

県教育委員会における「過労死等防止啓発月間」の実施結果

「過労死等防止啓発月間」の設定

目 的：郡上特支講師自死事案の風化防止、過労死等の防止及びハラスメントの防止
対 象：県立学校・事務局・教育事務所の全ての教職員
期 間：１１／１～１１／３０

1 職場研修等

（１）職場研修

①自死事案を題材とした研修を実施

- ・各県立学校、事務局及び教育事務所ごとの職場研修として実施
- ・管理職を講師として、過重労働の防止のために一人ひとりが気を付けるべき点を説明
- ・メンタルヘルスやハラスメント等に関する各種相談窓口を紹介

②動画研修

- ・厚生労働省が運営するメンタルヘルスに関するポータルサイト「こころの耳」を活用した動画研修を実施

（２）意見交換

- ・（１）の研修を踏まえ、初任者や転入者を主な対象に、管理職が司会進行。初任者の視点や前任校との職場環境の違いを気づきとした業務改善を目的に実施
- ・業務改善に資する意見については、各職場で具体化するよう働きかけ

【主な意見】

<郡上特別支援学校講師自死事案について>

- ・郡上特支の事案は絶対にあってはならないことだと強く再認識した。再任用教諭として働いているが、ハラスメントに関する取組は年々良くなっていると感じる。若い先生方が笑顔で働ける職場作りに少しでも役立ちたい。
- ・郡上特別支援学校の講師の自死事案は決して風化させてはいけない事案であり、毎年振り返ることの重要性を感じた。

<過労死等の防止について>

- ・お互いに声を掛け合い、早く帰ろうとする意識が定着しつつある。会議の少なさや時間短縮、休憩時間が確保されているので良いが、一人に業務が集中している場合があるので平準化に取り組んでいく。
- ・生成 AI は、保護者宛て文書や教材作成等で既に活用している。校務の効率化につながるため、多くの職員に広げられるとよい。

<動画研修について>

- ・呼吸法やストレッチなど、手軽で場所を選ばないセルフケアの方法が有効だと感じた。特に、業務に追われていても、数分で実践できるリフレッシュを習慣にしたい。
- ・不安や怒りをコントロールする方法や、怒り・不安を感じることは必ずしも NG ではないと知った。不安や辛さを感じたら、一人で抱え込まず誰かに話を聞いてもらうことが大切。

2 職場訪問等

(1) 職場訪問

- ・事務局職員が学校（高校及び特別支援学校）を訪問し、時間外勤務が多い教員及び管理職から聞き取りを実施（啓発月間中の訪問校は、令和7年8月までの時間外勤務の実績をもとに選定）

【訪問実績等】

- ・年間32校を訪問し、啓発月間中は16校60名から聞き取り

【聞き取り結果の例】

- ・教員経験が少ないため、生徒の学力向上のために必要となる授業準備や生徒の質問対応に時間がかかってしまう。
- ・部活動の大会が多く、1つの大会が2、3日にわたって開催されるため拘束時間が長い。

【聞き取りへの助言】

- ・共有された教材をそのまま使う必要はなく、時間削減や授業内容の向上に役立つ範囲で参考にするよう助言
- ・部活動の交替指導や、資料作成業務等の副顧問への分担など負担を分散するよう助言

(2) 職場巡回健康相談

- ・事務局の保健師が学校・教育事務所を訪問し、採用3年目までの職員や、健康面の心配がある職員等を対象に心身の健康相談や学校の安全衛生管理体制等について聞き取りを実施（訪問校は、全県立学校・教育事務所を3年で一巡する計画で選定）

【訪問実績等】

- ・年間約30校・事務所に訪問し、啓発月間中は6校22名から聞き取り

【聞き取り結果の例】

- ・採用2-3年目の教職員は、指導教官が外れる一方で、担任業務等慣れない業務が増え負担感を感じている者が一定数いた。心身の負担を訴える教職員の中には、仕事への捉え方等個々の取り組み方が起因すると思われるケースもみられた。
- ・部活動に関する負担が大きい。土日も十分な休養や気分転換が図れない。

【聞き取りへの助言】

- ・管理職に対し、「職員の体調や様子の変化に留意し、早めの声掛け等の対応を行ってメンタル不調等の未然防止に努めること、また、必要に応じて外部の相談機関等を活用するとともに、状況によっては業務分担等を見直すよう助言。
- ・教職員に対し、必要に応じ健康相談、相談窓口の紹介及び受診勧奨等を行い、更に保健師がフォロー要と判断した職員に対し、本人にメール等で経過を確認する等の対応をした。

3 啓発等

(1) ハラスメント等に関する相談窓口、相談対応マニュアルの周知徹底

- ・ハラスメント等を受けた際の相談窓口や、学校を通さず直接教育管理課に申出で
きる「働きやすさ改善シート」について、継続して周知徹底
- ・各所属管理職に対し、相談対応マニュアルを継続して周知徹底

(2) 働き方改革メールマガジンの配信 (11/4 配信)

- ・本啓発月間の取組紹介に加え、学校で実践されている業務改善の取組事例の紹介、
ハラスメント等に関する相談窓口の紹介

(3) 疲労蓄積度自己診断チェックの実施とストレス状況の把握

① 疲労蓄積度自己診断チェックの実施

- ・「疲労蓄積度自己診断チェックリスト（厚生労働省作成）」により自己診断を実
施。診断結果に応じて、所属長による面談の実施や、医師、保健師による面接
指導の申出をするよう働きかけ

【実施結果】

- ㊦所属長面談者（負担度の点数が高い職員全員） 141名（実施者の2.6%）、対前年比-0.4%
- ㊦負担度の点数が高く長時間勤務の職員 27名（㊦の19.1%）、対前年比-2.8%
- 医師面接指導実施者（㊦のうち医師面接を希望する者） 0名（㊦の0%）、対前年比0%
- 保健師面接指導実施者（㊦のうち保健指導を希望する者） 3名（㊦の2.1%）、対前年比+2.1%

② ストレス状況の把握

- ・機器の貸出しを希望する所属の教職員を対象に、「疲労ストレス測定システム」
によりストレス状況を測定、把握

【実施結果等】

年間を通して希望する所属に対して貸出し。11月中の実施校数は3所属、測定者数28名

【主な感想】

- ・自覚している自身の状態とは違う結果だったが、測定したことで注意しようと思った。
- ・数値で、自分を客観的に見ることができた。
- ・自分では気付かない疲労ストレスがあることがわかった。

(4) 高ストレス教職員に対する医師による面接指導の実施の徹底

- ・7月に実施したストレスチェック（受検率94.4%）の結果、高ストレスと判
定された教職員に対して、医師による面接指導の申出をするよう働きかけ

【実施結果】

- 高ストレス教職員 392名（受検者の6.9%）、対前年比-1.0%
- 医師による面接指導申出者 7名（高ストレス教職員の1.8%）、対前年比-2.5%

(5) 「健康エッセンス11月号」でのPR (10/25 発行)

- ・「過労死等の定義」、「過労死等を防ぐために自分ができること」、「健康相談窓口」
を紹介

4 市町村教育委員会における活用の働きかけ

- ・県教育委員会の過労死等防止啓発月間の取組みを紹介（10/27 通知）
過重労働防止などの研修資料等を提供し、活用を呼びかけ