

次世代活躍推進特別委員会記録 【速報版】

令和7年12月1日開会

速報版

- ・この会議録は録音を文字起こしした初稿のため、誤字脱字がある場合があります。
- ・正式な会議録が作成されるまでの暫定的なもののため、今後修正されることがあります。
- ・正式な会議録が掲載された時点で速報版は削除されます。

横 浜 市 会

開会時刻 午後2時30分

◎ 開会宣告

- 竹野内猛委員長 それでは、これより委員会を開会いたします。

酒井委員は欠席となります。長谷川委員が遅参で参ります。

皆様の上着の着用は、御自由をお願いいたします。



◎ こども・若者の不安を取り除き、将来への希望が描ける支援とその背景について

- 竹野内猛委員長 それでは、議題に入ります。

こども・若者の不安を取り除き、将来への希望が描ける支援とその背景についてを議題に供します。

本日は、参考人として横浜市立大学特命副学長学長補佐研究・産学連携推進センター拠点事業推進部門部門長医学群教授宮崎智之氏に御出席いただいております。

なお、本日は、オブザーバーとして政策経営局、こども青少年局及び教育委員会事務局の関係職員にも出席いただいておりますので御了承願います。

この際、私から一言御挨拶を申し上げます。

本日は大変にお忙しい中、本委員会に御出席いただきまして誠にありがとうございます。委員会を代表して御礼申し上げます。宮崎教授におかれましては、横浜市立大学医学部を卒業後、臨床研究を通じ500名以上の精神・神経疾患患者と出会い、心の不調を早期発見、早期介入する必要性を痛感され、共創の場形成支援プログラムのプロジェクトリーダーとして、若者の生きづらさを解消する産官学連携での取組を推進されております。また、横浜市教育委員会事務局との横浜Study Naviの心の調査とケアに関する共同研究契約など、本市の取組にも携わっていただいております。

本日は、こども・若者の不安を取り除き、将来への希望が描ける支援とその背景についてというテーマでお話を伺えるとのことですので、御講演を拝聴し、勉強させていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願い申し上げます。それでは宮崎教授、御講演をよろしくお願い申し上げます。

- 宮崎智之参考人 改めまして横浜市立大学の宮崎です。竹野内委員長、御過分な御紹介ありがとうございます。また、こちらの委員会の皆様方には、このような非常に貴重な機会を頂戴し、ありがとうございます。今日は、内容としては、座ってお話をさせていただきます。

次世代活躍特別推進委員というところで我々が今取り組んでいる、どちらかというと我々は、今までメンタル不調の人のメカニズムというところを特に研究をしてまいったのですが、結局それは何をしたいかというと、それを取り除いて若い人たちが元気に生きてもらうと、そういったアプローチであるということです。後ほども少しお話をさしあげますけれども、我々がこういった提案を文部科学省にさせていただいて、文部科学省の中では、一番大きい事業費であるCOI-NEXTというところに採択をいただきました。今は10年間のプロジェクトで3年目で、メンバーとしては、大体220名程度のメンバーと一緒にこの取組を進めているというところになります。本日は、まずこのCOI-NEXTというところの概要を少しお話した上で、ウェルビーイングを高める上では、若い人たちが今どういったところで困っているかという現状をお伝えしたほうがよろしいかなと思ってその資料を準備しました。

また、少しこのスライドのほうではタイトルを変えさせていただいているのですが、ウェルビーイ

ングを高めるための調査研究ということを、今まで4000人ぐらいの若者を対象としてやっておりますので、そういったデータを御紹介しつつ、最終的にどういうことを横浜市の中でやっていったほうがいいかという御提案を、まだこれをやったほうがいいですという具体的なところという形ではないのですけれども、議論のたたき台になるようなお話はさせていただけるかなと思っておりますので、ぜひ伺いいただければと思っております。

まずこれは、L a n c e t という世界で最も権威のある医学誌がありまして、そこが若者のウェルビーイングについての研究開発をするという取組がございます。その意思決定機関のコミッションが10月の末にアメリカのほうでありまして、日本では、我々は、唯一これに招待いただいて御参加させていただきました。

その中で、まさにこのタイトルを書いておりますけれども、若者に対する取組というのは、従来は、どちらかというと教育という形で見られていましたけれども、若い人たちが育っていくと、その後、当然、社会人になります。ですので、若い人たちがこれからの未来をつくるリーダーであるという観点から、やはりこれは、産業・経済界の皆様にも関心を寄せていただいた上で、教育、経済、ここを、同じテーブルで議論をしないとイケない。

これから少子化になりまして、ますます一人一人の若者が活躍をしないと、活躍をしてもぎりぎり維持できるかという状態ですので、そこからさらに飛躍していこうと思うと、一人一人が目的を持って毎日生き生きと生きる、こういった日本をつくっていくとイケない。まさにこれは、日本が最も取り組まないといけない課題の一つだと考えております。こういった話を、先月、神奈川の経済同友会とかでもさせていただいて、非常に御関心を寄せていただいて、今、企業さんに呼んでいただいて、いろいろお話などもさせていただいているというところになります。

これは、ストレスを外したら子供たちはおのずと輝くということが基本的なコンセプトです。若い人たち、今、学校の先生、家、部活の先生、塾の先生、本当に自分を評価する大人しか周りにいないのです。先ほどもこの冒頭、ちょっとおさかべ委員とお話したように、小学生、中学生はむちゃくちゃ忙しいのです。私も3人娘を持っておりますけれども、本当に申し訳ないですけれどもパパより忙しいかなと思うぐらい、土日、テニスの部活に行っても代休は取れませんし、それで次女は、好きなテニスだったのですけれども、土日全部部活で潰れるので辞めちゃったのです。

そういう形でやりたいことはあるのだけれども、いろんなプレッシャーだとか時間的な拘束というストレスが重なってやりたいことができない、これは本末転倒じゃなかろうかと思っていますので、学校のカリキュラムをもうちょっと柔軟にしていきたいと思いますところは、まさに我々これは、文部科学省の事業で文科省の官僚とも密に連携をさせていただいておりますので、横浜市からそういった提言を持っていくということでしたらしっかりと私は届けることができますので、ぜひ御検討いただければと思います。

また、もう一つは、大人は子供との我慢比べと書かせていただいておりますけれども、これもあるあるですけれども、例えば今ちょうどうちの中高どっちとも期末テストの期間中ですが、例えば土日にテレビとかY o u T u b e とかを見ていると、大丈夫か、勉強しなくていいのかって言っちゃうのです。言っちゃったら勉強のモチベーション、完全な、今やろうと思ってたのにつけて言われて自室にこもって結局勉強しなくなっちゃうのです。でも、あの子たちはあの子たちなりに自分の中で意識を持って、もう一本Y o u T u b e を見たら勉強しようとか何か考えているので、子供たちが今何を考えているかというスタンスにしっかり耳を傾けて、親はそこを支援するというスタンスじゃないと、親目線でやってしまうと、どうして

も子供のモチベーションを下げると、これも一つ大きいストレスになっているなというところは、私の経験だけではなくて、我々は多くの不登校のお子さんだったりとか学校関係者のお話としてこれはまさに総論、こういうことだろうなというふうには理解をしているというところですよ。

さて、我々、このCOI-NEXT、これは、共創の場支援形成プログラムというちょっと名前が長いのですが、産官学民で新しい世界課題に対して挑戦をしていきたいと思います、そのために国としてかなり大きい予算をつけて支援をしていきますと、そういったプロジェクトになります。これは、我々のような医療とかヘルスケアだけではなくて、それこそカーボンニュートラルをやっていればフードロスの問題をやっている、いろんな大学さんがいらっちゃって、今、我々と同じ規模でやっていらっしゃる大学は、大体20ちょいぐらいのプロジェクトへの採択をされているというところですよ。

我々は、若者、10代、20代の生きづらさを解消し、高いウェルビーイングを達成する、こういった産官学民の取組をさせていただいています。今、10校の大学さんに連携に入っていただきまして、企業さんとしても、ここに名前がありますような非常に大きい企業さんに入っていただいて、それぞれ皆さん目的としては、いろいろ異なる目的を持っていらっしゃいますけれども、そういった方々と、ビジョンとしては、若い人たちのウェルビーイングを高めていくために何ができるかというところを議論させていただいています。自治体さんとしては、もちろん横浜市さんがメインですが、神奈川県さんや宮崎市さん、あと、今、ここまでは載っていませんけれども、先週の土曜は、秋田県知事に呼ばれて意見交換をさせていただいたりとか、静岡県であったりとか苫小牧市とかそういった多くの自治体さんに関心を寄せていただいているというところになります。

我々が取り組む内容としては、もともとは、私、もう20年来、精神疾患の研究をしてきました。ですので、病気のメカニズムだったり治療法や診断方法の開発というところをやっていたのですが、その中で、冒頭、委員長からも御紹介があったように、500名以上の患者さんの検査をさせていただきました。その中で、100人以上の鬱病の患者さんの検査をやってきましたけれども、会社に行って仕事が忙しくてバーニアウトして病院に行ってしまう。

そこで治療が奏功して大体の方は、ある程度戻るのでありますが、一回会社に戻っても現状、75%は再燃します。つまり、これは言い方がきついのですが、一回病気になってしまうとフルでリカバーするのは、正直難しいというところは我々の経験上、思っております。ですので、病気になる手前で心の不調を見つけて、そこに対してできるケアであるとかサービスをその方たちに届ける、こういったプラットフォームをつくらないといけないというのが我々の使命として持っています。

また、その中で、10代、20代というところのメンタル不調、精神不調というのが、これは日本だけではなく世界的にも非常に大きい課題になっておりますので、そういったモチベーションとなるデータも、この後、お示しします。委員の皆様方の中には、昨日、日経の日曜版にこの記事が一面に出ておりまして、御覧いただいた方もいらっしゃるかもしれませんが、実は企業に勤めていらっしゃる従業員の方、こういった世代に対して、精神疾患になって医療費としてカバーされている金額というのが日本で年間1.1兆円になります。

一方で、先ほど申し上げたように、病気にはなっていないのだけれどもメンタル不調があってパフォーマンスが落ちていると、それによる経済損失が日本で年間7.3兆円という試算を、これ実は、日本で初めて我々の研究チームが報告をさせていただきました。まさにこの約7兆円という規模が日本のGDPの約

1.1%に相当するということで、本当に深刻な経済損失をたたき出しているということです。これは、冒頭申し上げましたように経済界とコミュニケーションする中では、こういった経済損失が企業の中で起こっていると。つまりここに対して集中的に投資をすることによって、今いる人たちのパフォーマンスを上げることによって、経済損失というのは、いかようにでも改善することができるというお話をしています。

また、そういったメンタル不調になりやすい人たちをつくり出さないためにも、小中高校におけるメンタルヘルスの教育であるとか、支援のパッケージというところに対して、教育委員会だけではなくて経済団体とかもしっかりとそこに支援をしていただく、その必要性を日々訴えさせていただいているというところになります。

