

精神保健教育実施校を3校に拡げ、授業実践報告会による市民への地域メンタル普及啓発を行った LIFE

活動の目的

ストレス社会において「こころの病」は急増しており、厚生労働省が国民に急増し、対策が急務と指定した5大疾病の1つが「精神疾患」である。「がん」「脳卒中」「心筋梗塞」「糖尿病」は横ばい状態であるが、精神疾患は増加の一途を辿っている。精神疾患は、特別な人になる特別な病気ではなく、誰もが成り得る病気である。とりわけ、先進国の中で、日本の若年層の自殺率は第1位である。メンタルヘルスの課題は、国民的課題である。自殺予防観点からも、精神疾患の好発期である思春期に、精神疾患の正しい知識やストレスマネジメントを習得する「精神保健教育」の実施は大きな意義がある。LIFEでは、中学生を対象に精神疾患の正しい知識の習得と心のバリアフリーの感性を育む人権教育「こころの病気を学ぶ授業」を実施。精神疾患の体験を持つ当事者が講師となり、当事者体験を傾聴し、車座となって交流を深め、多様な人々と支え合って生きる力を育んでいる。

活動の内容及び経過

平成21年：岡山市立京山中学校にて「第1回こころの病気を学ぶ授業」開催（毎年恒例で授業実施し、現在に至る）。平成23年：岡山市立京山中学校「岡山市こころの早期支援モデル校」指定。「メンタルヘルスと学校教育シンポジウム」へシンポジスト参加。主催NPO地域精神保健福祉機構。平成24年：全国同和研修大会にて京山中学教員と発表。平成25年：世界精神医学会アンチスティグマ国際学会にて「こころの病気を学ぶ授業」発表。日本精神障害者リハビリテーション学会「第6回ベストプラクティス」受賞。平成29年：岡山市立旭東中学校・岡山市立香和中学校にて授業開始。平成30年：精神保健教育普及活動「LIFE」設立。令和元年：岡山大学教育学部附属中学校と連携して授業開始。令和2年：早島中学校で授業開始。

活動の成果・効果

令和元年6月に岡山市主催のESDカフェで「こころの病気を学ぶ授業」実践報告をLIFEと岡山大学附属中教員、旭東中学教員、香和中学教員と開催。令和元年9月に岡山大学教育学部附属中学校においては初の「こころの病気を学ぶ授業」を教員と連携して立ち上げた。生徒による実行委員会を結成し、各クラスの実行委員が中心となって当事者交流会を実施した。令和2年2月には、恒例となった岡山市立京山中学校12回と岡山市立旭東中学校で2回目となる「こころの病気を学ぶ授業」を実施した。3校の授業には、スピーカーズ活動団体や福祉事業を行う「スピーカーズ



ビューロー岡山」、「ピアサポータークローバー」、「かけはし」、「ゆいまー」、「多機能型事業所ひまわり」に参画して頂き、当事者体験を披露して頂いた。生徒対象には、授業実施前後に精神疾患へのアンケート調査を実施。実施前は、精神疾患へのネガティブイメージが顕著であったが、実施後は、ネガティブイメージが大幅に減少し、ポジティブイメージが大幅に増加する等の意識変化を遂げている。

今後の課題と問題点

- ①学校のメンタルヘルスケアシステム支援体制の構築。当事者を取り巻く、家族、教員、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、精神科医、地域住民等の支援体制構築への支援。
- ②2022年に高校の保健体育学習指導要領に入る「精神疾患」について、当事者交流を核とした精神疾患への偏見解消、思春期の自己同一性形成時期に意義のある授業プログラムの立案。
- ③授業コーディネーター養成。実施校の増加に対応できるように、教員と当事者団体と連携し、授業プログラムをコーディネートできる授業コーディネーターの養成が急務である。
- ④授業サポーター養成。生徒と当事者との交流会で、生徒と当事者との架け橋となるサポーターの養成。
- ⑤中学生に精神疾患の知識と援助希求行動を学ぶハンドブックの作成。

●代表者：田淵泰子 ●所在地：岡山市北区田益
●TEL：090-3636-3692
●E-MAIL：pg388z6t@s.okayama-u.ac.jp
●設立年：2018年 ●メンバー数：14名