第１６３回 長崎大学ＦＤ実施報告書（平成３０年３月１５日提出）

１．題　目：平成２９年度長崎大学メンタルヘルス講演会
　　若者のコミュニケーションにおける困難とその影響
　　～若者同士，教職員，そして家族ができること～

２．日　時：　平成３０年３月２日（金）１６：００～１７：３０

３．場　所：　長崎大学文教スカイホール
　　（グローバル教育・学生支援棟４階）

４．主　催：長崎大学学生相談支援等協議会
　　共催：長崎大学保健・医療推進センター，障がい学生支援室

５．対　象：全教職員及び学外者

６．長崎大学ＦＤに関する申合せ第２第１項への該当について【複数選択可】
（該当するものに○を記入すること）
［　○　］(1)　教員の教育活動に関するもの
［　　］(2)　カリキュラムの改善に関するもの
［　　］(3)　教育の組織的改善に関するもの
［　　］(4)　入学者選抜方法の改善に関するもの
［　　］(5)　その他教育改善及び入学者選抜方法の改善に関するもの

７．今回のＦＤの趣旨・意義（６．に関連した形で記述すること）
自殺者数はここ数年，減少傾向にあるが，それでも毎年2 万5 千人以上の方が自死で亡くなっています。
若者（15 才～39 才）においては，自殺が死因の第1 位になっており，他世代と比べて，高止まりが続いています。この背景には，人間関係にまつわる課題が多く存在します。今日の社会では，電話，メール，SNS 等，コミュニケーションできる手段が多い一方で，コミュニケーションに関係する問題が目立つ状態があります（誤解，いじめ，孤立など）。
大学生や同世代の若者においては，誰にも本音が言える相手がいないと悩みを抱える若者も多く，また，そういった学生は就職活動など強いストレスを抱える時期に，問題を抱えやすい状況にあります。
そのような中で，学生・教職員・家族の方など，身近な存在だからこそできること（若者の異変に気づくポイント，気づいた後にできる効果的な声かけの仕方，話を聴

くコツなど，若者から見て”味方”だと思える「支え手」になるためのヒント）について，講演していただきます。

本講演を拝聴していただくことで，教員が，教育活動を行うに当たって，悩みを抱える学生の精神面を把握することはもちろん，教員個人や組織として学生への対策を行うことに繋がることが期待できます。

各教員の教育活動において，学生のメンタルヘルスに関して日頃から意識し，配慮していただくことが講演の主旨と意義です。

また，職員等を講演会に参加させることで，メンタルヘルスに関する教職員全体の認識の向上にもつながるものと考えます。

８．プログラム構成［題目・担当講師］（当日使用した資料等を添付すること）

構成：講演　講演－90 分（質疑応答含む）

[題目・担当講師]

題　　目：若者のコミュニケーションにおける困難とその影響
～若者同士，教職員，そして家族ができること～

担当講師：特定非営利活動法人 Light Ring.　代表理事　石井　綾華　氏

９．参加者：８７名

（内訳）

所　　属	人　　数
多文化社会学部	1
教育学部	2
経済学部	4
医学部	1
医歯薬学総合研究科(保)	3
医歯薬学総合研究科(薬)	4
工学研究科	１０
水産・環境科学研究科(環)	7
水産・環境科学研究科(水)	4
熱帯医学・グローバルヘルス研究科	1
熱帯医学研究所	2
原爆後障害医療研究所	2
保健・医療推進センター	9
地域教育総合支援センター	1
核兵器廃絶研究センター	1
国際教育リエゾン機構	1
障がい学生支援室	4
総務部	2

財務部	2
学生支援部	9
文教地区事務部	1
病院事務部	1
病院薬剤部	2
病院臨床研究センター	1
学外者(大学教職員)	6
学外者(その他)	6
計	８７

※　別紙に参加者名簿を添付してください。

１０．実施したＦＤの成果等

（１） 参加者からの評価（アンケートの集計結果を記述する）

平成29年度メンタルヘルス講演会　アンケート集計

1. 対象及び回収率

	長大教職員		外部		計	
参加者数	75		12		87	
回収数 ／ 回収率	57	76%	10	83%	67	77%
教育職員	41					
事務職員	20					
技術職員	14					
その他						
大学教職員			6			
小・中・高校教職員						
県・市・町職員						
その他			4			