ここから不安定な若者のメンタルヘルスの現状ということで、我々のデータの事件例も含めて御説明をさせていただきます。我々は、若者の生きづらさというお話を常々させていただいているのですけれども、生きづらさというふわっとした言葉なのですけれども、どちらかという、このふわっとした感覚に対して目を向けなかったというのが今までの課題だと思っています。

何を言うかといいますと、例えばストレスチェックをやって点数がつかしました。じゃあ点数が低いからこの人は駄目です、介入しましょうというのは、今まで従来型のアプローチなのですけれども、結局、そこまではいかなくても自分の調子が悪いとか、あと、調子が悪いといったときにどれぐらい調子が悪いかって、例えば私は、つらい環境で1日2時間しか寝ていなくても多少頑張れますけれども、1日8時間寝ないと駄目なのだという人ももちろんいるわけです。そうすると、8時間も寝ているのだったら元気だろうって言われても本人はつらいのです。なので本人の主観、本人の声を拾い上げるというところが、日本の中、文化が足りなかったなというところで、まさにこういった生きづらさを解決していくということが求められていると。個人にしっかりと耳を傾けて、そこに対して必要なケア、サービスを提供する、こういったパーソナライズなものをつくっていく必要があるのですけれども、なかなかこれをやっていくと思うとコストもかかりますので、どうしようかというところは議論的になっているかなと思っています。

一方で、この生きづらさに対して取り組む意義、精神疾患に対して取り組む意義というのは、何となく御理解可能かなと思いますけれども、まだ病気じゃないんでしょうと言われることも多いです。実際、私は、こういった講演を多いと週に10回とかさせていただいて、例えば精神科の医局に呼ばれてお話しすると、それは思春期病だから、先生、大丈夫だよと言う方もいらっしゃるのです。確かに若い人たちのメンタル不調の半数ぐらいは思春期病で片づくのですけれども、一方で、半数は片づかないのです。なのでそういったエビデンスを出すと、今は変わっているのですねって、そういった生きづらさ、思春期病として見過ごせないところもあるのですねというお言葉を重鎮の精神科の先生方から頂くことも非常に増えてきております。

その中で生きづらさというのが例えば学生、私も大学の教員を長くやっておりますけれども、学生さんだったり社会人のパフォーマンスを落としていますと。これはなかなか理解が難しいかもしれませんが、例えば横浜市立大学に地方都市から来て、1年生の1学期の間にお友達とLINE交換したり、お友達ができないと2学期から来なくなっちゃうのです。そんなことあるのと思っていいらっしゃる先生が多いのですけれども、実際、今はそういう現状です。

ですので、なかなか友達づくりも難しいと。何で難しいか。私がその人から好かれているか嫌われているかわからないのにLINE交換してくださいって言えないと。嫌われていたらどうしようって、今の若い人たちって、本当に周りの目ばかりずっと気にして、自分のわがままもあんまり言えないような状態になって

います。ですので、そういった若い人たちの今の特性というのを理解した上で何をすべきかというのは、若者の目線で考えていただく必要があるかなと思っております。

また、生きづらさというのが、それこそトー横キッズとかグリ下とか、最近は福岡も警固公園でこういったことがありますけれども、犯罪発生率を増加させているというのは顕著に分かっておりますし、また、生きづらさというものが、一定、精神疾患の発症のリスクになっているというデータもございます。これは不登校のデータに関しても、委員の皆様方もよく御承知のとおりで、今は35万人程度の不登校が出ているというところ です。

ただ、一方、不登校って年間に30日以上休むと不登校なのです。つまり29日しか休まなかったは不登校じゃないですし、あと学校現場を見ると、毎日毎日遅刻するという子もいるのですけれども、これも実は不登校じゃないのです。つまり不登校の予備軍、その辺りまで入れると5倍から10倍いるというふう to 実際のデータとして出ております。ですので、そこら辺も全部カバーしようと思うと本当にとんでもない数字、300万人単位の小中学生、高校生を対象にしていけないといけ ない、こういった課題であるというところを御認識いただければと思 っております。

また、右の円グラフですけれども、心の病気の多い年齢層というところで、左が2004年のデータなのです。これは図で、この10%というのが、日本の精神疾患全体の10.4%が10代、20代でした。一方で約半数が30代でした。約4分の1が40代でした。これが20年前です。一方で、ここからたった20年しかたっていない2年前のデータですけれども、今、精神疾患の約半数、43.9%が10代、20代です。26%が30代、このように、たった20年間で精神疾患の患者さんを占める割合が、10代、20代は4倍になっているというところ です。冒頭申し上げたように、若い人たちの生きづらさ、プレッシャー、メンタルヘルスの課題というのが、こういった精神疾患の増加につながっているというのは間違いありませんので、こういった数字を増やさ ない、これから減らすためにも、若い人たちの心のケアというのをしっかりしていけないといけ ないというところ が今の現状でございます。

実際、これは一つ代表的な学校の例ですけれども、小学校、今は大体35人級ですけれども、見てみますと、一般的な例として、大体、不登校の生徒さんというのは1クラスに1人ぐら いかないと、最近はおちょっと増えていますけれどもいら っしゃいます。一方で、不登校傾向というのはその10倍ぐら いら いますと。あと、昨今問題になっている発達障害です。うろちょろして落ち着きがないとか、エアコンの風が当たって痛いとか、人の音を全部同じに聞いちゃう、学校の先生もその横の消しゴムの音も全部同じに聞こえるのでうるさい っ てなるお子さんとかが非常に多くいら っしゃいます。こういった方が今は1クラスに大体3人か4人ぐら いる というような状態 です。

あと、ここもあまり数値としてそこまで世の中に出てこないのですけれども、学習障害のお子さん も非常に増えています。学習障害という と、知的障害という形でIQ70以下、知的障害というの は何となく分かりやすいと思うのですけれども、正常のIQが一般的に今は85と言 われています。じゃあこの70から85のお子さん っ てどこにいるか、これは一般級にいます。このお子さん たちは、普通の授業は絶対ついていけないです。そうすると普通のペースでやります。毎回毎回、のび太くんみたいな赤点を持て きます。親からは何で解けないの だ っ て怒られます。頑張 っ て解こうとします。でも分かんないのです。でも、その子 たちが一般級の中にいるのです。それを分かった上で授業をするのか、分からない上で授業をするのか、ここは決定的に違 います。

犯罪を多く含むのが、こういった境界知能と言われるIQ70から85だというふうに言われています。例えば数年前にバストセラーになりました、ケーキを6等分できない子供たちという本がありましたけれども、まさに6等分って意味が分かんないのです。分かりますよね。6個に分けるわけです。等しいって何ですかって、そういうコンセプトすら分からない子供たちが一般級にいますということです、しっかりと個別個別で見ていただいて、その子たちに向けてどういった学習支援をするかということも、今の学校の現場で普通に起こっています。ちなみに申し上げると、多い例としてですけれども、今、7人に1人のお子さんは境界知能というふうに言われていますので、多いと35人級に5人ぐらいそういった該当する生徒さんがいるということをお前提として、ぜひ授業をしていただきたいなというところです。

また、これは、世界的にも同じような課題ですというところで、実際、アメリカの国立精神神経研究所って、アメリカの一番大きい神経系の行政の取りまとめとか、研究の取りまとめをやっているジョシュア・ゴードン先生に、去年、横浜市大までわざわざ来ていただいてディスカッションをしたのですが、アメリカでも、近年メンタルヘルスの問題というのが非常にシリアスになっていて、特に彼が気にしていたのは、家に別にお金はありますと、教育もしっかり受けられます。けれどもやる気がない、将来に対するモチベーションが持てないということで自死をするというような人たちが、特にシリコンバレーとか裕福なところで非常に増えているというところで、これは何なのだろう、もう全く分からないというふうなお話をしていましたので、こういった若者のメンタル不調に関しては、世界で手を取り合って知識を共有してやっていかなければいけない。そういったところで、先ほど冒頭お話したようなLancetのコミッションに我々が呼んでいただいたというのは、日本の中でもこういった取組を我々が一番先導してやっておりますので、それで呼んでいただいたのかなというふうには認識しております。

先ほど、ストレスを外せばというお話をさせていただいたのですが、我々は、新自由主義の個人化というキーワードを用いながらいろいろとお話をさせていただいています。非常にシンプルです。社会からの要求と今の自分のギャップが大きいのです。人から多くを求められているのは分かっているのだけれども今の自分はここ、でも、そこに対して頑張って伸びていこうと思うのですが、そんなに一朝一夕で自分の能力って上がりませんので、結局このギャップが大きければ大きいほどメンタル不調を引き起こすということが分かっています。ですので、親御さん、学校、部活、いろんな大人に対して、あなたたちは適切な要求を子供たちにしているのかどうかというのを、いま一度、考えていただきたいと。

これは、先ほどからお話ししているように世界的な課題でして、アメリカではバーンアウト、燃え尽き症候群という単語があったり、あとドイツでは、これはちょっと古いですが、バズワードになった疲労社会です。この高みに行かないといけないから自分自身と競争し、自分を搾取して疲れて精神疾患を患う、まさにこういったところが、もうドイツでは20年前から報告されています。また、中国では、これもタンピン、よく聞かれるかなと思いますけれども、それこそ中国1位の北京大学を出たにもかかわらず、結婚するにも親の許可が要る、北京に自分の住居は持てない、就職するのも大変ということで、北京大学を出たのだけれども、生きていくのが大変だからコンビニでバイトして公園で寝ますという若者が非常に増えているというところも、今はかなり問題になっているというところで、いずれにせよ自分に対して過大な要求を社会が突きつけていることに対してどんどん疲労している、これがまさに10代、20代の生きづらさというのを生んでいるというところを御理解いただければと考えております。

今申し上げましたように横浜市立大学では、日本に先駆けてこういった取組をしております。来年ですけ

れども、韓国のナンバー1私立大学である延世大学、韓国も皆さん御承知のとおり、見た目に対しての課題というのが非常に多くありまして、見た目、肥満というところに対して何らかの課題を抱えている韓国の女性は、実は6割から7割いるというのが韓国のナショナルレポートで出ています。そういった若者が高率に精神疾患に移行するということも分かっています。それを国家プロジェクトとしてやっているのが、このリー先生という延世大学の看護の学部長です。今、彼女たちとは、国際連携協定を結んで国際調査をするということを国から別で予算を頂いてやっておりまして、来年の1月29から30、横浜に団体に来ていただいてワークショップをしようと考えております。

また、先ほど申し上げたLancetのコミッションは、ジョンズ・ホプキンズ大学のパブリックヘルスのメンタルヘルスのチーフであるパメラ・コリンズ先生、ジョンズ・ホプキンズ大学のパブリックヘルスって、世界で最も有名な公衆衛生学のデパートメントですけれども、そこのチェアであるコリンズ先生と今はコラボレーションをさせていただいて、これから横浜市において、若い人たちのメンタルにより都市づくりというのはどうすればいいかという、サーベイを一緒にやっていこうという話もさせていただいています。こういった世界的な取組をこの地横浜から進められるというのは、本当にすばらしい機会を頂いているなと思いますので、ぜひこういった知識とか経験を、逐次、市議会のほうでも御紹介させていただいて御一緒できればと非常に思っております。

