

奈良 いのちの電話

2025
秋
第402号

特集 「チーム学校」と スクールカウンセラーの私

臨床心理士 吉田 智子 氏
公認心理師

社会福祉法人 奈良いのちの電話協会

事務局/〒631-0816 奈良市西大寺本町8-27



TEL : 0742-35-0500

FAX : 0742-35-0533

e-mail : nid@nara-inochi.jp



奈良豆比古神社 翁舞

翁舞 神の座に舞ふ 秋の月

茶谷 浩人

風 鐸



あるドラマで妻を10年前に失った男性が、親しく話していた妻にそっくりな女性に「私の顔を見るのがいやですね」と問われると「そんなことないですよ。悲しい思いなんて一つもないです。命を落とす順番がそうだったことだけです」と淡々と答えるシーンがあった。私事だが、まさに昨年、「その順番」に遭遇したのだが、それは「順番だった」ではなく、「順番が逆だった」との思いが強い。

今つくづく感じるのはその人にとって

本当に大切なものって、失って初めて分かるのではないかな。大切なものであるが故に気付かない。あって当たり前な故にその重みが分からない。今振り返れば「なんとバカな男だ」と自らを軽蔑したい。

そしてもっと大切にしたいかった。もっと言葉を紡ぎ、態度にも出して一緒に楽しい人生を歩みたかった。出会って54年、結婚して48年、半世紀にわたって共に歩んだ人生だったのに何を語り、何を思って過ごしてきたのだろうか。

若いときはこの生命はいつまでも続くと信じて疑わなかった。だから無茶もし脱線もした。年を重ねていくと人生の先が見えてくる。もっと早く気付くべきだった、もうそれほど先はないと。若くして亡くなる人も一方、長寿を全うする人も

いる。しかし長年連れ添った妻を亡くするのはこれほど辛く切ないことか。まして子どもを失った親はどれほどの衝撃を受けるか計り知れないと、今だから思える。

しかし今、妻には感謝しかない。なんと言っても3人の子どもと5人の孫にそれぞれ配偶者を含めると11人もの家族を残してくれた。こうなった以上、妻の分まで生ききるしかない。とことん家族の行く末を見守ろう。妻から引き継いだ「いのち」を大切に思い残すことなく人生を全うしたい。そして若い世代に「いのちの大切さ」をバトンタッチしていきたい。(純)

寄り添い人を訪ねて XIV

「チーム学校」と
スクールカウンセラーの私臨床心理士 吉田 智子 氏
公認心理師

吉田 智子（よしだ さとこ）氏

プロフィール

臨床心理士

公認心理師

奈良市スクールカウンセラー

大阪私立幼稚園キダーカウンセラー

豊中市男女共同参画事業団相談員

奈良いのちの電話協会養成委員

去年（2024年度）1年間に自殺した児童・生徒は527人にのぼり、これまでで最も多くなりました。このことを私たちはどう受け止め、どのように対応していけばいいのでしょうか。悩みを抱える子どもたちをどう支えていくか、さまざまな取り組みが進められています。

今回は、スクールカウンセラーとして学校現場で子どもたちと接しておられる吉田智子氏に、活動内容や子どもとの関わりについてお話を伺いました。

スクールカウンセラー制度は、学校における児童生徒の心理的な問題に対応するため、専門家であるスクールカウンセラーを学校に配置する制度です。1995年にはモデル事業が始まり、2001年にはスクールカウンセラーの配置を行う自治体に国の助成がスタートし、配置する学校が増えてきました。この制度は、児童生徒だけでなく保護者や教職員の相談にも対応し、学校全体の教育相談体制を充実させることを目的としています。