2. 昨年のメンタルヘルス講演会に参加されましたか

	男	%	女	%	計	%
参加した	10	26%	13	46%	23	34%
参加しなかった	27	69%	14	50%	41	61%
未記入	2	5%	1	4%	3	4%
計	39		28		67	

3. 参加動機について(複数回答可)

	男	%	女	%	計	%
自分自身や家族のため	8	21%	3	11%	11	16%
仕事上必要なので	29	74%	23	82%	52	78%
メンタルヘルスに関心があるから	17	44%	18	64%	35	52%
社会的関心が高まっているから	5	13%	3	11%	8	12%
その他	3	8%	0	0%	3	4%
計	62		47		108	
実数	39		28		67	

4. 講演会をどのようにして知りましたか(複数回答可)

	男	%	女	%	計	%
長崎大学ホームページ	10	26%	4	14%	14	21%
ポスター	0	0%	1	4%	1	1%
Eメール	24	62%	10	36%	34	51%
担当者からのすすめ	5	13%	6	21%	11	16%
上司からのすすめ	2	5%	2	7%	4	6%
友人から誘われて	0	0%	3	11%	3	4%
小・中・高校からの通知	1	3%	0	0%	1	1%
部局からの通知	8	21%	11	39%	19	28%
その他	0	0%	1	4%	1	1%
計	50		38		88	
実数	39		28		67	

5. 講演の内容は期待に合っていましたか

	男	%	女	%	計	%
期待した内容でとても良かった	17	44%	17	61%	34	51%
まあまあ良かった	20	51%	10	36%	30	45%
期待に添わなかった	1	3%	0	0%	1	1%
その他	1	3%	0	0%	1	1%
未記入	0	0%	1	4%	1	1%
計	39		28		67	

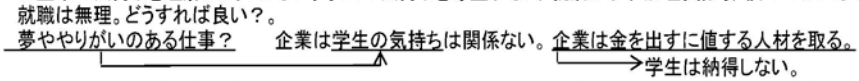
1/2

平成29年度メンタルヘルス講演会　アンケート集計

6. 今後メンタルヘルスに関する講演でどのような内容を希望しますか

・具体的なケースを取り上げる講演
・教職員のメンタルヘルスに関する講演
・面談のスキル
・外国人留学生へのメンタルケア
・今回現場ですぐに使える内容で参考になりました。今後もこの様な身近な問題に関する講演を希望します。
・大学環境に即した，個別対応の具体的なケースについて
・セルフヘルプの具体例。リスクチェック法
・学生とのやりとりの事例を知りたい
・事例を多く紹介して，対策法を示してくれるような講演
・具体的な事例と対処方法
・「聞く」事の重要性を感じたので，実際の方法が知りたいです。
・うつからの立ち直り
・支える側のやり方
・学生のピア・サポーターづくり
・録画したものを学習ネットに，いつでも見れるように希望します。
・傾聴のスキルなど，実際に学生とかかわる時にすぐ使える方法などを，もう少し詳しく知りたいです。
・事例など実践に役立つような内容
・実践的な内容
・本日の講演の後半に紹介がされたような，より具体的な「支え」の方法についての情報提供やケーススタディがなされるとありがたいと思います。
・今回のように，具体的事例と解決法・解決例など

