

4. メンタルヘルス対策

(1) アンケート調査等の実施・分析

静岡県教育委員会

学校業務の適正化部会と教職員のメンタルヘルスの増進部会の取組

1. 事業の実施報告

(1) 調査研究のねらい

- 本県が平成19年度に実施した教職員勤務実態調査や教職員、児童生徒、保護者に対する意識調査等から、教員の子どもと向き合う時間の拡充や授業準備時間の確保とそのため为学校・教職員支援の必要性が改めて浮き彫りとなった。
- こうしたことから、平成19年12月に有識者からなる「理想の学校教育具現化委員会」を設置し、理想の学校教育の実現に向けた具体的な解決策を議論していただき、平成20年10月に「組織マネジメントの強化による生産性の向上」と「きめ細かな指導による教育の質の向上」を課題解決に向けた施策推進の方向とする提言を受領した。
- そこで、提案された方向の1つである「組織マネジメントの強化による生産性の向上」及び平成21年3月の教育長通知「学校運営の見直し、改善について」を踏まえ、『学校マネジメント向上プロジェクト』として、市町教育委員会や教育関係団体等と具体的改善策について協議するとともに、研究モデル校において検証し、その成果を全県（市町教育委員会、小・中学校、県立学校、教育関係団体等）に普及・浸透させ、取組の促進を図る。

(2) 事業の実施状況

平成21年

- 3月 「学校運営の見直し、改善について」を通知
抽出校による学校情報化アンケート調査の実施
- 4月 モデル・協力校選定、内容説明
- 5月 第1回企画推進委員会開催
 - ・県教育委員会事務局のこれまでの取組の確認とプロジェクトの構想について協議
- 第1回学校業務の適正化部会開催
- 第1回教職員のメンタルヘルスの増進部会開催
 - ・モデル校において実践内容を検討
- 6月 モデル校職員に対する勤務負担感の調査
調査結果のモデル校管理職への説明
- 第1回学校情報化の推進部会開催
 - ・事業目的及び検討内容説明
- 7月 成績管理システム機能に関する調査
- 6月～9月 《モデル校における改善の取組期間Ⅰ》
- 9月 学校事務共同実施についてのアンケート調査実施
- 第2回学校業務の適正化部会開催
 - ・期間Ⅰの取組内容と見直しについて

10月 学校事務共同実施についての聴き取り（教育事務所）

第2回教職員のメンタルヘルスの増進部会開催

・期間Ⅰの取組内容と見直しについて

第2回企画推進委員会開催

・事前調査結果、モデル校の取組、勤務時間外の業務に関する調査の結果等について検討

10月～2月 《モデル校における改善の取組期間Ⅱ》

11月 第2回学校情報化の推進部会開催

・基本計画案中間報告について検討

12月 しずおか型部活動検討委員会の設置、第1回会議開催

平成22年

2月 第3回学校業務の適正化部会、教職員のメンタルヘルスの増進部会開催

・期間Ⅱの取組内容と成果について

3月 第3回学校情報化の推進部会開催

・基本計画最終案について検討・協議

第3回企画推進委員会

・期間Ⅱのモデル校の取組内容と成果について

・学校情報化基本計画最終案と今後の事務局の取組について

・学校業務改善事例集について

2. 調査研究の成果（実施による効果）

（1）メンタルヘルス講習会の開催

公立学校共済組合静岡支部では、職場での健康づくりを支援するため、各学校が開催する健康づくりに関する講習会等に対し、講師派遣又は費用助成を行っている。研究モデル校では、この制度を積極的に利用してメンタルヘルス講習会を年2回開催した。

○講習会1の内容：メンタルヘルスクアについて

自分でできる「セルフケア」を中心に、ストレッチングやツボ押し療法、認知変容法や自律訓練法など数々のストレス解消法を学んだ。

○講習会2の内容：ヨガを取り入れた運動

呼吸法・動きを取り入れて、心と身体の緊張を解きほぐす体験をした。

《職員の反応》

○日常生活の中に生かせるストレス解消法を、楽しみながら身に付けることができた。

《課題》

○効果的な開催時期を検討する必要がある。

平成21年度に、職場での健康づくり支援事業を利用して、ストレス・メンタルヘルスに関連する講習会等を行った学校は、小学校5校、中学校3校、高等学校3校、特別支援学校5校であった。また、小学校20校、中学校6校、高等学校27校、特別支援学校2校が、ストレス解消につながる運動関連の講習会等を行った。

