



## 子どものサイン発見チェックリスト(家庭用) by 熊本県教育委員会

8月29日（火）の熊日朝刊の社説「夏休み明けの自殺 無言のSOS見逃すまい」で取り上げられていました「子どものサイン発見チェックリスト」（熊本県教育委員会作成）をご紹介します。

このチェックリストは、ご家庭で子どもの小さなサインの発見に活用していただくために作成されたものです。当てはまる項目があり、それが度重なるようでしたら、学校までこのチェックリストをご提出いただくか、ご相談をお願いします。

「自殺対策基本法」において、9月10日から9月16日の1週間は「自殺予防週間」と位置づけられています。学校だけでは気付かないことがたくさんあります。学校と保護者の皆様で、一緒に取り組んでまいりましょう。

項目	チェック
1, 表情が暗くなり、言葉数が少なくなった。	
2, 学校のことをあまり話さなくなった。	
3, 朝から体の不調を訴え、登校をしづらくなった。	
4, 感情の起伏が激しくなり、親や兄弟姉妹に反抗したり、八つ当たりしたりするようになった。	
5, すり傷やあざ等を隠すようになった。（風呂に入ることや裸になることを嫌がる、自分でけがをしたと言う。）	
6, 家族と過ごすことを避け、部屋に一人でいることが多くなった。	
7, 友だちからの電話やメール等の連絡に、暗い表情が見られるようになった。	
8, 学用品や私物がなくなったり、壊れていたりするようになった。	
9, 教科書やノートに落書きをされたり、破られたりするようになった。	
10, 衣類が破れたり、汚れたりしていることが増えた。	
11, 以前に比べると食欲がなくなった。	
12, 最近、寝付きが悪かったり、夜中に何度も目を覚ましたりすることがある。	
13, 以前に比べると言葉遣いが乱暴になった。	
14, 家からの品物やお金を持ち出したり、金品を要求したりするようになった。	
15, 不審な電話や嫌がらせの手紙が来るようになった。	
16, 友だちからの電話やメール等の連絡で、急に外出することが増えた。	
17, 携帯電話等のメールやライン等を頻繁に気にするようになった。	
18, 何に対しても投げやりで集中力が続かないようになった。	
19, 「引っ越したい」「転校したい」と言うようになった。	
20, 友だちへの口調が命令口調になっている。	
21, 家で買い与えた物ではない物を持っている。	
22, 家で与えた以上のお金を持っている。	