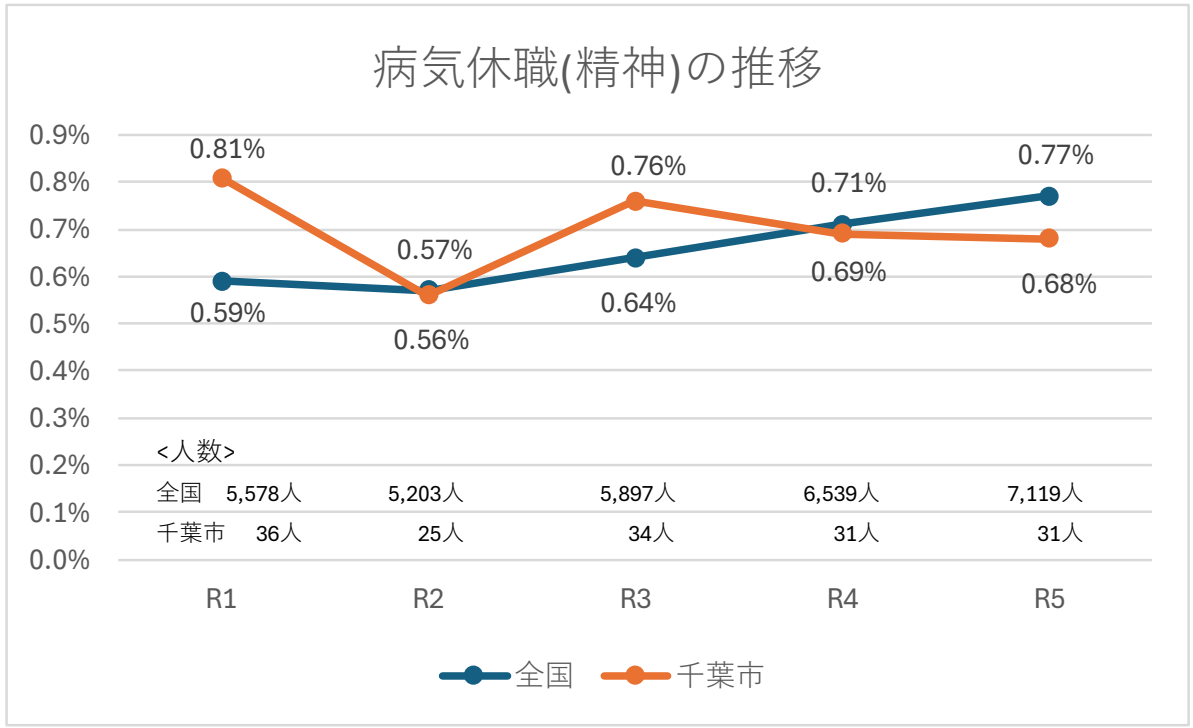
令和６年度　公立学校教員のメンタルヘルス対策調査研究事業　事業成果報告書

事業実施者：千葉市教育委員会

自治体における休職者の状況・背景

千葉市の休職者数をみると、令和3年度は34人、４・5年度は31人と横ばいの状況である。令和5年度のアンケートでは、事務業務、保護者対応、対応困難な児童生徒対応等がストレス要因として挙げられた。千葉市では従前から「学校における働き方改革プラン」を策定し、働き方改革を進めるとともに、メンタルヘルス研修や産業医面談等を行ってきたが、精神疾患による休職者の減少には至っていない。今後、よりメンタルヘルス対策を強化するために、本事業を活用した。



<千葉市の休職者分析>

・女性の発生率が全国より高い。
・年代別では20代の発生率が全国と比較して高いが、実人数では30代が多い。
（人数比：20代、30代の若年層が約７割）
・小学校種が約７割を占める。

<性別>

	千葉市	発生率	全国
男性	5 人	0.23%	0.66%
女性	26 人	0.97%	0.87%
計	31 人	0.68%	0.83%

<年代別>

	千葉市	発生率	全国
20代	8 人	0.87%	0.83%
30代	14 人	0.81%	0.96%
40代	7 人	0.66%	0.94%
50代以上	2 人	0.18%	0.66%
計	31 人	0.68%	0.83%

<校種別>

	千葉市	発生率	全国
小学校	22 人	0.76%	0.83%
中学校（中等含む）	8 人	0.50%	0.74%
高等学校	0 人	0.00%	0.56%
特別支援学校	1 人	0.52%	1.01%
計	31 人	0.68%	0.83%

<職種別>

	千葉市	発生率	全国
校長	0 人	0.00%	0.09%
副校長、教頭	0 人	0.00%	0.37%
教諭	28 人	0.80%	0.84%
養護教諭	1 人	0.51%	0.51%
学校事務等	2 人	0.24%	0.59%
計	31 人	0.68%	0.83%

令和６年度　公立学校教員のメンタルヘルス対策調査研究事業　事業成果報告書

課題と仮説
（令和５年度の取組の成果を踏まえつつ記載）

＜各取組等における課題＞

令和５年度は約５か月間という取組期間だったため、十分な効果検証が行えていなかった。そのため、各取組は継続実施することとし、以下の取組に関しては拡充等を行った。

・周知方法
学校長を通じての紙媒体による回覧は限界があるため、教職員一人一人にアプローチする必要性がある。

・セルフチェック
個々の教職員に対して強制的に実施させることは負担が大きく、定着しなかった。

・オンライン相談窓口
早めに専門家に相談できる仕組みは必要性が高いが、認知度が低い。

・各種研修等
参加しやすい時期に開催して欲しい、もっと具体的な内容にして欲しい、という声があった。

・保健師支援
令和５年度は検証期間が短く、実績が少なかった。

令和６年度の取組計画

各教職員への周知方法を工夫し、**負担軽減を意識しつつ全校展開で実施**する。
（令和５年度はモデル校９校で実施）

周知方法（拡大）
紙媒体による回覧周知はもとより、研修などの機会を活用して直接参加者に取組を説明。その他、ストレスチェックの個人結果の返送時に一人一人にチラシを同封した。また、若年層にアピールするため、委託業者の公式LINE登録を呼びかけたほか、年度末の最終アンケートの依頼に関しては、教職員が普段使用している校務パソコンの個人メールアドレス宛て、教職員一人一人に一斉送信した。

