

## 東日本大震災に伴う教職員の健康調査（第2回）の結果について

## 1 目的

東日本大震災に伴う教職員のメンタルヘルスクア対策の一環として、前回（平成23年12月実施）の調査に引き続き2回目の健康調査を実施し、教職員自らが自らの健康状態を把握し、セルフケアに努めるように啓発する。

また、教職員の心身の不調を発見し、早期治療を促すことにより、震災復興を支えていく教職員の健康保持に努める。

## 2 調査の実施

(1) 対象者 全教職員

(2) 調査期間 平成25年6月21日（金）から6月28日（金）まで

(3) 実施方法

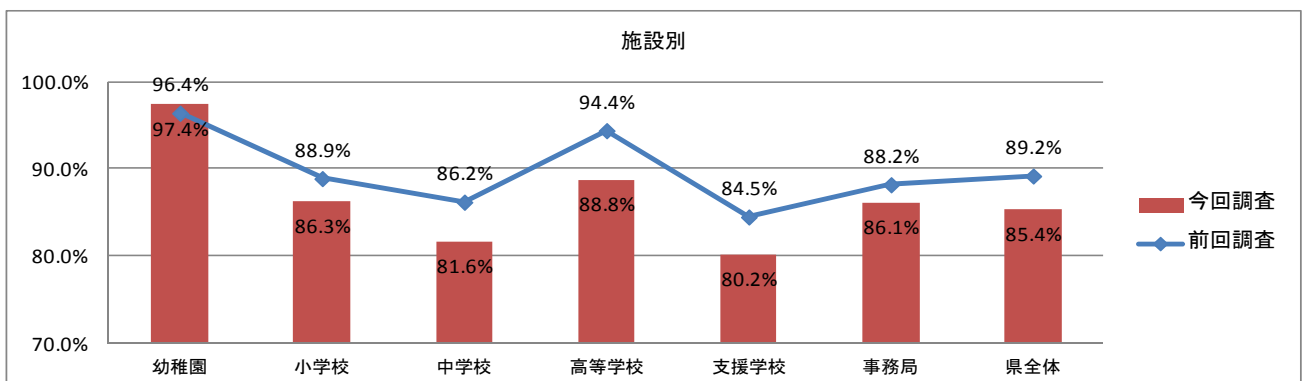
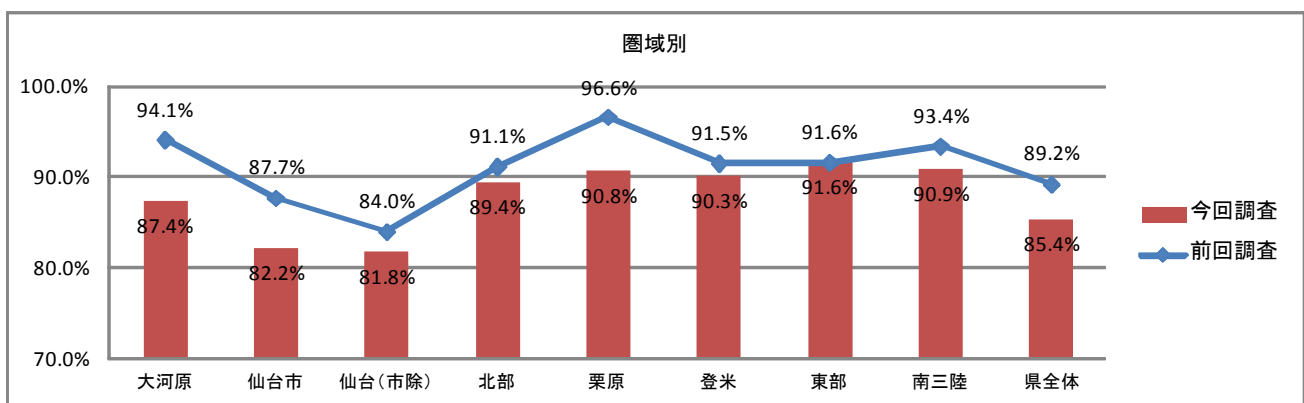
教職員は、別紙「健康調査票」により各自セルフチェックを行い、調査票を厳封の上、所属長に提出した。各所属長は、教職員から提出があった健康調査票をとりまとめ、福利課長へ送付した。

なお、今回初めて、「健康調査票」中の精神健康全般に関するチェック及び仕事に関するチェックの結果を、後日、福利課から回答者全員に親展文書で発送し、自身による健康管理を促した。

## 3 調査結果

## ■ 回答率

全教職員（公立学共済組合宮城支部に所属する全組合員）18,872人中、85.4%、16,113人の教職員から回答があり、第1回調査の回答率（89.2%）を3.8%下回った。圏域別では、大河原（94.1%→87.4%）、仙台市（87.7%→82.2%）、栗原（96.6%→90.8%）が、施設別では、中学校（86.2%→81.6%）、高等学校（94.4%→88.8%）、支援学校（84.5%→80.2%）が大きく下回った。



注：仙台（市除）とは、仙台圏域から仙台市を除いたものである。以下、同じ。

参 考

【圏域別】

(単位:人, %)

	大河原	仙台市	仙台(市除)	北部	栗原	登米	東部	南三陸	県全体
対象者	1,793	6,880	3,921	2,000	693	862	1,841	882	18,872
回収者	1,567	5,655	3,208	1,787	629	778	1,687	802	16,113
今回調査	87.4%	82.2%	81.8%	89.4%	90.8%	90.3%	91.6%	90.9%	85.4%
前回調査	94.1%	87.7%	84.0%	91.1%	96.6%	91.5%	91.6%	93.4%	89.2%

【施設別】

(単位:人, %)

	幼稚園	小学校	中学校	高等学校	支援学校	事務局	県全体
対象者	155	7,752	4,553	4,264	1,319	829	18,872
回収者	151	6,688	3,717	3,785	1,058	714	16,113
今回調査	97.4%	86.3%	81.6%	88.8%	80.2%	86.1%	85.4%
前回調査	96.4%	88.9%	86.2%	94.4%	84.5%	88.2%	89.2%

【回答者／年代別】

(単位:人, %)

10代・20代	1,720	10.7
30代	2,802	17.4
40代	5,313	33.0
50代	5,721	35.5
60代	160	1.0
不明	397	2.5
合計	16,113	100.0

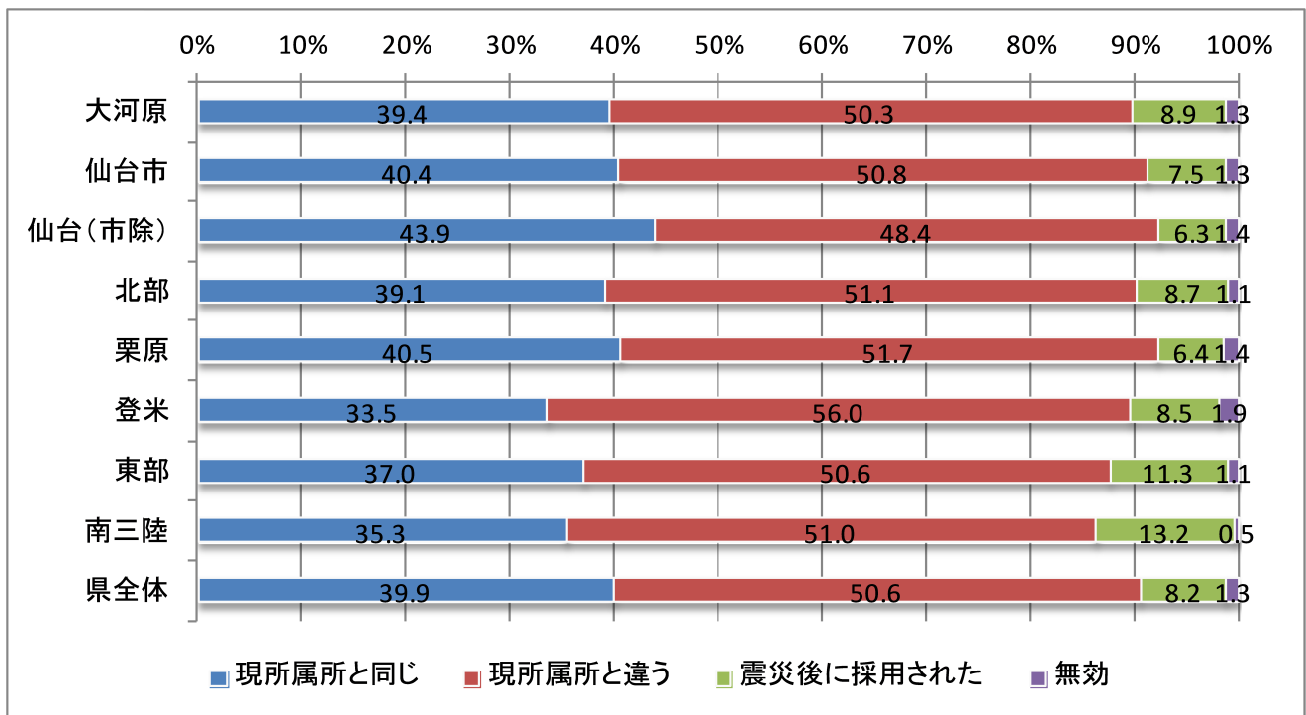
性別

(単位:人, %)

