

誰かの支えになれる喜びを子どもたちへ

—「ダメ。ゼッタイ。」を「思いやりの知性(TIC)」で自殺予防へつなげる、新しい薬育の挑戦

調布市立滝坂小学校・若葉小学校
学校薬剤師 小幡 厚元

はじめに：子ども・若者の自殺と市販薬オーバードース(OD)の現状

子どもたち、若者の間では自殺で亡くなる方が増えています。その背景の一つとしてODの深刻化が指摘されています。

ODは薬を本来の用途ではなく、感覚や気持ちを変化させるため大量に服用することを言います。コロナ禍を契機に急性中毒や依存患者が急増し、薬局やドラッグストアなどで入手できる市販薬を用いたケースが多く、乱用開始の背景として家族・友人関係の悩みや孤独が挙げられ、SNSが主な情報源となっている実態も浮き彫りになっています。

国立精神・神経医療研究センターが高校生約5万人から回答を得た最新の調査(2024年度)では、約70人に1人が「過去1年間に市販薬の乱用経験がある」と公表しています。

厚生労働省は、ODは意識喪失や心肺停止、急性中毒で死亡に至ることがあるとし、依存症に陥る危険性も警告し、「違法ではないからといって、安全でも安心でもない。心と体を傷つける。命に関わることもある危険な行為だ」と警鐘を鳴らしています。

①「これからの薬育」の姿：「ダメ。ゼッタイ。」をTIC(トラウマインフォームドケア)の力で自殺予防教育へ

現在、私は調布市の小学校で学校薬剤師を務める傍ら、厚生労働省の指導員や東京都の薬物専門講師として、長年教育現場での薬育活動を続けております。薬育とは、子どものうちから薬の

効果や副作用、正しい使い方などを学ぶことをいいます。

「思いやりの知性」を育む教育、つまり「背後にある困りごとを理解するアプローチ（TIC：Trauma-Informed Care）」の視点を通じ、従来の「ダメ。ゼッタイ。」型の一次予防を自殺予防へと合流させる。これが、私の目指す「これからの薬育」の姿です。アルコール、ニコチン、カフェイン、身近な市販薬から違法薬物に至るまで、あらゆる精神作用物質の乱用は、すべて「依存症」という病です。薬を取り上げるだけでは、根本的な解決にはなりません。まずは「何か理由があるのかな？」と考えてみることです。

求められているのは、正論で裁くことではなく、「なぜ薬に頼らざるを得なかったのか」という背景に思いを馳せる想像力です。相手の背景にある困難を理解する TIC の視点を持った“ゲートキーパー”の育成を、教育現場と共に実現したいと考えております。

② 実践の報告：小学 6 年生を対象とした 2 時限の授業展開とロールプレイング

私は小学 6 年生を対象に 2 時限の授業「おくすり教室」を担当しています。前半はスライドを用いた講義、後半は担任教諭と児童によるロールプレイングを実施。スライド講義では、薬の怖さだけでなく、脳が本来持っている『幸せを感じる仕組み』について、子どもたちに分かりやすい比喻（例：脳の幸せスイッチ）を用いて解説し、身近な薬物から違法薬物まで、あらゆる精神作用物質のリスクを伝えています。今、現場で感じるのは、従来の「禁止する教育」の限界です。

助けを求めて薬物に頼らざるを得ない子どもたちにとって、正論は救いではなく、時に孤立を深める障壁となり、自分を追い詰める「刃」になります。——そうした現場の実感から、私は問いの立て方を変えました。必要なのは、問題行動を裁くことではなく、その背景にある痛みに触れること。「何が問題か？」から「何があったのか？」へ。TIC の視点を教育の現場に実装すること。それが私の最大のテーマです。

③ 成果と手応え：児童の変容と「ゲートキーパー」としての一次予防

昨年度からは、従来の「誘いを断る練習」に加え、新たに「ゲートキーパーになろう!」と題し、友人の悩みに気づき、耳を傾け、適切な支援（大人）につなげる練習を導入しました。ロールプレイングのシナリオは以下の 3 本構成とし、後半の「ゲートキーパーになろう!」では、中学生の喫煙問題を題材に取り入れています。

