

複数月平均 80 時間を超える教職員  
0 人を目指して

# 働き方改革 通信

## For everyone's Smile

第 24 号  
令和 5 年 3 月  
山形県教育庁

### ☆働き方改革と職場のメンタルヘルス対策☆

以下は、3月8日に教育庁福利厚生課から県立学校あて発出された、令和4年度県教育委員会ストレスチェック制度の対応状況をまとめたものの一部です。

#### 1 実施を促す効果のあった方法

○制度内容及び制度の意義について周知

- ・ストレスチェックテストを受けるメリット（ストレスも様々なタイプのストレスがあり自分がどのストレスに強いのか弱いかわかる等）について職員会議でプリントを配付説明した。
- ・衛生委員会でストレスチェックを議題にし、管理学校医より講話をお聞きし、職員へ会議の内容を発信した。

#### 2 所属長に提供された個人結果及び集計・分析結果を基に対応された中で、職員のストレス状況緩和や職場環境の改善につながった事例

○具体的な業務の改善

- ・働き方改革のワークショップを行い、学年ごとに業務改善することを共通理解して実施し、負担が少し軽減した。

#### 3 本制度の実施期間に関わらず、職員のメンタルヘルス向上、職場のコミュニケーション円滑化のために心がけていることや実践している取り組み

○職場の雰囲気づくり

- ・丁寧な言葉遣いを心掛けた。
- ・職員が話しかけてきたときは、どんなに忙しくても必ず手を止め、まずその方の話を聞くようにしている。来客があるなど、どうしても時間がとれないときは、その日のうちの早い時間帯に話を聞くことができるようにしている。
- ・自ら進んで手伝う、互いに協力し合う、相手を思いやる言動をとっているなど、職員間のかかわりでいいなと思う場面を見たとき、その人に対して認める言葉がけをするとともに、学部主任にも伝え、よいかかわりを共有できるようにしている。

○働きやすい環境づくり

- ・職員のメンタルヘルス向上の目的で、全職員を対象に臨床心理士との個別相談会を実施した。（メンタルヘルスアドバイザー派遣事業活用）

裏面に続きます。

## ○情報共有

- ・主任会等で、先生方の状況を全体で共有し、業務の偏りがいかなど配慮している。
- ・管理学校医よりご指導いただいたこと（メンタルヘルスに関することに限らず）については、グループウェアや学部会等を活用し、全職員に情報提供している。
- ・生徒や保護者等への対応が難しいときは、初期段階からチームで対応するよう、できるだけこまめに課題や対応策の見える化をして、全職員で共有するようにした。

## ○その他

- ・男性の育休取得などは、本人の意識だけでなく職場の意識・考え方が重要であることを職員会議で資料も提示し、説明した。

山形県公立学校における働き方改革プラン（第Ⅰ期）重点目標に、「労働安全衛生管理体制の整備」を掲げており、教育委員会としての具体的な取組みの一つに、メンタルヘルス不調の未然防止のため、ストレスチェック制度を実施できる体制整備と、職場環境改善につなげるための情報提供があります。また、学校現場においては、「管理職は、ストレスチェック制度の実施率向上に向けた働きかけを行うとともに、所属の集計・分析結果を職場の環境改善につなげる取組みを行うこと」としております。

皆さんの学校のメンタルヘルス対策には、どんなものがありましたか？

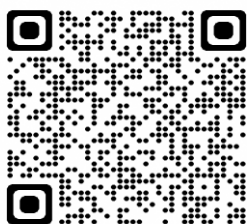
～私の学校のメンタルヘルス対策～

また、皆さん自身は、どんなことを意識して、同僚と仕事に取り組み、働きやすい職場をつくってきましたか。そして、4月からの新しい出会いの中では、どんなことを大切にして同僚と仕事に取り組んでいきますか？

～私の「仕事をする上で大切にしていること」～

## ☆こころのケアー学校の先生へー 厚生労働省 こころの耳 より☆

厚生労働省が教師の皆さんに向け、若者労働者の特性を踏まえた職場のメンタルヘルス対策として、「セルフケア・ラインケア・家族との連携」や、「部下を持つ方へー傾聴のすすめー」など、こころのケアに役立つ情報や知識を紹介しているページです。2分～5分で読むことのできるものが多く、研修シリーズというコーナーには5分間で視聴できる動画もあります。校内研修等で活用ください。



<https://kokoro.mhlw.go.jp/teacher/>