

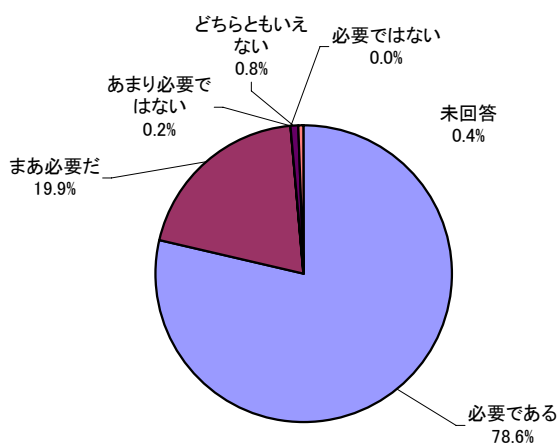
## 8割の教育委員会がメンタルヘルス対策の必要性を認識しながら、十分に取り組んでいるのは全体の1%未満に過ぎない。

全国の教育委員会に対して行ったアンケート調査では、**メンタルヘルス対策が「必要である」(78.6%)、「まあ必要である」(19.9%)の合計は98.5%に及び、ほぼ全員が必要性を認めている。**

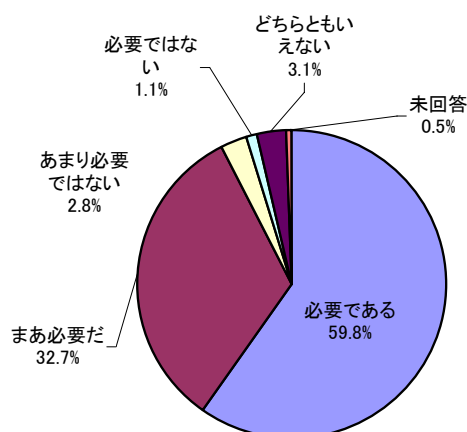
その一方、「**十分に取り組んでいる」と答えたのは0.8%に過ぎず、「まあ取り組んでいる」と合計しても2割に満たない(18.6%)。**

さらに、現状のメンタルヘルス対策の効果が「**あがっている」と答えたのはわずか0.4%、「まあ効果があがっている」との合計も23.4%に過ぎない。**

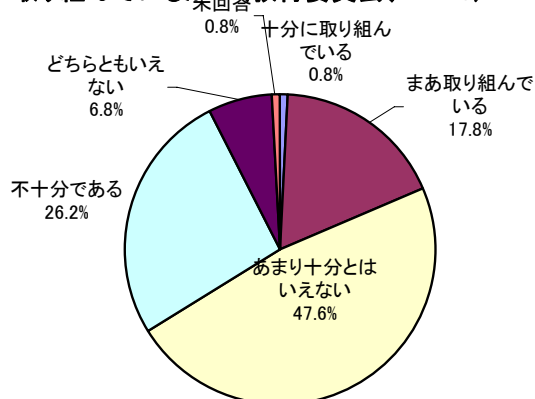
教員のためのメンタルヘルス対策は必要か？(教育委員会、N=473)



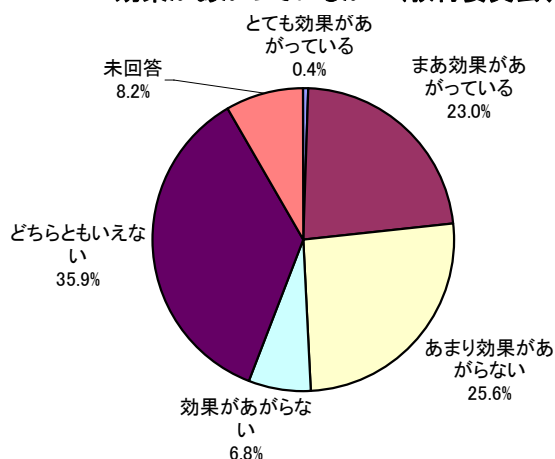
教員のためのメンタルヘルス対策は必要か？(教職員、N=1177)



教員のためのメンタルヘルス対策は十分に取り組んでいるか？(教育委員会、N=473)



現在、取り組んでいるメンタルヘルス対策は効果があがっているか？(教育委員会、N=473)