男	8,666	53.8
女	7,336	45.5
不明	111	0.7
合計	16,113	100.0

■ 震災時と現在の所属所の違い

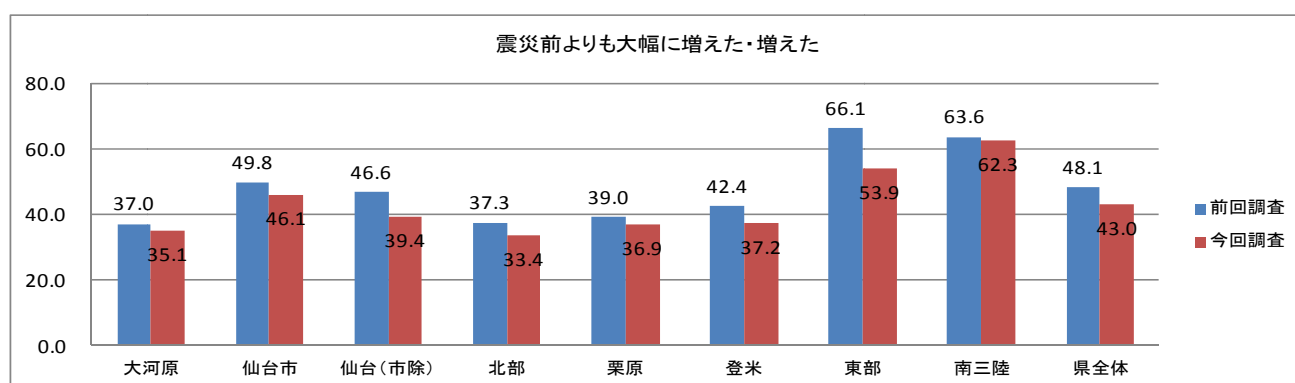
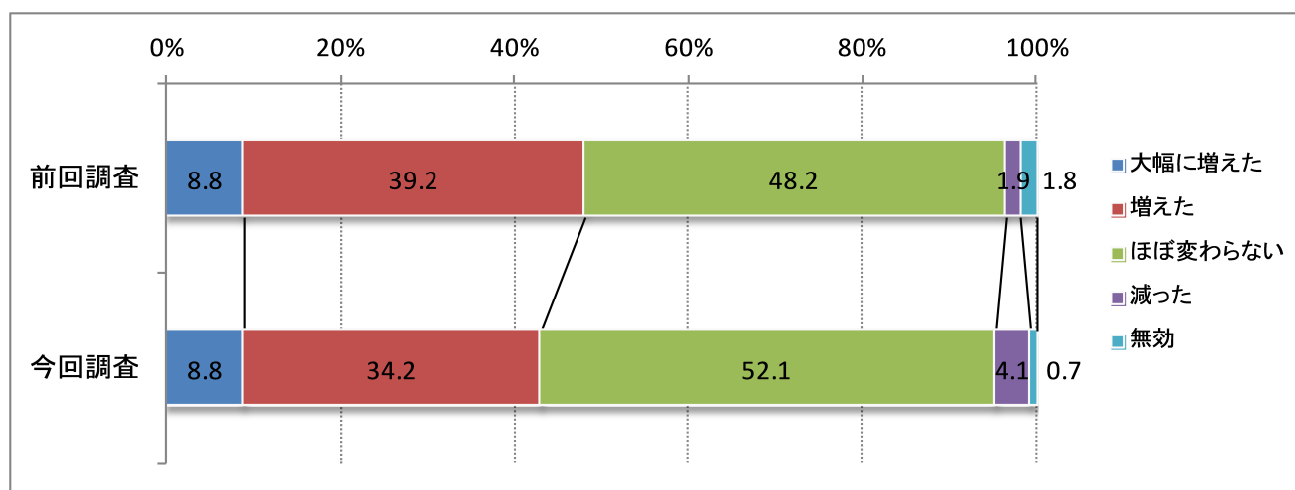
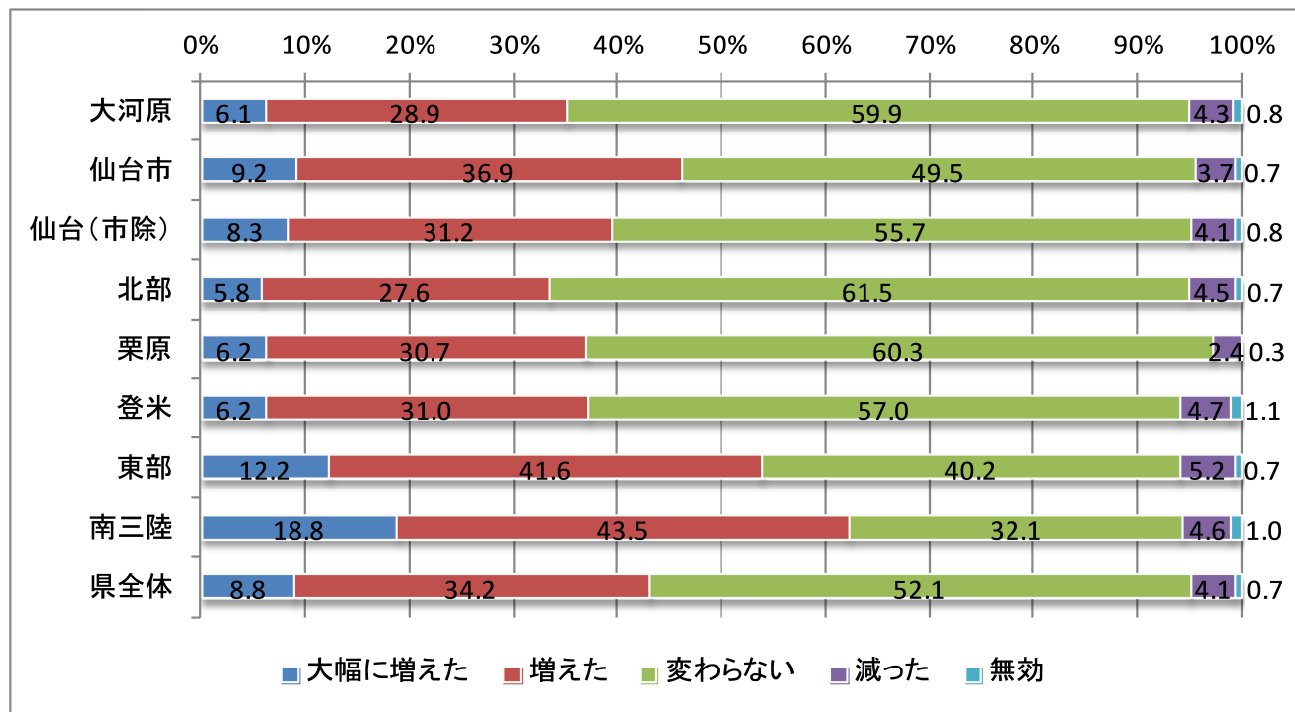
震災時と同じ所属所のままの教職員が39.9% (6,434人) いる一方、異動した教職員が50.6% (8,149人) の半数で、震災後に採用された教職員が8.2% (1,325人) となっている。



■ 現在の状況

(1) 業務量の状況について

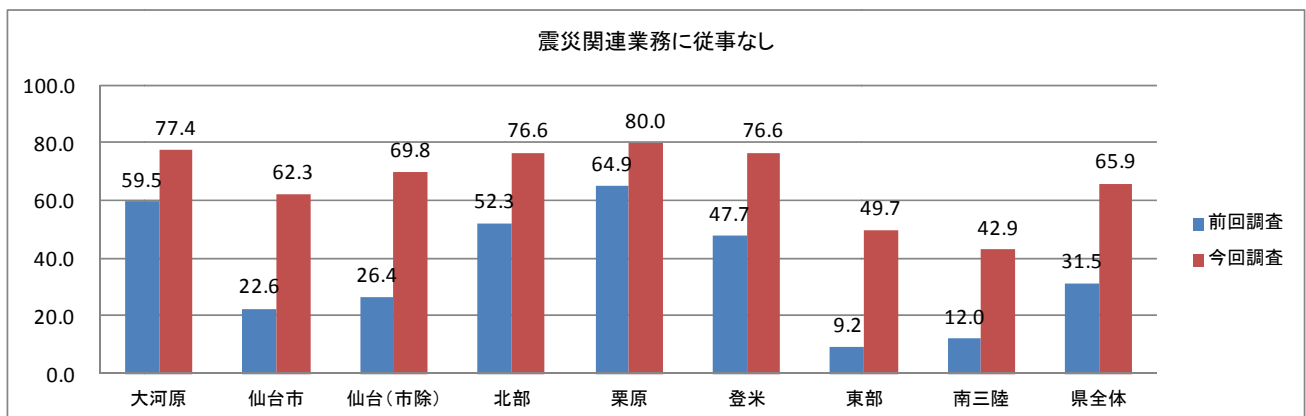
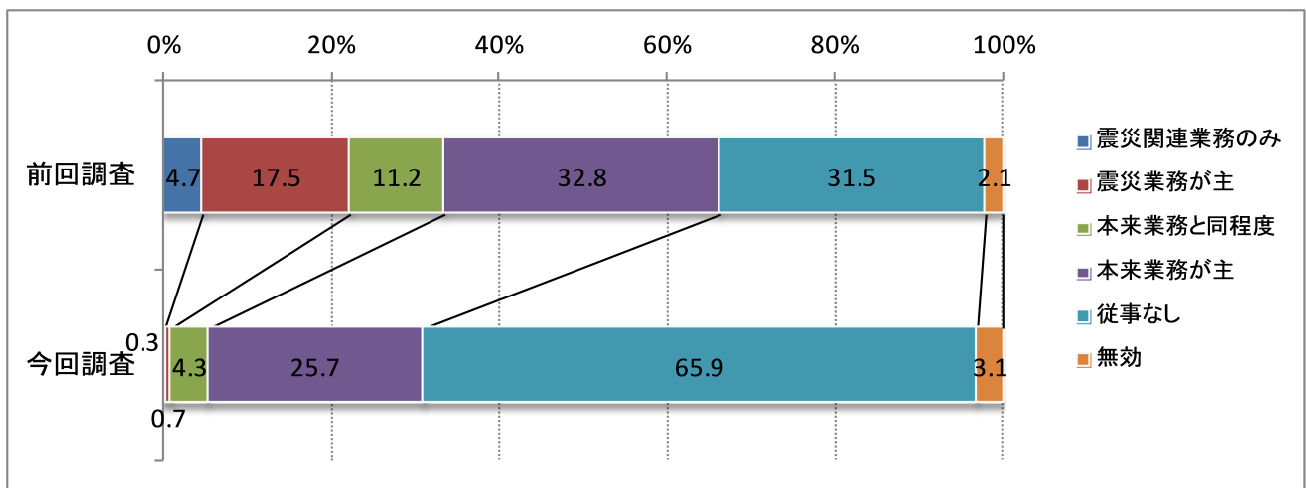
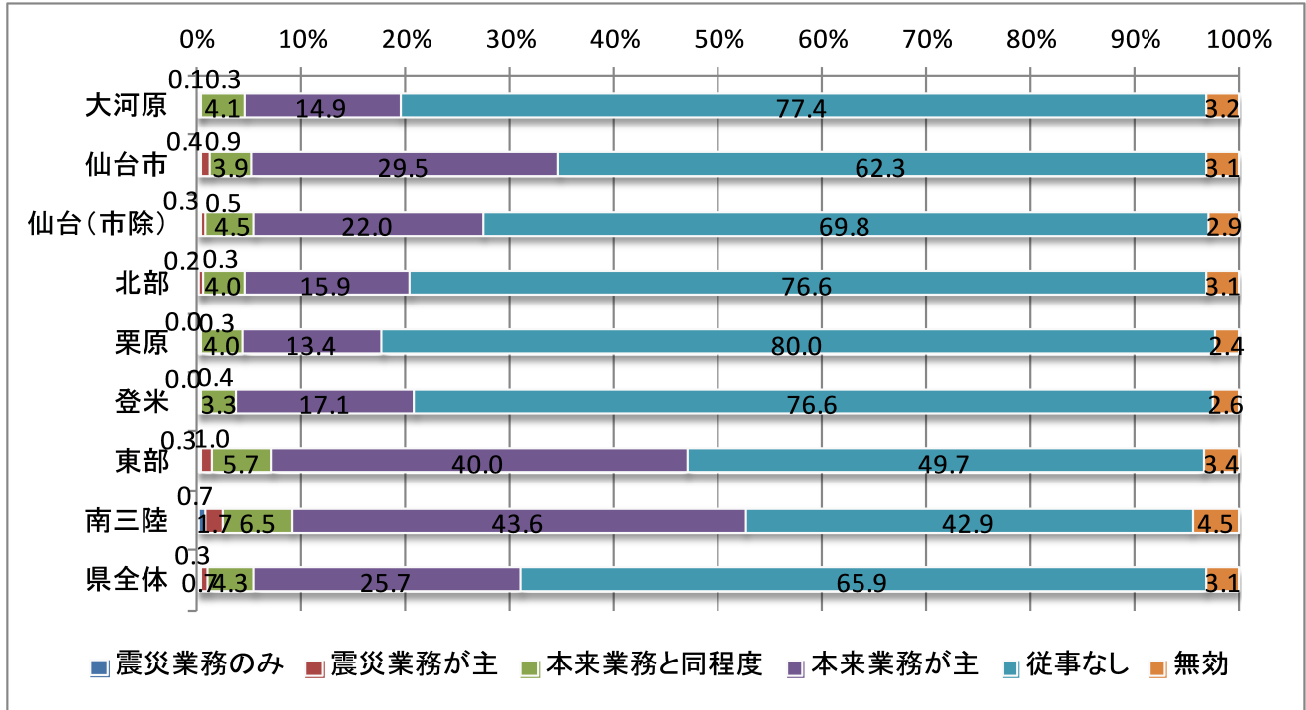
震災後に採用された教職員を除く回答者のうち52.1%（7,599人）、約半数が「変わらない」と回答しているが、東部圏域（53.8%）及び南三陸圏域（62.3%）では5割を超える教職員が「大幅に増えた」または「増えた」と回答している。前回調査と比較すると、「増えた」の回答が39.2%（6,662人）から34.2%（4,988人）に減少している。「大幅に増えた」と「増えた」を合わせてみると、仙台圏域（市除）（46.6%→39.4%）、登米圏域（42.4%→37.2%）、東部圏域（66.1%→53.9%）で減少の割合が大きいが、以前として圏域の中では東部圏域（53.9%）、南三陸圏域（62.3%）が高い割合である。



(2) 震災関連業務の従事状況について

回答者の91.6%(14,755人)が「本来業務が主」または「従事なし」と回答し、現在ではほとんど震災関連業務に従事していない。一方、東部圏域(49.7%)及び南三陸圏域(42.9%)では、「従事なし」が5割未満と少なくなっている。

前回調査と比較すると、「従事なし」(31.5%→65.9%)の割合が大幅に増えた。仙台市(22.6%→62.3%)、仙台圏域(市除)(26.4%→69.8%)、東部圏域(9.2%→49.7%)、南三陸圏域(12.0%→42.9%)で特に増えた。