私たちは、いろんな形で不登校の調査等もやっておりますけれども、その中で特筆すべきなのが、これは秋田県になるのですが、秋田県の通信制高校に我々の教員が1か月のうち1週間、そこで寝泊まりをしています。それで不登校の生徒さん、あと不登校を支援する支援員の方々のつまずきがどこにあるかというところを、寝食を共にしながら見るという、これはエスノグラフィーという文化人類学の手法を取りながらやっています。

これは、物すごく分かりやすく言うと、私も講義させていただいている京大の元総長の山極先生、ゴリラの研究で有名な方ですけれども、彼も人間の言葉は分かんないけれどもゴリラの言葉は分かったと度々私におっしゃるのですが、彼は、アフリカに行って森の中でゴリラと一緒に生活することで、ゴリラの生態を見ながらゴリラの生活パターンとか、つまずきを理解するということを本当に長年やられた先生ですけれども、全く同じ手法を我々は不登校の通信制高校の中でやっています。

その中で不登校に起因した理由としては、学校の先生とか友達とのトラブルであったりとか、あと中学生以降は、学校の勉強についていけないというのがすごく増えてきます。高校になると不登校の原因の第1位は学業についていけない。あとは健康の問題というのがあります。健康の問題も一般的な体の病気というよりは、むしろおなかが痛い、めまいがする、実はこれをひも解いてみると、心の病気が原因だったりするわけです。ですので、こういった健康上のトラブルがあって行けないということです。

こういった中で、我々は本当に密にヒアリングさせていただくと、高校1年生の女の子で不登校になった原因が、背中が痛くて足が痛くて学校に行けないって言うのです。でも、それをひも解いてみると、親からのいろんなプレッシャーだったり周りの大人からのプレッシャーとか、あと、秋田は学歴1位ってずっと言っていますけれども、とんでもない詰め込み型教育をするということで、あんまり言うとなれですけれどもというところで、本当に高校生にヒアリングすると、学校に行ったら勉強して大量に宿題が出て、とにかく風呂と宿題が終わって御飯を食べて寝るというのを日常的に回す、これが県立高校の生徒の生活ですっておっしゃるのです。これは高校生が言うので、その中でついていけなくなってどんどんメンタルがやられ

る。

でも、先ほど申し上げたように、メンタルがやられるが先じゃないのです。腰が痛いとか膝が痛いとか若い子が言うのです。それで痛いから出られないのです。学校に行けなくなって不登校になる。不登校の学校に行って元気がよくなると、気づいたら膝が痛くなくなっているっておっしゃるのです。なので、こういった心と体というのが若い人たちは密接にリンクしていて、心より体が先に出ることが非常に若い人たちは多いということを、学校の先生はよく把握されているかもしれませんが、特に親御さん、メンタル不調のサインはどこにあるかというのを、ぜひ我々としては知っていただきたいと考えています。それを通して、子供が膝が痛いとか腰が痛いはないだろう、学校に行けというふうにプレッシャーをかけられて、それがますます学校に行けない原因になったりするので、若いお子さんたちの現状というのをしっかり周りの大人が理解してあげることが非常に重要になってくるというところですよ。

そういう中で我々は、今まで住み込みの調査を約1年半させていただいて、大体200万字、言葉を頂いてきました。その中で、何か困難があったときに、それに対して立ち向かっていける、そういったものを後押しした要素は何ですか。もしくは、これはつらいから逃げたほうがいいんじゃないかなというのを後押ししてくれた要素は何ですか。また、それを抑制していた要因は何ですかと、こういう2掛け2のデータというのをつくって、今まさに論文を投稿しているところです。

例えば困難に立ち向かえと言ったお子さんに関しては、自分のペースで学べる環境というのがすごくよかったとおっしゃいます。例えば通信制高校に通っているお子さんにいろいろとインタビューする中で、本当にざっくり言うと、デューティーとしてやらないといけないところは一般的な高校のカリキュラムの大体半分ぐらいになるのです。なのでそのあと半分は、自分がやりたいことだったりというのがやれるようになるのです。

例えばその中で、この前、実際にあったのが、ヤマダ電機でバイトしていますと。その中でスマホをおばあちゃんに紹介したら、よく知っているね、ありがとうって言って感謝された。しかも毎月毎月アルバイト料がもらえると。自分は今までずっと勉強とか生活とか親に支えてもらって県立高校まで行かせてもらって、でも、学校についていけなくて不登校になったと。本当に親のお厄介にしかなくて、僕は生きる意味がないのだと言っていた子供たちが、バイトしてありがとうって言われてお金をもらえるって、これは大人からするとごく当たり前ののですけれども、そこでこんなことがあるのだから、僕も必要とされているのだということを目の前と言うのです。そういう中から経験をやって、経済ってどうなっているのだろうという、何で僕にお金をくれるのだろうというふうに言い出すのです。その子は自分で赤本を引っ張ってきて、秋田県立大学の経営学部に行きますって言って勉強し始めたのです。

なのでストレスを外すと勉強するのです。自分たちが何か知りたいって思っていることは、日常の中で散りばめられているので、そこに対して向き合っている時間を与えるというのは、我々大人が今本当に考えないといけないこと、自分のペースで学べる環境というのが必要だろうと。

また、普通とは違う大人との出会いというのもすごく重要だというふうに言われています。画一的な環境の中で生きていける中で、私も18まで佐賀のど田舎で生活していましたが、盆、正月になると、40人ぐらいよく分かんない大人が来ていろんなことをわちゃわちゃ言うのです。その中で2人ぐらいは、このおじさん、どうやって生きてんのかな、どうやって食ってんのかなみたいな人がいるのですけれども、そうやってこれでも食っていけるのだというような大人の生き方ってあるのです。なので、子供たちが一流企業に勤

めなくてもちゃんといい仕事に、いわゆる有名な仕事に就かなくてもみんな生きていけるのだということを理解してもらい、それを肌身で感じてもらうというのは、子供に対しては、すごく心理的にリラックスできるということが分かってきました。

また、あとは、柔軟な失敗に寛容でオープンな環境というところで、何か失敗すると叱責されるとか、特にこれは部活で多いところですけども、こういったところを失敗してもいいんじゃないかと。失敗したということは、つまりチャレンジしたことだ、とにかくチャレンジを褒めるという形で、学校だけでなく親御さんとか部活の先生方もやっていただきたいなと思っています。また、それを阻害する因子はその逆というところが分かってきています。

そこに対して我々としては、今までの事件例も含めていろいろと調査研究を進めてまいりました。子供のウェルビーイングを考える上では、OECDのガイドラインというのが非常に重要になってきます。OECDのChild Well-being Dashboardというものが2021年に公開をされています。すみません。こちらは事前の資料がなくて、OECDの資料ですのでこちらのみで共有させていただきますけれども、端的に申し上げますと、子供のウェルビーイングを高める要因は4つです。まず物質的な豊かさ、身体的な健康、あと適切な教育、これは認知発達とあと教育です。あと、非常に分かりにくいですけども、社会的・情動的・文化的なスキルを磨いていく、この4つになってきます。

物質的な豊かさという、当然、衣食住というところですので、ここは、先進国の中でも日本は比較的整っているポイントかなと思っています。OECDは、どちらかというとアフリカとか貧しい国もターゲットにしておりますので、我々のこういった取組を2年前にブラジルであった世界精神児童学会で報告しますと、ブラジルは子供がいつ銃で撃たれて死ぬか分からないので、このもやとした生きづらさとかは全く理解できないって本当に目の前で言われました。なので、地方地方でいろいろと状況は違いますけれども、物質的な豊かさというのはあります。

あと、身体的健康というのは教育と子育て、家の中できちっとした食事を与えるということもそうですし、適切な運動をするということもそうです。とにかくどんどん勉強を押し詰めていって塾に行ってってなるとなかなか歩かない。塾まで親御さんが送迎するのが当たり前になってくると、小学5年、6年でどんどん足腰が弱くなるのです。これで中学校に行ってもちゃんと運動できますかと、ちゃんとした心が育ちますかと。学びの前にまずは心身、足腰の強さって大事ですので、こういった身体的健康というのをないがしろにするような教育というのは、絶対あってはならないと。ここは教育と子育ての中で考えていただきたいと。教育に関しては、認知発達の教育というのはかなり専門性が高いですので、ここはしっかり学校現場でやっていく必要があるかなと思っています。

あと、難しいところですけども、社会情動スキル、これはSELって、ソーシャル・エモーショナル・ラーニングと、2022年ですか、文科省の教育要綱の中にもこれを育むべきというような項目が載っているのですが、まだ具体は提示されていません。ほかのアメリカを含めた先進国では、実は、教育の中では最もこれが大事だという形で今進めていただいています。これはシンプルに言います。他人の感情を理解して、向こうの感情を受け入れて自分の感情をコントロールできるようになりましょうということで、感情をちゃんとコントロールした上で人と一緒に何かをやりましょう、その上で人と一緒に何かを成し遂げましょう、この3段階をやっていくための基本的なスキルをつけるというところです。

今、発達傾向の強いお子さんが日本は多くございます。これが一説ではSNSの問題というのもありまし

て、SNSの中で、相手の顔が見えない中でコミュニケーションしますので、何が起るかというとな怒られたくない。結局、見えないから体のいい言葉でしか会話しなくなるのです。そうすると、昔は顔を見ながら、よし、ここはけんかするぞとか、ここは引くぞって我々はやっていましたけれども、人の顔から何を考えているか分かんないみたいな状況になっています。そういった子育てというところを、家の中だったり学校の中でしっかりしていくことができないと、結局、人の顔が見えないから、人から嫌われることをやってしまつて、子供たちもしくは学校の先生とトラブルを起こして不登校になるみたいなケースは、小学校の不登校の原因としては、今、多分、最多なんじゃないかなというふうに我々は思っているところです。

あとは、精神的な健康は、先ほどからお話しているとおりです。あとは、文化的アイデンティティーは、横浜は、かなりいいほうだとは思うのですが、私が今いろいろとコラボレーションさせていただいている秋田とか宮崎とかは、例えば男性が先を行くとか、女性は短大に行って子供3人産んでみたいなことをまだ平気で言うような文化もありますので、そういったところの中から、子供たちがやりたいことができないみたいなところの地域特性というのはあるというところで、こういったもの4つをきちんと整えていく必要があるというところでは。

