

チーム名： チーム新高

学校名：

チームメンバー：

インタビュー実績・那智勝浦町教育委員長 ・道徳科指導主事 ・看護師 ・社会福祉士  
・助産師 ・スクールカウンセラー ・フリースクール  
・心の病を持った子の里親 NPO法人ぶるすあるは

課題

**小中学生の心の病に対して  
周囲の無理解により、自分が  
悪いと自分自身を追い込んで  
しまい傷心し、最悪の場合、  
命を絶つ**

私たちには小中学生にかけて  
心の病を患った友達がいた。  
振り返って見ると当時の私や  
周りの人は十分な対応ができ  
ていなかったように思われる。  
そこで、当時の反省を活かし、  
これからこの友達と同じ状況  
にある子に適切な対応ができ  
るように課題を設定した。

アイデア名： 心の病について知ろう

概要

道徳の授業や保健の授業を有効活用し、  
心の病に対する理解を促す。

小学校中学年：絵本【心の病の存在に気付いてもらう】  
(道徳・相互理解)

高学年～中学生：冊子【心の病とは何かを知ってもらう】  
(保健・心の健康)  
→既存の教科書より詳しく  
教科(保健、道徳+人権)を詰め合わせ  
たプログラムを学活で行う

低学年



芽が出る

中学年



伸びる

高学年～中学生



葉をのける

チーム名：ひまわり

学校名

チームメンバー：

インタビュー実績・リンクリンク代表：大津たまみ様・和歌山市福祉局子供未来部こども家庭課様  
・向陽中学校の生徒約240名・いらなみのりこ様・和歌山BBS会代表：高垣晴夫様・地域の方々8名

課題

メンバーの友人に一人親家庭の子がいたのがきっかけで、一人親家庭について調査を始めた。そしてひとり親家庭で特にケータイなどの電子機器を持っていない小中学生が自分の気持ちを発信しづらい環境にいるのではないかと考えた。



【考えた課題】

一人親家庭で小中学生が自分の気持ちを発信しづらい。

アイデア名：

家族をつなげる貯金箱

概要

この箱は、喜、怒、哀、楽、緊急の5つの部屋に分かれている。その日あったことやお母さんに言いたいことをコインに書き、それぞれのブースに分けて入れる。「家族の日」をそれぞれの家族で設定し、数週間に一度コインに書かれた内容を家族で一緒に確認する。



チーム名：マインドラップアップ

学校名

チームメンバー：

インタビュー実績いらなみのりこ先生、心のSOSサポートネット副理事長様、  
保健所の皆様、日本製鉄の保健師様、学校の保健師様・宗教科の先生

課題

いじめなどが起きたときに、先生が対応の仕方が明確に分かっておらず適切な対応をとれないこと。

アイデア名：マインドインフォメーション

概要

既存のいじめのマニュアルではいじめの具体的な対応が載せられていない。  
だから、ネットでいじめの対応の具体的な事例を集めて  
分かりやすくまとめて冊子にする。そして、各学校に配布する。

チーム名：COLOR

学校名

チームメンバー：

インタビュー実績：大阪府茨木市おおさか心理センター・大阪府岸和田子供家庭センター・東 睦広先生・  
峯上良平様・松尾 有花先生・湯川 カナ様・長谷川 裕龍先生・智辯学園和歌山高校2年の255名の皆さん・実証  
実験に協力してくれた10名の皆さん

課題

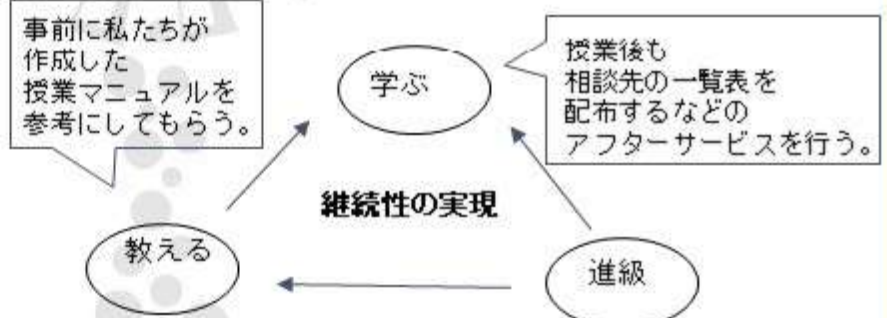
- ・若者は自分の中で知識がない為、気持ちのコントロールが難しくなりやすい。
- ・助成金の問題でゲートキーパー養成講座が少ない。
- ・10代の自殺者は減っていない。
- ・心のsosの発達の方があまり知られていない。
- ・答えのない悩みで苦しんでいる