一次予防に関する取組
・セルフチェックの実施（実施方法の改善）
・メンタルヘルスに関する研修動画の配信（周知徹底のうえ継続実施）
・小児科医による実地型研修の実施（対象校を拡大して実施）
・メンタルヘルス研修の実施（新規）

二次予防に関する取組
・オンライン相談窓口の設置（周知徹底のうえ継続実施）
・管理職を対象としたラインケア研修の実施（開催時期や回数の見直し）

三次予防に関する取組
・保健師による復職支援の実施（拡充）
・復職支援マニュアル、休職のしおりの作成・配付（継続実施、完成）

令和６年度の取組事項と成果　－１次予防についてー

令和６年度の取組内容

オンラインのセルフチェック

こころの状態が気になった時にいつでもスマートフォンやパソコンで自身の状態を確認できるセルフチェック（※１）のツールを提供した。定期的なセルフチェックで、自身のこころの状態を確認することにより、メンタル不調に早めに気づき早期に対策をとることで、メンタル不調の予防及び早期解消を目指して実施。

定期的なチェックに加え、年２回、一斉実施
・夏休み明けの９月
・冬休み前後の１２～１月

※株式会社Avenirに委託して実施

取組による成果

１回目の結果　受検率６．３％　（324人）
・青信号　：６７．０％
・黄色信号：２９．３％　｝33%（約100人）
・赤信号　：　３．７％

２回目の結果　受検率３２．７％（1,662人）
・青信号　：７１．０％
・黄色信号：２６．０％　｝29%（約500人）
・赤信号　：　３．０％

＜参考＞
ストレスチェックの結果　受検率９６．８％
高ストレス者数：１１．２％（６０２人）

上記の結果から、メンタル不調を感じている職員ほど、セルフチェックを受検したものと推測される。

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・オンライン上で手軽にできるツールであったが、利用者数は当初の目標（平均９割）に届かなかった。
・教職員のメンタル不調が多くなる９月にメンタルヘルス強化月間と位置づけ、ストレスチェックと同時にセルフチェックの一斉実施を行い、メンタル不調の早期予防・解消を呼び掛けた。
　なお、２回目の一斉実施の前には、ストレスチェックの個人結果の配布時にチラシを同封した。

※１　セルフチェックについては、参考資料に掲載

令和６年度の取組事項と成果　－１次予防についてー

令和６年度の取組内容

セルフケア研修①オンライン研修

保健師によって５～１０分の動画を作成し、
オンラインで受講。
休職者向け、心が弱っている人向け、全体向け
とテーマを分けて、興味のある研修動画を空い
ている時間に気軽に視聴できるように作成した。

※株式会社Avenirに委託して実施

取組による成果

視聴数

・休職者向け　　計　７１回
　休職中の過ごし方
　生活リズムの整え方
　集中力を回復する方法
・心が弱っている人向け　計１８２回
　相談の効果
　ポジティブなマインドセット
　レジリエンス
・全体向け　　計　８５回
　メンタルヘルスと自己認識
　同僚の不調への気づき方
　コミュニケーションスキルの向上

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・気軽に興味のあるものを見れるように、５～10分程度のケースごとの動画を作成。
・セルフチェックの一斉実施の際は、黄色信号、赤信号のメンタル不調対策の一例として研修動画の視聴を案内。休職者向けの案内に掲載。委託業者のLINEからも直接アクセスできるようにした。
・いつでも空いた時間に興味のある研修を受けられるようにしたが、任意とすると、動画視聴した職員が少なかった。

令和６年度の取組事項と成果　－１次予防についてー

令和６年度の取組内容

セルフケア研修②学校において職員が参加するメンタルヘルス研修

従前からの階層別のメンタルヘルス研修のほかに、学校職員全員で同じ研修を受け、共通認識を持つために、対象校において実施。

（R6.12.13実施）モデル校１校
講師：株式会社カイテック　皆川　芳弘氏
・同僚の注意すべきサイン
・オープンクエスチョンとなる声がけ
・こころを健康に保つポイント

※株式会社カイテックに委託して実施

取組による成果

職員数３０人中２０人が受講

（研修アンケートから）
・有意義だと感じた職員：9割

・互いにメンタルヘルスに関しての共通認識をもち、話したり考えたりするきっかけになると感じた。
・言われて嬉しい言葉を、職員全員で聞けた。みんなで意識できるので、受けてよかった。
・一方で、時間が拘束されることへの否定的な意見もあった。

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・職場改善に意欲がある学校に呼び掛け、要望のあった１校をモデル校として実施。
・より実態に即した内容となるように、千葉市のストレスチェック分析の受託業者に依頼し、教職員全体の傾向や集団分析結果及び個人結果等にも触れた内容で講義。
・事前に校長から学校の困りごとを聞き取り、研修内容について、校長・教育委員会・委託業者とで打ち合わせたうえで、講義を行った。

令和６年度の取組事項と成果　－１次予防について－

令和６年度の取組内容

発達障害特性等を持つ児童生徒への対応研修

小児科医が学校を訪問し、当該児童・生徒の特性に応じた対応方法を教員にアドバイスする。
（実施内容）
１　打合せ
２　授業・休み時間参観
３　協議会
・学校の現状報告
・小児科医からの助言