スクールカウンセラーへの道

2008年3月に帝塚山大学大学院臨床社会心理学専攻での修士課程を修了し、2009年度より臨床心理士としての活動を開始致しました。その活動の第一歩として学校法人帝塚山学園嘱託カウンセラー（小学校担当）を約10年ほど務め、また、同時期に他の学校法人の学生相談や高校のスクールカウンセラーを講師と併せて務めておりました。しかし、心理士と教員を並立させるのは私にとってなかなか難しく、マンツーマンでしっかりと相手に向き合える心理職を優先したいと思い、門真市子育て支援課に入職致しました。そこでは虐待対応が主な仕事でした。厳しい状況下にある子どもたちへの対応は難しくもありましたが、多職種（社会福祉士、看護師、精神保健福祉士、教員、心理士）が一丸となって取り組む、とてもやりがいのある職場でした。しかし、体力的な限界も感じており、約4年で勤めを終えました。その後、奈良市スクールカウンセラーとして、現在も奈良市立小学校を担当しております。その他に男女共同参画事業団での女性相談や私立幼稚園のキダーカウンセラーも併せてしております。カウンセリングを行うときは、関わる子どもたちや保護者の皆様の一歩の応援団になろうという思いでお話をお聴きしています。

子どもたちへの対応

小学校6年間は子どもたちの成長が著しい時期ですので低学年と高学年では相談内容にも違いがあります。しかし学年を通じて多いのが不登校（登校渋り）と発達相談です。発達の問題はコミュニケーションや学業にあらわれることが多く、発達とは違った形で相談を受けていても、そのベースに発達の問題があることが非常に多いです。

スクールカウンセラーとして私が意識しているのは、子ど

も対応への方向性を、学校内で、また学校と保護者とが一致していること、その舵取りをスクールカウンセラーが担っているということです。担任と管理職が違っては、現場での混乱が生じます。また保護者と学校が違っていても、そこに問題が生じます。スクールカウンセラーは心理的なケアと共に子ども対応の方向性を調整する役目があるのではないかと考えています。

「チーム学校」

学校とスクールカウンセラーとの関係は「チーム学校」という意識を軸にしています。「チーム学校」とは、学校が抱える課題や問題を解決していくために、教員だけでなくスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーなど多様な専門職が一体となって子どもたちを支援する体制のこと。つまり、教員と専門性を持つ職員が一つのチームを作り上げ、業務や課題を、それぞれの専門性を生かしながら連携・協働して対応することを目指しています。私もチームの一員として心理士業務を小学校で行い、子どもたちの成長を支え守っていきたくと思っています。私が臨床心理士になったのは20年ほど前ですが、20年を経た今、スクールカウンセラーとしてとても動きやすくなりました。それだけ認知されているということであり、また、教職員の方々からも信頼して頂いていることを実感しています。この違いは大きいし、それだけの働きをしなければならないと思っています。

保護者への対応

時代の変化とともに、保護者も変わってきていると思います。保護者が少し幼く感じる時もあります。「子どもに嫌われたくないから叱れない（注意できない）」と言っておられ

た保護者と何人もお会いしました。でも親として子どもに物事の善悪を教えなければ、結局は子どもが痛手を負います。子どもが自分の行動を正しく判断し選択できるように、親として大人として物事の善悪は子どもたちに教えてあげるべきではないでしょうか。

子どもの一番の人的環境は保護者です。その影響はストレートに子どもに出ます。保護者のカウンセリングを何故するのかというと、子どもの人的環境を安心安全な状態にするために保護者に働きかけていくのです。

子どもの自殺

高校のスクールカウンセラーをしていた時、生徒からの相談の中でリストカットを打ち明けてくれたことがありました。多くは女子生徒でしたが、彼女たちはいつもカミソリを所持し、それを「お守り」と言っていました。「お守り」を持つことは、それは生きたい証と言えるかもしれないのですが、まるで綱渡りのような不安定な歩み。親子関係がベースにあるケースが多かったと記憶しています。

また、児童虐待の対応をしていた時、中学校から、ある女子生徒が首に痣が残るほど母親から首を絞められたと通告がありました。母親は「これは嫉妬であって問題無い」と虐待を否定しましたが、この女子生徒は、学校から帰宅したら食事の用意をして弟や妹の面倒をみるヤングケアラーだったのです。彼女の「この先、何もいいことないんじゃないかな。嫌になったなあ」という言葉のなかに、無力感とともに希死念慮を強く感じました。

