名前の出てこなかった児童であった。従来の紙のアンケートで悩んだり困ったりしていることについての記載は無く、タブレット端末を用いた「心の健康観察」において、初めて自分の心の不調や思っていることを他者に発信できたと言える事例である。

【事例1】は学年主任会での情報交換や保護者との面談の中で、他者との関わりに困難さを抱えていることが分かり、通級指導教室へつなげた事例である。下線部aに示すように自分から声に出して困っていることを伝えられないという特性を持っていたため、タブレット端末の書き込みが本人の抱えるSOSをキャッチするきっかけとなった。

【事例2】は、下線部bのように、自由記述欄に地震などの災害に対する恐怖感の記載があり、学年主任会での指導を経てスクールカウンセラーへつなげたケースである。下線部cにあるよう両親に心配をかけないため、しばらく一人で悩みを抱えていた。7月に第1回目のカウンセリングを受けた後、「話ができて良かった。また話したい。」と語り、9月以降も継続してカウンセリングを実施している。自由記述欄でのつぶやきをもとに相談活動を行ったことが、児童の心の安定と相談することの良さを実感するのに役立てることができたのではないかと考えられる。

表6 「心の健康観察」への記入内容と実際に対応した事例2件

ケース	〔事例1〕5年生 女子児童	〔事例2〕6年生 女子児童
心の健康観察への記入内容(6, 7月)	6月 ④まあまあ調子がわるい 悩みがあるときや困ったときに、あなたの力になってくれる人はいますか?⇒「いない」を選択	7月 ③調子がよくも悪くもない b自由記述「不安障害が重度で一人で居るときに災害で自分が亡くなる気がします。いつも怖いです。」
校内での情報連携の後に対応した内容(7月中)	複数職員による行動観察の結果を学年主任会で情報交換することにより、詳細な実態把握に努めた。学力は上位である。しかしa他と協力しなければならぬ場面で何となく輪に入れるものの、声を掛けられるのを待っており、自分から困っていることを発信するのに困難さを抱えている様子が確認された。担任は「場面緘黙」の様相を見せることもあるように感じると話す。 ⇒個別懇談会で児童の記入内容と実際の様子を保護者に伝える。母親の話で、家で「友達を作りたい」と話していたことがわかる。コミュニケーション能力を高める手段として、通級指導教室での個別指導もあることを情報提供し、7月以降の継続的面談につなげることとなった。	学年主任会で生活指導主任の指導により、災害に関わる心のケアは専門家による対応が必要であること、長期休業に入る前にカウンセラーへつなげる必要があることを確認する。 ⇒本人に養護教諭から校内に心の専門家であるカウンセラーがいること、希望があればカウンセリングを受けることができる旨を情報提供する。c「留守番が怖いと言うと、父母に迷惑をかけてしまうと悪いから言えない。カウンセラーさんと話したい。」と希望の意向を見せる。7月のカウンセリングにつなげ、本人の許可を得て保護者にも情報共有する。今後も継続してカウンセリングを受けたいと本人の希望あり。
夏休み明けの心の健康観察への記入内容と児童の様子(9月)	9月 ③調子がよくも悪くもない ⇒保護者との面談や校内での調整を進めた結果、10月から「まなびの教室(通級指導教室)」においてコミュニケーション能力向上を目指した個別指導を行うことが決定した。	9月 自由記述「スクールカウンセラーさんとまた、話し合いをしてみたいです。少しだけその時落ち着いたので(一部抜粋)。」 ⇒9月以降もカウンセリングを継続している。気持ちを落ち着かせる方法として、カウンセリングという選択肢を自分で選ぶようになった。

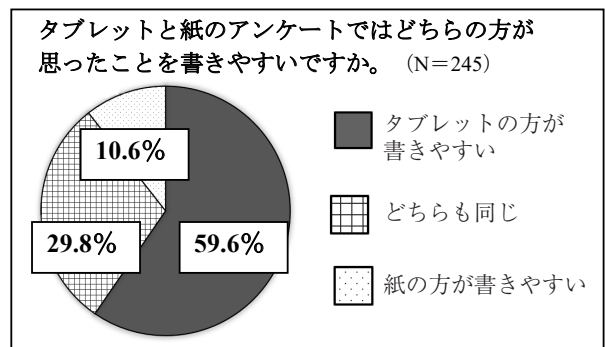


図3 タブレット端末と紙のアンケートではどちらの方が思ったことを書きやすいかのアンケート調査結果

(3) 学年主任会に参加する職員への「心の健康観察」に関する意識調査結果の分析

学年主任会に参加する職員に対して行った調査結果が表7、8である。表7の意識調査で、最も平均点が高かった項目は「『心の健康観察』は、児童の心の状態や考えていることを知るのに役立った」で 3.6 ± 0.5 であった。「児童がタブレット端末にこんなことを書くのは意外だった。」「担任が一人で問題を抱えることなく、みんなで協議できるのが良い。」といった声があり、チームで連携し活用していく材料として有効に働いたのではないかと考えられた。一方で、「児童の『心の健康』により注意を向けようとする意識が高まった」では、担任によって意識にばらつきが見られた。表4、5に示す通り学年によっては記入数や活用状況に差があり、その差をうめていけるよう、「心の健康観察」実施前の児童への声掛けや自由記述の活用例等を学年主任会で共有し、校内で統一していく必要がある。