研究モデル校が行ったメンタルヘルス講習会は、教職員の満足度が非常に高いものであった。教職員の「セルフケア」の力を高めたり、体を動かすことでリラックスした時間を共有したりするメンタルヘルス増進の取組を、各学校で積極的に進めることが大切である。

（２）教職員にワーク・ライフ・バランスを意識させる取組

長時間労働は、学校現場に限ったものでなく日本社会全体の問題となっており、その弊害を解消するために、ワーク・ライフ・バランスが提唱されるようになった。そのためには、時間を意識した効率的な働き方が大切になる。

研究モデル校では、ワーク・ライフ・バランスの推進に向けて取組を進めた。

《管理職の取組》

○教職員の意識改革

教職員の中に、「早く帰ることは仕事への意欲が足りないことの表れ」という意識があり、それを変えることに取り組んだ。校長として「自分のやるべきことをきちんとやる。終われば、堂々と帰る。」ということを経営者に示した。

○学校運営の焦点化

教職員が行う仕事に対して、スピードと重点化を意識するよう呼び掛けた。スピードは限られた時間の中で仕事を終わらせることであり、重点化は優先順位を考え、内容により軽重をつけて仕事をするのである。

仕事の優先順位を考えるための基準として、３つの柱をグランドデザイン（教育経営構想図）に明示し、教職員が常に意識できるようにした。

〔３つの柱〕 ○学習指導の充実

○基本的生活習慣の定着

○正しい判断力・実践力の向上

また、この柱に沿って検証を行い、ねらいとする効果が表れているかどうかについても意識させた。

《職員の反応》

○定時退勤日が定着するとともに、そのほかの日も教職員に早く帰ろうという意識が生まれてきた。

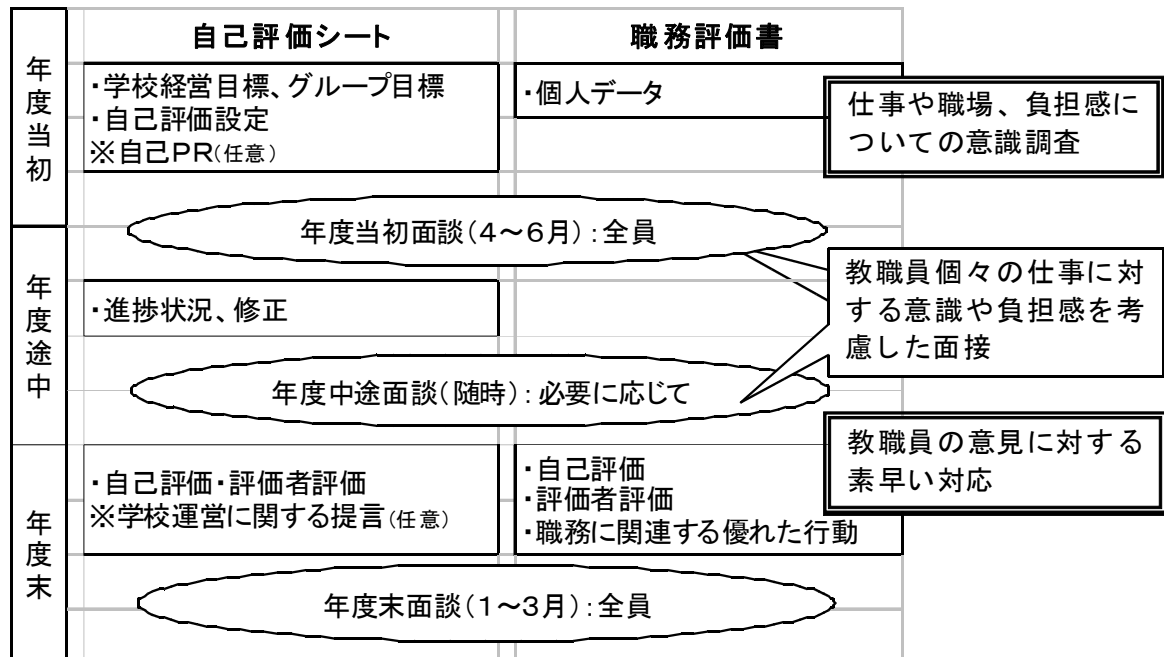
《課題》

○教頭、主幹教諭、教務主任の負担軽減が難しい。

（３）人事評価制度の個人面談を活用した教職員のメンタルヘルスケア

教職員のメンタルヘルスの状況は、業務遂行に大きな影響を与える。そこで、研究モデル校では、人事評価制度の中で年間３回計画をされている個人面談を活用して、個々の教職員の負担感や悩みについての把握を行い、管理職としての声掛けや学校運営に生かした。

《人事評価の流れとメンタルヘルスケアの取組》



《職員の反応》

○学校運営に対して、積極的な改善提案がされるようになったことから、教職員の負担感の軽減が図られたと推察できる。

《課題》

○全員と面談するため、時間が限られてしまう。

また、研究モデル校では、学校運営に対して教職員の意見を聞くようにし、出された意見に対して素早く対応することで、教職員の仕事に対する意欲を高めることができた。職場環境の改善や学校運営への参画意識を高めることは、教職員のメンタルヘルスにとって大切なことである。