子どもの成長は喜び

子どもの成長を感じる時は、とても嬉しいです。卒業時に、「ありがとう。」と言って手作りのプレゼントを持ってきてくれることもあります。一方、しんどさからある程度回復してくると、校内で私の顔を見ても、見なかったことにしようとするぽを向く児童もいますが、それもまた、頑張ってるんだなと思って嬉しいです。子どもはしっかりと成長してくれます。成長していく姿を見ることができるのは、子どもを対象にしているカウンセラーの喜びではないかと思います。そして、それを見させてもらえたことは、本当に有難いことだと思います。どれだけの力を子どもたちに寄せてあげられたのかと思うと、自分の無力さを痛感するのですが、子どもたちは自分自身の持っている力で、必ず成長してくれます。

周りの大人の関わり

大人として常識的な関わりが大切だと思います。「これはいいね」「これはしてはダメよ」と、普通に言える大人が子どもたちには必要ではないでしょうか。昔、よく見かけたおじさんやおばさんのように「なにやってんねん！」と声を荒げる必要はないけれど、普通に善悪を教えてくれる大人が周りにいることは、子どもたちにとって大きいと思います。子どもは学習していく力を持っているから、きちんと教えてあげることが大切です。

(Y・K)

支えあう心で

つむぐ

②

～「いま」「ここ」で～

近鉄グループホールディングス株式会社

取締役常務執行役員 菅浦 隆弘

随分昔のことです。私がまだ30代の頃、会社の大先輩から偶然こんな話を聞きました。「わしな、いま奈良のちの電話協会のお手伝いをしてんねん。24時間、365日、悩み事などの電話相談を受けてるボランティアの人たちがいてはって、大切なことやねん」

駅のホームでの短い立ち話でしたが、そうした社会的な活動があって、近鉄も関わっていることが印象に残りました。それから20数年を経て、代が替わって私がお手伝いをさせていただいているのは、何かの巡り合わせであったのか、感慨深いものがあります。

長らく近鉄グループで働く中で、私はいくつかの会社や組織で、新しい仲間と初めての仕事に取り組んできました。外部の方々と一緒に力を合わせる機会も多くありました。「近鉄ライナーズ」という社会人ラグビーチームのゼネラルマネージャーを務めたこともあります。ちなみに私はラグビーの経験は全くありません。

ふと考えると人も仕事もたまの巡り合わせです。それでも一緒に力を合わせる経験から、時間の流れのタテ軸、場所の広がり、ヨコ軸の交差点である「いま」「ここ」で、ベストを尽くすことの大切さを学びました。周りの方々に助けていただきながら努力を重ねてきて、自分の人生が少しずつ紡がれてきたのかなと、今になって感じます。

世の中には、周りからのサポートを受けたり、協力関係を持てる環境がなく、独りで悩んでおられる人が実は多くおられます。協会の活動はこうした方々に対する心理的な安全装置として、重要な役割を果たしてきました。

相談員の皆さんは、何かの巡り合わせで誰かの電話相談を受けられます。まさに「いま」「ここ」の巡り合わせで人の心の声に対峙されます。いろんな悩み事を受け止め、親身になって聴き、共感し、励まされることで、限られた時間であっても心が通い合い、独りぼっちではない実感が生まれているのではないのでしょうか。生きる勇気が蘇り、その方の人生が再び紡がれていくきっかけになるのだと思います。

地域社会の健全さは、こうした地道な相談活動に支えられています。私も諸先輩が紡いでこられた協会の活動に、「いま」「ここ」で、微力ながら尽力したいと考えています。

(協会理事)