・小学校　　２校
・中学校　　３校
・研修回数　７回実施（R7.3.1時点）

取組による成果

（参加者の声）
・専門家である医師が直接現場をみて、教員の視点ではなく医療の専門家の立場からの指導は説得力があり、対応方法を学ぶ良い機会となった。
・アドバイスも具体的ですぐに取り組みたくなるものばかりでとてもありがたかった。
・色々な考えを持たれている家庭も多いので、難しいこともあるが、できないことばかりでなく、学校で工夫してできるようになったことを共有したり家でできるようになったことを聞いたりして、学校と家庭で連携していきたいと思う。

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・参加できる教員が多い時間帯で実施するよう調整した。
・小学校と中学校の連携ができるように、同学区の小中学校を中心に実施した。
・発達障害等の特性を持つ児童生徒への対応について悩む教員は多く、特に若手においては知識や経験不足などにより困難な状況が続くことがストレスとなっている。これらはメンタル不調の要因となるケースもあることから、医療的視点から指導方法を学ぶことで教員の悩みや困りごとに直接アプローチできる研修を実施した。

令和６年度の取組事項と成果　－２次予防についてー

令和６年度の取組内容

オンライン相談窓口

・スマートフォンやパソコンから気軽に、メンタルヘルスの専門家（医師、臨床心理士、保健師）に相談できる窓口を設置。
・セルフチェックで赤・黄色信号となったら相談予約に遷移し、メンタル不調を感じた際に、早めに相談機関に繋ぐ仕組み作りを目指した。
・相談方法（オンライン、メール）と相談時間を自由に選択できる。
・各校に周知カードを配布した。

※株式会社Avenirに委託して実施

取組による成果

相談件数：メール相談２件、カウンセリング１件

アンケート（９月時点）から（1,167人回答）
【利用しなかった理由】
・相談する時間がない　25.4%
・解決できると思わない　22.1%
・相談相手が誰だかわからない　14.0%
・そもそも必要ない　23.9%

アンケート（年度末）から（1,695人回答）
【今後もオンライン相談が必要か】
・今後も委託による同じ仕組みが必要　34.5%
・学校共済組合等の無料の相談窓口で良い　29.7%
・不要である/必要性を感じない　15.2%
・対面（学校訪問）での相談が良い　10.0%

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・当初の利用率として教職員の0.5%（25人程度）の利用を見込んでいたが、利用者数は少なかった。
・学校へ浸透させるために、名刺カードの配布、衛生委員会ニュースの掲載、各種会議において周知、LINE登録など、様々な方法で周知した（※２）。
・安心して相談してもらうため、チラシに、カウンセラーの写真とプロフィールを掲載した。
・利用の浸透には時間がかかるため、公立学校共済組合等の窓口を案内するなど、費用対効果も考慮した取組みを継続することが望ましい。

※２　周知方法については、参考資料に掲載

令和６年度の取組事項と成果　－２次予防についてー

令和６年度の取組内容

ラインケア研修
管理職にラインケアが浸透することで、教職員のメンタル不調にいち早く気づき、孤立させることなく、長期休職となることが少ない職場環境を目指すため学校管理職向けに研修を開催。

・講師：千葉大学病院　産業医・特任教授
　吉村健佑氏

・1回目:R6.8.7実施
　メンタルヘルスの基礎知識、
　ケーススタディ（※３）
・2回目：R6.12.18実施
　復職支援の目的、休業中のケア、復帰の可否の判断、復帰後のフォローと再発予防
　ケーススタディ

※株式会社Avenirに委託して実施

取組による成果

・1回目　43人受講
　研修満足度：5点満点中5点（回答率62.8%）
・2回目　35人受講
　研修満足度：5点満点中4.9点（回答率77.1%）

（感想）
・事例を基に多様な考えを知ることができた。
・リハビリ出勤等への理解が深まった。
・まずは専門の方に相談し、的確なアドバイスをいただくことがベストと思った。
・本校に実例がなかったので、対応についてよくわかった。
・ケーススタディは大変具体的で、周りの方の意見が参考になった。

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・新任校長、教頭を中心に実施（対象者93人中、延べ78人参加）。
・参加しやすいように、長期休暇期間や行事が少ない時期（8月、12月）を選び開催した。
・新たに作成した復職支援マニュアルを講義で活用し、復職支援の理解を深めた。
・学校管理職が抱える問題を事前にアンケートし、講師から具体的なアドバイスを受けた。
・ケーススタディは４～５人のグループとし、活発な意見交換を行える雰囲気を作った。

※３　ケーススタディの一例にについては、参考資料に掲載

令和６年度の取組事項と成果　－３次予防について－

令和６年度の取組内容

保健師による復職支援
病気休暇・病気休職からの円滑な復帰に向けた取組みの一つとして、保健師による近況報告の確認や相談等の支援事業を実施。

・対象：精神疾患により３０日以上病気休暇を取得（及び休職）している職員のうち希望するもの
・方法：月１回程度オンラインで面談を実施
・内容：面談により休職中の「こころ」と「体」「生活」のコンディションについて専任の保健師（2人）がサポート
・学校との連携：
支援開始前に学校長に状況を聞き取り、面談結果を学校長に報告

※株式会社Avenirに委託して実施

取組による成果

・対象のうち希望した職員１０人対し実施（希望率２３．３％）
・全教職員を対象にしたアンケートでは「保健師支援が必要であり今後も利用したい」という回答が約半数を占めた。

【利用した職員（復職した職員）の声】
・保健師が入ることで医療職としてのアドバイスが聞け、復職に対する不安感がなくなった。
・先が見えない状況から具体的に休職中や休職後の過ごし方を知ることができたのも安心した。

