

### ③ 管理者によるラインケア

# ラインケア

つなげる！  
きづく！  
つなげる！

ケアの内容：教職員が相談しやすい関係づくりや相談対応、校内におけるセルフケア、チームケアの促進、難しい事案に対するチーム対応の統率、労働安全衛生管理の推進や職場環境・業務状況等の把握と改善、メンタルヘルス不調者や復職者の職場復帰における支援など。

- ➡ **ラインケアは教職員の心の健康づくりを支援するための管理者による取組であり、管理職の担う学校管理（マネジメント）の一部で、全ての管理者に求められる責務。**
- ➡ **適切なラインケアを行うためには、ラインケアを担う管理者自身の心身の健康が大切であり、管理者自身が適切なメンタルヘルスケアを実践することが必要。**
- ➡ **メンタルヘルスケアの前提は学校における労働安全衛生管理。**
- ➡ **各学校は所管する教育委員会と連携・協働して、労働安全衛生管理体制の整備と取組を推進することが必要。（未整備や不十分な取組は法令違反）**



## **つ**ながる！

- 👉 有効なラインケアを行うためには、日頃から職員と適切なコミュニケーションを図り、管理者としての信頼関係を築くことが必要。
- 👉 教育委員会や産業医等と連携・協働して、職員のメンタルヘルスケア（セルフケアやラインケア等）に関する理解啓発のための情報発信や研修等も大切。
- 👉 難しい事案（生徒指導や保護者対応等）は担当者個人に過度な負担や緊張が集中しないよう、管理者がリーダーシップを発揮し、積極的にチームとして組織で対応することが大切。

## **き**づく！

- 👉 管理者は職員のメンタルヘルスの状態を診断するのではなく、ラインケアで最も重要なのは、「職員のいつもと違う様子に気づく」こと。
- 👉 表情がさえない職員や休みが増えてきた職員など、いつもと違う様子の職員には早めの声かけや周りの職員からの情報収集が必要。
- 👉 赴任年数が短い職員や難しい事案（生徒指導、保護者対応等）の担当者、長期休暇明けの職員等、ストレスを抱えそうな職員を予測して、早めの声かけや定期的な面談等を通して、事前の相談への促し等を行うことも大切。
- 👉 管理者がごく少数（2～3人程度）の鍋蓋型組織と言われる学校では、管理者は、定期的に開催される運営会議や衛生委員会等を活用し、主任等と連携して職員の状況を把握する工夫も必要。

## **つ**なげる！

- 👉 気になる職員がいたら、早めの声かけや当該職員と関わりが深い職員と連携し、適切な支援（同僚や管理者との相談、産業医との面談等）に繋げることが大切。
- 👉 管理者が、教職員から仕事の悩みについて相談を受けた場合、相談者本人のメンタルヘルスを考えるよりも、仕事の仕方等についてのアドバイスが中心になる傾向があり、精神的に問題を抱えている相談者に、さらに精神的な負担を与えてしまうことがある。
- 👉 まずは、なぜそのように考えるのか、相手の立場に立って、相手の気持ちに共感しながら理解しようとする姿勢（傾聴）が大事。
- 👉 教育委員会や学校外の相談窓口等に繋げることが有効なケースもあるので、管理者は事前に職員が利用できる相談窓口等の情報を備えておくことが必要。
  - ✅ 相談窓口等の一覧（本ガイドライン P.25～P.28）
- 👉 「学校には、学校の中で問題が発生したときに、外に助けを求めるのが全体的に遅い傾向がある。」との指摘があることも踏まえて、早期対応を心がける。
- 👉 管理者自身も対応に悩むときは、一人で抱え込まず、相談窓口等を積極的に活用することが大切。



## もっと知りたい人のためのサイト紹介！

☞ 研修等で活用できる動画です。

▶ 『働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」』



⇒ 「こころの耳 5分研修シリーズ」

○ラインによるケア

1. 日頃からの部下への声かけ [4:18]

所要時間

【概要】ワークエンゲージメントを高めるコミュニケーション

2. テレワーク下におけるラインによるケア [4:42]

3. 新入社員へのラインによるケア [:]

【概要】新入社員の特徴を踏まえた具体的なケアの考え方と方法等

○職場のメンタルヘルス対策

1. 職場のメンタルヘルス対策のための体制づくり [4:12]

