

教職員のメンタルヘルス対策に関する調査研究

1. 事業の実施報告

(1) 調査研究のねらい

本市においては、平成19年度から全ての小・中・高・特別支援学校の全教職員の入校・退校時刻を毎日記録し、勤務時間管理に取り組んでいる。しかしながら、長時間勤務はなかなか縮減することなく、むしろ増加している状況があり、教職員が多忙感を持つことも多いと思われる。また、精神疾患による病気休職者の割合も、全国平均に比べて高くなっている。

そこで、このような状況を改善すべく、モデル校を選定し、校長のリーダーシップの下、組織的・機動的な学校運営を基盤に、心身ともに健康な状態で児童生徒の指導にあたることのできるよう、メンタルヘルス対策に関する調査研究を実施することとした。具体的には、悩みを抱える教職員の早期発見とメンタルヘルス維持のための対策に関すること、教職員が相談し合える学校内外での体制づくりに関することを中心に取り組んでいくこととした。

<実施方法>

- 入校・退校時刻を基に、教職員の勤務の状況について分析調査を行う。
- 精神科医等を講師として招聘して研修会を開いたり、精神科医等によるメンタルヘルスに関わる教職員との面談を実施したりするなどして、メンタルヘルス維持のための対策について研究・実践を推進する。
- 教職員へのアンケートを実施したり、先進地への視察から具体的な取組内容等について情報や状況を聞き取ったりして、教職員が日常的に相談し合える学校内外での体制や健康管理システムについての効果的な活用についての研究・実践を推進する。

(2) 事業の実施状況

①モデル校における取組

広島市立天満小学校 (H21.5.1現在 児童数258人 学級数12学級 教職員数25人)

i) 校内研修会

ア 実施日時

- 平成21年 8月19日(水) 9:30~11:00(第1回)
- 平成21年 9月17日(木) 14:30~16:30(第2回)
- 平成22年 2月12日(金) 14:00~16:00(第3回)
- 平成22年 3月19日(金) 13:30~15:30(第4回)

イ 内容

(第1回)

○講義「事業の概要や課題解決のための中心的取組、期待できる効果等について」

(講師) 西本 正頼 (学校長)

- ・学校マネジメント支援に関する調査研究事業の概要や、課題解決のための取組等についての説明及び確認
- ・今後の研修や取組みについての協議

(第2回)

○講義及び協議「生徒指導上の課題解決の途上で生起する精神的ストレスとそのコントロール」

(講師) 岩本 宏 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・児童の問題行動とそれに関わる保護者対応等について、各学年から具体的事例をまとめ、取組の方向性等について協議
- ・問題行動の背景や発現の形態による予想される行動の発展性等についての講義

(第3回)

○講義及び協議「日々の取組とカウンセリングマインド」

(講師) 岩本 宏 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・生徒指導上の継続課題について、特に重要なものを取り上げ、現状に対する共通確認を行うとともに、今後の見通し等について協議
- ・子どもや保護者の要望等に対する受容的な受け止めの必要性、教職員同士でのカウンセリングマインドの重要性についての講義

(第4回)

○講義及び演習「保護者対応とその実際」

(講師) 岩本 宏 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・保護者対応について、具体的な場面での演習(ロールプレイ)
- ・演習を通しての、保護者対応、相談体制における留意点についての講義

ii) その他の取組

- 校務分掌の見直しを含め、学校全体の業務内容の見直しを通して、児童と向き合う時間の確保を目指す。
- 日常的に、教職員のみならず保護者も気軽にスクールカウンセラーに相談できる体制を、生徒指導主事が中心となって構築していく。
- 職員会議、校務部会等各種会議を設定した時間で終了するよう、学校運営委員会において、校長から各部長に具体的な方策を指示し、各部長の自覚と実践力向上に努める。
- 職員朝会を廃止(暮会の実施及び書類での連絡確認への転換)する。

広島市立井口明神小学校 (H21.5.1現在 児童数521人 学級数18学級 教職員数40人)

i) 校内研修会

ア 実施日時

- 平成21年 9月24日(木) 15:00~17:00 (第1回)
- 平成21年11月20日(金) 15:00~17:00 (第2回)
- 平成21年12月17日(金) 15:00~17:00 (第3回)

イ 内容

(第1回)

○講義及び演習「教職員のこころの健康」

(講師) 財満 義輝 (広島修道大学人間環境学部教授・臨床心理士)

- ・教師のストレスやストレス解消法等についての講義
- ・教職員一人一人(研修参加者全員)にエゴグラムテストの実施

(第2回)

○講義及び演習「教職員のこころの健康2」

(講師) 財満 義輝 (広島修道大学人間環境学部教授・臨床心理士)

- ・前回実施のエゴグラムについてのコメント(講師)にもとづく自己分析
- ・ロールプレイ

(第3回)