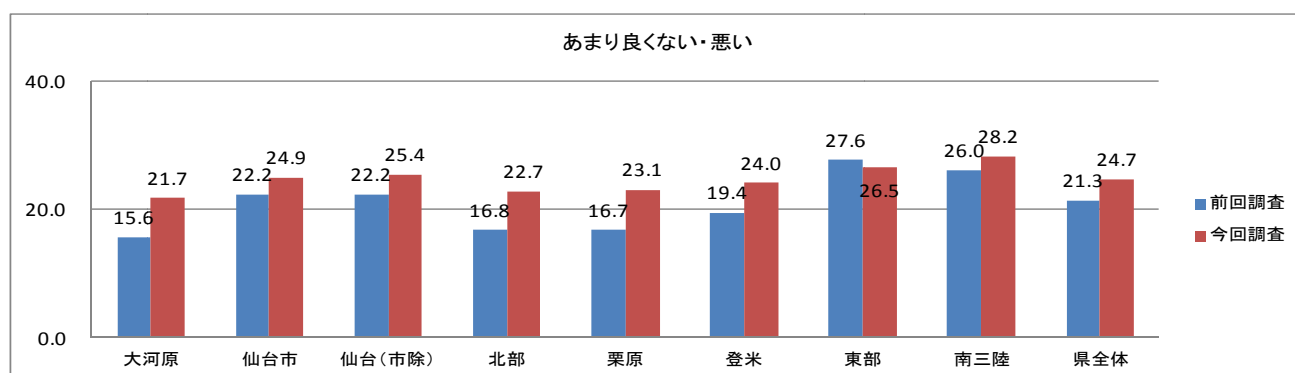
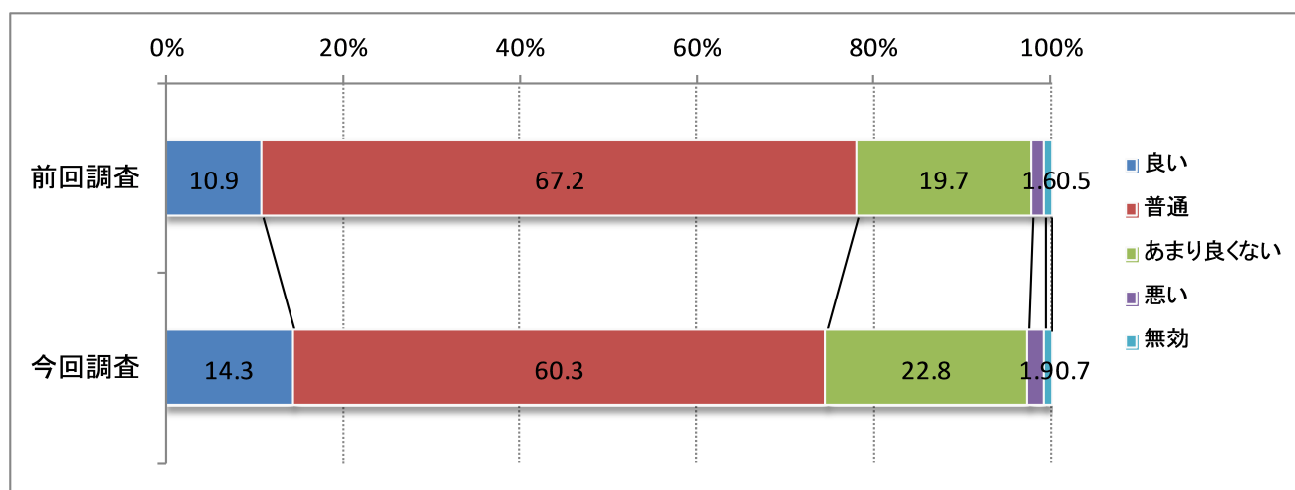
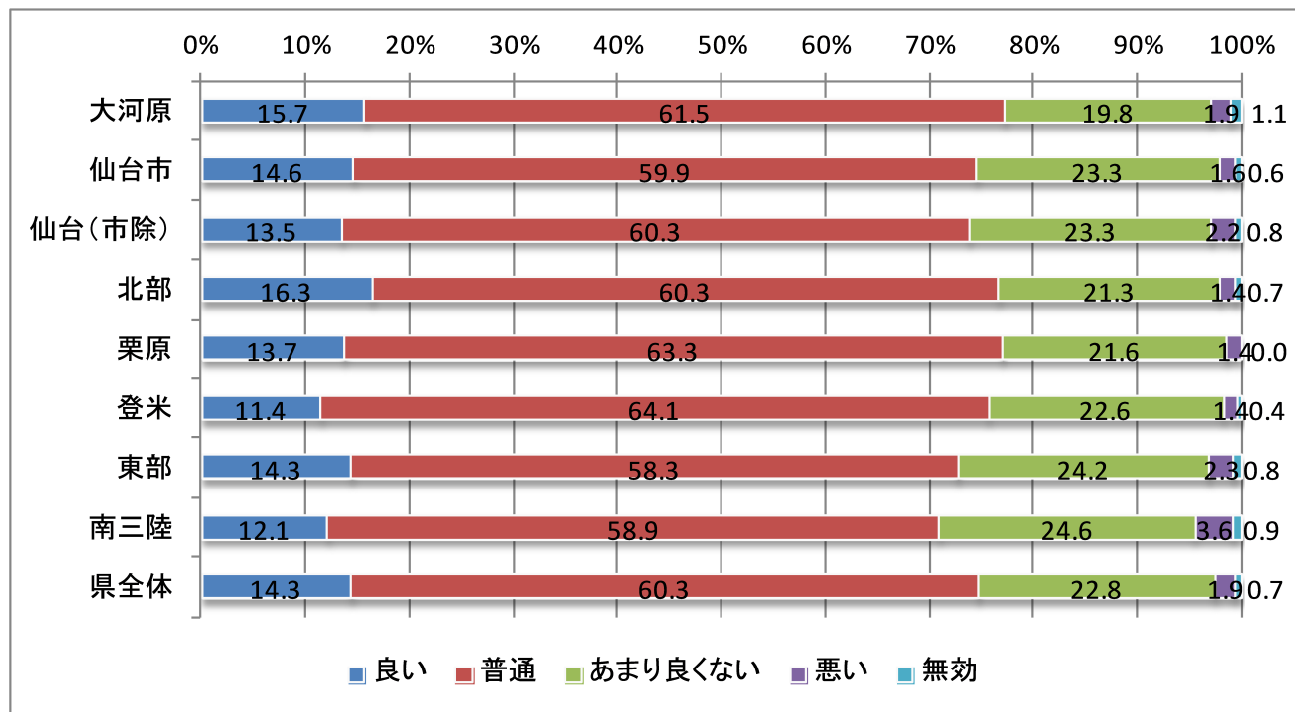


■ 現在の健康状態

(1) 体調について

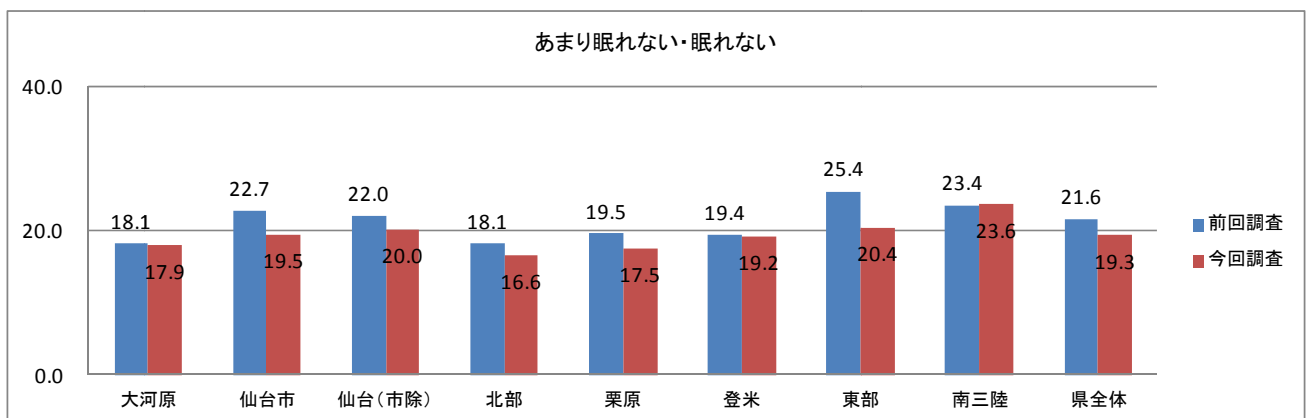
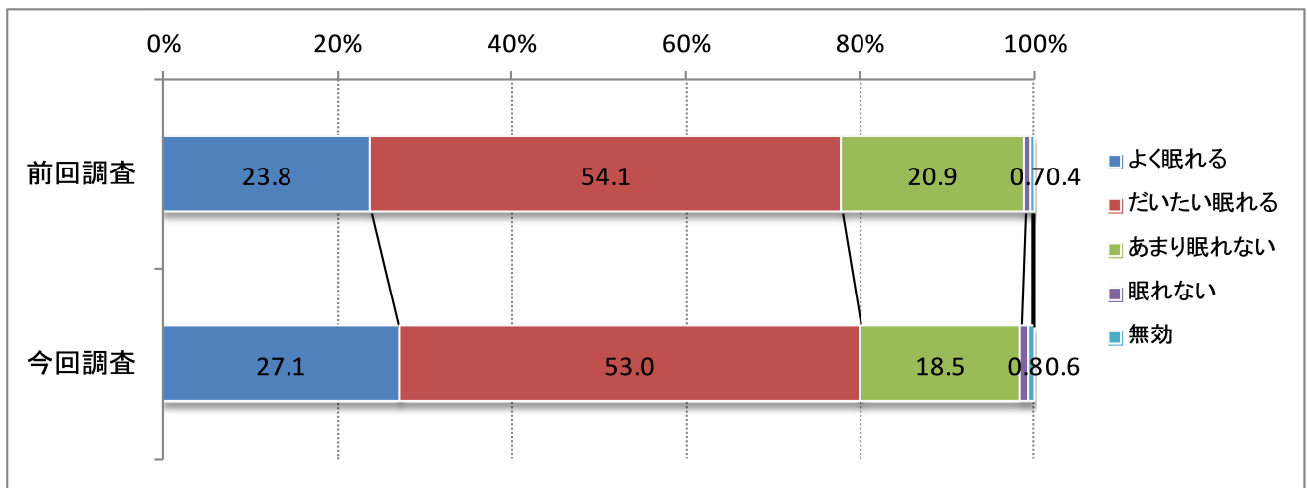
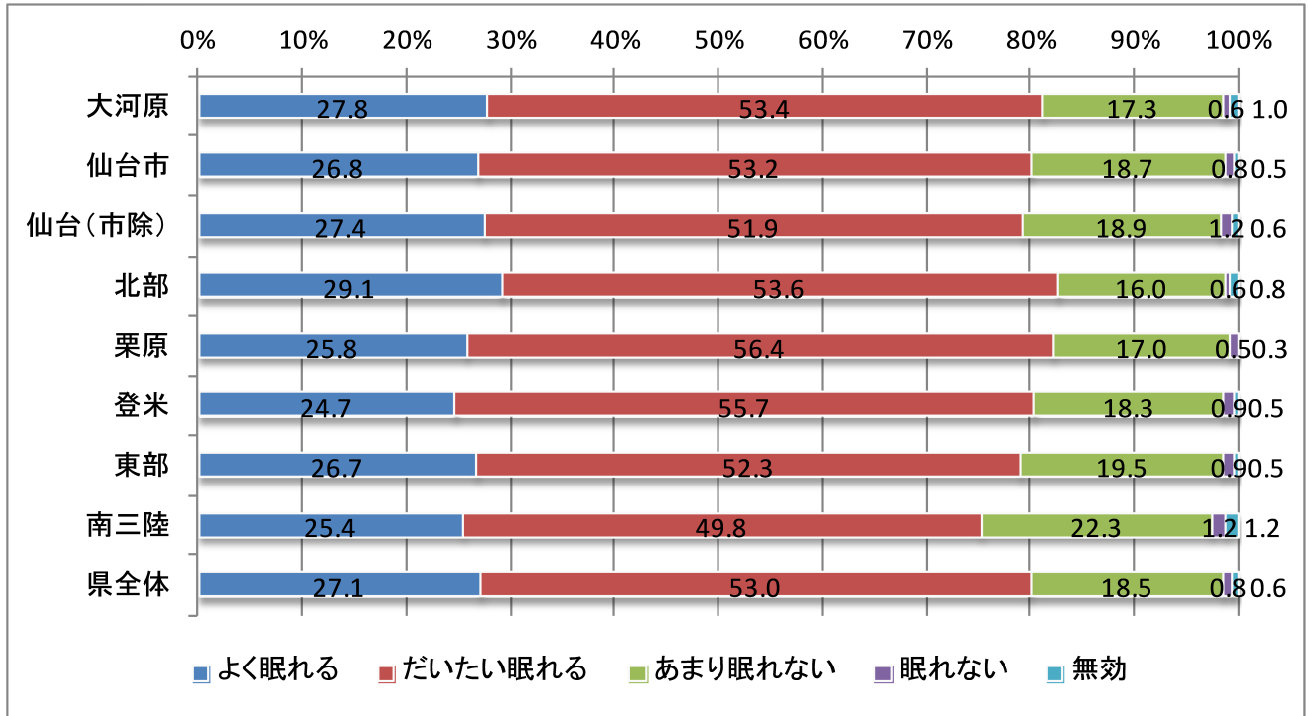
回答者の 74.6% (12,027 人) の教職員が「良い」または「普通」と回答している。しかし、「あまり良くない」または「悪い」と回答している教職員は 24.7% (3,975 人) で、前回 (21.3%) より割合が若干多くなっている。