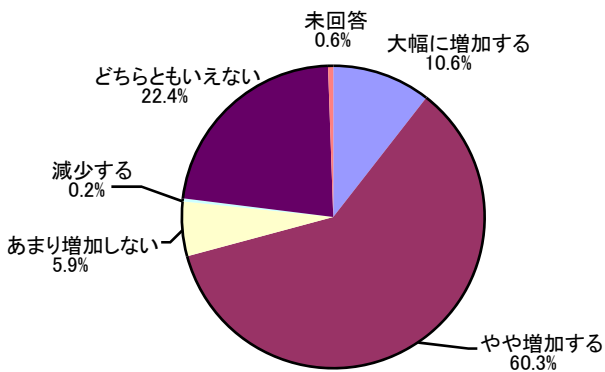


**現状のままでは教員の不調者が増加すると7割が回答、児童生徒への影響が強く懸念されている。  
この原因はメンタルヘルス担当者の不足と予算不足。**

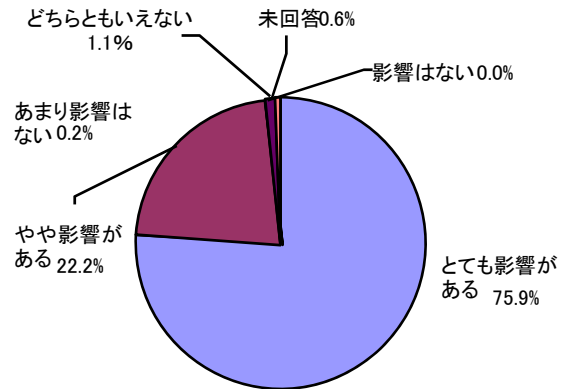
現状のままでは教員でのメンタルヘルス不調者が「大幅に増加する」および「やや増加する」と答えた人の合計は70.9%に及んでいる。さらに、こうした不調者の増加は、児童・生徒たちに「とても影響がある」と答える人は75.9%におよび、「やや影響がある」とする人の22.2%を加えると、**ほぼ全員が児童生徒への影響を懸念している。**

このような状況に陥っている原因としては、「**メンタルヘルス担当者の不足**」(51.2%)および「**取り組みのための予算がとれない**」(50.1%)との声が過半数を占め、メンタルヘルス対策についての基本的な体制づくりが現状ほとんどできていないことがわかる。

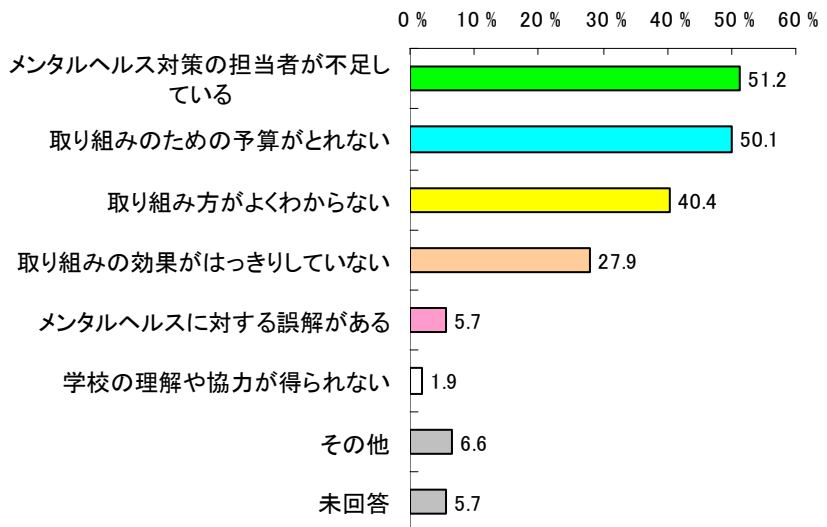
現状のままでは教員の「メンタルヘルス不調者」の数はどうなると思うか？(教育委員会、N=473)



「メンタルヘルス不調者」の増加で、児童・生徒たちに影響を与えると思うか？(教育委員会、N=473)



教員のメンタルヘルス対策を推進する際に、どの点で困っているか？(教育委員会、N=473)