表7 「心の健康観察」の有効性についての職員意識調査結果

心の健康観察に関する意識調査 (N=16) ※学年主任会に参加する職員にアンケート協力を依頼 (4:とてもそう思う 3:まあまあそう思う 2:あまりそう思わない 1:そう思わない)	平均点 (最高4点)	標準偏差 (最小値～最大値)
「心の健康観察」は、児童の心の状態や考えていることを知るのに役立った	3.6	$\pm 0.5(3 \sim 4)$
「心の健康観察」は、児童に声をかけるきっかけとなった	3.3	$\pm 0.5(3 \sim 4)$
養護教諭や他の級外職員などと児童の情報を共有する材料となった	3.4	$\pm 0.5(3 \sim 4)$
結果の共有により、家庭やクラスなど、児童を現在取り巻く環境について考えるきっかけとなった	3.5	$\pm 0.5(3 \sim 4)$
児童の「心の健康」により注意を向けようとする意識が高まった	3.5	$\pm 0.6(2 \sim 4)$
いじめや不登校、自殺等の問題の未然防止のために、校内全体で支援していこうとする意識が高まった	3.4	$\pm 0.5(3 \sim 4)$

より児童のSOSを拾いやすい体制作りのためにしたらよいと思う点について自由記述で聞いた結果が下表8である。

表8 「心の健康観察」の改善点や、より児童のSOSを拾いやすい体制作りのためにしたらよいと思う点（自由記述）

○直接担任や教職員にSOSを伝える力の育成が必要。a アンケートのよさは生かしつつ、児童にとって悩みなどを吐き出す場がアンケート頼りにならないように、児童に自覚させていくことも大切。
○b 対面式の良さとタブレット式との相乗効果ありと考える。運用開始から日が浅いので、現状は併用型が望ましい。
○c あまり回数が多いとアンケートを実施する時間の確保、アンケート後の対応や処理に新たな労力が必要となる。
○d 児童が書きたいと思ったときにいつでも書き込める…というのは、難しいか。

下線部a・bのようにタブレット端末と、従来型の対面式教育相談の双方が必要という意見が出された。表5にあるように、「心の健康観察」と「困ったことアンケート」では記入される内容や質が異なっていた。従来型のアンケートや相談活動と「心の健康観察」のそれぞれのよさを生かしつつ組み合わせて実施していくことで、より広範囲の子供たちの小さなSOSを拾い上げ、支援につなげていける可能性が示唆された。その他、下線部c、dのように、アンケートを効果的かつ効率的に行うタイミングや方法が課題として挙げられていた。児童が困ったことや悩みを感じた時にいつでもメッセージをつぶやけるようにすること、そしてそのつぶやきを教職員が遅滞なく確実に拾い上げ、早期支援に向けて対策する体制作りが望まれる。今後、体調や欠席を調べる朝の健康観察をデジタルで導入する際、「心の健康観察」を同時にできる仕組みを設け、校内で連携して活用していく等の方法を検討していく。

6 おわりに

「心の健康観察」の活用事例や図3の結果等から、タブレット端末には「簡便性」、「機密性」、「安心感」のよさがあり、対面式の相談に抵抗のある児童が心のSOSを発信するきっかけとして有効であった。今後は、タブレット端末活用による発信に加え、人に直接悩みを伝える力をつけていくことも必要である。聴き取りや支援の際に、この先いつでも安心して困ったことを声に出して良いことを伝え、援助希求能力の育成につなげていくことが重要である。

7 引用文献

- 1) 文部科学省 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸問題に関する調査結果及びこれを踏まえた対応の充実について（通知）令和6年10月31日 https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1422178_00005.htm
- 2) 岩田美穂 「タブレット端末を活用した朝の健康状態の把握方法の検証」教育実践研究 第33集、上越教育大学学校教育実践研究センター、pp.241～246、2023
- 3) 文部科学省 令和2年度不登校児童生徒の実態調査 結果の概要 https://www.mext.go.jp/content/20211006-mxt_jidou02-000018318-2.pdf