【学校長からの意見】
・ZOOMで面談ができたため、移動せずに気軽に話ができたことが良かった。
・直接の連絡を断られていたので、保健師が間に入ることで、円滑な状況確認ができた。
・面談実施までに時間を要した。

取組に当たって直面した課題、工夫した点

・休職者との関係性を重視し、復職まで同一の保健師が担当。
・利用した学校長のアンケートで、支援が入ることへの好評の声があった一方で、メールの連絡を基本としていたため、うまく連絡が取れないケースもあり、学校長への負担が増えたという意見もあった。
・既存の復職支援の仕組み（※４）に組み込んでの保健師支援を実施する仕組みが作り切れなかったため、教育委員会産業医との連携を取ることが難しかった。

※４　現在の復職支援の仕組みにについては、参考資料に掲載

令和６年度の取組事項と成果　－３次予防についてー

令和６年度の取組内容

復職支援マニュアル

R5年度に委託業者のアドバイスの下、作成したマニュアルを改訂し、全校に配布する。

（１）復職支援マニュアル（管理職向け）
手続き編：病気休暇、休職、リハビリ出勤等の制度や手続きについて
資料編：メンタル不調の教職員への声掛けや支援の方法について

（２）病気休暇・休職のしおり（休職者向け）
病気休暇及び休職の制度、取得中の給与、復職、過ごし方について

取組による成果

12月に全校配布し運用を開始した。また12月に実施したラインケア研修においても講義で活用し、復職支援の理解を深めた。

アンケート（年度末）から（1,695人回答）

- 対象の教職員がいたので活用した　21.3%
- 対象の教職員がいたが活用していない　11.1%
- 対象の教職員はいないが、今後、活用できるように目を通した　31.5%
- まだ確認していない、または配付されていることを知らなかった　35.6%

取組に当たって直面した課題、工夫した点

- 既存のフローチャートを活用し、現場が混乱しないように、今までの取組みをよりわかりやすく、体系化・明文化したマニュアルとした。
- 「復職の定義」を明記して共通理解を促すことで、休職者・職場の不安軽減を図った。
- それぞれの手続き様式のリンクを貼った。

事業の成果まとめ

令和６年度の取組による成果まとめ

・セルフチェック及びオンライン相談については、様々な方法で周知をし、一定程度浸透したと判断しているが、利用者数は少なく、他の代替手段がある中で、ニーズが低かったと思われる。
・セルフケアの意識を高めるために提供したオンライン研修は、利用回数が少なく、ニーズが低かった。一方で、現場で行う、発達障害特性等を持つ児童生徒への対応研修やラインケア研修、モデル校でのメンタルヘルス研修では満足度が高かった。
・復職支援については、専門家が入ることで、休職者及び学校管理職の不安感の軽減につながるなど、一定程度の効果がみられた。今後、より有効に活用するために、既存の復職支援の流れに組み込む仕組み作りが必要。

事業を通して認識した更なる課題とその対応

・多忙な教職員においては、任意での取組みは利用が伸び悩む傾向が見られ、オンラインよりも実地型（対面）での取組みのニーズが高かった。

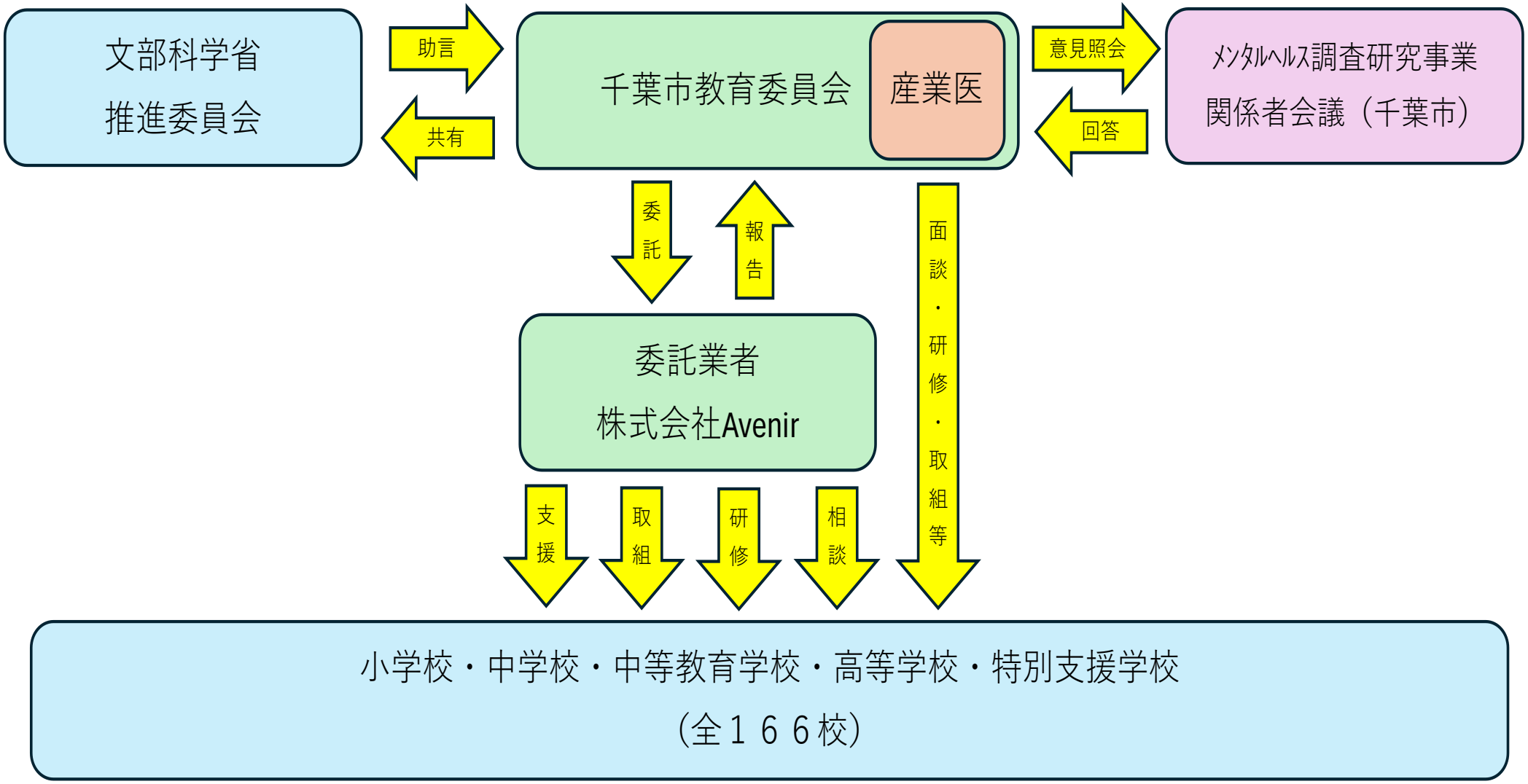
・次年度は、限りあるリソースを有効活用するために、今年度効果の高かった以下二つの取組みを中心にしてメンタルヘルス対策を実施していく。

