



公立学校教職員のメンタルヘルスケアの指針
『メンタルサポートガイドライン』
～こころ、きづく to つながる・つなげる～



沖縄県教育委員会では、令和7年4月に、県内の公立学校教職員を対象にしたメンタルヘルスケアの指針を策定しました。

同指針は、これまでにない本県初めての取組であり、このような教職員に特化したメンタルヘルスのガイドライン等は全国的にも例が少なく、今年度からスタートした「教職員メンタルヘルスの日」（毎年5月1日、9月1日）の取組と併せて、教職員の心の健康づくりを推進していきます。

同指針では学校という職場や教職員という職の特性を踏まえて、その視点からメンタルヘルスケアについて分かりやすく解説した内容となっており、以下のポイントに留意して作成されています。

- 👉 同指針を公表することにより、一人でも多くの教職員のメンタルヘルスケアに関する意識啓発の機会としたい。
- 👉 同指針は教職員一人一人をメンタルヘルスケアに関する気づきへ導くことを目指して、教職員の目線から分かりやすい表現を目指した。
- 👉 また、文章もできるだけ平易・端的な表現とし、視覚的にも分かりやすくなるようにした。(⇒Power pointのスライドを見ながら研修を受けるイメージ)
- 👉 教職員一人一人にメンタルヘルスケアを受け入れてもらえるよう、沖縄県の実情を踏まえ、これまで取り組んできた調査研究結果のデータ等を活用してメンタルヘルスケアの必要性をしっかりと示した。
- 👉 メンタルヘルスケアの内容については、極めて初歩的・基本的な内容に精選し、より理解を深めたい人には「こころの耳」のHP等を紹介する構成とした。
- 👉 本県公立学校におけるメンタルヘルスケアについては、厚生労働省が示す職場における「4つのケア」に、本県の調査研究等を踏まえて、同僚による“チームケア”を加えた「5つのケア」とした。
- 👉 教育委員会・学校外の相談窓口等の活用を促すために、県内公立学校の教職員が利用できる相談窓口の一覧等を掲載した。