中高生が  
苦しい時や辛い時  
SOS教育の求め方がわからず  
悩みを抱え込んでしまう。

アイデア名： SOS発信プロジェクト

概要 中高生を対象にSOS教育を行う。



→自らが主体となって学べるsos教育に

→高校1年生・高校2年生を対象とすることで10代の若者に直接的なメンタルケアを

チーム名： チーム浦島

学校名：

チームメンバー：

インタビュー実績 橋本高校、古佐田丘中学校の先生、生徒・橋本高校スクールカウンセラー・橋本市保健所・精神保健福祉センター・伊良波範子先生

課題

- ・自分が自己嫌悪になりやすく、勉強に支障がでる
- ・友達が「自分のせいで、、、」「自分なんて、、、」と言ってよく相談に来る



**自己嫌悪に陥っている人が一旦負のループに陥ってしまうと自分の力でループから抜け出せなくなる**

アイデア名：

**心のヘルシーちゃん**

概要

私たちの自身や周囲の友達が自己嫌悪に陥ることが多かったので、この課題にたどり着きました。そして誕生したのが、この心を健康にする『心のヘルシーちゃん』です!!これを書くことによって負のループを止め、この後の振り返りでループから抜け出してもらおうと思い、作成しました!!  
思っていることを紙に書きだすことで、客観的に自分を見ることができます。



チーム名：6. Moderato

学校名

チームメンバー：

インタビュー実績

生徒135人へのアンケート調査 友人、先生への聞き取り 伊良波範子先生(zoom)

課題

生徒へのアンケート調査の中で、ストレス発散方法を聞いたところ、家でできるものが過半数だった。しかし、ストレスを抱えている人も過半数で、家ではストレスが発散しきれないことが見えてきた。

家でできるストレスの発散方法に限界があり、外に出てもどのようなところにいけばいいかわからないこと。

アイデア名： わかやまいやしまっぷ

**概要** 和歌山のなかで、いやされるような所をまとめたマップです。  
マリーナシティ、アドベンチャーワールドなどのような有名観光スポットだけでなく、地元民だからこそ知っているような小さいいやしスポットを提案していきます。  
また、季節や天気ごとのおすすめスポットを分けて書いています。



チーム名： 7.friss

学校名：

チームメンバー：

インタビュー実績・智辯和歌山高校1年生（野球部を除く）

・いらなみのりこ先生・フリースクール・保健室の先生・学年の先生方

### 課題

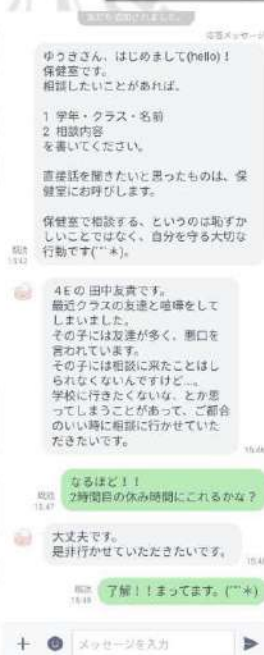
- ・保健室に持ちかけるほどの相談ではないかもしれない、と生徒が思ってしまう
- ・保健室＝体調悪いときに行くものだという認識が定着しているから行きにくい
- ・先生に相談しに行くとき、先生の都合が分からない



抱えている悩みを保健室にもちかけるハードルが高い

アイデア名： 保健室の公式アカウントの開設

### 概要



○保健室に相談をしやすくするため、相談内容を伝えよう!

- ① 学年クラス名前く  
↓
- ② 相談したい内容を書く

相談することは自分を守るために  
勇気がある行動。  
恥ずかしいことでは全くないので  
使ってみよう!