我々は、COI-NEXTの中で若者の心調査というのを非常に多くやってまいりました。その中では、心の不調につながる因子は何か、もしくは、心のいろいろな課題を持っているけれども、不調につながずに頑張っていた子供たちの特徴は何かというところを様々調査しております。今、大体4000人ぐらいの若者調査をしてデータ解析をしています。これは、こんなの見せられてもというところですが、端的に申し上げたいところとしては、自分でどうにかできる、多少タフな環境でも頑張っていけるというところが、これは心理的レジリエンスと言われるもので、これをいかに教育や他人とのコミュニケーションの中で培っていくかというのが本当にキーだと考えています。

この心理的レジリエンスを高めていくためには3つの要素がありまして、まずは自尊心を高めるということです。自尊心は何かといいますと、基本的なところは、子供たちがやりたいことをやらせて、それを徹底的に褒めてあげるということです。失敗したらチャレンジを褒めてあげるということです。どうしても親御さん、学校の中にいると、テストよかったねってお話がある。例えばこれは褒めるの9割ぐらい。例えば足が速かったね、これは10%ぐらいかもしれないです。でも、絵がうまかったり、何か鉄道のことにすごく詳しくあったり、日本の歴史上の人物に詳しくあったりしても、それすごいじゃないと言う親ってあんまり実はいないのです。

でも、子供たちって褒めてほしいのはそこのことです。僕が算数で100点取ったことなんて別に全然褒めてほしくない。むしろこういう絵を描いてすごくいい色使いだったでしょう、学校の先生にこの円の丸さはきれいだねって褒められたよって言われたことを徹底的に褒めてほしいのです。なので子供たちは、褒めてほしいところを褒めてほしいのですというところを理解した上で、しっかりとこの子たちは何を褒めてほしいかなというのは見ていただきたいなと。そうすると、おのずと自尊心って育ちます。そんなに難しいことをしなくても自尊心は育ちますから褒めてほしいところを褒める。

あとはソーシャルサポート、これも端的に申し上げると、自分が何かつらいとかちょっと聞いてほしいなと思った人が周りにいるかどうかなのです。例えば私たちの田舎から出てくるとおじいちゃんおばあちゃんが近くにいて、私のところは共働きだったのですが、おじいちゃんおばあちゃんにいつもいろいろ話を聞いてもらったのです。私も中学受験とかは、結構過酷な環境で育ちましたけれども、おじいちゃんお

ばあちゃんは、受験失敗しても死なないから大丈夫って言うのです。おじいちゃんとかは軍医さんだったので、お前、俺なんて戦争の第一線にいて多くの人を助けてきたのだけれども、そんなのに比べたらお前の悩みなんてちっぽけだからって普通に言うのです。

そういうふうな言い方は悪いですがけれども無責任な大人、無責任にかわいがってくれる大人が周りにいるというのは、すごく重要だったなと思いますけれども、今は御承知のとおり、我々の友人が、この前、自分の子供を保育園に迎えに行き、何々ちゃん、元気って、知っている子供じゃないですか、会って言ったら、LINEで通報されたのです。結局そういう状態なのです。不審者が保育園に出ましたと。子供に対して声すらかけられないのです。もはやこういう状態になっているので、そうすると、なかなかほかの大人と交流するということが子供目線でもできないわけです。なので、子供たちが知らないおじさんと気楽にしゃべったりみたいなものをどうやって考えていくか、それはまさに場づくり、まちづくりなので、こういったところ、危険をどう回避するかというところはまた別の話としてありますけれども、こういう機会を奪っているということが、子供たちのソーシャルサポートを著しく阻害しているということが見えてきているということです。

あとは、抑鬱の保護因子というのは、細かいのですが、抑鬱にならないための因子というのがありますので、これを多く持っている子たちはレジリエンスが高いと。レジリエンスが高いとどうなるかという、端的にウェルビーイングが高いと、これはきれいな相関が我々のデータから出ました。なので、心理的レジリエンスを高めればウェルビーイングがおのずと上がります。ウェルビーイングが高い子は抑鬱になりません。こんだけきれいなデータが約4000人から出ていますので、この心理的レジリエンスを、学校だけでなく、いろんな家庭とかを含めてどうやって高めていけるかということを考えていきたいと思っています。

今、ザ横浜モデルという形で、GIGA端末を使って横浜Study Naviのほうで教育委員会さんと共に、こころチェックをしています。

実際この中でも中学生に対しては、レジリエンスのチェックというのをさせていただいています。実際、抑鬱が大体10から20%ぐらいいらっしゃるというところで分かってきました。ただ、これは、横浜市が多いのではないので、日本全国的に10から20%なので横浜も同じぐらいだねというふうに御認識ください。その中で、我々が先ほどお話ししたように抑鬱とレジリエンスの関係です。これは横軸が鬱なのですが、右に行けば行くほど鬱が高い、こっちが鬱が低い、高いほどレジリエンスが高いという表なのですが、端的に申し上げると、レジリエンスが高いと抑鬱にならないという結果がきれいにこの中学生のデータから出ました。ですのでレジリエンスを培っていくということを、我々としては学校現場も含めてやっていきたいというところなんです。

こういったところを、今は小中学校、一校一校モデル校を本当に教育委員会さんにしっかり伴走していただきながらやらせていただいているのが、まさに横浜モデルというところなんです。実際に我々教員が出前授業をしたり、学校の先生もかなりお忙しいので、我々がこういった心に関する動画をつくって、夏休みの期間中に学校の先生に見ていただくということもやらせていただきました。まさにこういったところを、今、教育委員会さんと取り組んで、若い人たちの心を自分たちでチェックして、そこに対して改善していくという横浜モデルを横浜から日本、世界へ発信できれば、本当に先駆的な取組になると考えているというところなんです。

また、これは、健康福祉局の方とよこはま若者コホートという形で大体3000人強のエントリーを始めましたけれども、若い人たちの心と体の調査を始めました。この中では、先ほどから申し上げているように、就職困難な、例えば家庭環境が悪かったけれども今元気にしている人たちは、どういったいいことがあったのか、ひょっとしたら近くに相談できる無責任な大人がいたかもしれないし、ひょっとしたら仲よくできる、心が許せる友達がいたかもしれないし、自分を褒めてくれる環境があったかもしれないし、どういった環境があったから自分は元気になるかというところを、今まさに調査をしているというところで、こういった住基台帳ベースでランダムサンプリングしながらやっておりますので、こういったデータを横浜から出していつて横浜のまちづくり、都市づくり、教育のつくり方を御提言できればと考えております。一旦ウエーブ1という第1年度は今年度中に終わりますので、次年度、解析をして、具体的な結果については、改めて御報告の機会を頂ければと思っております。

最後のほうになりましたけれども、先ほどから申し上げているレジリエンスです。これをどうやって資源化するかという話をしております。簡単に申し上げますと、頑張る、自分が頑張れるということだけじゃなくて、これは、自分にとってはつらいなと、きついなと思うことに対して逃げるという、そういった決断をすることも大事です。なので、アクセルとブレーキの踏み方をうまく子供の頃から理解するということが大事です。これがActive Coping、アクセルです。Avoidance、これがブレーキです。この使い方を覚えると。

最初は、自分の快適な環境の中でまずこれをちょっとずつやっていつて、こんなもんかと学んでいくと。その後、少しジャンプアップした課題を与えて、そこに対して取り組ませると。このときに課題が物すごく高いと、くじけてもう二度と今の若い人たちはやりませんので、その課題設定というのが非常に難しいです。すごくやれる子とあんまりやれない子がいるので、そこは親が見るのか、学校の先生が見るのか、なかなか難しいのですが、ちょっとした課題設定をしてあげて、クリアできたね、頑張ったねということでこのアクセルとブレーキの使い方を子供たちが覚えるというのがまさにレジリエンスだということなんです。無理ない範囲で困難に取り組んで頑張っていくと、それをどんどん繰り返していつて高度な課題に取り組んでいくということです。

怒られたから何くそと思って頑張るという世界では、もはや若い人たちはないので、ちょっとずつ、手はかかりますけれども、課題設計を丁寧にしてあげることが非常に重要です。その中で、お前行ってこいではなくて、緩やかな見守りの中でしっかりこれをしていく、挑戦を促すという環境が非常に重要になってくるということです。

これは、先ほど冒頭に申し上げましたが、Lancetのコミッションで出たスライドを御提示させていただいています。どうしてもメンタル不調というと、我々のような医療サイドの人間がやることだという話ですが、医療的なケアだけでなく、医療的なケアに行かないような子供たちをしっかりつくってあげる、いわゆる心の足腰の強いお子さんをつくるためには何が必要か。まさにこれはクリエイティブ、あとコミュニティベースドサポートということです。

先ほどから申し上げているように、子供たち、自分がやりたいこともやれないぐらいがんだらめの時間の拘束になっている中で、ちょっと絵を描かせてあげたりとか、ちょっと何か音楽、ちょっと走ったりとか、何か好きな時間というのを1日30分でもいいのでつくってあげる。その中で子供を評価してあげるという時間をつくってほしい。

家庭の中でそれをやってしまうとこれは結構大変なので、できれば学校現場の中でちょっとそういった余暇のある時間、先ほどもお話がありましたけれども、我々の昼休みなんて大体1時間か1時間半ぐらいあって、ドッジボールをやってぼこぼこあざになりながら小学校時代は暮らしてはいましたけれども、そういった自分たちがやりたいこと、そのときにドッジボールしない子は絵画室に行って絵を描いたりとかしていて、昼休みってそれぞれ自分たちが好きな時間を使っていたのです。そういったことをやれないかなというのは、本当にこれは大事なポイントだと思っています。

クリエイティビティー・イズ・ケア、ケアというのは、メンタルケア、医療的なケアじゃないのです。創造的な活動、自分のやりたい活動をすること自体がケアなのです。このクリエイティビティー・イズ・キャピタル、これが資本になるのです。アメリカ人は、こういったものをすぐお金に勘定しがちですが、クリエイティブ活動に対して1ドル投資すると7ドル分のウェルビーイングが得られますというデータも出ています。子供たちがやりたいことに対してやらせられる時間、それをどこにつくるかというのは、真剣に考えていただきたいと思っています。その中で評価しない大人との交流、自分たちがしたいことを評価しない、評価しないと言うとあれですけど、褒めてあげる大人が重要なんじゃないかなと思っています。

あと、先ほどからしつこく申し上げていますが、やりたいことを評価してあげてください。この子、絵が好きだったらその絵を褒めてあげてください。そうすることによって自分はできると思って、二次的に勉強とかもできるようになりますから、それは子供に対してきちっと見守ってあげて、やりたいことをやらせてください。それをさらに緩やかに見守ってください。やってきていいよ、絵を描いてきていいよじゃないのです。何かあったらさみじきことか、ちょっとこれ見てよって言ったときに、どうって言って見てあげてください。そういうふうに、何でもそれを三角に切らないのじゃないのです、緩やかに見守ってあげることが非常に重要だということで、この1、2、3を家、教育現場でやれるということが大事だと思います。