また、「あまり良くない」と「悪い」を合わせてみると、ほとんどの圏域で前回より割合が多くなっており、大河原圏域 (15.6%→21.7%)、北部圏域 (16.8%→22.7%)、栗原圏域 (16.7%→23.1%) で特に多くなっている。



(2) 睡眠について

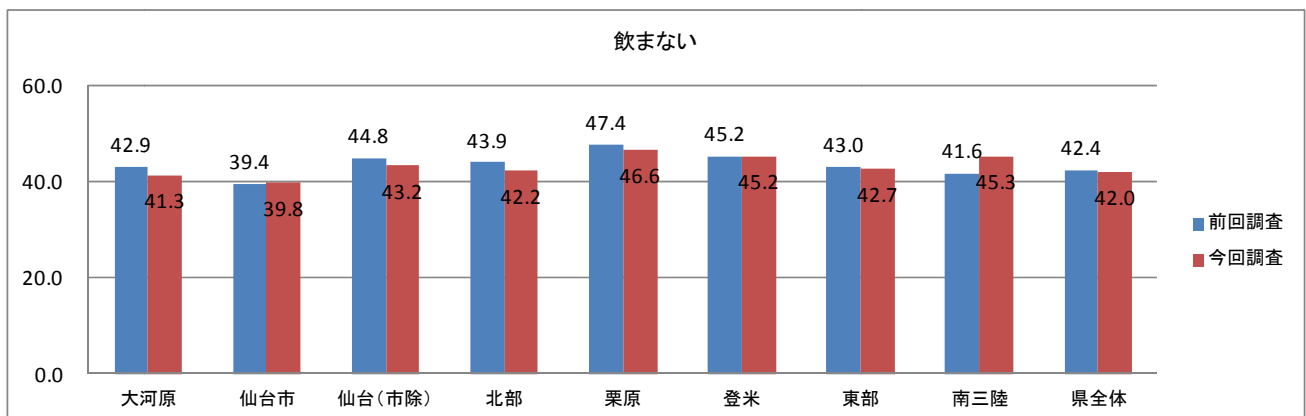
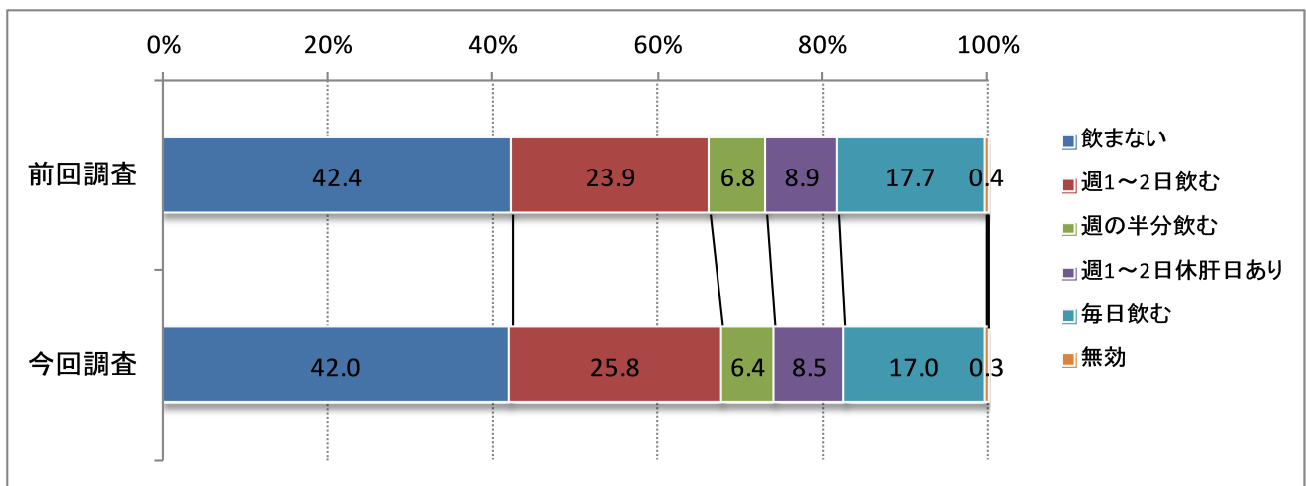
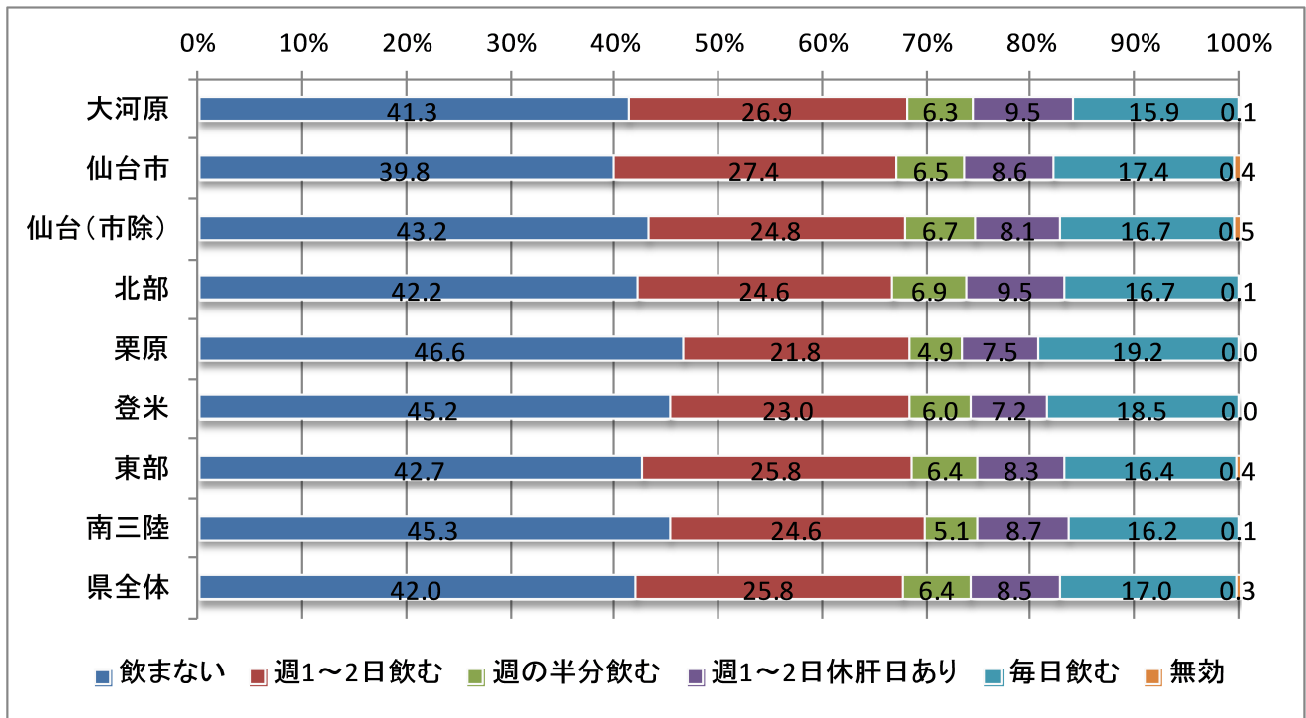
回答者の 80.1% (12,899 人) が「よく眠れる」または「だいたい眠れる」と回答している。「あまり眠れない」または「眠れない」の回答も 19.3% (3,111 人) あったが、前回 (21.6%) より少なくなっている。「あまり眠れない」と「眠れない」を合わせてみると、南三陸圏域 (23.4%→23.6%) で割合が高いままとされており、仙台市圏域 (22.7%→19.5%)、東部圏域 (25.4%→20.4%) では大きく減少した。



(3) 飲酒について

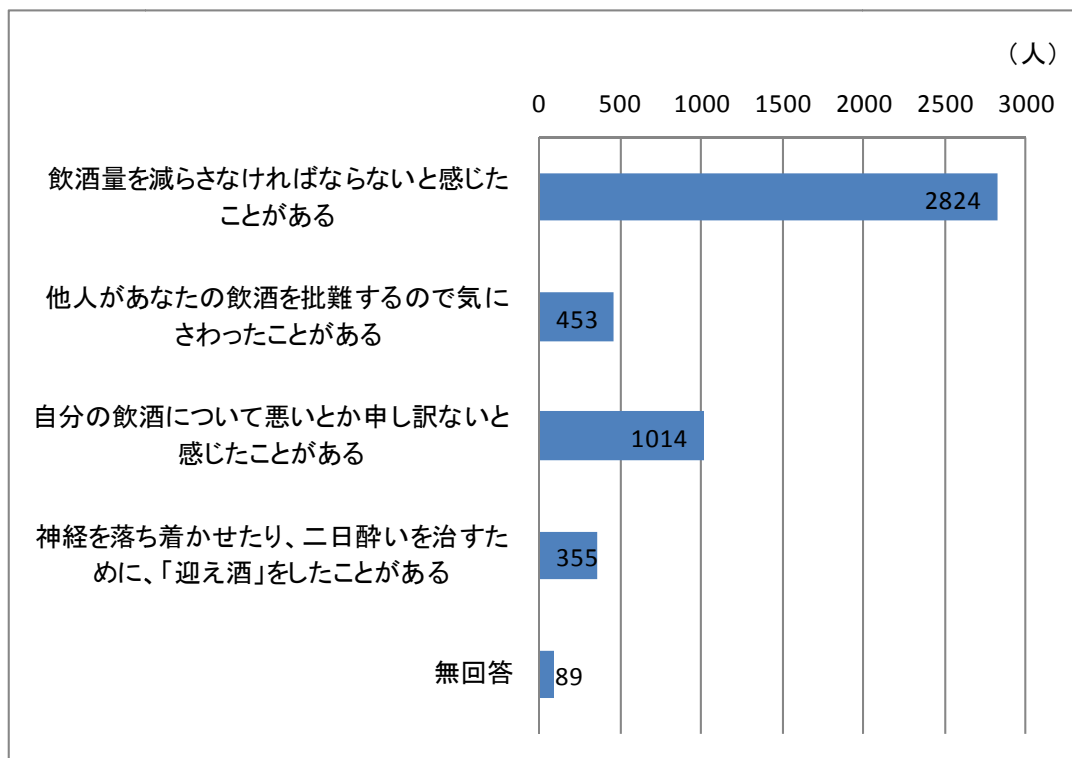
① 飲酒の頻度

回答者の42.0%（6,764人）が「飲まない」と回答している。圏域別に見ても、前回とほぼ変わらないが、南三陸圏域（41.6%→45.3%）で若干割合が増えている。