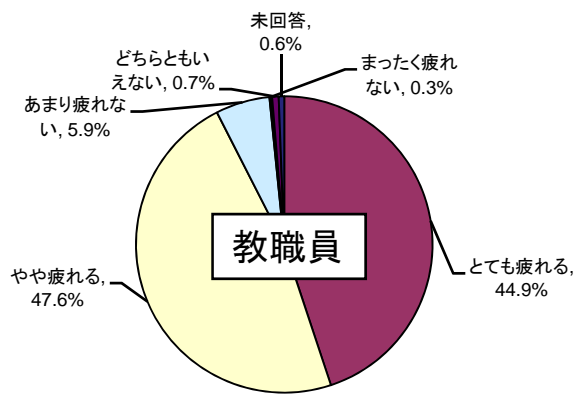


**「とても疲れる」と回答する教員が45%。  
強い疲労を訴える教員は一般企業の3倍以上に及ぶ。**

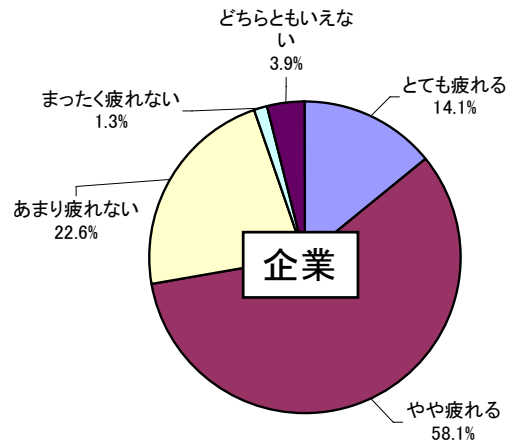
「普段の仕事でどの程度身体が疲れますか」との質問に対して、「とても疲れる」と回答した教職員は44.9%に及んでいる。「労働者健康状況調査」(厚生労働省、2002年。母集団約16000名に対する標本調査)での同質問結果では14.1%であり、「とても疲れる」と答える教員は一般企業の3倍以上に及ぶことが分かった。

ストレスの原因として、教職員では「仕事の量」(60.8%)、「仕事の質」(41.3%)についてのストレスがたいへん高く、3番目に「仕事への適性」(25.8%)となっている。いずれも一般企業よりもストレスは高い。

普段の仕事ではどの程度身体が疲れるか？(教職員、N=1177)

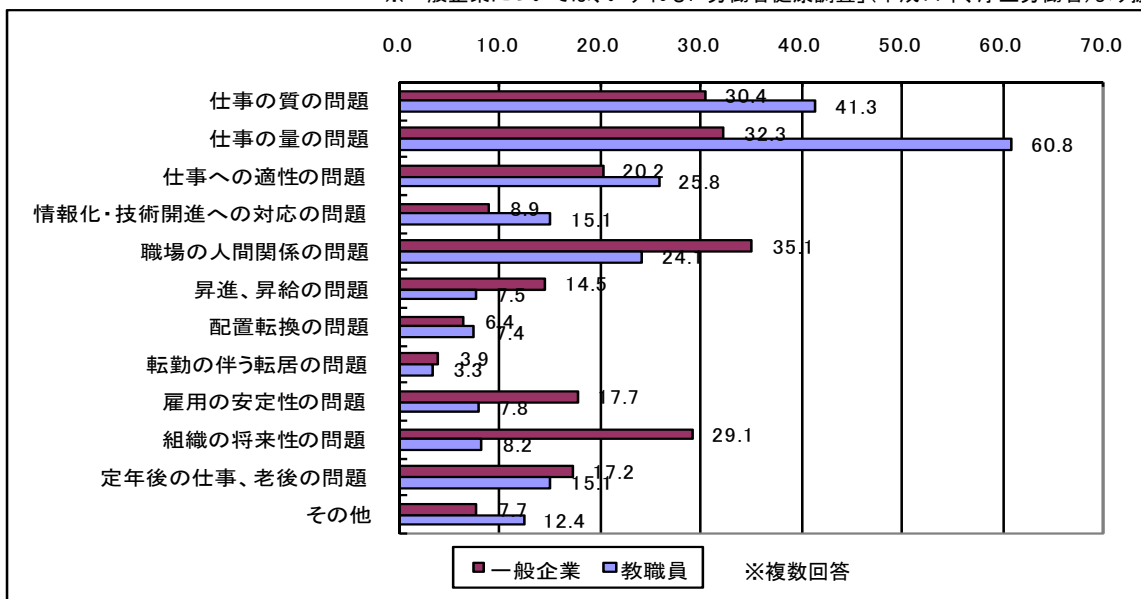


普段の仕事ではどの程度身体が疲れるか？(一般企業)



