

# 「こころのライブ授業」を実施しました

北海道恵庭南高等学校

8月22日(火)5・6校時に「こころのライブ授業」を実施しました。昨年は、コロナ感染症の拡大に伴い、1年生のみの実施でしたが、今年度は全校生徒対象に実施することができました。

第一部は、北海道いのちの電話 事務局長 杉本明氏 による講話と、北海道精神保健福祉士協会副会長 橋本達志氏と精神疾患で悩んでいた経験のある当事者の方との対話形式で本校生徒に伝えたいこととお話していただき、第二部は、ナイトdeライト様 によるライブ演奏がありました。

第一部の講話では、自ら命を絶つ若者の現状や、いのちの電話が様々な相談にのってくれることを聞きました。不安や悩みは一人で抱え込まず、身近な信頼できる人に相談してほしい。身近な人がいつもと様子が違うと思ったら声をかけてほしい。相談されたら、否定せずに聞いてあげてほしいとアドバイスをいただきました。また、ソーシャルワーカーとはどんな事をしているのか、どのように悩んでいる人に寄り添い関わっているのか、相談によってどのように助けられたのかを当事者の経験や現在考えていることなど含めてお話していただきました。

第二部のライブでは、一人ひとりがとても大切な存在であること、あなたはあなたのままでいい、皆に希望の未来があるという素敵な歌詞を演奏に乗せて聴きました。生徒からは、いのちの尊さ、相談することや人の力になれることの大切さを感じた、ライブの歌詞やメロディが心に響いた等、多数の感想がよせられました。