## ② 過去30日間を振り返って

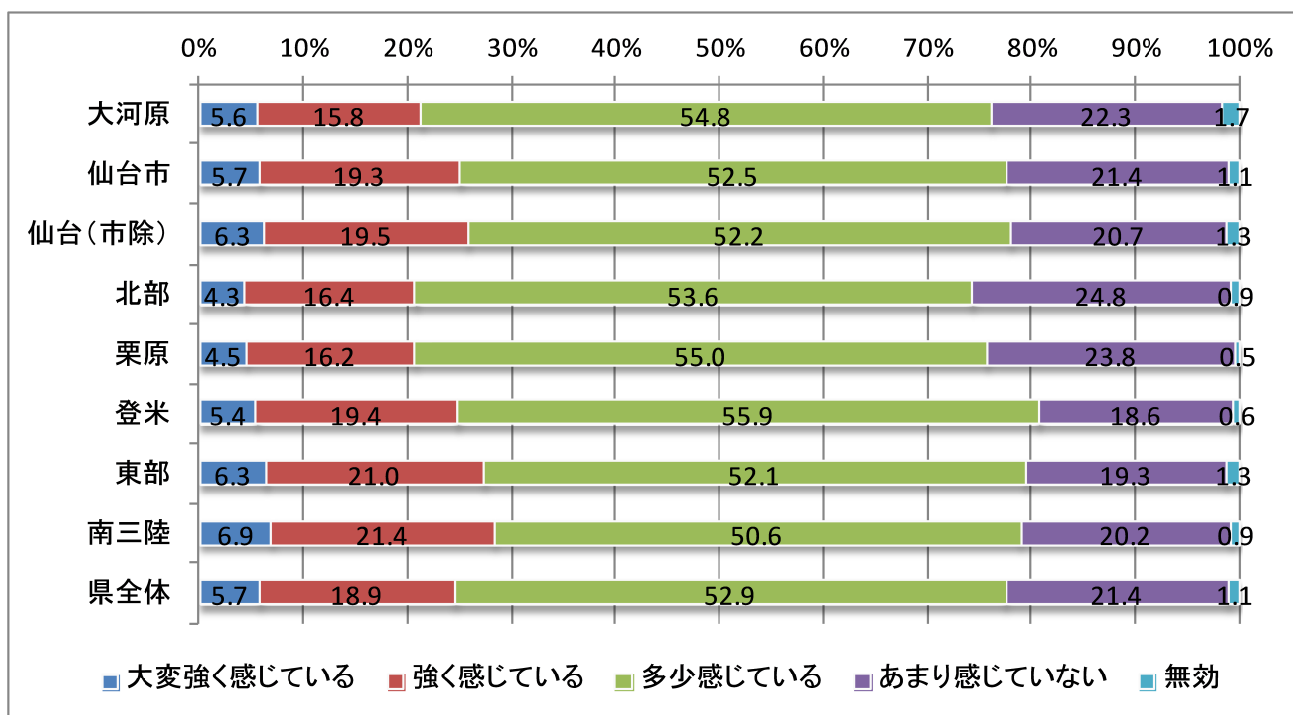
「お酒を飲む」と回答した57.7% (9,301人)の中で、「飲酒量を減らさなければならぬと感じたことがある」の回答30.4% (2,824人)が一番多い。次いで「自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがある」10.9% (1,014人)の順となっている。



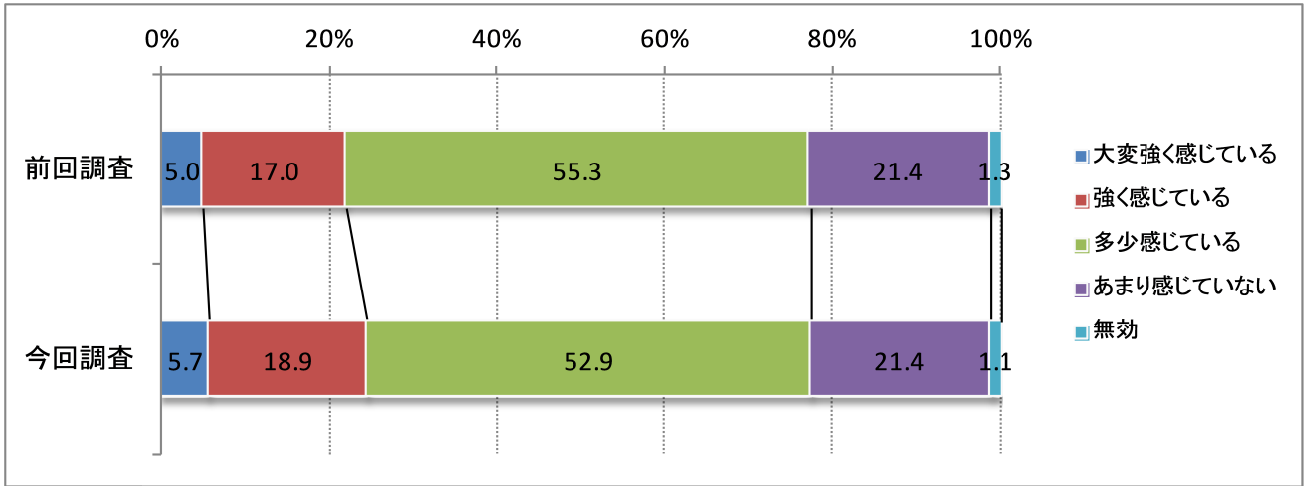
## (4) ストレスについて

### ① ストレスの程度

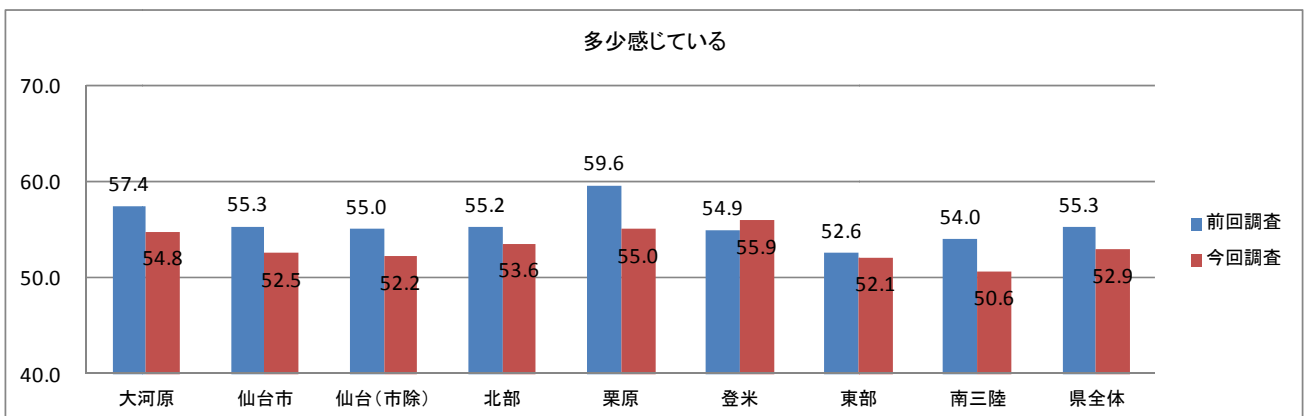
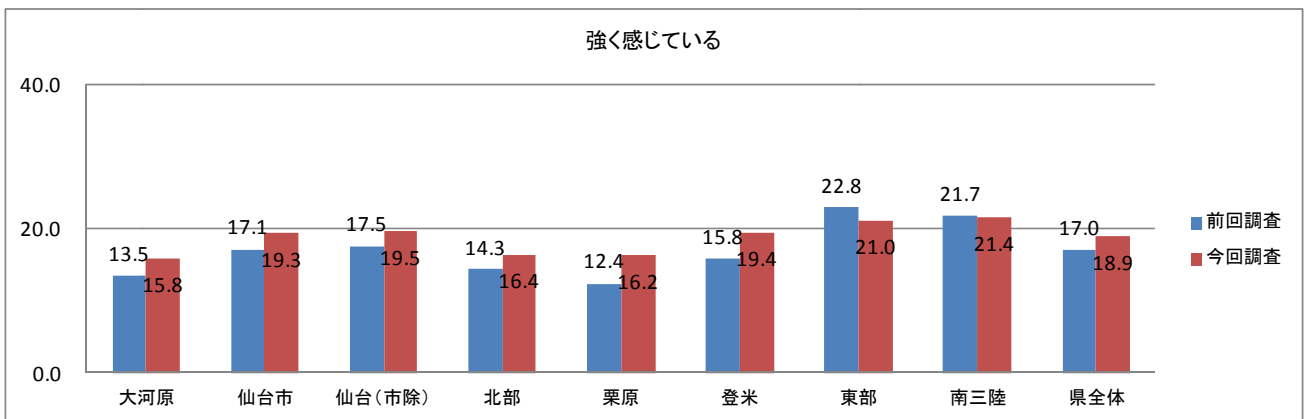
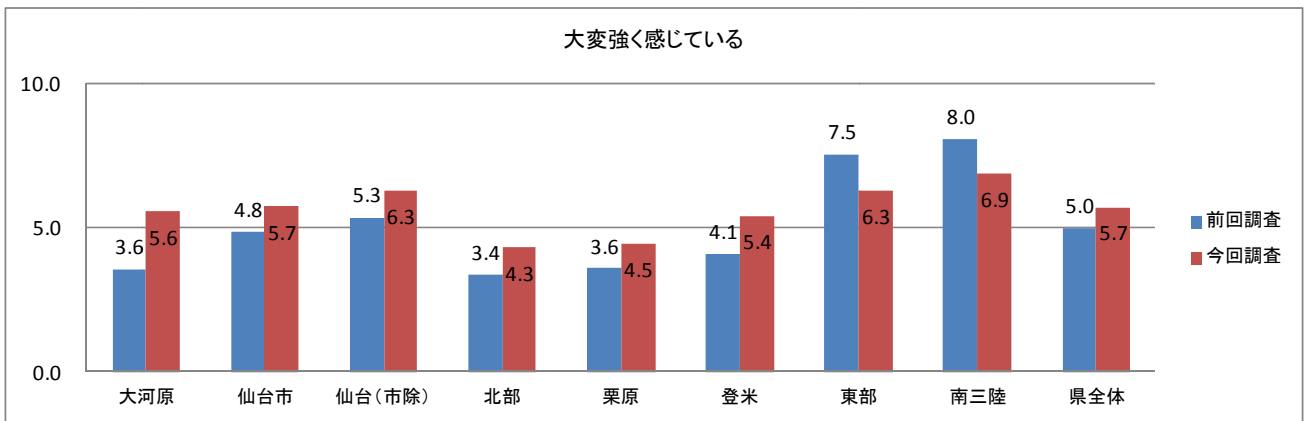
回答者の24.6% (3,959人)がストレスを「大変強く」または「強く」感じており、前回(22.0%)より割合が若干増えた。東部圏域(27.3%)、南三陸圏域(28.3%)では前回同様高かったが、「あまり感じていない」割合が、東部圏域19.3% (325人)、南三陸圏域20.2% (162人)で、前回(東部15.8%、南三陸15.4%)と比べて増えている。