**強い不安、悩み、ストレスの内容は？  
(一般企業/教職員、N=796)**

※一般企業については、いずれも:「労働者健康調査」(平成14年、厚生労働省)より抜粋。



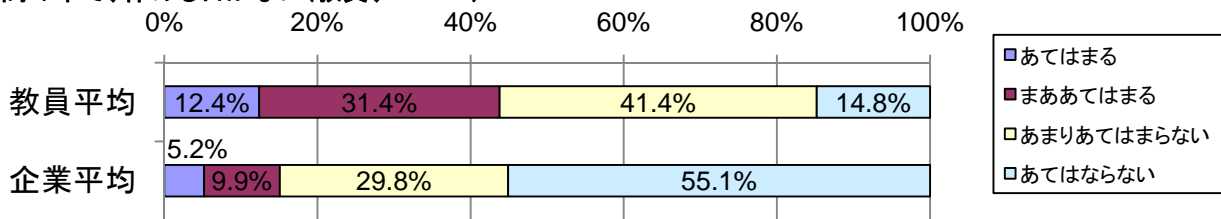
## 「児童生徒の訴えを十分に聴く余裕がない」教員は6割以上、 うつ傾向は一般企業の約2.5倍に及ぶ。

ストレスチェック(教員専用Self)の結果と、一般企業に対する調査(Selfスタンダード)を比較検討した。「1週間の中で休める日がない」という質問について、一般企業で「あてはまる」および「まああてはまる」の合計が15.1%であるのに対し、教員では半数に近い**43.8%**(一般企業の約3倍)となっている。

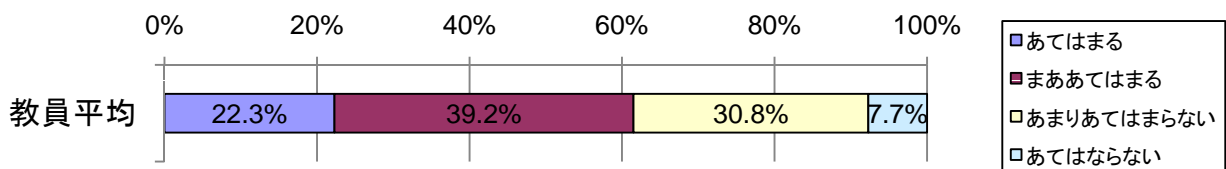
こうした状況のもと、「児童生徒の訴えを十分に聴く余裕がない」に該当する教員は**6割以上(61.5%)**、「児童生徒にうまく対応できない」と答える教員も約**2割(18.8%)**に及んでいる。教員を取り囲む慢性的な多忙さは、大きなストレスになっている。

「うつ傾向」と関連が深い質問項目について教員と一般企業を比較すると、教員の自覚症状は一般企業よりも平均**2.5倍**も多い。

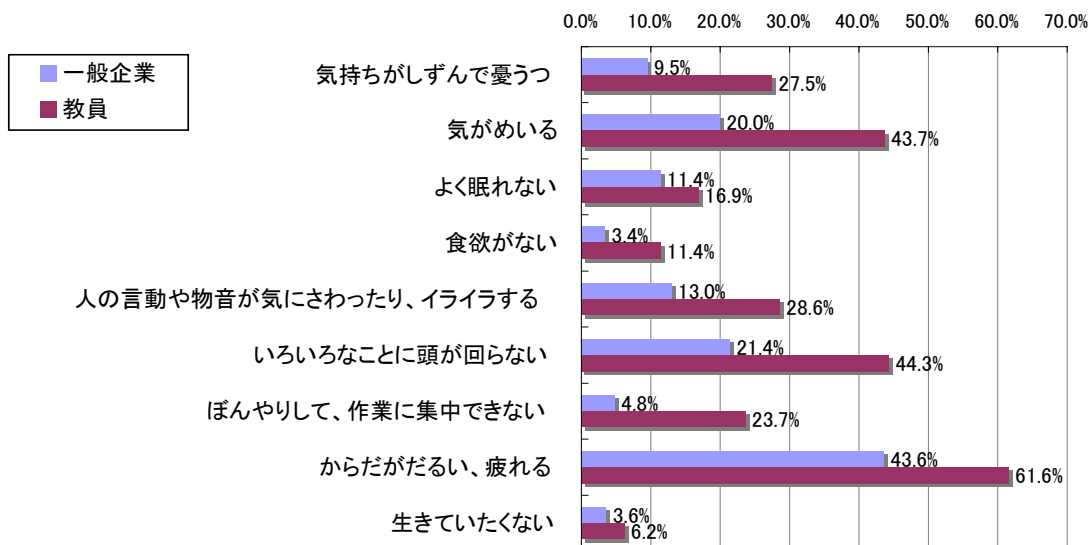
1週間の中で、休める日がない(教員、N=1142)