○講義及び演習「教職員のこころの健康3」

(講師) 財満 義輝 (広島修道大学人間環境学部教授・臨床心理士)

- ・教師のためのアサーション
- ・構成的グループ・エンカウンター
- ・ストレスマネジメントの意義と目標

ii) その他の取組

- 退校限度時刻の設定及び退校限度時刻延長届けを実施する。
- 校務分掌を見直し、機動的な校務分掌づくりに努める。
- 1日の流れの中で、休憩時間等の効果的な配置を行うなどの日課の見直しを行い、ゆとりを生み出す。

広島市立矢野中学校 (H21.5.1現在 生徒数905人 学級数27学級 教職員数70人)

i) 校内研修会及び面談

ア 実施時期

- 平成21年 8月28日(金) 14:45~16:45 (第1回研修会)
- 平成21年 9月18日(金) 17:15~19:15 (第1回面談)
- 平成21年10月 9日(金) 17:15~19:15 (第2回面談)
- 平成21年12月25日(金) 13:30~15:30 (第2回研修会)

イ 内容

(第1回研修会)

○講義「カウンセリングマインドについて」

(講師) 橋本 智恵美 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・カウンセリングマインドについて、その意義や進め方について、多くの事例をもとに講義

(第1回面談)

○面談内容「メンタルヘルスに係る教職員との面談」

(講師) 橋本 智恵美 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・保護者対応や子どもに対する支援を行う上で、日々悩んでいることについての面談の実施

(第2回面談)

○面談内容「メンタルヘルスに係る教職員との面談」

(講師) 橋本 智恵美 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

- ・保護者対応や子どもに対する支援を行う上で、日々悩んでいることについての面談の実施

(第2回研修会)

○講義「教職員が心の健康を保つために」

(講師) 橋本 智恵美 (臨床心理士・スクールカウンセラー)

・日常におけるストレスへの対処について、具体例をもとに講義

ii) その他の取組

○ 校内や職員室で教職員が気軽に相談し合える環境づくりに努める。

○ 教職員の退校時刻が遅くならないようお互いに声かけをするようにする。

○ 日々の課題に対して担任個人が抱え込むのではなく、学年組織として校長・教頭と連携して対応することを徹底する。

②先進地視察

京都府教育委員会

i) 視察日時 : 平成21年8月28日 9:45~11:45

ii) 視 察 者 : 岡崎一孝 (井口明神小学校長)、小西秀則 (天満小学校教頭)
松島範明 (矢野中学校教頭)、藤川照彦 (事務局教職員課主幹)

iii) 内 容

○「平成20年度 教員の子どもと向き合う時間拡充プラン」について

○教員の負担軽減に向けた学校事務の在り方について

○学校事務における外部委託可能な業務の検討・検証について

○教職員のメンタルヘルスについて

大阪府教育委員会

i) 視察日時 : 平成21年8月28日 13:45~15:20

ii) 視 察 者 : 岡崎一孝 (井口明神小学校長)、小西秀則 (天満小学校教頭)
松島範明 (矢野中学校教頭)、藤川照彦 (事務局教職員課主幹)

iii) 内 容

○「平成20年度 学校運営改善研究事業」の取組について

○府立学校へ発出する文書の削減について

○メンタルヘルス対策について

○大阪府公立学校教員職場復帰支援事業について

○教職員の業務負担軽減に関するプロジェクトチームの設置について

岡山県教育委員会

i) 視察日時 : 平成21年10月29日 13:45~15:45

ii) 視 察 者 : 岡崎一孝 (井口明神小学校長)、小西秀則 (天満小学校教頭)
菅方幸司 (矢野中学校教頭)、藤川照彦 (事務局教職員課主幹)

iii) 内 容

○「教員の勤務負担軽減に関する調査研究事業」の取組について

○研究部会における実践について

○小中学校における実践例の紹介

群馬県教育委員会 (太田市教育委員会、太田小学校)

i) 視察日時 : 平成21年10月30日 10:00~12:00 (太田市教育委員会)
13:00~15:00 (太田小学校)

ii) 視 察 者 : 岡崎一孝 (井口明神小学校長)、小西秀則 (天満小学校教頭)

iii) 内 容

- 「教員のゆとり確保」のための調査研究について
- 「学校における業務改善事業」について
- 県におけるIT化（C4t h）の導入について
- 太田小学校における具体的な取組について

2. 調査研究の成果（実施による効果）

（1）学校マネジメントに関して

- ①校内において、学校課題へのアプローチのための、教頭、生徒指導主事を中心に機能的に動ける組織づくりの確認ができた。
- ②教職員から、学年という枠にとらわれず、学校全体で児童生徒の問題行動や保護者対応について意見交換がしやすくなったという声が聞こえてくるようになった。