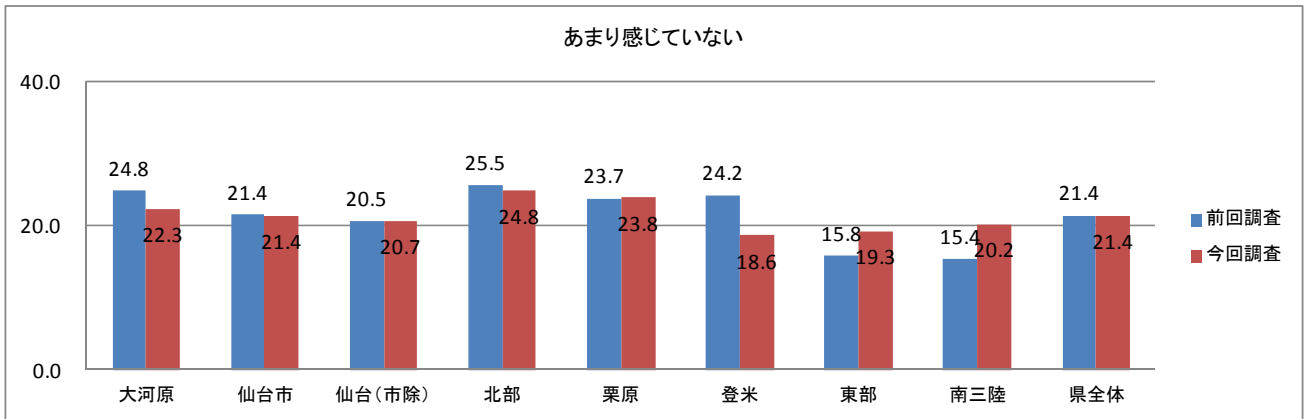






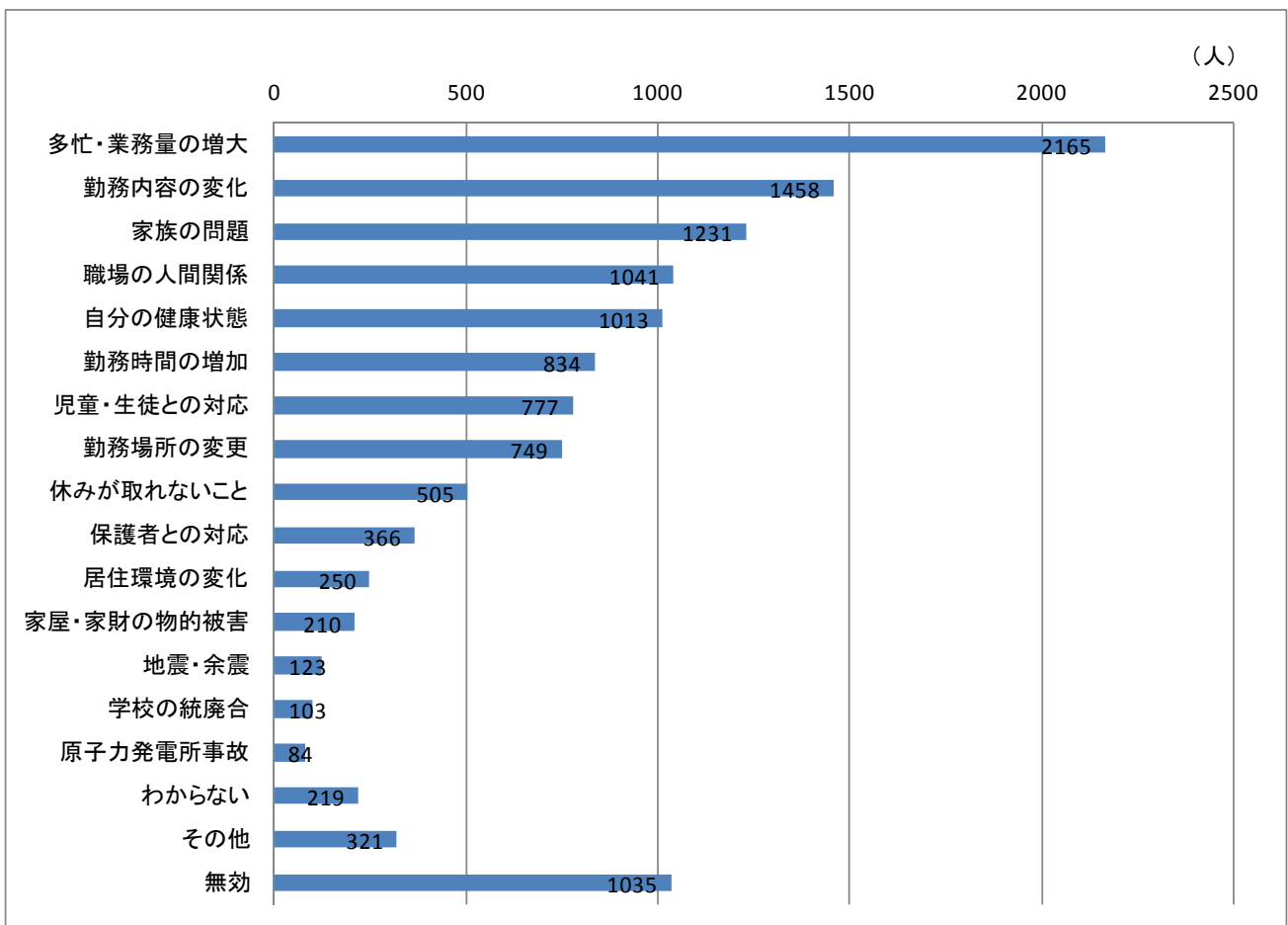
次に、圏域別に前回調査と比較すると、「多少感じている」の割合が、登米圏域（54.9%→55.9%）を除き全体的に減少し、「あまり感じていない」が東部圏域（15.8%→19.3%）、南三陸圏域（15.4%→20.2%）で増加、その他の圏域（大河原・仙台市・仙台（市除）・北部・栗原・登米）では「大変強く感じている」「強く感じている」の割合が増えていることがわかる。





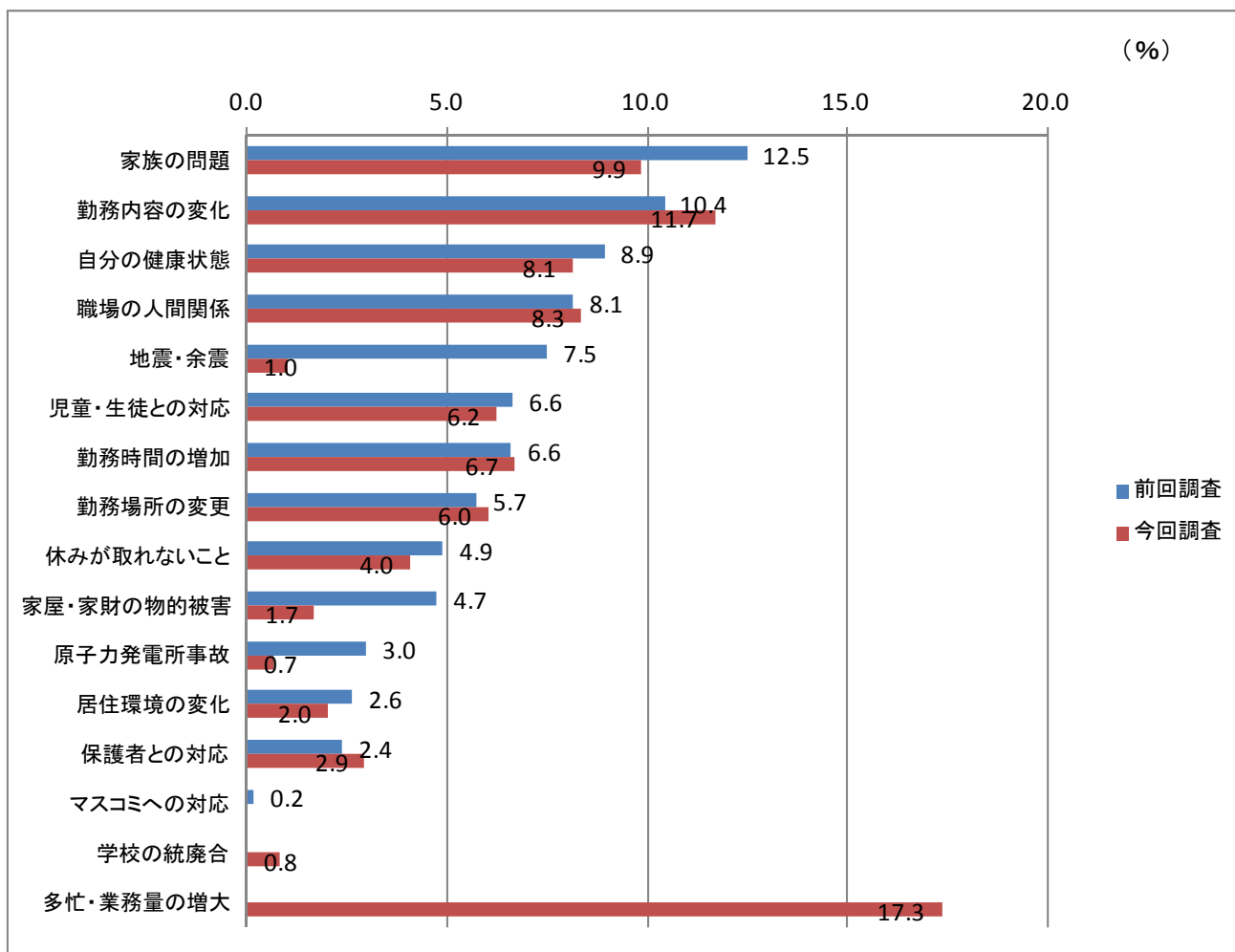
## ② ストレスの原因

今回の一番のストレスの原因は、1位が「多忙・業務量の増大（今回より追加）」（2,165人）であった。「勤務内容の変化」「家族の問題」「職場の人間関係」「自分の健康状態」は、前回に続いて回答者が1,000人を超えていた。

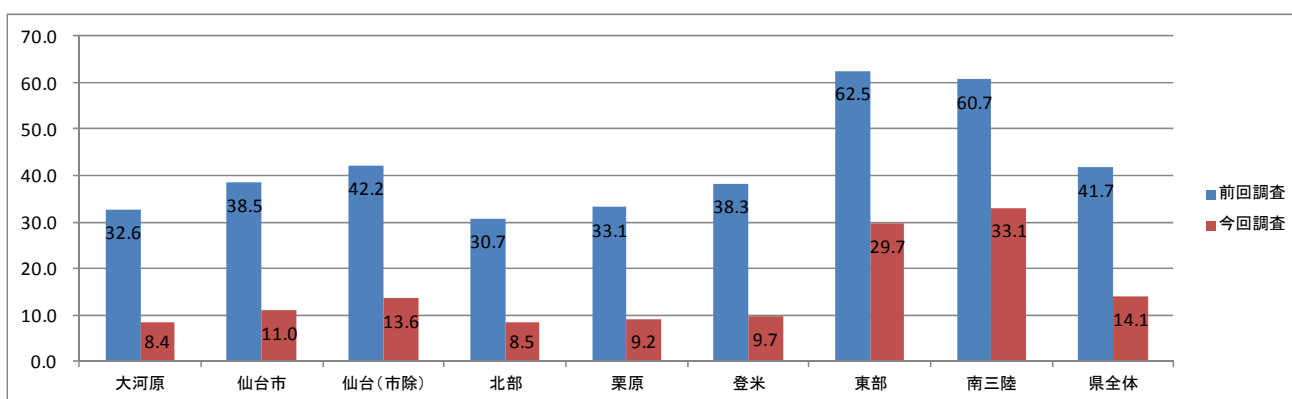


※複数回答なし

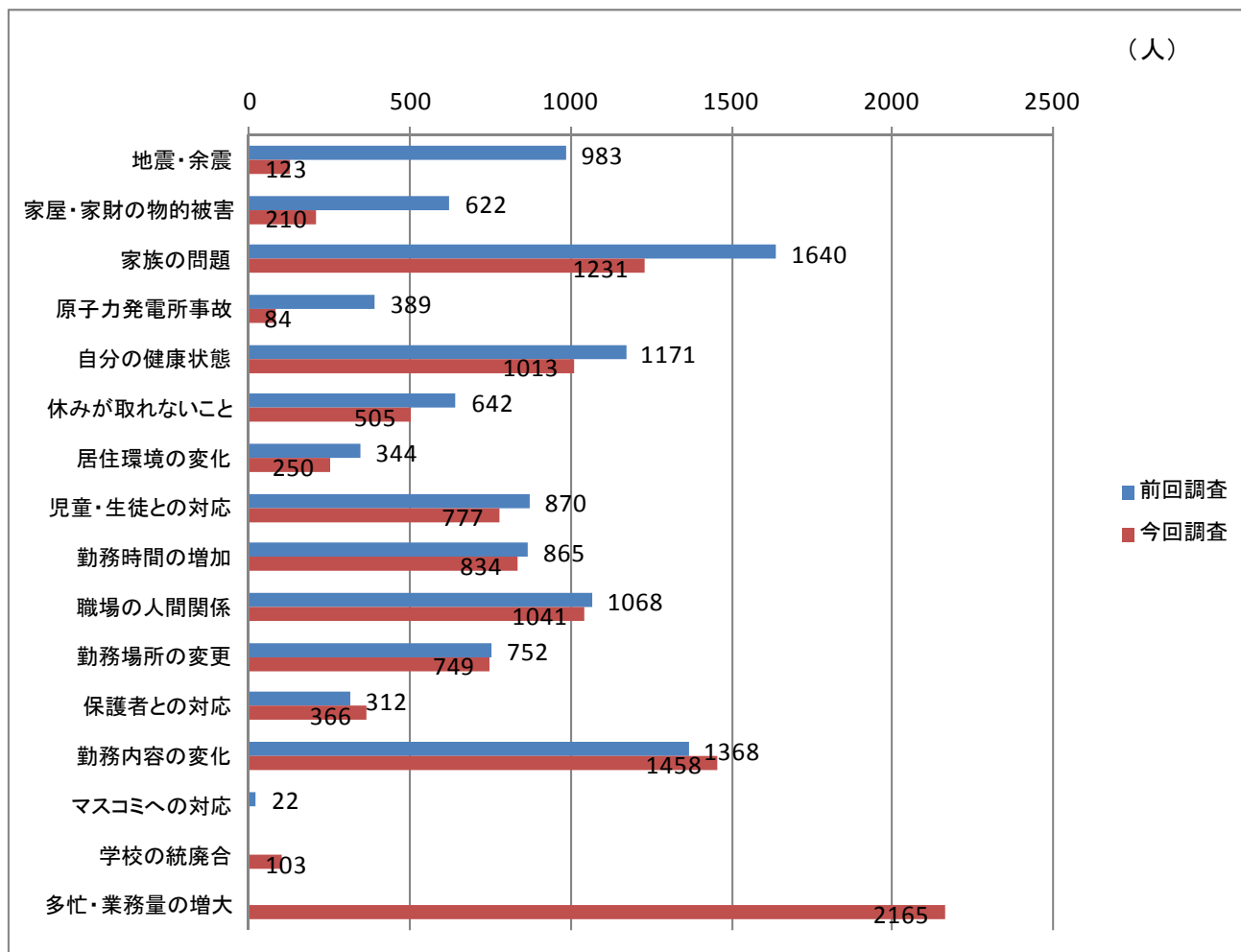
一番のストレスの原因について前回調査と比較をすると、前回割合の多かった「家族の問題」(12.5%→9.9%)「勤務内容の変化」(10.4%→11.7%)「自分の健康状態」(8.9%→8.1%)「職場の人間関係」(8.1%→8.3%)は今回も多かった。震災関連の「地震・余震」(7.5%→1.0%)「家屋・家財の物的被害」(4.7%→1.7%)「原子力発電所事故」(3.0%→0.7%)の割合は大きく減少した。また、今回より追加した「多忙・業務量の増大」(17.3%)が多かった。