児童生徒の話や訴えを十分に聴く余裕がない(教員、N=1142)



うつ病と関係が深い自覚症状を訴える教員は一般企業の2.5倍に及ぶ (一般企業、N=1000 教員、N=1142)  
～各質問に「あてはまる」「まあ、あてはまる」など、自覚症状があると答えた人に比率～



※教員については「教員専用Self」、企業については「Selfスタンダード」より。

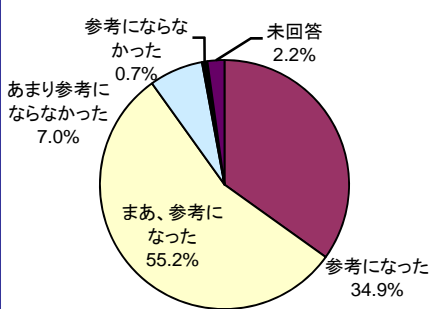
**ストレスチェック「教員専用Self」を評価する教員は9割。  
今回のメンタルヘルス対策を通じて、  
6割以上の教職員が「セルフケア」に取り組む！**

今回のメンタルヘルス対策に用いた「教員専用Self」について、9割が内容は適切であり、コメントが参考になったと答えている。ショート面談(10分～15分)については、受けてみて「よかったと思う」「まあ、よかったと思う」と答えた教員の合計が88.5%を占めた。

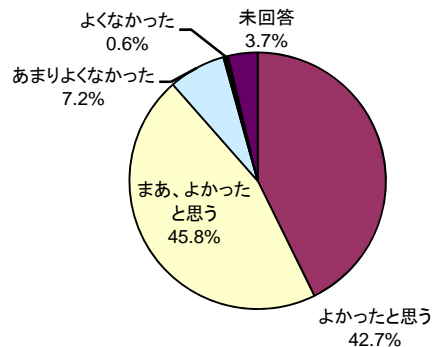
メンタルヘルスへの関心が「高まった」および「まあ高まった」とする教職員の比率は全モデル平均で61.4%となり、「実際に何に取り組んだか？」という質問に対して、64.6%の教職員が何らかのセルフケア対策に取り組んだと答えている。

また、今回のようなメンタルヘルス・サポート事業が「必要である」との意向を示す教職員は82.1%となった。今回のメンタルヘルス対策が従来のメンタルヘルス対策に比べ、極めて満足度が高く、現場のニーズに応える対策であることが分かった。

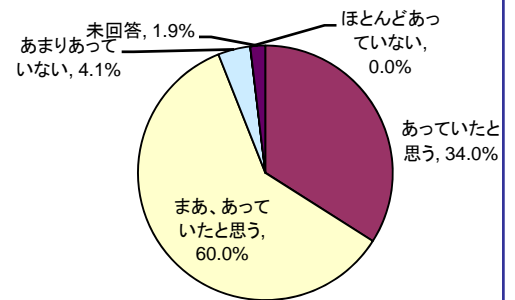
健康についてのコメントは参考になりましたか？(教員、N=415)



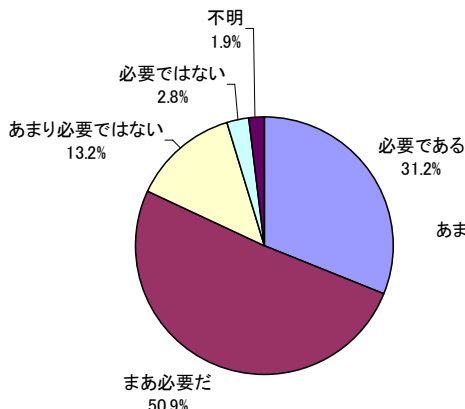
面接を受けてみてよかったと思いますか？(教員、N=319)



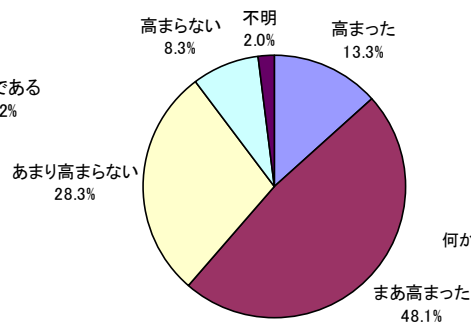
健康アドバイスSheetの内容はご自身の状況にあっていたでしょうか？(教員、N=415)