こういった評価をしないカリキュラム、評価をしない環境、大人というのを学校現場にしっかり入れていったりとか、あとは放課後教室、いろんなその中でもカリキュラムを入れられたりしていますけれども、こういった自分たちがやりたいことに対して、それを見守ってくれる大人を配置できると非常にいいなと思っています。

最後、もう時間になりましたけれども、今いろいろと連携させていただいている教育委員の泉先生のほうで「ダイバーシティ&インクルーシブケア」というところをやられています。非常にこれはすばらしい取組だなということで1枚スライドを挟ませていただいています。今、国立の小学校でやられているというところですけど、実際、障害がある方と一緒にクラスの中で学ぶということです。そうすると、障害があるので何らかサポートをしてあげないといけないというところがあって、例えばちょっとそれによって授業が遅延したりとかすることもあるかもしれないです。でも、それって実は自分でも起こり得ることなのです。結局、ケアをしていると思っていれば自分もケアをされる立場になるのです。今、結局、自分は自分のことだけやっておけばいいというふうな環境の中にいる中で、人をケアする、そうしたら自分もケアされていいんじゃないか、お互いさまだよねという感覚って、そういう環境をつくらないと理解できないのです。

こういった環境を学校の中に入れていращやるといというのは非常にすばらしいですし、また、いろんな形の多様性のあるお子さんたちがいるということをこういう中で理解する。多様性の動画を見せられても、多様性の教育を受けられても、多様性のある環境を自分の肌身として理解していないと子供たちは理解できませんので、そういった多様なお子さんが学校の中において、クラスの中において一緒に支えながら、時々我々

も支えられながら生きていく環境というのは、非常に重要なんじゃないかなと思っています。

この中で泉先生が非常に課題にされているのは、どうしてもちょっと障害があると5組みたいところに、ぴっとやっちゃうと。ただ、先進国では、完全に障害者の方は特別支援学校に行きますけれども、日本でいう特別支援級、5組みたいところは、基本的には、海外の先進国は、ぐるっと一緒にして授業をしている国が非常に多いです。ただ、それだけでやってしまうと、当然リソースとして学校の先生が全部やれないので、そこの中に、1クラスに1人、支援をする方というのを入れていращやるというケースが多いです。正確に言うと、3組あったら1人ぐらいの支援員がいたら大体カバーできるということが分かっています。こういう方を我々医療の専門家がトレーニングをして、それこそ御高齢の方でリタイアされた方がそういったところに行く。

そうすると、そういった方が学校の中にいると、障害のある子供たちのケアだけでなく何が起こるかという、普通に通っているお子さんたちがそのおじいちゃんおばあちゃんにいろいろ相談しだすのです。おじいちゃんおばあちゃんは、長い歴史の中で俯瞰して物を見られますから、一方で、その人たちは、教育も受けているので安心してコミュニケーションができると。よく多世代間交流の必要性って言われますけれども、なかなか公民館機能とかが難しい中で、こういったある程度トレーニングを受けられた御高齢の方がクラスの中に入って行って多世代間交流をする、公民館の機能を学校の中に入れるというのがまさにこういう機能なのかなと思ってまして、これは、なかなか日本の中で進んでいるところって泉先生の取組ぐらいかなと思っておりまして、こういったものをぜひ横浜市の中でも進めていただけるといいのではないかなと考えております。

こちらは最後のスライドですが、まずこういった子供たちというのは、ストレスを外せば自分たちで何かやりたいって思っています。そのときに何か目的を持ちなさいじゃなくて、ストレスを外したときに自分たちがやりたいということをしっかりと支援して、それを目的化していくことによって、子供たちって生き生きと生きていくことができます。また、泉先生の取組ではないですが、お互いを頼って頼られるお互いさまという環境を小さい頃から生んでほしいと。冒頭申し上げたように、今の若い子は、本当に真面目で人のことをすごく気にかけます。だから自分の悩みを言いません。不調を抱えて人に言えずに引きこもったりします。なので、お互いさまだからつらいときはつらいって言っていいよということを、保育園とか小学校の頃からどんどん教えてあげてください。

あと、これは最後ですが、今のお子さんって、今日の自分がハッピーだからあしたもハッピー、1週間後もハッピー、1年後もハッピー、将来もハッピー、そんなハッピーが生きていける世界、日本というのはハッピーだって言えます。何を言いたいかというと、自分の将来、日本の将来を今の若い人たちって直線上に見るのです。なので、将来、日本も頑張ろうとか自分たちでいい大人になろうということをバックキャストで言ってもなかなか伝わらないのです。なので、とにかく今その子たちが毎日毎日、ある程度、今日はよかったな、今日は楽しかったなと、それこそお母さんのお米おいしかったなだけでもいいのですけれども、今日よかったなということを1つ2つ見つけて、本人にそれをフィードバックしてあげて、よかったね、あしたもうちょっといい日になればいいねという声かけをしていただいて、それが取りも直さず将来の明るい日本をつくっていく、まさにこういうことだと思っています。

最後の言葉になりますけれども、子供、若者の未来を教育だけで語らずに、経済界、周りの大人を巻き込んで横浜は真剣に子育てができる、こういう環境を委員の皆さん方に一緒につくっていただけると非常にあ

りがたいと思って最後の言葉にさせていただきます。御清聴ありがとうございました。

○ **竹野内猛委員長** 宮崎先生、ありがとうございました。

それでは、講演が終わりましたので質疑に入ります。どうぞ皆さん、御自由にお伺いしたいこと。

○ **大和田あきお委員** 今日は講演ありがとうございました。結構膨大な資料なのでなかなか全部を理解するのは大変なのですが、もし可能であれば、今日ここにはない資料が結構たくさんありましたけれども、頂けるとありがたいなと思っています。

それから2つ目は、私もたまたま11月7日に大和市の不登校特例校へ視察に行ってきたのです。感じたことは、取り出しなのですから、要するに不登校と言われている子供たち、横浜市で、それが大体30名受け入れて学年で10名ずつなのですから、その学校の特徴は、この話を聞いていて共通しているなと思ったのですけれども、授業は教員が決めるんじゃなくて生徒が決めるということなのです。何を勉強したいかという。中学生で、小学校で不登校だったわけです。その子供たちが自分たちで学習は何をしたいかってグループをつくって、それで教員と一緒に考えてという授業で、それで1年目はほぼ100%近く子供たちが来るようになったと。2年目から4年目にかけては8割方来るようになったと。

出欠は取らないという学校なのですから、そういう特例校だからできるのですけれども、そこで感じたのは、自分たちで考えて取り組んで、先生と一緒に自己評価をするようになってきたんじゃないかなど。自分の一生懸命こうやってやったけれどもという表現で、その学校は文章にはしない、言葉で交流することらしいのですけれども、それを聞いていて、子供たちが自分の頭で考えて、さっきおっしゃったやりたいことを教師が支えていって学問的にも学んでいく、それを自己評価していくという方向がレポートの中で、今日のお話と非常に共通しているなと思って伺いました。

そういう場をどうつくるかということで、それを教師が見守って、実は教師が結構きつらしいのです。通常学校、通常学級でやってきた教員にとっては、全部生徒の意見で進めるというのは、はっきり言って物すごいしんどいらしいのです。でもそれは、しんどいけれどもすごく大事だと言うのです。そういう教育は特例校だからできたと。じゃあそれを通常学校、通常学級でどれぐらいできるのかっていったときに、かなり難しいというそのギャップを感じてきたのですけれども、そういう意味で、先生のおっしゃったそれをどう生かしていけるのかなって考えたときに、今の横浜市の小中学校を中心に見たときに、それをどう反映させるかという本格的な議論がないと、結局……。私はもともと高校の教員だったので、実は感じているのですけれども、かなり難しい問題で、簡単そうで、そういう時間を設定するというのも、先生おっしゃるように、そういう場や時間をどうつくるかという、まず当面はそれだと思うのですが。

もう一つは、ふだんの授業とかホームルームとかいろんな行事や取組をもう一度、先生がおっしゃるようなそういうものに転換していくことをやらないと、一般的な不登校、いっぱいいろんな先生がおっしゃったように、発達課題とか学習障害とか指摘がありましたけれども、そういう子供たちを含めて本格的な議論が必要になっていくんじゃないかなと思うのですが、その辺、具体的に横浜市がそういう教育を展開していくにはどういうふうにして今後やっていったらいいか、そこら辺、アドバイス頂けるとありがたいなと思っています。

○ **宮崎智之参考人** 非常に重要な御指摘ありがとうございました。まず今日載せていなかった資料は、個別にはお渡しできますので、またお渡しできればと思います。

2点目に関しては、そこも我々としては非常に一番重要だと思っています。例えば自分の子供の例でも、

今の普通のカリキュラムの中でも好きな授業ってあるのです。うちは理科の先生が好きだったので、理科の授業は何があっても、風邪を引いてでも行ってしまうのです。なので好きな授業がちょっとでもあるというのは大事だなと思っています。そういう中で特別な学校では、全部のカリキュラムを一からつくるということはできると思うのですが、公教育の中では、なかなかそこは難しいと。ただ、そこの中の自分がやりたいことというのを学べる時間というのを、それこそ週に1こまでも2こまでも、まずそこからつくっていくことなのかなと思っています。

そのときに多分クラスで総和でやってしまうと、一つにまとめるというのはなかなか難しいので、それこそ単位制じゃないですけども、小学校の中で3クラスあったら3クラスの中で例えば5個とか6個のカリキュラムを準備しますと、その時間帯は、自分たちが好きな授業を受けてきていいですよということを言っていただくというのが現実的にできるんじゃないかなと思うのですけれども、やはりこれはどこの教育委員会さんも、我々はやりたいのだけれども文科省の教育要綱があって、そういう話になりますので、そこは、横浜市の中でこういった取組をしていきたいということをパッケージとしてまとめていただいて、もちろん我々も一緒にさせていただきますので、その上で文科省に持っていきなり、私も中教審の会長とかは仲よくさせていただいていますので、そういったところにそれこそ来ていただいてお話を聞いていただくとかいうこともできるかなと思いますので、まずは何を横浜市の中でできるかというところの中で相談をした上で、今の教育要綱と照らし合わせると、ちょっとここは難しいかもしれないのだけれどもというところまで一回つくり込んで、どうですかというのを文科省と対話をするというところからかなと思うのですけれども。

その手前としては、おっしゃっていただいたように、朝礼であるとかロングホームルームとかいろんなこまがありますので、そういった比較的、裁量のあるものを入れ替えていって、ある程度、時間枠をつくって、そこで生徒たちが選びたい授業を受けてもらってというのから始めるということができれば、本当に素晴らしいなと思っておりますので、ぜひそこは、教育委員会さん等を巻き込んで継続した議論ができればありがたいなと思っております。

- **長谷川琢磨委員** すみません。冒頭遅刻したものでちょっと逃していたのですけれども、第1段階の子供において非常に無責任の大人がいいのかな、自分の経験からも非常に無責任な大人がよくていい経験があったので、僕も今は、地域で子供たちと絡むときには、そんなもんやったら死なねえよっつって、かなり本当に無責任なことをやっていますけれども。