ブラッシュアップ研修1と ブラッシュアップ研修4が 始まりまして

ブラッシュアップ研修は1・2・3・4に分かれ、大人数で1回だけの研修会ではなく、少人数の連続研修で相談員の自己研鑽とレベルアップを目指しています。

ブラッシュアップ研修1は、電話相談の基礎についてのプログラムで6月24日（火）から毎月1回全6回コースで始まりました。講師に矢野かおり先生を迎え、8名の参加者とともに受容や、共感など電話相談の基礎を学んでいます。聴くということでは、講師からの提案で、最近の医療ドラマを題材として取り上げ、新たな視点で学びを深めています。

ブラッシュアップ研修4は、グループスーパービジョン（SV）で、9月2日（火）から毎月1回全6回コースで始まりました。講師に河崎俊博氏を迎え10名の参加者で毎回、グループで事例を出し事例研究を繰り返す行うことで、相談員個々の相談能力とファシリテーターの技能を学んでいます。（A・Y）

研修レポート

6月26日（木）、なら被害者支援ネットワーク令和7年度総会特別講演「発達障害と犯罪被害者支援」（講師 帝塚山大学名誉教授 臨床心理士 大久保純一郎氏）を聴講した。

「発達障害と犯罪被害者支援」というテーマだが被害者問題として被害者の立場で話をされた。発達障害は注意深く見ていくと性格的な問題ではなく能力の問題であるという。脳神経系の問題を持ち、環境との関わりの中で社会生活上困ることが生まれ、支援が必要となる場合を「発達障害」と考えるという。

被害を受けやすい犯罪として性的犯罪・性暴力被害、いじめ・虐待、詐欺・財産犯罪をあげられた。困りごととしてコミュニケーションが苦手で自己表現が難しい、当たり前のルールがわからない、メモが取れない、こだわりが強いなどがある。衝動的に判断行動してしまう傾向がある。二次障害として自閉症、うつ病など精神疾患を併発し生きにくさを抱えてしまうこともある。

対応の工夫として障害について知識を深める。当たり前のことを明確に言語化し、場合により図解し、メモなどを残す。被害を受けた発達障害への対応は一人一人の理解と配慮や丁寧な関わりが必要である。コミュニケーションのすれ違いが起こった時は丁寧に説明しきちんと謝る。支援者が意見を述べるのではなく被害者の気持ちや状態をひたすら聴くということがポイントとしてあげられた。（N・U）

社会還元活動の報告



協会では「聴く」ことのエキスパートとして、日頃培った「話を聴く」ことについてのノウハウを学びたい方たちへの講座を引き受けています。

今年度は以下の団体からの依頼をいただきお話をしてきました。

- ①5月10日（土） 奈良県助産師会にて 「電話相談の基本について」
- ②6月29日（日） 奈良県精神障害者家族連合（まほろば会）「電話相談員養成のための基本」
- ③8月22日（金） 宇陀市人権教育研究会 「傾聴と共感」

受講していただいた方が実生活の中や相談対応をする際、講義やワークの内容を活用していただければと考えて今後も社会還元活動を続けていきたいと考えています。（K・M）

9 年 任 用 研 修

7月19日（土）、西大寺本坊にて相談員11名が参加して行われました。講師に関西福祉科学大学教授の相谷登先生を迎えて、「相談員としての基本的態度の確認・自分への更なる気づき」というテーマで、8年を経過しての今の気持ちを語り合いました。参加者から出されたいくつかの気になる事例について、意見を出し合いました。互いの考えや思いに耳を傾けるなかで、改めて自分の相談員としての在り様を考えさせられました。相谷先生からは、事例に関して専門的な方面からの助言をいただきました。お話を伺い、相談者に寄り添うためにも更なる研修が必要だと感じました。

とても暑い日でしたが、今後も相談員として成長していきたいと思えた一日でした。

9年任用研修と同様、3年・6年任用研修も行われました。（Y・K）

近畿ブロック7センター 合同研修会報告

公益財団法人 JR 西日本あんしん社会財団の支援で毎年開催される近畿ブロック7センター合同研修会が、8月23日に姫路市の「アクエリひめじ」で96名の相談員を集め開催されました。