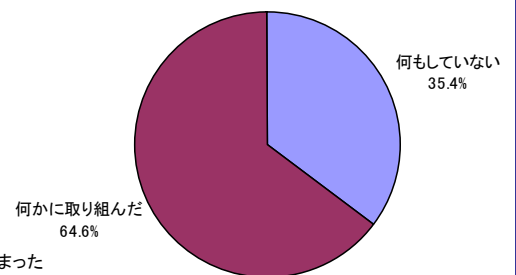
教員にとって、今回のようなメンタルヘルス・サポート事業は必要だと思いますか？(教職員、N=930)



メンタルヘルス・サポート事業の実施後、メンタルヘルスへの関心は高まりましたか？(教職員、N=930)



実際に何か取り組んだことはありますか？(教職員、N=930)



**約3割の教員に、「ライフスタイル」「ストレス対応力」「業務負荷」の各項目で改善が見られ、「心身の健康度」は上昇し、不調者比率が減少した。**

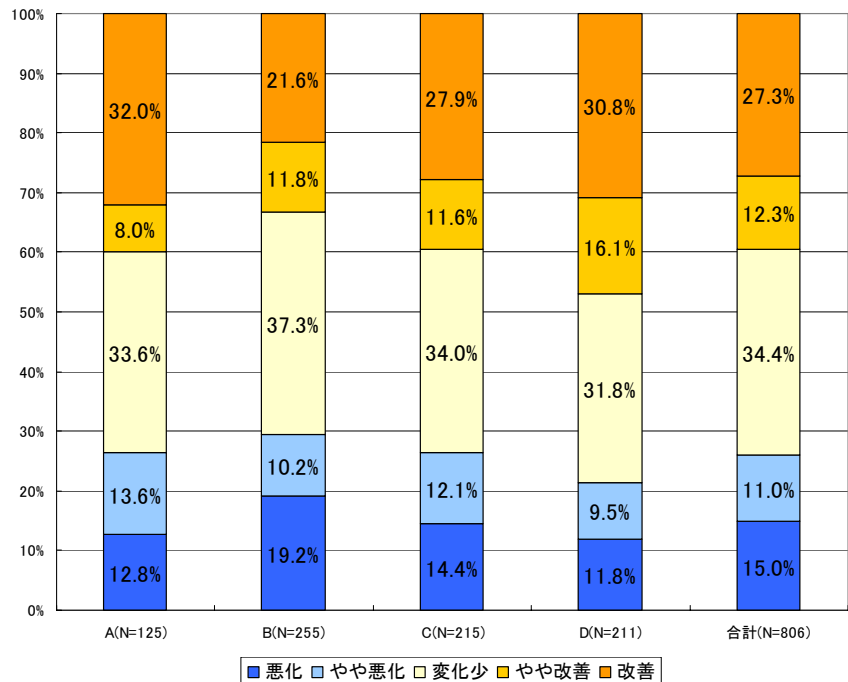
今回のメンタルヘルス対策の前後で、「ライフスタイル」および「ストレス対応力」「業務負荷」について、改善がみられた教員は3割前後となり、逆に悪化した教員は1割～2割に留まった。これら改善群では、「心身の健康度」が偏差値にて3.5～5.0ポイント上昇(自覚症状が減少)したことが分かった。

この比率は、セルフケアに取り組もうとする教員比率とほぼ同じであり、今回のメンタルヘルス対策は「心身の健康度」の上昇にも寄与したと考えられる。

現状、教員に対する有効なメンタルヘルス対策がほとんど実施されていないなか、今回のようなメンタルヘルス対策が強く望まれる。こうした対策は、教員の健康課題のみならず、児童生徒の教育環境にとってたいへん重要である。

モデル別  
「ライフスタイル」改善度の分布

※改善度はチェック結果の偏差値の変化により測定。  
 改善 : 変化 $\geq$ 5  
 やや改善 : 5 $>$ 変化 $\geq$ 2.5  
 変化少 : 2.5 $>$ 変化 $\geq$ -2.5  
 やや悪化 : -2.5 $>$ 変化 $\geq$ -5  
 悪化 : -5 $>$ 変化



「ライフスタイル」の改善による「心身の健康度」の変化(偏差値の変化)