でも、それが相手は助かって、無駄にうちに遊びに来るようながきんちょもいるのですけれども。ただ、地域でなかなかそういう無責任な大人って、今、腹くくっている人は全然やれちゃうのですけれども、そういう人って非常に少ないじゃないですか。それをどのように増やしていけばいいのかなっていったときに、例えば横浜の場合は青少年指導員、今はグラウンドゴルフのスコアラーぐらいしかやっていないようなところもありますし、そういうところがうまく絡んでいけばいいのかなみたいなのは、うっすら思っているのですが、先生は、どのようにしたらその無責任な大人が子供のために活動できる環境を整えることができるってお考えでしょうか。

- **宮崎智之参考人** ありがとうございます。まさにそこをどうやって学校の現場に入れていくかなと思っています。我々としては、今ちょうど我々のチームの中でも議論しているのが、そういった無責任な大人とか、あと子供に対する向き合い方をある程度把握してもらうために、ある程度のカリキュラムを我々もつくることができます。例えば1週間ぐらいプログラムを受けていただくと、いい意味での無責任さとか、い

い意味での同じ目線で見るとか、あと、こういうふうなことは言っちゃ駄目だよみたいなのところも併せてお伝えすることができるので、そういった研修を受けていただいた人たちに学校現場に入ってもらいたい。

実際、先ほどもお話しした泉先生のプログラムも、泉先生のほうで今2週間ですか、プログラムを受けていただいて、障害者のお子さんに対しての向き合い方として、こういうところを気をつけてくださいね、みたいなことを2週間お話しした上で現場に出ていただく。誰を対象にしているかという、私も詳細は存じ上げないのだけれども、学校の支援員というのが、これは国立の小学校、中学校だからいっちゃるのか分からないのだけれども、もともと配置されるような予算があるみたいなのです。もともと時給500円ぐらいだったらしいのだけれども、そこを時給1500円まで上げて、その代わりちゃんとそのカリキュラムを受けてもらって、認証を受けてもらった上で学校に出るということをやっているというお話を伺っています。こういった学校の子供たちをどうにか勇気づけたい、一緒にやりたいという特に御高齢の方って多くいらっしゃるって、うちのチームにも、やりたいのだけれども何か活躍する場はないかって結構多く声を頂くのです。

あと、PTAの中でも、専業主婦として日中はそれなりに手が空いていますというお母さんから、私は自分の学校で何かできるのだけれどもってお話も頂くので、そういった方々に対して我々が教育をしていて、その方が出ていっていただくという取組をぜひ早い段階でできないかなというふうには思っているところです。

- 長谷川琢磨委員 ありがとうございます。よく勉強します。
- 藤崎浩太郎委員 ありがとうございました。本当に当局の皆さんと一緒にこの話を聞いてよかったなと思います。委員長も御提案ありがとうございました。まとまらないので長くなるかもしれませんが、本当にいいお話を聞かせていただいて、もっと個別にいろいろ聞きたいなと思いました。

幾つかポイントがあったかなと思いますけれども、学びの多様化学校の話もありましたけれども、学びの多様化学校の議論の最中、そのもの、結果的に実現されなかった話として聞いているのは、授業時間の柔軟性をもっと持たせるべきじゃないかという議論があったと伺っています。中学校で1015時間、これを削ることなく多様化学校であれば2割、3割減らせると。議論の最中で子供によってそれを不登校にならなくても選べるほうがいいんじゃないかというような議論もあったものの、やはりゆとり教育という、それが悪かったと言われてしまう部分に対する反省として、なかなか授業時間を減らせなかったところをこれまで伺ってきていて、ただ、それが子供たちのストレスになっていると。私も多様化学校は何か所か行きましたけれども、やはり子供たちにとってはその自由な時間、余裕のある時間が多くて非常に精神的ストレスを小さくできているなと感じました。

一方では、多様化学校に行っている子供たち同士が、そもそも不登校児童・生徒であるという前提があるので、誰もそれを、学びの多様化学校をピアサポートであると定義しているものはあまり見ないのだけれども、あの学校そのものがピアサポートとしての役割を果たしているというふうに捉えています。

そういう意味で幾つかここから聞いていきたのですが、1つは、今、ピアサポートで言うと山際先生をはじめ、ゴリラと言えば動物行動学で共感というところにテーマが深掘りされてきて、共感の時代であると。

共感が大事であり、共感人間だけの特性ではないということが明らかにされてきた中で、今日、お話の中でその共感というポイントはあまりなかったかなと思うのですが、予防の話が中心でしたけれども、子供たち同士のそういった心のケアの中で、今後、ますますピアサポートが重要じゃないかというふうに個人的には捉えていて、先生から見てどう捉えていらっしゃるかの1つ目。

あわせて、子供の鬱というのが早ければ小学生の低学年から生じているということも研究成果でここ数年上がってきている中で、今、横浜Study Naviとかで心の状況を把握して、いじめやら不登校やらを予防しようというところがあるのですが、そもそも鬱かどうかというものを診断していったりとか、鬱になっているかどうかを把握した上でケアにつなげていくという手法があまり構築できていないのが学校現場の課題かなと思っています。予防していくと同時に、発生した鬱とかそういった状況に対する十分なケアが必要だと思うのですが、その辺、何か事例があるかどうかとか、先生としてどう捉えていらっしゃるかというところを伺えればと思います。

3点目で、今日のお話の中でなかったところで言うと、経済的格差の問題です。経済格差が心に及ぼす影響、経済格差そのものというか、入り口として様々な問題が起きて、それが心を壊してしまうということも指摘されてきたと思いますけれども、今回、先生が取り組んできている中で、そういう経済的な側面で見えてくるものがもしあれば、その辺も教えていただければと思います。

- 宮崎智之参考人 御質問ありがとうございます。いずれも非常に重要なポイントだと思っております。まずピアサポートに関しては、これは、我々の言葉で言うとソーシャルスキル・トレーニングというものがあります。これは先ほどお話ししたSEL、ソーシャル・エモーショナル・ラーニングとも結びつくのですが、どうやって声かけをするかとか、あと、そういった対話を枠の中でやることができます。これは、例えば我々が今連携しているスタンフォード大学とかは、CASELプログラムという構造化されたプログラムを持っていたりしますので、それを我々は、メタバースの中でできるようなプログラムを一回つくりまして、実際、今、宮崎市の中で展開をさせていただいたりとかして、結構よくなっていくという事例はあります。

ただ、これは、不登校になったお子さんに対して我々はやっているところですが、そこを公教育の中で入れていくというところは、それこそ保健体育であるとか総合の時間を使いながら、我々は、ワークのプログラムをつくることは幾らでもできますので、それをやっていると。そうすると何が起ころかという、まずそういったソーシャルスキルが個々で育えると。かつソーシャルスキルというのは、対面があってからのソーシャルスキルなので向こうのほうも分かっていくと。結局、自分も分かるし他人の気持ちも分かってくると。あと最大の効果は、そういったことが学校の中で子供たちに必要なのだということの意識が子供たちに芽生えるということなのです。今は、どうしても学校現場で自分の心とかそういう話をするという文化がないので、ピアサポートとかそういったケアというのがそもそもアイデアとして全く存在をしないというところでは。

一方で、つらかったらつらいということはあるよね、そういう話をしてもいいよねとか、つらいときに、その人たちのどういった言葉を聞いたときに、それが共感できるかというワークをすることによって、スキルだけでなくピアサポートのための必要な感覚というのを培うことができますので、これを学校のどの時間割を使えばできるかということさえ決まれば、プログラム自体は、日本に先駆けて我々のほうで落とし込むことはできるかなと思っていますので、そこはぜひやらせていただきたいなと思っています。

ごめんなさい、2点目が。

- 藤崎浩太郎委員 子供の鬱の現状です。
- 宮崎智之参考人 今日、詳細はお出ししなかったのですが、今、我々のこころチェックでは、小学4年生、5年生、6年生では、抑鬱のスコアと、あとウェルビーイングのスコアというのを取っています。

実際、この抑鬱のスコア自体がほぼほぼ鬱の重症度と相関するというスコアを我々は使っておりますので、このスコアを見た段階で、ある程度、医療サイドでしっかりケアをしないといけないという子供は出てきます。ですので、今、実際にやらせていただいているところは、モデル校、小学校、中学校1校ずつですけれども、実際にそういったお子さんがいたときに、学校の先生方と我々の精神科のチームが対話をしながらそのケースケースでお話をして、本当に重症なケースであれば、我々の病院のほうに来ていただくという選択肢も御提供させていただいているというところです。

ただ、ここは、1つ大きい課題としては、きちっとデータをつけるという意識が子供たちにないと、本当にいい加減につけちゃうのです。そういう中で、我々としては学校現場に赴いて、お子さんたちに直接この心のチェックをするということが、どういう意味があるのだよ、これはモデル校でさせていただきました。そのときに多くの言葉をみんな必死に書いていただいて、非常に衝撃というか感動というか、本当に死のうと思っていたと。でも、先生の言葉を、説明とか話を聞いて、もうちょっと頑張ってみようと思いたって書いてくれた子供がいるのです。そういう子たちが1人ずつでも増えてくると、ちゃんと回答するのです。

教育長の下田さんとかがいつもおっしゃっていますけれども、データを子供たちに戻す、このコンセプトがすごく大事で、我々どうしても大人って、データを取ったら我々が見て分かったというふうに子供を置き去りにするのですけれども、このデータを子供たちに返すというために、子供たちが今どういう状態かというのを、例えばそれこそ子供たちが見れるようにするとかも含めてしっかりやっていくということが、重要なかなというふうには思っています。

3点目の経済格差に関しては、これもデータをお出ししていませんけれども、先ほどのレジリエンスという指標が非常に重要でして、これは物すごくきれいなデータがあるのですけれども、自分が自認する経済状態が、いい、普通、悪いと3つにパターン化したときに、レジリエンスがあんまり高くない若者は、経済状況が貧しくなるにつれてウェルビーイング、幸福度がきれいに下がっていくのです。

一方で、レジリエンスが高いお子さんというのは、たとえ自分の自覚する経済状況が悪くても、実際あんまり幸福度が下がらないというデータになりました。ですので、このレジリエンスを高めることによって、極端な話、たとえ経済状況が悪くても、そこに対して簡単に言うとうどんかなるさ、僕だったらどうにかできるさ、今は貧しくても、将来、金持ちになってやるみたいな心を実際つくることができますので、そのきっかけは、自分が好きなことをやらせてそれを褒めてもらうとか、そういった些細なことがきっかけになって、積み重なってレジリエンスが高まって、たとえ貧しくてもというような状況になると思っていますので、そういった非常に取り扱いづらい経済格差的なところも、我々の研究の一端からは、レジリエンスを高めることで、ある程度、克服できるポイントがあるということは、データとして持っているというところでございます。