シナリオ1「できれば、ハッキリ断ろう!」編(従来の形式)

シナリオ2「ゲートキーパーになろう!」編(悪い対応例)

シナリオ3「ゲートキーパーになろう!」編(良い対応例)

シナリオ 1: 「断る練習」(児童が主体)

シナリオ 2・3: 「ゲートキーパー体験」(先生による実演・解説)

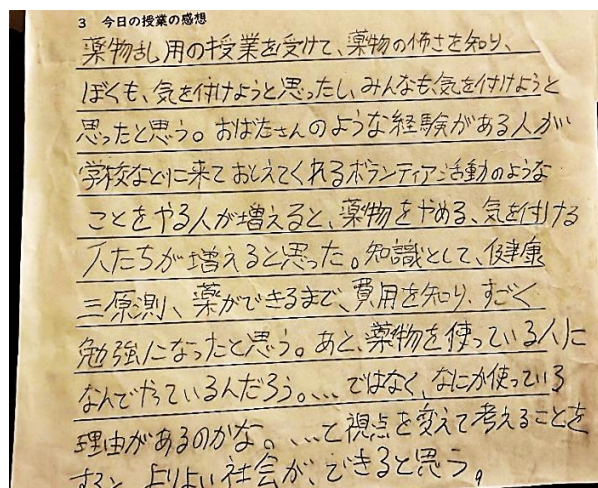
狙い: 「悪い例」と「良い例」を対比させ、言葉選び一つで相手の心の開き方が変わることを実感させる。

尚、シナリオ 2.3 は スクリーンに会話を表示し、終了後に児童に感想を尋ねながら私がセリフをひとつずつ解説します。

昨年度は計 8 校の小学校で「おくすり教室」を担当いたしましたが、新たに取り入れた「ゲートキーパーのロールプレイング」が児童の間で大変好評で、私自身も確かな手応えを感じております。その感想を一部ご紹介します。

- ・ 『最初は薬物の授業なんてと思っていたけど、怖さが分かりました。いつ誘われるかわからないからこそ、小学生のうちに知っておくことが大切だと思いました』
- ・ 『ゲートキーパーについて先生たちが前で実演してくれて、分かりやすかった。友だちが薬物に手を出してしまったら、正論で責めるのではなく、優しく話を聞いてあげようと思った』
- ・ 『一回でも薬物を使ってしまうと抜け出すことがむずかしいと分かった。「一人で悩まない」、「自分たちで解決しなくていい」も覚えておきたい』
- ・ 『ダメな例と OK な例を比べて、どのようなことをすればいいのか、どのような声をかければいいのか知れてよかった』

- ・ 『悩みなどを薬物で解決しようとするのではなく、誰かに相談することで、自分の人生が壊れないようにコントロールすることの重要性も感じました。』
- ・ 『薬物を使っている人に「なんでやってるんだろう」ではなく、「なにか使っている理由があるのかな」と視点を変えて考えることをすると、よりよい社会ができると思う。』



児童による自由記述欄の記載原文（抜粋）

このように「薬の怖さ」の他に「正論がもつ暴力性」や「思いやりの知性」を持って悩んでいる友人にどう声をかけるか、相手の心に寄り添う大切さを児童が主体的に学んでくれたことは何よりの喜びでした。こうした手応えを感じつつも、より良い支援のためにさらなる改善を模索しているところです。

一般的にゲートキーパーは、早期発見・早期対応を担う『二次予防』の役割を期待されます。しかし、本実践では『誰もが誰かの支えになれる』という安心感をクラス（コミュニティ）という土壤に蒔くことで、孤立そのものを防ぐ『一次予防』としての機能を目指しています。「誰もが誰かの支えになれる」「悩みを話してもいいんだ」という共通認識をクラスに広げること、そして「受援力（助けを求める力）」を高める教育は、問題が深刻化する前の「一次予防」そのものです。この「土壤」を作ることが、薬物問題のみならず、いじめや不登校などに対する包括的なセーフティーネットになるのではないかと考えております。