①専門職を活用した復職支援の仕組みを充実させる。
　安心して働ける環境づくり、学校管理職の負担軽減
②研修の実施
　ラインケア研修、階層別研修におけるメンタルヘルス研修、学校訪問による研修

・メンタルヘルス対策に有効だが、利用率の低かった取組みについては、公立学校共済組合の相談窓口など無料サービスの活用を検討する。

以下、参考資料

事業実施体制図


文部科学省
推進委員会
助言
共有
千葉市教育委員会
産業医
意見照会
回答
ﾒﾝﾀﾙﾍﾙｽ調査研究事業
関係者会議（千葉市）
委託
報告
面談・研修・取組等
委託業者
株式会社Avenir
支援
取組
研修
相談
小学校・中学校・中等教育学校・高等学校・特別支援学校
（全１６６校）

学校における働き方改革プラン

メンタルヘルス対策としての取組みをする一方で、千葉市では従前から「学校における働き方改革プラン」を策定し、働き方改革を進めている。

学校における働き方改革プランの目標と令和６年度の主要施策

【働き方改革の目標】　教職員の一人一人の心身の健康保持を実現し、いきいきと教育活動が行えるようにする

教職員の業務改善と学校業務の適正化

基本方針１

教職員が本来業務に専念できる環境を確保するため、学校の業務を見直します。

◎業務・行事の見直し

①業務の見直し
- ＩＣＴを活用した業務の効率化
- 調査等文書削減プロジェクト
  （提出文書削減簡略化、メール配信見直し、チラシ削減）
- 授業時間数の適正化

②学校行事等の精選や見直し
- 「本だな」「ともしび」の取組の改善
- 小学校各種体育大会への取組の見直し

◎第３次ＣＡＢＩＮＥＴの整備

◎水泳指導の民間スイミングスクールへの委託事業
- 令和6年度　受入型１３校、派遣型2校を予定

◎保護者や地域への啓発

◎特別支援教育の体制の充実
- 特別支援教育指導員４４人を配置

実行プログラム（５つの柱）　令和６年度以降、集中的に取り組む対策

業務の精査	外部人材活用	負担軽減 業務の効率化	働く環境の改善	意識改革

すすめよう30・10運動！

今回の取組で、１人１日30分早く帰ることができれば、
１か月で約１０時間在校時間を削減することができます。

自校の改革への取組

◎
◎
○
○

自校の平均在校等時間

令和５年度
　　時間

二〇二四年度までの目標

①すべての学校で在校等時間の月平均が
45時間を超えないようにする

②在校等時間が月平均８０時間を超える教職員の割合を
毎年度１ポイントずつ低減⇒将来的には0へ

③教職員のストレスチェックによる総合健康リスク
全国平均より良好な状況を維持

【千葉市教育委員会職員の勤務時間、休暇等に関する規則の一部改正】
- ○在校等時間の上限の範囲　　１か月４５時間、１年間３６０時間
- ○特別の事情がある場合の在校等時間の上限の範囲　　１か月１００時間未満、１年間７２０時間

教職員の意識改革と健康保持の実現

基本方針３

教職員の意識改革を図り、長時間労働を是正するとともに、教員の健康保持を実現します。

◎出退勤管理システムを活用した在校等時間の適正な把握

◎管理職による指導・助言等を通じた教職員の長時間労働是正
（令和５年度の在校等時間　平均３７時間）

◎目標申告制度等による教職員の目標設定

◎教職員のメンタルヘルス対策を促進
- メンタルヘルス対策調査研究事業の実施

◎休暇・休業の取得促進
- 年次休暇や教職員の育児休業取得を促進
- 学校閉庁日の指定による休暇促進

◎働き方改革の取組好事例の紹介

◎働き方改革に係る取組状況の公表

「チーム学校」の体制強化と人員配置の工夫

基本方針２

専門スタッフ、地域ボランティア等の活用により、教職員の業務を支援します。

◎教職員の配置の最適化・専門スタッフ等の配置の充実
- 教員業務支援員の全校配置
- 教頭の複数配置
- 教頭マネジメント・サポーターの配置
- 専科教員、専科非常勤講師を活用した、小学校高学年における一部教科担任制の促進
- 休職等による欠員の補充
- 正休補（教諭６人・三職３人）配置
- 中学校免許外教科指導解消
- 複数免許所持者の増員および複数校兼務を発令