奈良センターからの参加は8名で、午前中、「はりまいのちの電話」研修委員長・公認心理師の石井要子講師による「マインドフルネスとクライアント中心療法」を学び、午後は約8名ずつに分かれて各センターが抱える問題をテーマにグループ討議が行われました。

「相談員の募集」「研修の内容・方法」「相談員の繋がり」「困難な電話」等で参考になる意見も多く、特に募集や研修についての意見は奈良センターでも今後の運営委員会、事務局会議などで検討をしていきたいと思いました。（K・S）



厚生労働省自殺防止対策補助事業

奈良いのちの電話協会 公開講演会

こども・若者の 助けで!! の声に こたえて

日時 2025年10月25日(土)
13:30~15:30 (開場13:00)

会場 奈良県コンベンションセンター
203・204会議室

定員 300名

講師 今井 紀明氏

入場
無料



講師プロフィール

認定NPO法人D×P 理事長

高校生のとき、医療支援活動のため渡航したイラクにて武装勢力に人質として拘束されたことで、帰国後大きなバッシングを受け、対人恐怖症になる。偶然、中退・不登校を経験した若者と出会い、親や先生から否定された経験を持つ彼らと自身のバッシングされた経験が重なり、2012年にNPO法人D×Pを設立。経済困窮、家庭事情などで孤立しやすい若者が頼れる先をつくるべく、LINE相談「ユキサキチャット」で全国から相談に応じる。また大阪ミナミの繁華街で若者の居場所となる「ユースセンター」を運営しアウトリーチ事業を行なう。ユース世代の声を聴いて伝えることを使命に、SNSなどで発信を続けている。

自身のバッシングされた経験が重なり、2012年にNPO法人D×Pを設立。経済困窮、家庭事情などで孤立しやすい若者が頼れる先をつくるべく、LINE相談「ユキサキチャット」で全国から相談に応じる。また大阪ミナミの繁華街で若者の居場所となる「ユースセンター」を運営しアウトリーチ事業を行なう。ユース世代の声を聴いて伝えることを使命に、SNSなどで発信を続けている。

公開講演会および養成講座説明会
のお申し込みは



同日開催

奈良いのちの電話の紹介と 相談員養成講座説明会

15:45~16:30 同会場にて

2026年4月開講予定の電話相談員募集の説明会を実施します。受講を考えている方はご参加ください。



(協会マスコット
キャラクターならりん)

お問い合わせ 奈良いのちの電話協会事務局
☎ 0742-35-0500 ✉ nid-2@nara-inochi.jp



随想

相談の現場から

たわいのない話

Y・M

「はい、奈良いのちの電話です」

「あらあ、やっとかかったと思ったら奈良に繋がったのねえ。奈良っていつたら、修学旅行で行ったきりよ。もう何十年前も前だわ」

「関東のキレの良い口調で、その人は修学旅行の思い出話を始めた。定番の大仏さんや鹿の話、そして」

「昔は修学旅行専用列車があったのよ。知ってる? 夜行で」

「ああ、ありましたね、専用列車。私も乗りました」 同世代の人のようだ。

「何か名前がついてたわよねえ、えーとなんだったかなあ」

「なんでしたっけ」と話していたら、唐突にその人が言った。

「あなたは訊かないのね」

「え?」

「今日は何のご相談ですか?」

「……」

「つらくて、死にたくなって、でもそばに誰もいなくて…誰でもいいから、10分か15分たわいのない話をして笑いたいと思って電話すると、『今日は何のご相談ですか?』って訊かれる…しつけちゃうのよねえ、アレ」

「……」 何も言えなかった。どんなつらいことがこの人にはあったのだろう。

彼女はそのまま「あー(列車の)名前思い出せない」と言いながら、たわいのない話を数分続け、そして「ありがとね」と言って電話を切った。

何日か経ってから思い出した。修学旅行専用列車の名前は「きぼつ」でしたよ。

(相談の中で感じたことを紹介したもので、実際の相談内容とは異なります。)