(4) 構成的グループエンカウンターを活用した職場の人間関係づくり

教職員が忙しくなる中で、悩みを先輩に相談したり、気楽に指導について話し合ったりする時間が持たなくなりつつある。同僚同士で、話を聞き合える人間関係や職場の雰囲気は、ストレスの軽減に大きな影響を与える。

研究モデル校では、児童生徒の人間関係づくりに取り入れられるようになってきた「構成的グループエンカウンター」を教職員にも取り入れた。

《構成的グループエンカウターのエクササイズ》

8月、10月、11月の年3回開催

講師：自校職員（上級指導者の資格有）

《エクササイズの一例》

「私は、私が好きです。なぜならば…」

- 1 日ごろあまり交流のない4～6人の小グループを作る。
 - 2 順番に、「私は、私が好きです。なぜならば…」に続けて自分の良い面を発表する。
（言えないで間が空いても必ず待つ。思いつかないときは、欠点の逆を言う。）
 - 3 グループで感想を述べ合い、シェアリングをする。
- ※ エクササイズへの参加は、無理強いをせず見学も認めた。

《職員の反応》

○人を肯定的に見合うことや教職員の気持ちが高まる効果が見られ、好評であった。

《課題》

- 専門性を有するエクササイズの講師を確保するのが難しい。
- 効果的な開催時期を検討する必要がある。

○ 学校運営改善事例集の配布

モデル校の実践と調査により把握した事例を、学校業務の適正化の事例として示すとともに、教職員のメンタルヘルスの増進の取組事例と県立学校情報化推進事業基本計画の概要をまとめた「学校運営改善事例集」を作成した。平成22年度に各学校に配布する。

○ 今後の課題

- ア 平成22年度から教員を含めた教職員の勤務時間が7時間45分となることから、さらに業務の見直し、改善が必要となる。
- イ 中・高等学校においては、部活動指導が時間外業務を増やす主な要因になっていることから、県教育委員会として部活動の在り方について検討する必要がある。
- ウ 小・中学校において、学校事務の共同実施を行う地区数が拡大されることから、その実施業務や推進体制についての環境整備を進める必要がある。

（参照）静岡県教育委員会「学校運営改善事例集」

https://www2.pref.shizuoka.jp/all/file_download2100.nsf/pages/C702F18C34E510304925771C002A001D

3. 今後の取組予定（平成22年度に実施）

- （1） 「学校業務改善事例集」の各学校への配布
- （2） 学校運営改善の取組状況の調査
- （3） しずおか型部活動検討委員会の開催
- （4） 学校事務の共同実施に関する運営方法の検討