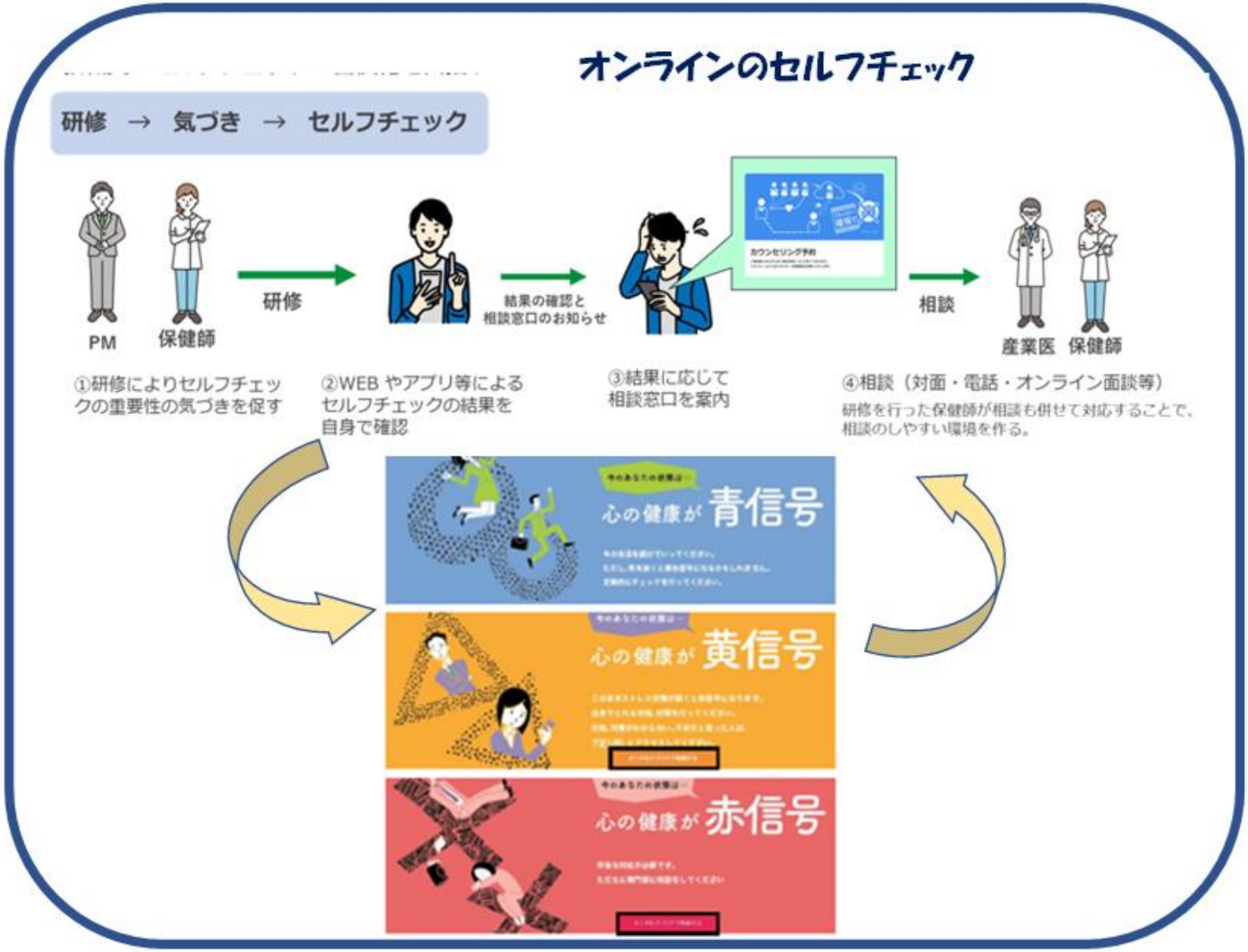
◎部活動の負担の適正化
- 部活動指導員の配置
  令和６年度　40人を予定
- 部活動の地域クラブ活動化推進

◎地域の人材活用による教職員の業務支援
学校支援地域本部推進事業との連携強化
- 地域人材を活用した教職員の業務支援
- 子どもたちの見守り等について、地域ボランティアを活用…地域コーディネーターによる調整
- アフタースクールの設置
  令和６年度　４４校に設置

千葉市教育委員会

※1　セルフチェック

年1回の実施が義務となっている法定のストレスチェックに加え、気軽にこころの状態を確認できるツールとして提供



※2　周知方法

・名刺サイズの周知カードを全教職員に配布。気軽に相談できる窓口としてオンライン相談窓口を案内

・２０代３０代向けの周知として、5年経験者研修でのメンタルヘルス研修において、セルフチェック、オンライン相談、オンライン研修の案内を配布

・学校管理職向けラインケア研修において、委託業者による周知

・毎月発行の「衛生委員会だより」での周知

・１１月から委託業者による保健師だよりを発行。相談を受ける保健師の顔が見えることで相談のしやすさを目指した。

・１２月から委託業者のLINE登録により、メンタルヘルスに関連するお役立ち情報とともに、セルフチェックやオンライン相談に気軽に繋がれるようにした。※個人のストレスチェック結果にあわせて各個人に配布

・校長会での周知

【回覧】

※本ニュースは、各所属、各学校において、全ての所属職員に回覧をお願いします。

衛生委員会ニュース 第185号

令和６年９月２日発行

Tel 245-5923

小中学校等衛生委員会
事務局その他衛生委員会
（教育給与課 厚生・健康管理班）

コピー用紙削減のため両面印刷にご協力ください！

《 目 次 》

１　衛生委員会の開催について
２　メンタルヘルス強化月間の取組みについて
３　職場巡視での指摘事項について
４　公務災害の認定状況（令和６年度）

加曽利貝塚 PR 大使
かそりーぬ

保健だより

みなさんは普段、こんな経験ありませんか？
同僚など仲のいいメンバーには気兼ねなく意見を言えるけど、
上司や重役がいる大きな会議だと発言できない…
もしかするとそれは、心理的安全性の違いかもしれません。