【概要】法令に基づく労働安全衛生管理体制の整備

2. 職場のメンタルヘルス対策における安全配慮義務のポイント [5:23]

【概要】安全配慮義務の考え方と管理監督者の立場

3. メンタルヘルス不調の従業員の家族と連携する際の留意点 [6:00]

【概要】メンタルヘルス不調者と家族との連携の具体的な考え方等

本県公立学校  
教職員には想  
定されない研  
修内容

▶ NITS 独立行政法人教職員支援機構 動画教材



○ 「学校における労働安全衛生管理の観点からの適切な職場環境づくりー労働安全衛生法と教職員の健康管理ー  
(校内研修シリーズ No.132)



☞ 研修等で活用できる資料です。

▶ 文部科学省HP「学校における労働安全衛生」



○ 「学校における労働安全衛生管理体制の整備のために（リーフレット）」

○ 「公立学校における労働安全衛生管理体制の事例集について」

## ④ 教育委員会・学校内資源によるケア

- ➡ 教育委員会・学校内資源とは、教育委員会における学校職員の人事担当者や学校の労働安全衛生管理の担当者、保健師等の専門の人材及び各学校における産業医や衛生管理者・推進者等。
- ➡ 各教育委員会は教育委員会・学校内資源を整備して、各学校の管理者と連携・協働しながら、教職員のメンタルヘルスカを支援する計画的・継続的な取組の推進が必要。



- ➡ 特に、各教育委員会においては、メンタルヘルス不調の教職員や復職者の支援等を学校任せにせず、学校の管理者と連携・協働することが必要。(学校を孤立させない支援)
- ➡ 産業医や保健師、心理師等の専門的人材を活用し、所管する学校の教職員を対象とした相談窓口の設置やメンタルヘルスカ(セルフケアやラインケア等)に関する理解啓発のための情報発信・研修等の取組が大切。
- ➡ メンタルヘルスカの前提は法令等で定められた各学校における労働安全衛生管理であり、各教育委員会においては、所管する学校の労働安全衛生管理体制の整備や取組の活性化を図ることが必要。
- ➡ 各教育委員会では教職員のメンタルヘルスカに関わる保健師や心理師等の専門的人材を確保することが望ましいが、教育委員会だけでの人材確保が難しい場合は、地域の実情に応じて、首長部局の保健師等の兼務や民間サービスの活用等の取組が考えられる。

- 市町村立学校の教職員は市町村職員であり、労働安全衛生管理やメンタルヘルス対策などの労務管理は市町村教育委員会の責務。

## 市町村立小中学校の教職員は市町村の職員！

～「県費負担教職員制度」による誤解？～

### 市町村教育委員会

- ✓ 服務監督
- ✓ 人事評価
- ✓ 労務管理

労働安全衛生管理やメンタルヘルス対策等が含まれる！



### 県教育委員会

(例外としての県費負担教職員制度)

#### ✓ 給与負担

⇒ 市（指定都市除く）町村立小・中学校等の教職員は市町村の職員であるが、設置者負担の原則の例外として、その給与については都道府県の負担とし、給与水準の確保と一定水準の教職員の確保により、教育水準の維持向上を図る。

#### ✓ 任免・人事異動

⇒ 身分は市町村の職員としつつ、都道府県が人事を行うこととし、広く市町村をこえて人事を行うことにより、教職員の適正配置と人事交流を図る。

## ⑤ 外部資源によるケア

- 教育委員会・学校外のメンタルヘルスカケアを専門とする機関等を積極的に活用することも有用。
- そのためには、各教育委員会や学校の管理者は常日頃から情報収集に努め、どのような機関等があるのかを把握・整理しておくことが必要。
- 職員自身のセルフケアを支援するため、各教育委員会や学校の管理者が外部の相談窓口や専門機関等の情報を定期的・計画的に職員へ周知することも大切。

### ✓ 主な相談窓口等

#### 1. 公立学校共済組合 健康相談事業

##### (1) 「LINE を使ったメンタルヘルス相談」

教育現場で働く人の LINE によるメンタルヘルス相談窓口。

「心の専門家」の公認心理師・臨床心理士等が、親身になって悩みにお応えします。

○開設日時 水・土・日・月曜日 18:00～22:00  
(祝日・年末年始を含む)