一番のストレスの原因が震災と関連があるかどうかについては、県全体で、前回の41.7%の「震災と関連がある」という回答から、今回14.1%に減少している。今回も、東部圏域(29.7%)と南三陸圏域(33.1%)が多かった。

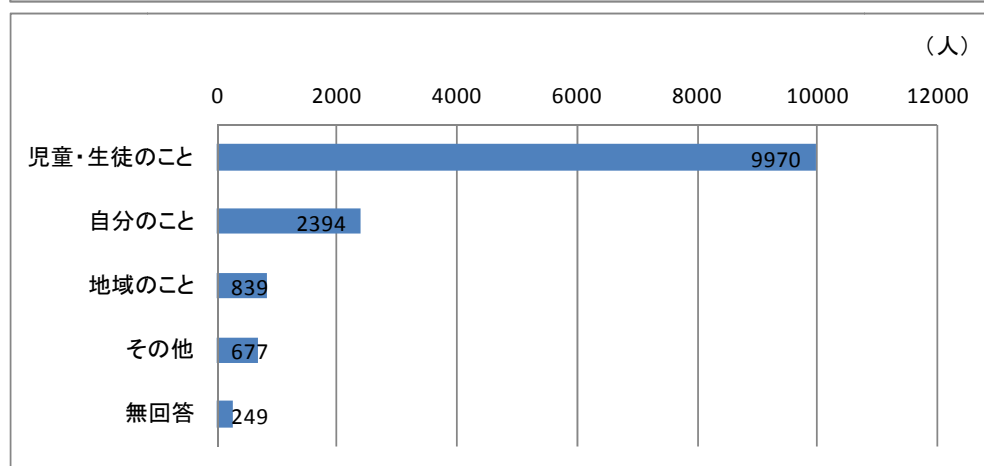
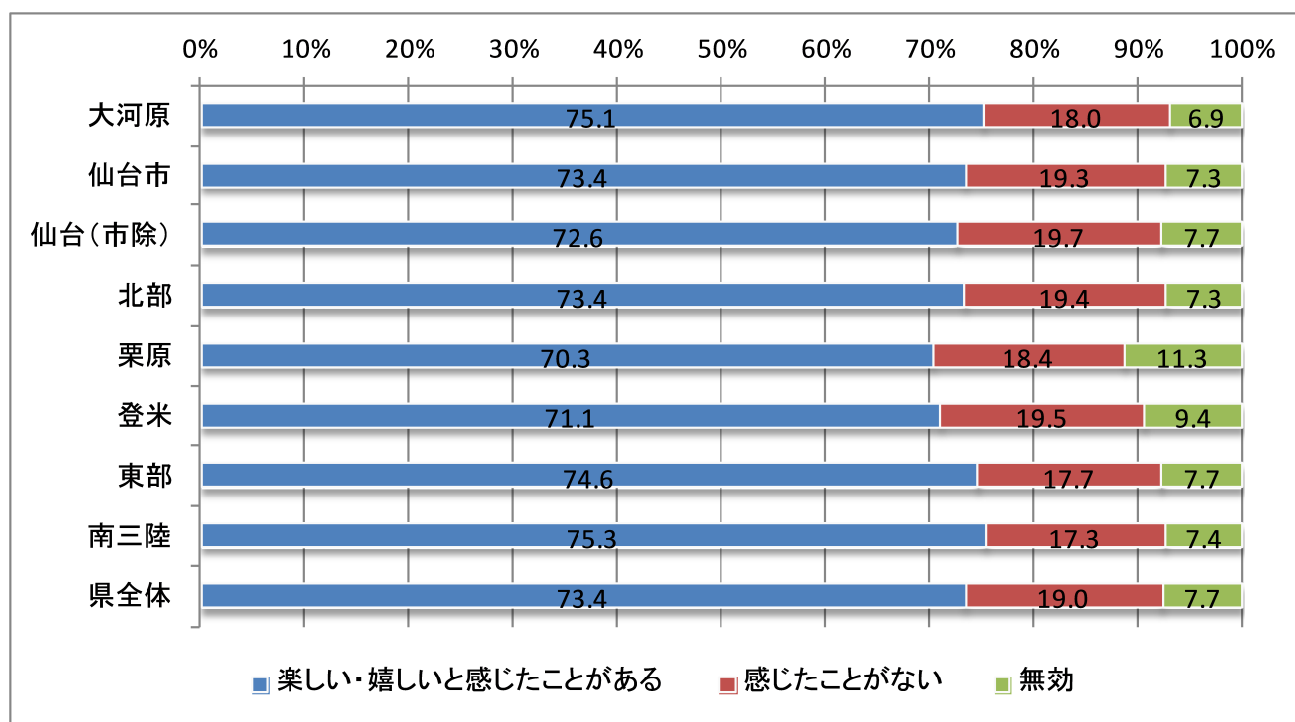


次に、前回調査と比較して、増減幅の多い順に見てみると、「地震・余震」(983人→123人)、「家屋・家財の物的被害」(622人→210人)、「家族の問題」(1640人→1231人)、「原子力発電所事故」(389人→84人)について多かった。これらは、震災に直接関係のある項目が多いことがわかる。震災から2年以上が過ぎ、これらにかかるストレスが減る一方で、依然として震災等による業務の多忙、増大が考えられ、今回より追加した「多忙・業務量の増大」の回答が多かったことが推測される。



## (5) 仕事について

この一年、仕事について「楽しい・嬉しいと感じたことがある」回答者は73.4%（11,824人）だったが、「感じたことがない」回答者も19.0%（3,056人）いた。具体的な内容として、「児童・生徒のこと」をあげる回答者84.3%（9,970人）が最も多かった。



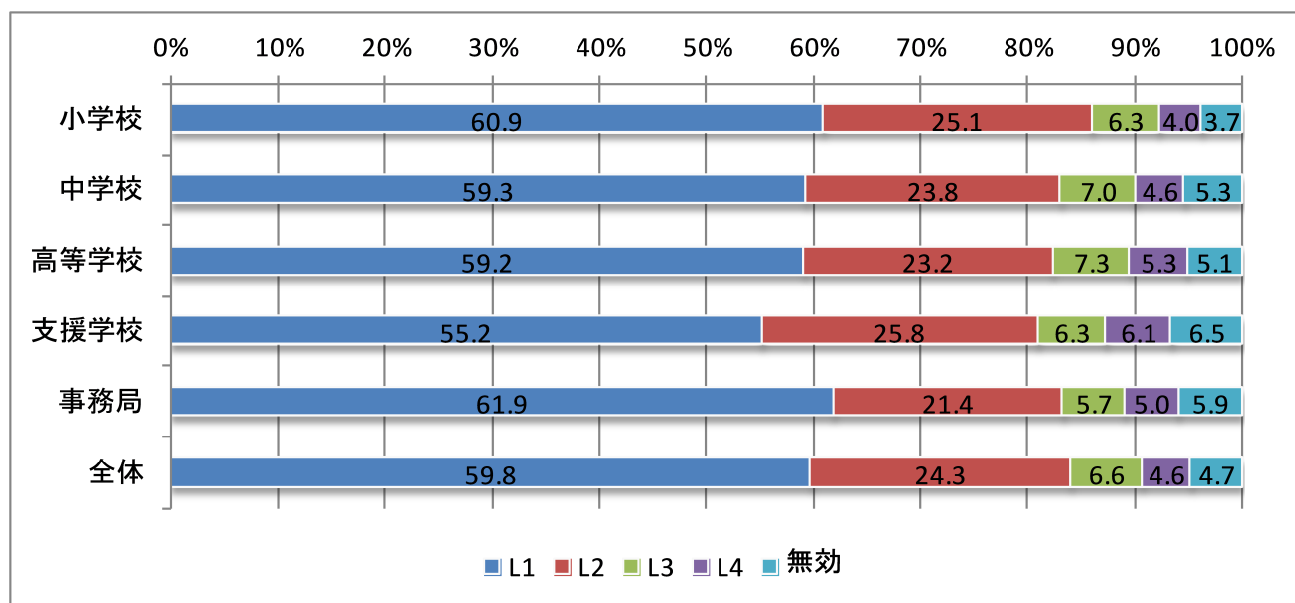
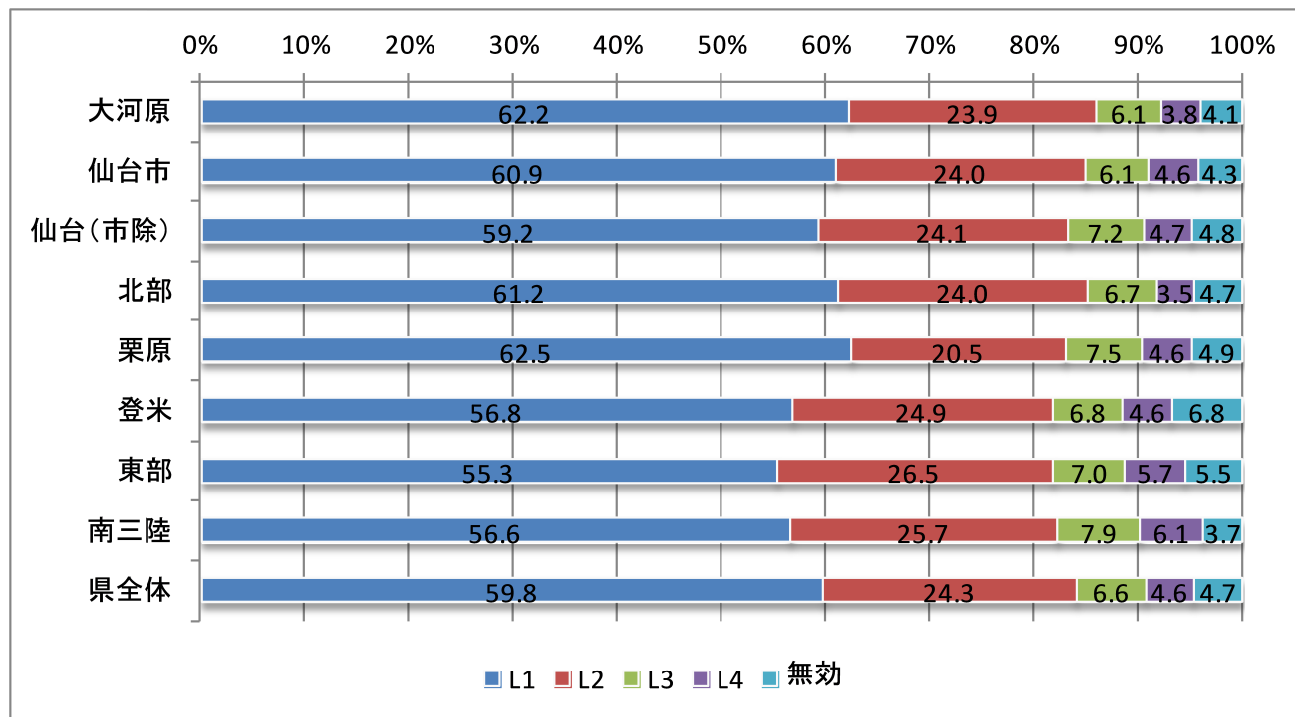
※複数回答可

## ■ メンタルヘルスの状況

### (1) 精神健康全般に関するチェック

前回同様、精神健康全般に関しては、6項目の質問（K6）により4つのレベルで評価を行った。その結果、レベル1（心配ない）は59.8%（9,636人）、レベル2（注意が必要）は24.3%（3,909人）で、84.1%の教職員はセルフケアで対応可能とされるレベル2以下であった。前回（83.6%）より若干増えた。