### 使用例

#### 【目的】

- ・生徒が先に相談内容を送ることで、相談をもちかけやすくすること。
- ・先生の都合のいい時に相談しに行けること。

チーム名： 8.WAKAICHI

学校名：

チームメンバー：

#### インタビュー実績

伊良波範子先生（精神科医） 小学校・中学校・高校教員 県庁・市役所の職員・知人 医師 看護師  
日産の店長 副工場長 関空のグランドスタッフ 警察官 サービス業の方 ピアノ教師 事務員

#### 課題

親が働いている子どもの  
自由が尊重されつつ、  
親の心配が解消されるような  
仕組みがないこと

～この課題にした理由・経緯～

働いている保護者は、  
子どもがひとりでいるときに  
心配してしまうため、  
学童に入れるのが望ましいが、  
それだと子どもの「遊びたい！」  
などの自由が尊重されないから

アイデア名：

**rafu**

#### 概要

子どもが自由に行動しても、  
親が子どもの行動をしっかりと把握でき、  
緊急の時は子どもが親に素早く知らせることがきる  
などの機能を持ち、さらに腕時計のような形状のため、  
常備しやすいもの！

コンセプト：Relief 安心

Anywhere どこでも

Family 家族

Useful 役立つ

自分たちが和歌山にできることを深く考え、  
三か月頑張ってきました。  
発表を楽しみにしてください！



チーム名： 岩本2+ ななみ2	学校名：
チームメンバー：	
インタビュー実績	南和歌山医療センターの看護師様、和医大の新人看護師様、田辺高校スクールカウンセラー様、いらなみのりこ様、日高病院の看護師様、社会人メンター村上様の奥様、無作為に50名にストレスアンケート、看護学生に10名にアンケート
<p>課題</p> <p>看護師にヒアリングをしていく中で、患者さんに対しての課題を見つけた</p> <p>&gt;&gt;&gt;&gt; さらにヒアリングを重ねて子供に焦点を当てることにした</p> <p>&gt;&gt;&gt;&gt; 子供が慣れない入院生活に不安を抱き、治療に専念出来ない</p>	<p>アイデア名： <u>アートセラピー</u></p> <p>概要</p> <p>対象： 幼稚園～小学生の子供(アートセラピーが行える範囲の大部屋の患者さん)ただし体が動けなくても可(できたら親も)</p> <p>性別： 問わない</p> <p>準備物： 色鉛筆、色ペン、模造紙、絵の具、セロハンテープ、新聞紙</p> <p>期待できる効果： 絵を描くことでストレス発散になる 浄化作用(絵を描くことでたまったストレスを発散できる) 自分自身を知る(自ら書いた絵を見ることで、自分自身を客観的に見つめることができ、築きを得ることができ、天井に貼ることで、個人の空間ができて安心することができる ネガティブな感情を知って今後の看護に繋げることができる</p> <p>&gt;&gt;&gt;&gt; メンタルヘルス向上</p>

チーム名： Gandhara	学校名：
チームメンバー：	
インタビュー実績 中学校養護教諭 小学校教諭 僧 等	
<p>課題</p> <p>「親友未満知り合い以上の友人」が悩んでいることに気づいたとき、なんと声をかければ良いかわからず、助けられない。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「親友」ならなにもなくとも腹を割って話せるし、「知り合い」レベルだと深く干渉するのは厳しいから、ちょうど真ん中の「親友未満知り合い以上の友人」に助けたい対象を設定した。</li> <li>・この課題の原因は、悩みを聞いてあげた経験がまだないこと、相手を傷つけてしまわないか心配で躊躇してしまうこと等が考えられる。</li> </ul>	<p>アイデア名： 中高生主体のワークショップ</p> <hr/> <p>概要</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友人への適切な接し方を考えるヒントを得てもらうために開催する。</li> <li>・小学生～高校生を10人程度のグループに分け、適切な接し方について議論する。</li> <li>・最後にグループで考えた接し方をテーマに寸劇をつくり、全体で発表する。</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適切な接し方を皆で深く考えることで、実際に悩みを抱えている友人を見かけたときにうまく対処できる。</li> <li>・寸劇でロールプレイをするなかで、実践的に能力を身につけられる。</li> <li>・知らない人と議論をする中で話す勇気が身につく。</li> </ul>

チーム名：11.Fulgari

学校名：

チームメンバー：

インタビュー実績 いらなみのりこメンタルケアクリニック様 ゆずりはカウンセリングルーム様 校内カウンセラー様

課題

- ・近年インターネットの普及に伴いSNS上でのトラブルが増加している。
- ・友人や知り合いがSNS上で嫌がらせを受けているのを見たことがある。



◎高校生や大学生でSNSを使っている人がインターネット上の見知らぬ人からの否定的なコメントによってストレスを受けていること。

アイデア名： LINE公式アカウントの開設

概要 LINE公式アカウント

「コトバのなる木」

◎機能

LINE公式アカウントはこちら



①ポジティブ変換

ユーザーがマイナスなコメントを送るとポジティブに変換する。

②ストレス診断

ストレス度数によってストレス解消法や病院などを紹介する。