（2）教職員のメンタルヘルスに関して

- ①学校課題への実効的な組織対応ができるということで、教職員一人一人が精神的なゆとりと安心感をもつことができるようになってきた。
- ②教職員が、他の教職員と意見交換することにより、生徒指導上の課題解決の途上で生起する精神的ストレスが緩和されてきたと感じるようになってきた。
- ③生徒指導上の課題解決を通して、教職員のメンタルヘルスの向上を図るということであったが、日々の実践や研修会を通して、教職員が「組織的対応力」を身に付け、課題解決はもとより、日頃から、相談し合うことのできる「風通しのよい職場づくり」が一定程度達成できた。

（3）教職員の意識に関して

- ①児童生徒の些細な行動も見逃さず、教職員同士で相談し合うことができる風土が芽生えつつある。
- ②研修における具体的な演習（エゴグラムやバウムテスト）等を通し、自己分析を行い、ストレスの対処法等についての意識が高まった。
- ③教職員同士が、退校時刻が遅くならないように声をかけあったり、何かあったら周囲でサポートする存在があることを校長・教頭も伝えるようにしたりした。また、教職員が課題を一人で抱え込まないようにしようとする意識が高まってきた。

（4）その他

- 「勤務時間以外に学校にいた時間（時間外勤務時間）」の減少
昨年度に比べ、モデル校における時間外勤務時間が減少してきた。

＜結果と分析＞

①広島市立天満小学校

- ・教頭、教諭は全ての月（4月～12月）において、平成21年度は20年度に比べ、平均時間外勤務時間が短くなった。

- ・校長においても、4月以外は全ての月において、時間外勤務時間が短くなった。
- ・月ごとの、時間外勤務時間が80時間以上、100時間以上の人数も、全ての月において、平成21年度は20年度に比べ、減少傾向にあった。

◎生徒指導主事を中心に、組織的な生徒指導、保護者対応ができるようになってきた。その結果、これまで遅くまで担任一人で抱え込んでいた対応や課題を組織的に対応することで、解決までにかかる時間の短縮ができるようになってきた。また、養護教諭の、児童への保健指導、これまで多かった怪我の防止対策などを含めた予防的生徒指導が功を奏し、保健室を訪れる児童、それにかかわる生徒指導時間も短縮されてきた。

②広島市立井口明神小学校

- ・校長は全ての月において、平成21年度は20年度に比べ、平均時間外勤務時間が短くなった。
- ・教頭、教諭においては、平均すると約10分から20分程度平均時間外勤務時間が短くなった。また、昨年度より長くなったのは年度当初であり、その後はほとんどの月において昨年度に比べ短くなった。
- ・月ごとの、時間外勤務時間が80時間以上、100時間以上の人数も、昨年度より多くなっているのは年度当初であり、その後は昨年度に比べ、減少傾向にあった。

◎教職員への意識改革を行うと同時に、退校限度時刻の設定（7月までは20：30、9月以降は20：00）を行い、やむを得ない場合は「退校限度時刻延長届け」を出させるなどの具体的な取組を実施していることで効果が表れた。

③広島市立矢野中学校

- ・教頭は全ての月において、平成21年度は20年度に比べ、平均時間外勤務時間が短くなった。
- ・校長、教諭においては、月によって異なるが、平均すると校長は昨年度より10分程度時間外勤務時間が短くなっており、教諭は昨年度並みの時間外勤務時間であった。
- ・月ごとの、時間外勤務時間が80時間以上、100時間以上の人数は、20年度に比べて減少傾向であり、増加したのは、4月の80時間以上の人数だけであった。

◎退校が遅くならないように、校長・教頭が声を掛けたり、教職員がお互いに声を掛け合ったりしてきた。また、生徒指導や保護者対応を学年の連携をもとに行うことで、一人で抱えることがなくなり、同時に対応時間も短くなってきた。

3. 今後の取組予定

(1) 教育委員会における今後の取組

①広島市立学校教職員健康管理システムの活用促進

市立学校の教職員が健康で安心して働くことができる環境の充実・向上を図ることを目的として、「広島市立学校教職員健康管理システム」を実施している。今後、このシステムをより有効的に機能させるため、各学校において、教職員の正規の勤務時間を超える労働が1月当たり100時間を超えている者について実施した面談の状況を報告させ、課題等を分析した上でシステムの活用促進することが必要である。

②復職後の支援のための非常勤講師措置

精神障害に起因する病気休職から復職した教諭の、円滑な職場復帰を図るとともに病気

の再発防止のため、状況に応じて非常勤講師の措置を行うことを検討中である。

(2) モデル校における今後の取組

①日課の見直し

始業時刻、時間割の見直しを行い、時間的なゆとりを生み出す。

②校務分掌の見直し

機動的な校務分掌づくりに努める。例えば、2人分担制とし、細かい内容の引継ぎ、改善点等が次年度に引き継がれるようにする。

③学校体制づくり

今年度の成果と課題の上に立って、「マネジメント」という概念を具体的実践レベルで教職員各自が自覚し、教育活動を推進していくことのできる体制づくりに努める。