「心理的安全性」とは…？

そのチームの中で、
「対人的リスクを伴う行動をとっても大丈夫だ」と
共有されている信念のこと

⇒つまり…安心して自分の意見を言える、行動できる雰囲気のこと

「心理的安全」な職場をつくることで生まれるメリット

- 報連相がスムーズに
- 会議の活発化
- 良いアイデアが生まれる
- お客様に還元できる

⇒話しやすく、お互いに高めあう風通しのよい職場に！

ご自身の周りの状況をチェック

	○	△	×
このチームでは、ミスをしたら非難されることが多い	1点	2点	3点
このチームのメンバーには問題を相談しにくい	1点	2点	3点
このチームでは、イレギュラーを排除する傾向にある	1点	2点	3点
このチームでは、困難な課題を指摘することができる	3点	2点	1点
このチームでは、リスクを取る際にも安心できる	3点	2点	1点
このチームでは、成果をないがしろに扱う人がいない	3点	2点	1点
このチームでは、自分のスキルは尊重されて役立っている	3点	2点	1点

→15点以上なら心理的安全性が高いチームといえます

心理的安全性を高めるポイントは次のページへ

オンライン相談のご紹介

産業医・保健師・公認心理士に気軽に相談できるサービスです。
「病院に行くほどではないけれど心配」と感じる症状や、心のモヤモヤの整理にぜひご活用ください。
皆さまのご相談をお待ちしています！！

予約はこちらから！

https://m-cloud.elpis.life/educational/

千葉市教育委員会（文部科学省・令和6年度 千葉市立学校教職員のメンタルヘルス対策に関する調査研究事業）

気軽にメンタルヘルス対策してみませんか

ちょっとした相談、研修動画視聴、
セルフチェックなどLINEで簡単にできます

1 LINE公式アカウントを登録する

QRコードから登録する

友達→友達追加→QRコードを選択して
カメラでQRコードをスキャンしてください

メンタルヘルスに関連した
お役立ち情報などが届きます

2 利用を開始する

LINE公式アカウントの専用メニューから希望のサービスを選択し、利用を開始してください。
セルフチェック、メンタルクラウド、研修動画の視聴もLINE公式アカウントより実施ができます。

担当 教育給与課・教育職員課 / 本事業受託業者 株式会社Avenir

※3　ラインケア研修資料一部抜粋

【事例２】

新規採用職員のＡ先生(男性)は、仕事に対する責任感が強く、４月から残業や休日出勤が多い状況でした。周囲に心配されても「大丈夫」と言って気丈にふるまっていましたが、夏休み明けの初日から数日間、休みました。心配になったのでこちらから電話連絡をしたところ、声が暗く、不眠の症状が続いているとのことでした。電話連絡をした次の日から、毎朝ラインで「欠席したい」旨のメッセージがあり、そのまま休みが続いています。