- 深作祐衣委員 ありがとうございました。私も子育てをしていて、いろいろと先生の御講義を受けながら自分の姿を見直すところもあり、これからどうやって子供たちと向き合っていこうかなと新しい視点を頂いた点もあって非常に勉強になりました。

その中で、子供というよりも若者に寄ったことでお伺いをしたいと思うのですけれども、こういった不登校だったり不安だったりメンタルヘルスと聞くと、すごく忘れられない人が1人いまして、彼はずっと不安でしようがないと私に言い続けていて、病気の診断も受けて通院を繰り返して、私もそのときは結婚

もしていなかったもので、毎日家に御飯を届けたりとかいろんなことをしながら、彼とどうやって一緒に明るい社会を生きていけるかみたいなことを考えていた期間が数年あったのですけれども、そういった要は、多分、先生のお話を聞いていると、レジリエンスを高めることができなかった若者を、どうやって公的機関が救っていけるのか、行政や社会が支えていけるのかというところを、私は市議会議員になってすぐ経験は短いのですけれども、まだ自分の中で見つけられていないなと思っていました。

というのも、命のSOSはつながらない、病院に行っても助からない、家族に相談をしても、彼が言うには不安の闇から抜け出せないみたいな。でも、私たち外の人から見たらすごく恵まれた環境で好きなことに注力してきたように見えたけれども、家庭の中で何かがあったのか、その一歩が抜け出せなくて闇に入ってしまった。そういった人たちを、教育とかを抜け出した方、一般的に若者だけでも社会に一時出ている方を、どういう機関がどのようにどういう立場でどう手を差し伸べていけばいいのか、それを行政というものに携わる身としてどう考えていけばいいのか、何か先生から御助言をいただければなと思いました。

- 宮崎智之参考人 非常に難しい課題だと思っておりますけれども、まずはきちっと個別個別に、今、委員のお話だと、少なくともその不安を考えている若者とは、何らかの形でつながっているわけです。今はつながっていらっしゃらない方が圧倒的に多い中で、つながっていらっしゃる方は、我々からすると非常にラッキーだと思っています。それはなぜかという、今その子にとって何が重しになっているかというのは、少なくとも医学的なアプローチをすると、大きい課題1個や2個というのを見つけることというのは、多分そんなに難しくなくできるのです。例えば家庭に問題があった場合には、簡単に言うと家庭を出ればいいのですけれども、でも、家庭を出ようと思ったときに、例えば経済力がないとなったときに、じゃあ経済力を培わないといけない。じゃあその子たちに例えばどういったスキルがあるかとか、どういったところに関心があるかと。もっと言うと、コンビニでバイトしても一人暮らししてできるわけじゃないですか。なのでそこら辺のマインドをしっかりと整理をしていくということが必要なのです。

そのときに、今、例えば子供を支援しているような行政の機関って多くありますけれども、そういったところもしっかり我々医療の人間が定期的にそういったユースケースを御相談するとか、あと、全体的な支援の方に対して、さっき無責任な大人を育てるじゃないですけども、これはタスクシェアリングという考え方で、我々が全部を、対面で対象者を受けていると医療現場として困窮してしまうので、それができる相談員、支援員というのを育てるカリキュラムをきちっとつくっていくということしか、もはやないんじゃないかなと思っています。

これは、実際、ほかの医学部のほうでも話がありまして、うちの参画機関でもある東邦大学の医学部、これは、若年者のメンタルヘルスに関しては、最も先進的な取組をしている大学病院の一つですけれども、そこがまさに今、行政の相談員、支援員の方が、いろんなケースがあるけれども自分たちでなかなか判断ができないと。でも、医者に相談しようと思ってもなかなかつながらないみたいなときに、自分たちでどうしたらいいですかという声が多くあるのです。ですので、今、文科省と相談をして、そういった行政現場にいらっしゃる方、もしくはNPOで支援されている方に対してどう対応したほうがいいのかという、そういったプログラムをつくって提供していくことをやっておりますので、ここだとこども青少年局とかそういったところになるかなと思うのですけれども、ぜひ我々とか、我々の関連しているような複数の医学部の精神科教室がありますので頼っていただいて、そういったプログラムを横浜市の中でもつくっていくことができれば、少なくとも我々としては、御提供できるリソースはありますので御相談いただければなと思って

おります。

- **くしだ久子委員** 先生、どうもありがとうございました。非常に幅広いお話をしていただいて大変勉強になりました。そこで、先ほど長谷川委員からも、無責任な大人というお話もございましたし、今の深作委員の御回答にもそういう大人ということが出てきたのですけれども、一方で、先ほど先生が事例に挙げていらっしゃるような例えば保育園の中でさえも、場合によってはブロックしてしまうというような親御さんがいらっしゃる。それは、一方で、自分の子供を守るためだということだとは思いますが、反面、閉ざしていつてしまうことになると思うのです。

横浜市でも、いろいろ子供に対する施策とかも、十分ではないところはあるのでしょうけれども、それでも一生懸命打っているし、学校サイドもいろんな大人が関わるような工夫はされている中で、一番身近な親御さんをもうちょっとほぐしてあげるといえるのか、そういう手だてというのは行政サイドとして何か考えられるのか、また、そういうポイントも必要なんじゃないかなということを、お話をお聞きしながら思った次第なのです。

というのは、私もボランティア活動でいろんな家庭の複雑な事情があつて親御さんと離れて暮らしているお子さんの支援をすることがあるのですけれども、そこはたまたまグループとして、団体として関わっているのでできることでもあるのですけれども、斜め上じゃないけれどもしょっちゅう関わってきた親御さんとか、それから、その施設の中のいろんな先生方とは違った、また外部の大人としての関わりなので、そういう意味では、ある意味、無責任な大人の関わりをしているということは、お子さんの成長にとっては、いろんな人がいるのだなというふうにはなると思うのですけれども、そういう施設にいる子は、またそういう機会もむしろ与えられるかもしれないけれども、そうじゃない恵まれた家庭にいらっしゃるお子さんのほうがむしろ、言葉は適切ではないかもしれないけれども、弊害になってしまうこともあるんじゃないかというようにことをふと思ったので、その辺りの先生のお考えというか、こういうことが行政でもできたらいいんじゃないみたいなアドバイスがあればありがたいなと思ってお聞きします。

- **宮崎智之参考人** ありがとうございます。非常に重要な御指摘で、今そこが特に日本もアメリカもすごく課題になっています。何が課題かと申しますと、例えば保育園に行つて、その子たちをいい学校に行かせようと思うと、小学校のお受験をすると、そうすると本当に狭い範囲の小学生しか会わない。そこからさらに中学、高校、大学と行くと、いろんな子供たちに触れないというような環境に子供たちがそもそもなるので、さっきの泉先生の取組と逆で、大体の子供たちって多様性を失う方向にしか進んでいないのです。

うちの娘は、上2人とも中高一貫校に行っていますけれども、どんどん、ちゃんとしたと言うと失礼ですが、子供たちにしかなってなくて、いろんな子供がいるじゃないですかというのを見ずに育てて、うちの子供たちは大丈夫かな。うちは幸い変なところに連れていったり、変なおじさんたちと遊ばせたりするので、こんなおっさんもいるのかと思っているかもしれないのですけれども、でも、子供たちって、今、本当に過保護に育てられてこのルートってやると、いろんな子供がいるということさえ知らないのです。かつ親がそれでいいって、危険なものは触れないほうがいいって思っている部分があるので、親の価値観をしっかりと変えていかないといけないとは思っているのですけれども、そこはなかなか相反する部分だと思っています。

その中で、我々として今やりたいなと思っているところとしては、例えばそういった親に対してリーチアウトするというのは、これは世界どこもまだできていないのです。アメリカもできていないのです。例えば

行政の何かセミナーをやりますと言って、区役所とかにいつやるので来てくださいというのは、来ないのです。何でかという、子育て世代、特に保育園のお子さんを持っているお父さんお母さんって、どこかに来てくださって、当たり前ですけども時間がないから来ないじゃないですか。ただ、保護者の説明会とか運動会とか文化祭とか保育園の行事があったら絶対行くのです。しかも最近は両親そろってほとんど来るので、絶対行かないといけないタイミングに、いかにそういったものを入れられるかというところ、この1点しかないと思っています。

小学校とか中学校に関しては、私は、なかなか難しいのは承知で教育委員会さんとかにも少しお話ししたりしているのは、例えば学校の父兄参観、これもうちの子供たち、元街小学校にみんな行っていましたけれども、私のときってお母さんが来ていたらいいですけども、お父さんが来ることなんてほぼなかったのです。でも、今行くとお父さんお母さんで普通に来ていますし、何だったらお父さんしかいないみたいなことも結構あって、廊下にはみ出すぐらい皆さん親がいるのです。

これ、親がだって絶対来るじゃないですか。ここで子供が運動場を走り回っていたり、数学の授業で、はいてやっているのを見るのだったら、こういった心の教育とかを一緒にその場でやればいいのです。そうすると、お子さんたちと親御さんと触れ合ってもらって、こういうのが現実なのとか、こういうことを気をつけないうということ、子供も親御さんも学校の先生もそこで学ぶことができるので、父兄参観、保護者参観というのを強制的に親御さんが来るいいタイミングなので、そこの中でこういったカリキュラムを入れていくことで親にリーチアウトできる。これは本当に世界どこでもできていないので、我々としては、ぜひこれを横浜市からやりたいなと思っておりますので、ぜひお願いしたいなと思っています。

- **井上さくら委員** お話ありがとうございました。大変いろんな幅広く重層的にお話しいただいたので、この中の教育委員会と特に連携をしている横浜Study Naviのこころチェックの辺りのことを伺いたいのですけども、1人1台端末を使って子供たちに入力してもらうという、ここで、先ほどのスライドにも出てきましたけれども、こころチェックとかをされて、昨年度から始められたのだと思うので、部分的に成果というお話がありましたけれども、より分かってきたこととか課題感とか、もっとこういうことが必要じゃないかというようなことがあったら伺いたいのが1つと。

それから、ここのスライドでも出ていますが、こころチェックケアによって心の状態の可視化とか心の見える化というようなワードが出てくるわけですけども、実際に心は見える化できるのかというか、入力してもらうことだけで見えるのかと。それも一つの材料としながらそれをどう把握して、ここで入力する数値とか以外のところのその子の状態であるとか、ふだんと違うかなとか、そういうものを見られる教員であったりいろんな人の関わりだったりとか、そういうことが結局は必要なのかなと思ったりするわけです。

その辺りのことと、それから、そうすると、当然、データ化ということと、もう一つは、さっきからいろんな形で大人の関わりが必要というお話があったので、教育現場で、今、現に教員も足りない、それから、スクールカウンセラーとかそういう方たち専門家も足りないという状況があるわけで、すると、その人的支援の必要性というのをどのようにお考えかということと。