○利用時間 1日1回 30分～60分程度

## (2) 「電話・面談メンタルヘルス相談」

臨床心理士がプライバシー厳守で対応

- ① 電話相談 月～土曜日 10:00～22:00 (通話料無料)
- ② 面談 面談を希望する場合は電話で事前に予約が必要  
※県内の面談会場は浦添市または那覇市

## (3) 「Web相談 (こころの相談)」

電話でメンタルヘルスに関する相談をしづらい方のためにWeb上で24時間、相談を受付

## (4) 「教職員電話健康相談 24」(通話料無料)

健康に関する相談を保健師等の専門家が24時間・年中無休で対応

## (5) 「女性医師電話相談」(通話料無料)

女性疾患に関する相談を女性医師が対応する女性向けサービス  
(予約制)

- ① 開設日時 月～土曜日 10:00～21:00  
(祝日・年末年始を除く)
- ② 利用時間 1回20分程度  
※利用対象者は女性のみ

## (6) 「介護電話相談」(通話料無料)

介護全般に関する相談をケアマネージャーや社会福祉士が対応

- ① 開設日時 月～土曜日 10:00～18:00  
(祝日・年末年始を除く)
- ② 利用時間 1回20分程度

※ 上記相談窓口の連絡先等は下の2次元バーコードよりログインして、「組合員専用ページ:沖縄支部」「組合員の皆さまへ全支部共通」「健康相談事業のご案内」から確認して下さい。

公立学校共済組合  
JAPAN MUTUAL AID ASSOCIATION OF PUBLIC SCHOOL TEACHERS

所属都道府県 所属している支部を選択してください。 沖縄県

組合員番号 10桁以内の半角英数字を入力してください。 例: 00000000

パスワード 所属している支部名アルファベット1文字目(ハボン式の大文字) + 生年月日(西暦) 注記: 全て半角で入力してください。 0@19730702

ログイン

新たに当共済組合の組合員になられた方は、ログインできるようになるまで数カ月のお時間を要する場合があります。なお、組合員専用ページは任意継続組合員の方、年金受給者の方はご利用いただけません。

所属都道府県は沖縄県を選択!

組合員番号は保健証にある番号(本務・臨任・再任用職員6桁、会計年度任用職員7桁)を半角で入力!

パスワード(生年月日1971年12月3日の人)は0@19711203(半角)と入力!

Okinawa(沖縄)の0(半角大文字)

2. 「教職員等のメンタルヘルス」相談（公立学校共済組合沖縄支部・沖縄県教職員互助会）  
県内の医療機関等と連携して教職員のメンタルヘルス相談を実施。

下記①～⑧の指定医療機関等に電話し、「公立学校共済組合員等」と伝え、予約して実施（年度内5回まで無料）。本人だけでなく、その家族や上司・同僚も利用可。

宮古地区・久米島地区は「⑥ 金城孝次サイコセラピーオフィス」に予約すれば、臨床心理士派遣で実施。

- ① メンタルクリニックやんばる（名護市宇茂佐 1-2-9）  
〔電話番号〕 0980-52-4556
- ② ファミリーメンタルクリニック（沖縄市知花 6-38-20）  
〔電話番号〕 098-939-5561
- ③ 日本産業カウンセラー協会沖縄支部（浦添市牧港 5-6-8 沖縄建設会館 3F）  
〔電話番号〕 098-975-6061
- ④ 山本クリニック & EAP 産業ストレス研究所（浦添市伊祖 2-30-7）  
〔電話番号〕 098-879-3303
- ⑤ 長田メンタルクリニック（那覇市国場 334-1）  
〔電話番号〕 098-833-7878
- ⑥ 金城孝次サイコセラピーオフィス（那覇市首里石嶺町 4-191-16）  
〔電話番号〕 098-885-1343
- ⑦ みえばしクリニック（那覇市久茂地 3-8-15 1F）  
〔電話番号〕 098-863-7788
- ⑧ やしのきクリニック（石垣市大川 579-5）  
〔電話番号〕 0980-88-1184

3. 沖縄県相談窓口

(1) 「こころの電話相談」

〔電話番号〕 098-888-1450、0570-064-556

○開設日時 月・水・木・金 9:00～11:30、13:00～16:30

(2) 「こころの相談」

- ① 北部保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～11:00、13:00～16:00  
〔電話番号〕 0980-52-2734
- ② 中部保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～11:00、13:00～16:00  
〔電話番号〕 098-938-9700
- ③ 那覇市保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～11:30、13:00～16:30  
〔電話番号〕 098-853-7973
- ④ 南部保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～11:00、13:00～16:00  
〔電話番号〕 098-851-3458
- ⑤ 宮古保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～16:00  
〔電話番号〕 0980-72-8447
- ⑥ 八重山保健所 開設日時 月～金曜日 9:00～11:00、13:00～16:00  
〔電話番号〕 0980-82-3241