7.感想・意見を自由にお書きください

・大変勉強になりました。話し方，声まで安心感があり，この様な講演が聞き手のメンタルによいのかなと参考になりました。
・理解しやすい・わかりやすいお話でした。ありがとうございます。
・学生－教職員の関係性で，本当に役立つ内容であるかは疑問。
・とても参考になりました。配布資料をもう少し充実させて頂くと助かります。
・支える人の悩みを共有できる，サポートできる人，そういう集まりも必要と分かりました。
・ライトリング　長崎にも同じようなところがあるのかな？と思います。
・とてもよい講演でした。内容を大学の学習ネットに上げて頂ければありがたいです。
・いいお話しでしたので，もっとゆっくり聞きたかったと思います。
・貴重なお話しありがとうございました。
・資料があるとありがたいと思いました。（時間が短いのでせっかくのパワーポイントの内容が早く切り替わってしまうため）
・若者の特徴について知りました。ありがとうございます。
・とても勉強になりました。
・非常にためになりました。話が分かりやすく，実感として伝わってきました。
・ライトリングの活動，とても興味深く拝聴しました。これからの重要な活動，しくみ作りとして，大きなヒントを頂きました。
・学生にも聞いて欲しい内容でした。参加者が少ないのがもったいない。若者の生の声を知るとてもよい（勉強になる）講演だったと思います。
・悩んでいることを自分から発信しないということに，ハッとしました。
・自分の行動について，見直すいい機会になった。
・期待していた内容とは少し違いましたが，参考になりました。ありがとうございました。
・セルフヘルプの大切さを感じた。
・支えるスキルという言葉を新鮮に感じた。他者との比較で自分の劣ることが心の病につながるのではないか。劣っていることを素直に受け入れ，その状況で生きがいをその人なりに探すように方向付けてあげればよいのではないかと思う。劣等感は頑張ろうというモチベーションになりうるけれども絶望にもつながる。いかに良い方向に向けるか，悩んでいる本人も支える人も考えることができれば問題解決に近づくことができるのでは。そうできるようにするのがスキルなのではと思う。
・友人や恋人，親しい人を支えたい，力になりたいと思う学生は例外に近い。そして支えられない自分に悩む学生も多いと感じている。良好な人間関係を築く力はすべての学生に求められるものであり，すべての学生に対し，支える場や機会が必要であると改めて感じた。今の学生の実態に即した対応を真剣に考えていかなければならないと思う。
・就活で悩んでいる学生がいた。悩みの内容も分かる。学生のわかってほしい気持ちも分かる。しかし，学生が企業の気持ちを理解しようとしない。学生の気持ちを尊重すると，就活はまず無理。結局，悩みの元となる就職は無理。どうすれば良い？。


・支援する側も，心の支えが必要であると改めて痛感させられました。時代の変化進展と共に，若者が過ごす環境は変化しても，本質的なものは変わらないと思います。今回の講演を今後の参考にさせていただいます。
・レジュメがあったら良かったと思います。
・学内のサポート体制の周知の状況は？特に学生はほとんど知らない。
・長大で利用できるメンタルヘルス関連の部署や連絡先等，もっと発信して貰えたらなと思いました。

（２） 総　括（１０（１）を踏まえＦＤ全体の総括を記述する）

本講演会は，本学の教職員が発達症のある学生への対応を行う上で組織や個人としてどのような意識をもってどのように対応していくべきか，ということを考える機会として開催した。

参加者からの評価については，回答者（７７％）のうち，「期待した内容でとても良かった」（５１％）と「まあまあ良かった」（４５％）を合わせると，回答者の９６％が「よかった」という結果であった。

さらに，今回は学外からの参加者も多く見受けられ，若者の特徴や支える側の悩みに対する理解が深まり有意義な講演会であったものと考える。

一方，「学生にも聞いて欲しい内容であった。学生の参加者が少ないのがもったいない。若者の生の声を知る機会であったのに残念に思う。」，「大学で利用できるメンタルヘルス関連の部署や連絡先について，もっと周知して欲しい。」，「講演を録画して大学の学習ネットで，いつでも見れるようにして欲しい。」という意見もあったので，講演の開催時期及び内容の閲覧方法等についても今後の検討課題であると考える。

１１．実施代表者の連絡先

部　局：保健・医療推進センター　カウンセリング部門長
職　名：准教授　　氏　名：林田　雅希
e-mail：hmsk@nagasaki-u.ac.jp　　内　線：２２１２

１２．申請者の連絡先

部　局：学生支援部学生支援課
職　名：班長　　氏　名：平野　　悟
e-mail：s-hirano@nagasaki-u.ac.jp　　内　線：２１０２