今後、どのような対応をしていけばよいでしょうか。

①まじめで責任感が強い：「従来型うつ病」の傾向
②多忙・業務過多➡6か月で疲弊
③不眠・表情が暗い➡抑うつ状態
④周囲への支援を求めないタイプ

休む前　　：上司による個別面談、業務遂行の評価
休みはじめ：受診勧奨も検討

※4　復職までの流れ（現在）

【復職までの流れ（概要）】

心身の不調

↓

医療機関の受診

↓

病気休暇の取得

※病気休暇は最大90日。土日祝はカウントしない。

↓

病気休暇延長

↓

病気休暇を90日間取得しても回復しない場合

休職の手続き

↓

健康審査会（休職新規審査）

↓

休　職

↓

休職延長

↓

職員健康審査会（休職延長審査）

↓

メンタル不調で30日以上病気休暇を取得した場合は、復職前に産業医面談が必要。リハビリ開始前も産業医面談が必要

産業医面談

職場復帰

産業医面談

リハビリ出勤（希望者のみ）

R６年度はメンタル不調で３０日以上病気休暇・休職の職員のうち希望者に対し、保健師支援を実施

【保健師支援】

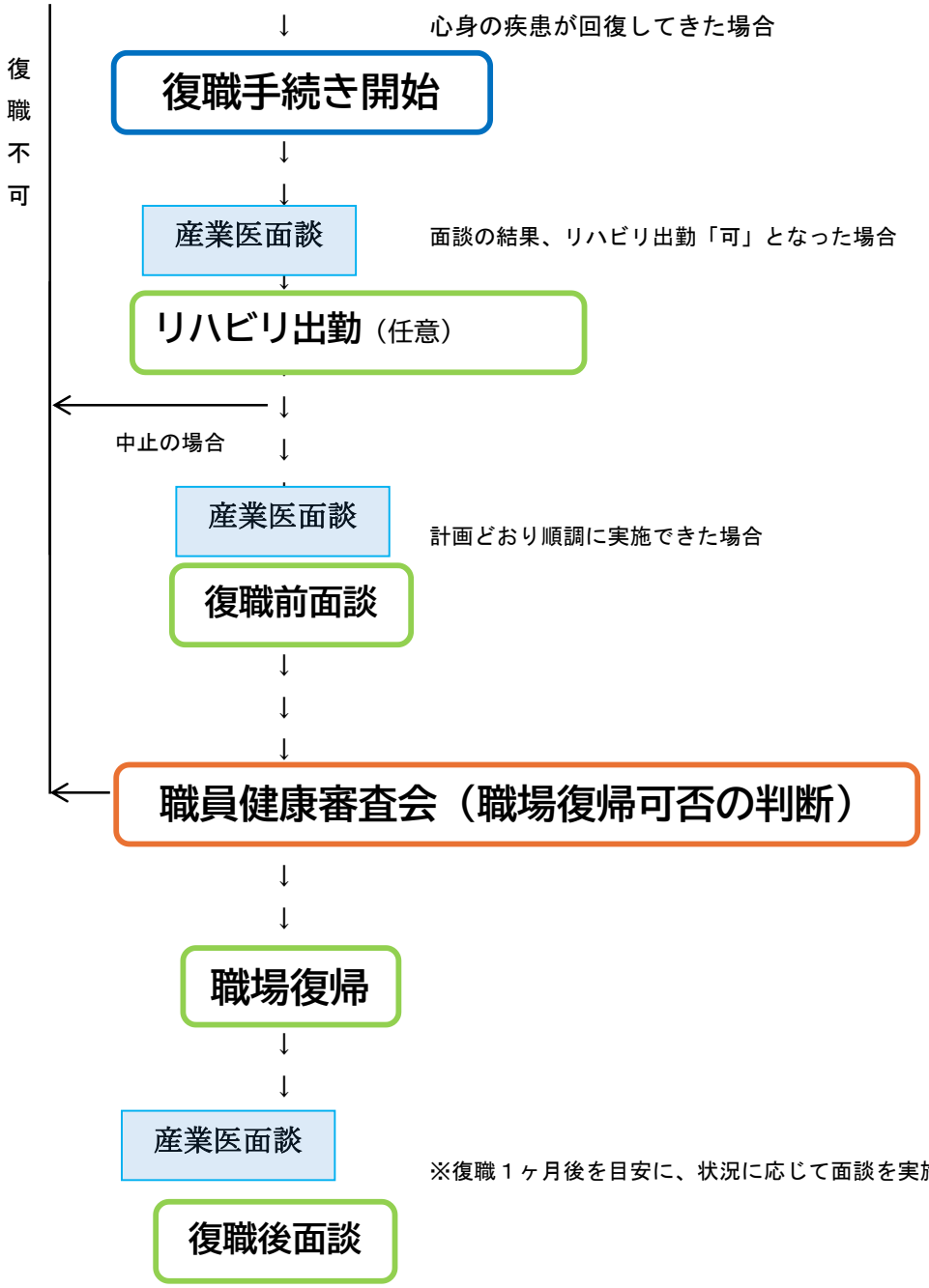
①対象職員の学校管理職に聞き取り

②支援開始

（オンラインで**月１回程度 面談**）

③復職後も月1回程度面談を継続

※面談結果は学校管理職に共有



産業医面談

【千葉市教育委員会の産業医面談】
・本人又は所属職員の心身の不調について、教育委員会産業医に相談したい場合に行う。

・復職支援面談のほか、過重労働や健康支援面談、高ストレス面談等も実施している。
・リハビリ前や復職前の面談は、職員本人、管理職、産業医、人事担当等が出席する。
・リハビリ出勤実施前、休職後の復職前の産業医面談は必須。
・精神疾患で30日以上病気休暇を取得した場合は、復職前に原則、産業医面談が必要。
・復帰後の状況に応じて、復職後面談を実施する。

令和6年度　年度末最終アンケート結果（全教職員対象）一部抜粋

●セルフチェックは今後必要か？　　回答数　　1695 件		
・委託業者のセルフチェックは今後も必要であり今後も利用したい	628 件	37.1%
・セルフチェックの必要性は感じるが、公立学校共済などの無料ツールで良い	585 件	34.5%
・セルフチェックは不要である、または必要性を感じない	428 件	25.3%
・その他（他の取組みに予算を使って欲しいなど）	54 件	3.2%
・セルフチェックの取組を知らなかった	0 件	0.0%

●オンライン相談は今後必要か？　　回答数　　1695 件		
・委託業者のオンライン相談は今後も必要であり今後も利用したい	584 件	34.5%
・オンライン相談の必要性は感じるが、公立学校共済などの無料のもので良い	503 件	29.7%
・オンライン相談窓口や対面の相談窓口ともに不要である、または必要性を感じない	257 件	15.2%
・オンライン相談窓口ではなく、直接、保健師や公認心理者が学校に来て相談会等を開催する機会があると良い	170 件	10.0%
・主治医や家族、他の相談窓口に相談できているため、この事業の中でオンライン相談窓口を設ける必要はない	111 件	6.5%
・その他（利用したことがないのでわからない等）	67 件	4.0%
・オンライン相談の取組を知らなかった	3 件	0.2%

令和6年度　年度末最終アンケート結果（全教職員対象）一部抜粋

●保健師支援について　　回答数　　1695 件		
・委託業者の保健師による保健師支援は今後も必要であり今後も利用したい	811 件	47.8%
・保健師支援は必要だが、委託業者の保健師でなくても良い	610 件	36.0%
・保健師支援は不要である、または必要性を感じない	229 件	13.5%
・その他（利用したことがないので分からない、評価ができない等）	41 件	2.4%
・この取組みを知らなかった	4 件	0.2%

●復職支援マニュアル、しおりについて（管理職のみ回答）　回答数　　343 件		
・病気休暇・休職の教職員がいたので活用した	73 件	21.3%
・病気休暇・休職の教職員はいないが、今後、活用できるように目を通した	108 件	31.5%
・病気休暇・休職の教職員がいたが活用していない	38 件	11.1%
・その他（昨年度は使用した、印刷して準備はしている）	2 件	0.6%
・まだ確認していない、または配付されていることを知らなかった	122 件	35.6%