

## 連載—解決への手法と周囲の心得—

新年あけましておめでとございます。今年も皆様にとって良き年になりますよう祈念致しております。

さて、今回は教員数約3000名(臨任を含む)、学校数84校の規模を誇る川口市の教育委員会が主催する「健康管理講座」の活動内容をご紹介します。同講座は私が講師を務め、年に2回、各学校に1名ずつ配置された衛生推進者(主に養護教諭やベテラン教員)を対象に実施しております。

## 1. 参加者のセルフケア

研修会の参加者にセルフケアの方法を学んで頂き、自校にもどって、そのノウハウを活用してもらおう。

毎回、小グループを作り、他校の教員の話を直接聴くことにより、「悩んでいたのは自分だけではなかったのだ」と安心感を獲得して、自校における取り組みの参考にして頂いています。

## 2. 転勤1年目の休職者対策

例年、休職者の約半数を転勤1年目教員が占めています。そこで、参加者全員にグループワークを活用した「職場の人間関係作り」を体験してもらいます。その後、新学期初めに衛生推進者自らがりーダーとなって自校でもグループワークを実施して、転勤1年目教員の休職者予防を推進して頂いています。

して1年目教員の不適応予防を目的とした「メンター制度」を実施しています。この制度は、新採教員に対して教職経験3年目から5年目までの先輩教員がマンツーマンで公私ともに面倒を見る制度です。

3. ストレスチェックの活用方法  
最近、ストレスチェックが導入されましたが、結果の「読取り方」や「活用法」に戸惑いを感じている学校が散見されます。そこで、実際にストレスチェックを用いた効果的なメンタル対策を実施している学校を例に挙げながら、衛生推進者にス

職場の人間関係のサポートなど  
新卒・転任教員救う制度配備を

## 教育委員会が行うメンタルヘルス対策

このシステムの特徴は2つあります。一つ目は、仕事の見過しも立たず、緊張と不安な毎日を送る新採教員に対して、年齢の近い先輩の方から積極的に話しかけたり、話を聞いてもらったりすることに、心のハードルを上げないように予防すること。二つ目は、メンター役の教員が、学年主任等のミドルリーダーになった際に、他人を動かしながら適材適所の人材活用ができるように経験を積ませることです。

5. いじめ問題の迅速な察知を平成25年に「いじめ防止対策法」が公布され、いじめによる欠席が1か月以上になると、「重大事項」として扱われ、保護者から教員が訴えられるケースが多くなります。教員のメンタル予防の観点からも、いじめによる欠席が1か月以上になる前に、学校側が福祉行政や児童相談所、特別支援コーディネーター等とチームを組んで予防策を講じる体制作りを衛生推進者と一緒に検討していきたいと思えます。

トレスチェックの効果的な使用方法を伝達しています。

## 4. 新採教員の休職者予防

転勤1年目教員と並んで、休職者が多いのは新採教員です。川口市でも5月の連休前後の頃になると、毎年、職場不応者が発生します。そこで、川口市では、昨年度より全校を対象と

執筆 土井一博(どい・かずひろ) 順天堂大学国際教養学部教職課程客員教授、日本教職員メンタルヘルスカウンセラー協会理事長、埼玉県川口市教育委員会学校教職員メンタルヘルスチーフカウンセラー