

世界一幸せな国!? フィンランドの精神保健のリアルに迫る フィンランド 2025/8/12~18

公共健康科学専修 3年 平田陶子



企画の意図、学習目標

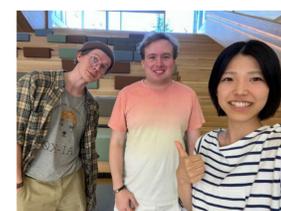
中学時代の経験や学科の講義、実習を通して精神保健の分野に興味を持った。また以前から教育に興味があったため、今回の研修では主に「教育現場での支援」と「リハビリの実践」をテーマに福祉国家として名高いフィンランドを訪れることにした。

学習目標として、フィンランドの精神保健の現状や課題を支援現場の訪問と対話の中で学び、日本との比較を通して日本の教育現場や支援の場に活かしていくことを掲げた。



旅程、訪問先の紹介

- 8/12-13: 移動
- 8/14: (午前) Jyväskylä normaalikoulu
(ユヴァスキュラの現地中学校) 訪問
(午後) ユヴァスキュラ大学院生との対話
- 8/15: タンペレのリハビリカレッジ訪問
- 8/16: Ipi Kulmakuppila (ヘルシンキにある障害を持つ方が働くカフェ) 来店
- 8/17-18: 移動



大学院生徒との対話

ユヴァスキュラ大学の教育学部の方々とお話しすることができた。主にフィンランド教育の現状や課題点、特別支援の仕組みについて伺った。従来の「3段階支援」が2段階に変わってきているようだ。つまり、第一段階である一般教室でのサポートがより広く生徒全員向けになり、Special Teacherの負担が大きくなっていると言う。また教育現場では特別支援を必要とする生徒が増えてきているが、それはサポート体制の強化によって潜在的にニーズを持っていた生徒にも対応できるようになったからではと考えていた。

リハビリカレッジ: 運営者の OssiさんとKirsiさんにお話しを伺う、施設の見学

このリハビリカレッジでは、精神的困難を持つ方々が自分たちの力で回復するためのサポートや「居場所」を提供している。

そのためにはサポーターと利用者の関係性の高低をなくすことが大切だとおっしゃっていた。またフィンランド人の国民性に合わせた支援を考えていると学んだ。リラックススペースの他にも個々の興味に応じて自由に作業できるスペースや就労支援も兼ねたレストランも近くにあり、とても居心地のよい空間だった。



各訪問先で実施したこと、学んだこと

中学校訪問: 中2の英語と中3の数学の授業を見学

教科担当の先生以外にもう一人主に特別な支援を必要とする生徒を見る Special teacherがいた。近年この制度は義務化されたらしく、日本よりもインクルーシブ教育が進んでいることは事実だがそれでも学校によっては人手不足で支援が追いついていないことも多いようだ。どちら



のクラスにも支援を必要とする生徒はいたが、サポートや公式を書いた紙を別途作るなど工夫しながら一緒に授業を受けていた。



考察・感想

教育現場を訪問して、授業見学や先生方のサポート体制、意識していることなど「精神保健×教育」のリアルに表面的にでも触れることができた。またとても興味を持っていた「リハビリカレッジ」ではただお話しをするだけでなく様々な施設や取り組みを実際に見せていただいたことが本当に貴重な体験となった。運営の方だけでなく利用者さんにお話を聞けたらもっとよかった。

全体を通して非常に楽しかった!!! 海外に一人で行くことが初めてだったので少し緊張していたが、訪問先の方々が想像以上に温かく迎えてくださって、フィンランドの風景、食べ物だけでなくそこに住む人々と交流できたことが一番の刺激となった。人と触れ合う中で「福祉国家」や「幸せな国」と外から見て思われていても、その内情はやはり同じ人間だし同じような問題を抱えているのだなと実感した。

海外研修のススメ: 後輩へのメッセージ

海外に興味があったらぜひ行ってください!! 旅行と違い、現地の方の声を直接聞くことができ、どんなテーマでもより深くその国について知ることができると思うからです。その上で日本と比較したり、テーマについて考えるよいきっかけになると思います。

反省点

計画を始めるのが遅かったことと夏季休暇中でなかなか返信がもらえなかったこともあり、旅程が確定するのがかなりぎりぎりになってしまった点。その結果、ホテルの確保や他の訪問先の確保が思うように行かなかった。