

教職員のメンタルヘルス実態調査

浜松市精神保健福祉センター

高林智子 深谷真光 松下望

鈴木雅子 大石ひろみ 白川美也子

浜松医科大学 健康社会医学講座

会津安里 喜田淳也 堀田敦子

野田龍也 尾島俊之

1. 目的

A市小・中・養護学校の教職員のメンタルヘルスの実態を把握することを目的とした。

2. 対象

A市小・中・養護学校の教職員 3,775 人

3. 方法

平成 19 年 9 月に、平成 7～11 年度労働省委託研究「作業関連疾患の予防に関する研究」による「職業性ストレス簡易調査票」¹⁾を使用し、自記式留置質問紙法で実施した。

調査票は、「仕事のストレスに関する質問項目（17項目）」「ストレス反応に関する質問項目（29項目）」「修飾要因に関する質問項目（11項目）」と、職種、性別・年齢など個人属性で構成されている。

これらの項目により作成された、ストレスの尺度は9つで、仕事の量的負担感、仕事の質的負担感、肉体的負担、仕事のコントロール度、技術の活用、対人関係の良さ、職場環境、仕事の適性度、働きがいである。ストレス反応の尺度は6つで、活気、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感、身体愁訴である。修飾要因の尺度は4つで、上司との関係、同僚との関係、配偶者・家族・友人からの支援、仕事及び家庭生活に対する満足度である。

個人結果、職場環境結果を職業性ストレス簡易調査 CD-ROM 版で判定し、結果をフィードバックした。

また、匿名化データについて、相関係数の分析および線型回帰分析を行った。解析には SPSS 15.0 for Windows を使用した。

4. 結果

全国の平均職場と比較すると、男性では、量的負担感・肉体的負担の評価が悪く、活気・家族や友人方のサポート評価が良かった。

女性の平均値では、量的負担感・肉体的負担感の評価が悪く、対人関係・職場環境・活気・上司からのサポート・家族や友人からのサポートの評価が良かった。

男女共にストレスサーの量的負担・身体的負担は若干悪いが、活気は良いほか、ストレス反応全般は全国並みであった。

ストレス反応とストレスサーの相関係数では、満足度は活気・イライラ感・不安感・抑うつ感と非常に大きく相関しているといえた。イライラ感については対人関係や仕事のコントロール度、疲労度については量的負担感を減らすことで改善する可能性が示唆された。活気を高めるためには、サポートを増やすより、仕事の量を減らすほうが有効であるといえる。対人関係の良さは、各ストレス反応の改善に重要な役割を担うことが示唆された。

5. 考察

岡山県教育センター(2007)²⁾によると、教職員が学校で感じるストレスサーは、児童生徒や保護者、同僚、管理者との人間関係によるものが多く、その改善がメンタルヘルスの一次予防となるとしている。岡山県教育センターが行った教職員間の人間関係作りを目的とした職員研修のプログラムの中で、「ストレスサーとなる問題に対するスキルの向上を図る取組み」と「自分の気持ちや考えを伝え合う体験」の観点が、有効であるという結果であった。

このことから、対人関係・上司からのサポート・家族や友人からのサポートが良好に保たれることが、メンタルヘルスの予防につながり、もって児童生徒のメンタルヘルスに寄与することができる。

文部科学省によると、2006年度に病気で休職した公立小中高校の教職員は7,655人で、そのうち、精神疾患による休職者は61%を占める4,675人で、前年度比497人増であった。このことは、14年連続の増加であり、精神疾患による休職者も増加している。

現段階においては、A市教職員のメンタルヘルスの悪化は見受けられないが、こうした全国的な状況もあり、今後、実態をより詳細に把握し、良い取組みについても取り上げ、実態に合わせたメンタルヘルス対策を行っていく必要がある。

6. 課題

今回の調査を踏まえ、教職員に特徴のある項目について調査を重ね、具体的なメンタルヘルス対策につなげていきたい。

7. 参考文献

- 1) 事業場におけるストレス対策の実際ーストレスの把握から職場環境等の改善までー中央労働災害防止協会. 2006.
- 2) 岡山県教育センター：小学校教職員のメンタルヘルスに関する実践的研究. 2007.