④ 多職種連携とこれからの展望：調布警察署との連携と「語り場」の重要性

昨年度は、調布市子ども・若者総合支援事業「ここあ」への訪問を起点に、調布市子ども・若者支援地域ネットワークの協力を得て、行政や警察との強固な連携体制を構築しました。筆者が実

施する「おくすり教室」には、教育委員会、社会福祉協議会、製薬メーカー、出版社、専門病院など多分野の関係者が視察に訪れ、多職種による関心の高さが確認できました。

さらに、小学校と地区協議会の主催による調布警察署との合同講演会を実現。警察による「法律（犯罪）」の視点と、薬剤師による「依存症（病気）」の視点を対立させるのではなく、互いの存在を尊重し合い価値を認め合う多元主義的アプローチで子どもを包括的に支える「セーフティーネット」の構築を目指しました。

後半に設けた、世代を超えて対等に語り合う「語り場」では、TIC（トラウマインフォームドケア）の理念に基づく安心・安全な場づくりの成果もあり、参加した女子高校生が自らの OD 体験を勇氣を持って告白してくれるなど、極めて深い対話が生まれた場となりました。こうした実践を通じ、浮き彫りになったのは、子どもたちが抱える『相談することへのハードル』です。

「自分の気持ちが他人にどういうふうに思われているか」を心配してしまったり、あるいは、「自分には相談をする価値もない」と考えて、相談できない子はたくさんいます。これらをセルフスティグマといいます。子どもたち側にも求められない理由があるのです。弱さを打ち明けても自分の価値が損なわれることはなく、誰かに受け入れられるという成功体験を積むことで、初めて『助けて』と言える力が育まれます。逆の立場では、相談されることに慣れていないと、自分が解決できないことにストレスを感じるので、相手に怒り出したり、自分で解決しなさいと自己責任をもとめたりします。「自分で解決しなさい」と突き放すのではなく、「解決できなくてもいい、一緒に考えよう」と言える大人や友人を増やすこと。聞き手側の教育こそが、子どもたちの「受援力（助けを求める力）」を育む鍵となります。聞き手の側を育てることも重要になるので、難しい問題は自分たちで解決せずに専門家に相談するという練習（ロールプレイ）を児童期にすることはとても大切であると考えています。

おわりに： 助けを求められる社会（受援力）を目指して

若者に対する対策には、教育が最も重要です。「くすりはリスクである」という真実を、自らの実感を持って語ること。これこそが薬剤師の職能であると考えています。親や教師のような上下関係（タテ）や友人のような同等関係（ヨコ）ではなく、利害関係のない斜め（ナナメ）の関係にある「第三者の大人＝薬剤師（外部専門家）」という立場だからこそ子どもたちが本音を漏らせるのだと実感しています。複雑化した現代社会において、斜めの関係にある大人が果たすことができる役割は大きいはずです。現代社会では子どもを育て見守るために多職種が協働し、チームワークで解決していくことが強く求められています。

最後にもう一度、薬物乱用が単なる犯罪ではなく、依存症という病気であることを書き留めて終わります。依存症に完治はないと言われ、回復し続けるためには同じ依存症に苦しむ仲間たちを助けしていく必要があると言われていました。薬物をやめられないのは、その人が悪いからではなく、脳が病気になって自分ではコントロールが出来なくなっているからです。風邪をひいて治療するのと同じで、適切な治療と周りの助けがあれば必ず良くなっていきます。この事実を学び、リハビリを頑張ることで前よりも優しくなれたり、家族の絆が深まったり、新しい幸せな生活を築いている人はたくさんいます。

——痛みを知る者は誰かを癒す力になることができるのです。

児童の中にも、すでにトラウマや逆境体験を抱えている子がいます。TICの視点は、その子の痛みがいずれ誰かを癒す力に変わり、ひいては自分自身をも癒やしていくプロセスに光を当ててくれます。

これからの薬育は、「ダメなものはダメ」という規範教育から一歩踏み出し、自分や他者の生を慈しむ「思いやりの知性」を育むものであってほしい。そして「誰かの支えになれる喜び」を分かち合うことで、子どもたちが自らの生を肯定できる場を創りたい。

私自身も TIC の力を信じ、子どもたちと共に歩み続けてまいります。