もう一つは、最初にまとめて聞きますけれども、先ほどこころチェックの中で、全国的に同様の数字だけでも、抑鬱の状態が10から20%ぐらい出てきていると。割と高いのかなと。どういう状態かというのは、レベルがあるとは思いますが、そんな印象を持ったので、それは実際どういう状況か、その評価と、それと、先生が研究に関わっている心の調査とケアの前に、横浜市がモデル校以外の全体の児童・生徒に対

して毎日の心の様子というのをチェックしてもらったその数字を見ると、悪いとか少し悪いというのが7.3%というのが出ているのです。そうすると、そこでは見えなかったそれよりも多くの抑鬱状態の子がいるというふうに言えるのか、その辺のことを少し詳しく伺えればと思います。

- 宮崎智之参考人 御質問ありがとうございます。まず課題というところに関しては、途中でもお話しさしあげたのですが、こういったデータというのは、お子さんがちゃんと真面目に答えてくれないと、データの数は取れてもデータの意味がないということになりますので、まず子供たちが、しっかりとこのデータを入力することによって、自分たちにどういうメリットがあるかというのを理解してもらう必要があります。そのためには、我々から説明をする必要があるのですけれども、横浜市全部にもしやろうとすると、約500校、小中学校がありますので、さすがに我々が全部を出回することはできないと。ですので、そこを学校の現場の先生たちに少しずつやっていただく必要があるかなと思っています。

ですので、まずは我々が出張授業をして、それを学校の先生に横で見させていただくと。その翌年は、その学校の先生が御自身でやっていただいて、それを我々が現場もしくはリモートで見させていただいて、それをフィードバックするという事で、これはまさにタスクシェアリングという言い方ですけれども、我々メディカルスタッフが直接介入をしなくても、その考え方とかやり方を教わった人たちが現場にどんどん増えて、最終的にこういった子供たちのケアをしているごく少数がメディカルスタッフであって、ほとんどはノンメディカルスタッフであるという現場をつくっていくというところが必要かなと思っています。

あわせて、お子さんが当然真剣にやるということも大事なのですけれども、今、例えばGIGA端末を開いてこころチェックするというのは、通常朝礼の前とかにやることが多いので、なかなか学校にばたばたってお子さんが登校していく中で開いてということも結構大変で、学校のクラスの先生が、これは大事だよねって思っている先生は、多少朝礼が遅れてもいいからちゃんとやろうねってお声かけされる先生もいれば、そこまで必要だと思っていない先生は、できるだけやってねという方もいらっしゃる。そうすると、学校の現場の担任の先生がこれに対してきちっと大事だよねということを理解していただくことが必要ですので、学校の先生に対してこの必要性を、これは我々が直接お話をさせていただく。このために学校の先生全部に集まってというのは無理なので、次年度以降ですけれども、eラーニングシステムをつくって皆さん先生方に見ていただくということも必要かなというふうには思っています。

あと、現状、今、10から20%というところで、この数値自体は、そこまで突出してはいないかなとは思っているのですけれども、そこに関して、お子さんたちがしっかりとそこに対して向き合うということが非常に重要だと。

何を言うかといいますと、例えばこれは大人の話になるのですけれども、PHQ-9という、今、子供ではPHQ-Aという尺度を使っているのですけれども、PHQ-9という9項目の鬱のスクリーニング尺度があります。これを週に1回とか大人がちゃんとつけていって自分でスコアを見る、これだけで鬱ってある程度改善することが、これは膨大なデータから分かっています。つまり自分で関心を持ってチェックする、自分の今を知る、そうすると、子供たちも含めてですけれども、ちょっとこの数字よくしようかなって思うのです。それこそ大人が体重計に乗ったときに、ちょっと下げようかなと思うのと同じような感じで子供たちも思うのです。

なので、その数値をしっかり子供が見て、これに対してどう考えるかというのを、リテラシー教育をした上でちょっとずつ子供たちが改善をしていく、こういった取組をしていく必要があるかなと思っていますの

で、大がかりなシステムとかが必要ではなくて、むしろ自分たちでチェックして行って、チェックすることをフィードバックするというだけで、ある程度改善するところはあるかなというふうには思っています。

- **井上さくら委員** ありがとうございます。大人が確かに自分を振り返るということの材料になるいろんな指標があるというのは分かる気がするのですが、そのところは相当子供による差があるんじゃないかなということと、横浜モデルの場合、例えばこころの温度計というやつをつけるようになっていますよね。でも、すごく本当はつらいのだけれども、だから余計に普通というのをずっとつけちゃうという子もいるだろうし、それから無理して、いいよというふうにつけちゃう子もいるんじゃないかと思うのです。だから、そうしたときに心の見える化というのが本当にできるのかと、そのところはどうぞお考えですか。

- **宮崎智之参考人** ありがとうございます。まさにおっしゃるとおりで、なのでそのために、つけたら誰かが見守ってくれて助けてくれるということの子供たちが知らないといけないのです。先ほども申し上げたように、どうしても調査というのは、自分たちにフィードバックされないで、学校の先生だったり我々がふむふむと見て、子供たちは一体何が起きているのか、自分が何点だったかというのはいまいち分かんないみたいな状況なのです。

一方で、そこで自分が例えばつらいとつけたら、先生が大丈夫って声をかけてくれる。自分のことをちゃんと見てくれているのだ、つけたことって反映されているのだという、これは援助希求行動という方法なのですが、この感覚を持つのです。なので子供たちにそういった教育、自分が声を上げたら誰かが見てくれているよ、それだったらつらいときにつらいという点数を無理せずつけようかなと思うので、その徹底した教育というところを、我々、あとタスクシェアリングしながら学校の先生方が日々の教室の中でやっていく、そういったものが必要だと思っていますので、我々としては、このチェックシステムだけだと導入したら、全部心が分かりますなんていうことはこれっぽっちも思っていないわけで、そういった文化をつくって行って、子供が理解した上で初めて機能するシステムなんじゃないかなと思っています。

- **武田勝久委員** 先生、非常に興味のあるテーマで興味深く聞かせていただきましてありがとうございます。1点だけお伺いしたいのですが、横浜モデルで先ほど来お話がありますけれども、データを生徒から取って、それをメンタルヘルスの状態で分けてレベル化するといいますか、その状態に応じて先生が今おっしゃられたように、声がけをしていくとか支援をしていくということなのですが、現場の先生目線でいくと、その一人一人に声がけをして丁寧に対応していくということも、なかなか負担もかかることだというふうに聞いております。今年度、手探りでやっているところかと思いますが、先生の中での今後の展開、現場の負担もできるだけ軽くしていけるような、そういったシステムとかいろんなものをまたさらに発展させながら、こういうふうにやれば理想だなというのがもし先生の中でおありのようでしたら、お伺いできればと思います。
- **宮崎智之参考人** ありがとうございます。我々としては、現場の負担を減らすためにこのシステムを入れておりますので、現場の負担を増やすということは完全に本末転倒です。

そういう中で、一部の先生の声としては、見えていなかった不調が見えることによって、この子だけにある程度目をかけておけば大丈夫というふうな安心材料になると言われることもある一方で、見なきゃよかったものを見てしまったみたいなどころもあったりするので、そこは難しいところではあるのですが、ただ、リスクのある子供たちを学校の先生がある程度把握しておく必要は絶対あると思うのです。

そのときに、じゃあ何でこれが先生方のお困り事として大変になるかというと、何をしたらいいか分から

ないということなのです。どう声かけしたらいいか分からないって、見守りってどうすればいいのですかということなのです。学校の先生方って、例えば学校の教育学部を含めて、そういったメンタルヘルスリテラシーに関する教育って、ほとんど、今現状、受けていないという状況ですので、我々としてはeラーニングとかハンズオンを含めて、こういったお子さんがいたらこういうふうな声かけしましょうとか、そういった形のロールプレイングも含めてできますので、学校の先生にまずは対応方法を知っていただく必要があると思っています。対応方法が分かると、この子、このパターンかというのが、ある程度、経験上、分かってくるようになりますので、そうすると、ここは大丈夫というふうになってくるので、まずは先生たちのリテラシーを上げて、自分たちで何とかできるかなって思う数値を、これはぜひアンケートを取ったほうがいいと思うのですけれども、この数値が上がっていくというのを一つモニタリングするというのが、まずやるべきことなのかなと思っています。

もう一つは、システムのやろうと思うと、予算があればということなのですが、今、質問紙しか取っていないので、お子さんたちが、正確に言うと、何が原因で調子が悪くなっているのか、調子が悪くなっている症状は分かるのですけれども、原因というのは正直分からないのです。なので我々としては、その調子が悪いというお子さんに対して、例えばポップアップでチャットが出て、そこに対して回答してもらうというシステムをつくるのであれば、非常にその原因の部分にも行けるのでいいかなと。

そのときに、例えばいじめ一つ取ったときに、学校の先生がそれに加担するということはまずないのですが、学校の先生が加担しているように見えるお子さんって多いのです。止めてくれないというように見えちゃうこと、でも、それって学校の先生が把握していないケースって結構あるので、そもそも、そうすると、学校の先生が把握していないから別に何かできていないだけであってというところがあると、自分が例えばいじめられているとか、何か例えば調子が悪いみたいなことを学校の先生、クラスの先生に言いたくないということもありますし、スクールカウンセラーにも言いたくない、むしろ我々のような第三者だったらしゃべれるというケースもあるのです。

なので、このチャットの送り先を子供に選ばせるシステムというのをつくるのであれば、それで、学校の先生にこの悩みを知ってほしいというお子さんもたくさんいるのです。つらいから聞いてよ、先生というのを言うこともありますし、むしろ先生には知られたくない悩みもあった場合には、我々が聞くこともできますし、なので、子供たちに選ばせて声を上げさせるというシステムをつくっていくことができると、その原因に対しても言及できるようになるので、そういったインフラの整備も横浜Study Naviの中で理想的にはできると本当にいいなと、こういう言い方をするとあれですけども、予算があったらできる分はある程度できますので、あとはそういったところを皆さんで議論していただいて、必要だったらそういったところを我々のほうで仕組みづくりをすることは、幾らでもできるかなと思っていますので、またこちらは、ぜひ市議会さんのほうでも御検討いただければと思っています。

- 竹野内猛委員長 他によろしいですか。
(「なし」と呼ぶ者あり)

- 竹野内猛委員長 それでは、他に御発言もないようですので、本件についてはこの程度にとどめます。

本日は、大変に有意義な御講義、誠にありがとうございました。多くの我々、また当局の皆さんと一緒に今日は講演を伺いましたけれども、問題提起も含めて御提案も含めて頂いたと思っています。本日の講演内容を参考にさせていただきながら、当委員会といたしましてもさらに調査研究、何よりも子供たちのため

に深めてまいりたい。また、できるだけ早く、一步一步、具体的な形でしていきたいと思います。宮崎教授、本日は本当にありがとうございました。

◎ 閉会宣言

- 竹野内猛委員長 以上で本日の議題は全て終了いたしましたので、委員会を閉会いたします。

閉会時刻 4時09分

速報版