✓ その他の相談窓口等

沖縄県でも相談内容（育児や介護、金銭トラブル等）等に  
応じた各種相談窓口が設置されており、その情報は右の2  
次元バーコードまたは下記 URL の沖縄県HPから入手可能  
です。



「こころの支援機関リスト」

URL : <https://www.pref.okinawa.lg.jp/kyoiku/shogaifukushi/1007681/1007688.html>

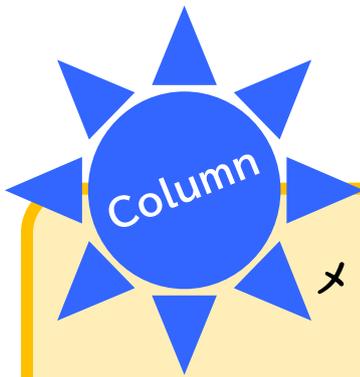




## Ⅱ メンタルヘルスケアは何をすればよいか？



- ✓ メンタルヘルスケアでは、“5つのケア”を継続的かつ計画的に取り組むことで、“3つの予防”を機能させることが必要！
- ✓ セルフケアでは、まず自らの心の状態の変化に“きづく”、不調を感じたら、きちんと適切な支援に“つながる”が大切！
- ✓ チームケアでは、普段から職員間でコミュニケーションを図り“つながる”、メンタルヘルス不調は誰もが陥り得るという認識で同僚の変化に“きづく”、そして、本人の同意を得て、適切な支援に“つなげる”が大切！
- ✓ ラインケアは、管理者として職員と信頼関係で“つながる”、日頃から意識的に職員への声かけや情報収集を行いながら、職員のいつもと違う様子に“きづく”、そして、適切な支援に“つなげる”が大切！
- ✓ 各教育委員会では、所管する学校の労働安全衛生管理及び教職員のメンタルヘルスケアを支援する体制の整備と計画的・継続的な取組の推進が必要！
- ✓ 教育委員会・学校外の資源の活用も有用であり、日頃から情報を収集・整理して、関係者間で共有しておくことも大切！



## メンタルヘルス対策の前提は労働安全衛生管理！ ～「健康経営」の視座から～

教職員のメンタルヘルス対策の前提となるのは、学校における労働安全衛生管理です。

しかし、沖縄県の公立学校では労働安全衛生管理の取組がまだ十分とは言えない教育委員会や学校があり、全県的な取組の推進が必要です。

令和6年8月に示された中央教育審議会答申\*においても、教師のメンタルヘルス対策と労働安全衛生管理の必要性が指摘されており、各教育委員会や学校では労働安全衛生法等により義務付けられている体制整備（衛生推進者・衛生管理者の選任や衛生委員会の設置、産業医の選任等）はもとより、全ての学校における労働安全衛生管理の徹底とメンタルヘルス対策の充実が強く求められています。

一方、民間企業等では労働力不足や優秀な人材の確保が課題となる中、従業員の心身の健康を確保するための積極的な取組が「健康経営」というキーワードで拡がりを見せています。「健康経営」とは従業員の健康保持・増進の取組が組織の成果や価値の向上に繋がるとの考えの下、健康管理を経営的視点から捉え、戦略的に実践することで、メリットとして、1. 生産力の向上、2. 従業員の休職・離職防止、3. 組織イメージの向上（新規人材の確保）、4. リスクマネジメント（労働災害の防止）等が挙げられています。

同様の課題を抱える学校教育の現場においても、関係者一人一人が「健康経営」の視座から、各々の役割と責任に基づき、各学校における労働安全衛生管理と教職員のメンタルヘルスケアの取組を積極的に推進していくことが、今はもとより、5年後、10年後の学校教育を支えるためにも必要ではないでしょうか。

\*『「令和の日本型学校教育」を担う質の高い教師の確保のための環境整備に関する総合的な方策について～全ての子どもたちへのよりよい教育の実現を目指した、学びの専門職としての「働きやすさ」と「働きがい」の両立に向けて～』（中央教育審議会答申）