レベル3（かなり注意が必要）は6.6%（1,071人）、レベル4（要注意）は4.6%（743人）となっており、前回と比べほぼ変化がなかった。

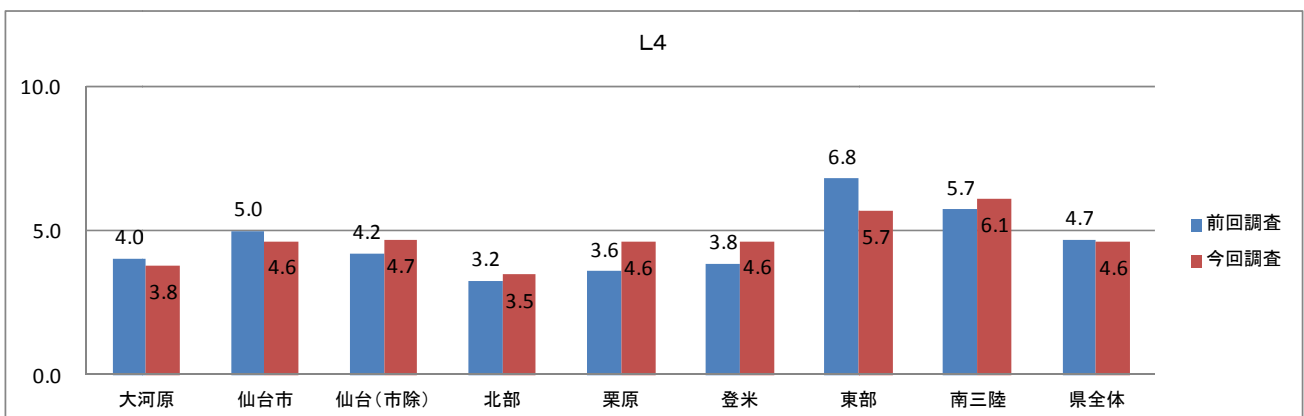
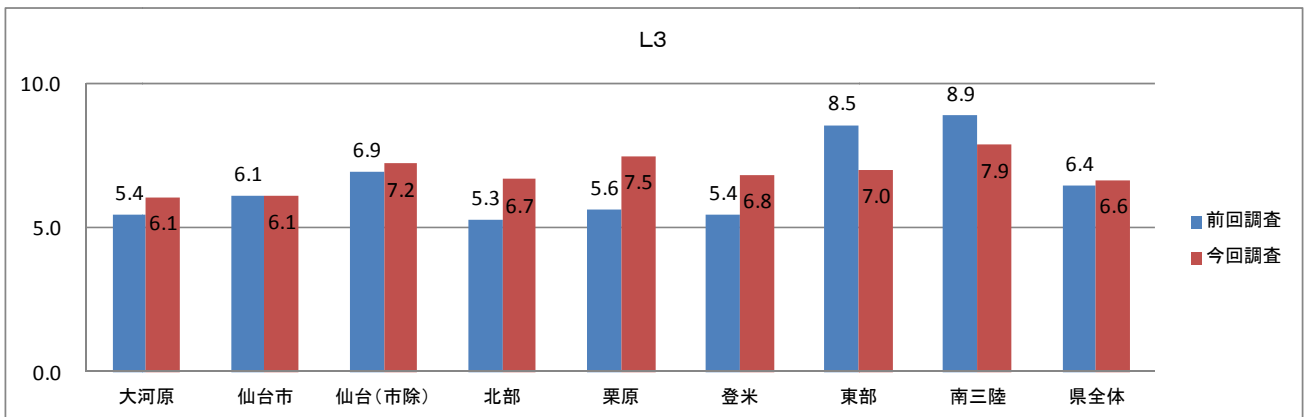
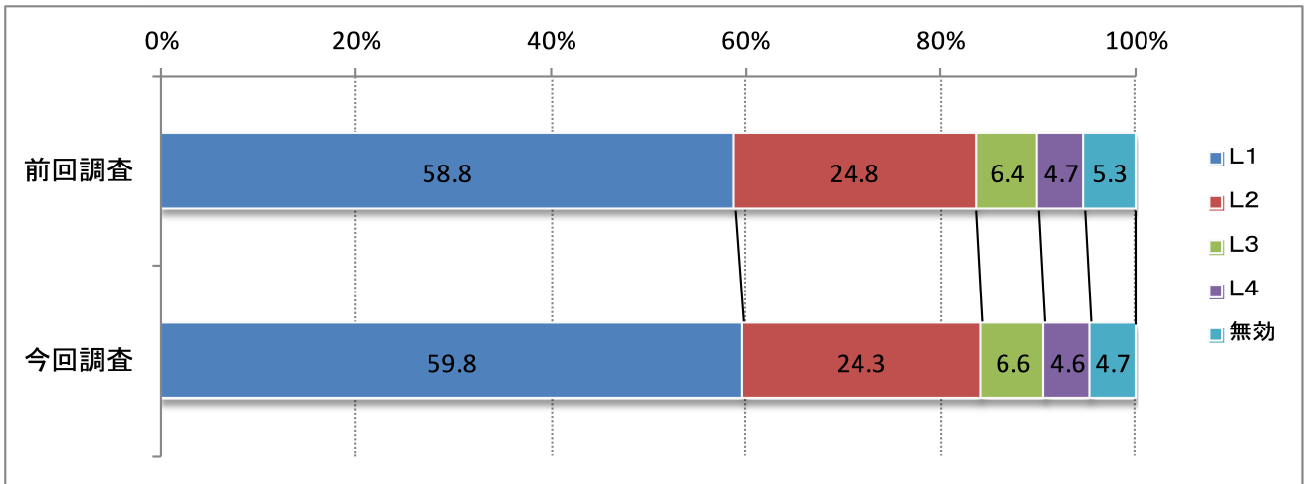


### スコアリング

(単位: %, 人)

レベル	スコア	説明	前回		今回	
			割合 (%)	人数	割合 (%)	人数
L1	0~4	心理的な影響は少ない	58.8	9,987	59.8	9,636
L2	5~9	注意(心理的な影響がみられる)	24.8	4,208	24.3	3,909
L3	10~12	かなり注意(心理的な影響がみられる)	6.4	1,092	6.6	1,071
L4	13~24	要注意(心理的な影響が非常に強い)	4.7	790	4.6	743
無効			5.3	904	4.7	754
合計			100.0	16,981	100.0	16,113

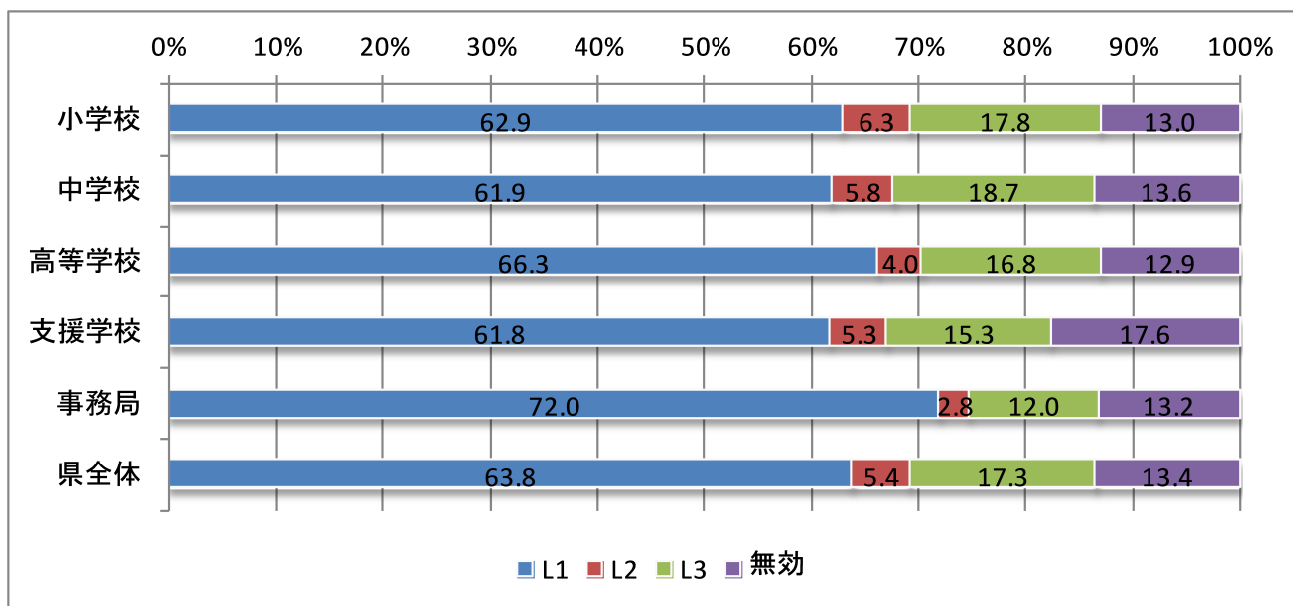
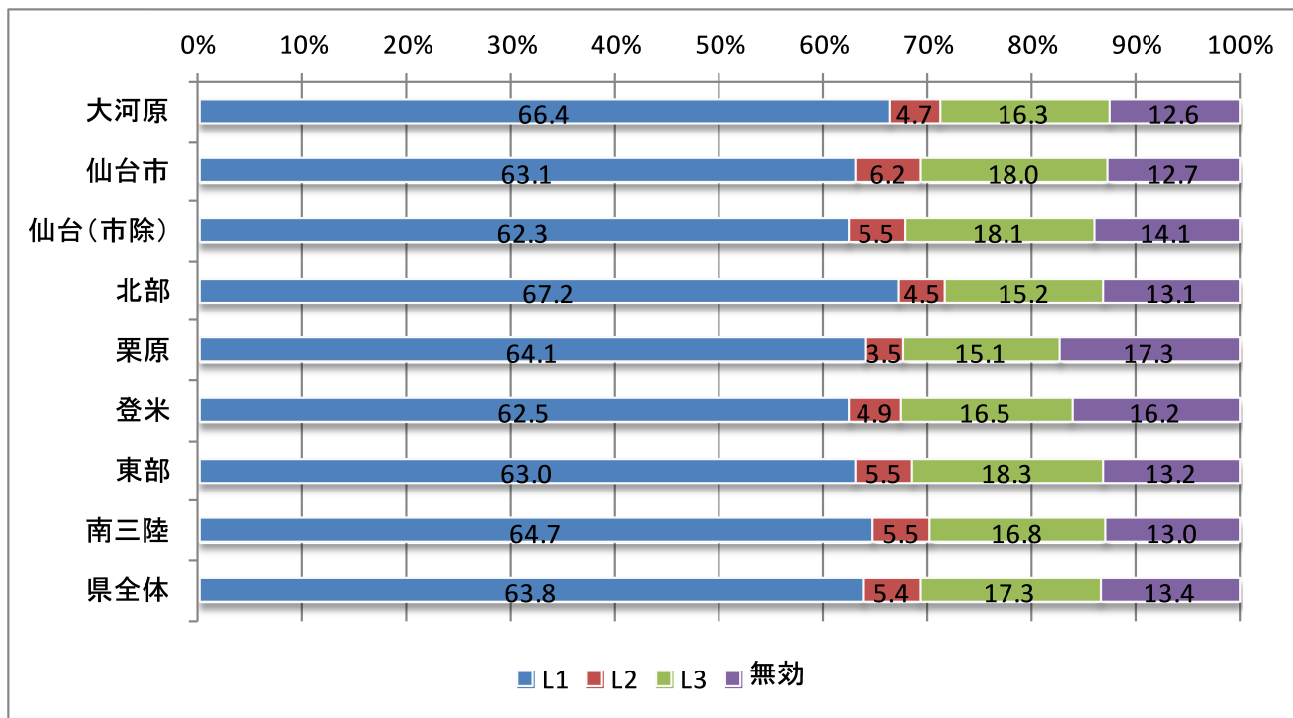
精神健康全般に関するチェックレベル3、レベル4について、全体で見ると前回とほぼ変化がなかったが、圏域別に見ると、レベル3（かなり注意が必要）で、北部圏域（5.3%→6.7%）、栗原圏域（5.6%→7.5%）、登米圏域（5.4%→6.8%）で割合が増え、東部圏域（8.5%→7.0%）、南三陸圏域（8.9%→7.9%）で減少していることがわかる。レベル4（要注意）でも、東部圏域（6.8%→5.7%）の割合は減少し、栗原圏域（3.6%→4.6%）、登米圏域（3.8%→4.6%）に加え、仙台圏域（市除）（4.2%→4.7%）が増えていることがわかる。



## (2) 仕事に関するチェック

仕事に関するチェック（バーンアウト）は、一定期間を経てから症状が出る（症状が進行する）ことが心配されることから今回の調査に加えたもので、3つのレベルで評価を行った。

回答した63.8%（10,281人）が、心理的な影響はあまり心配ないレベル1であった。要注意なレベル3は17.3%（2,794人）で、東部圏域（18.3%）、仙台圏域（市除）（18.1%）、仙台市（18.0%）の割合が高かった。施設別に見ると、中学校（18.7%）、小学校（17.8%）でレベル3の割合が高かった。



### スコアリング

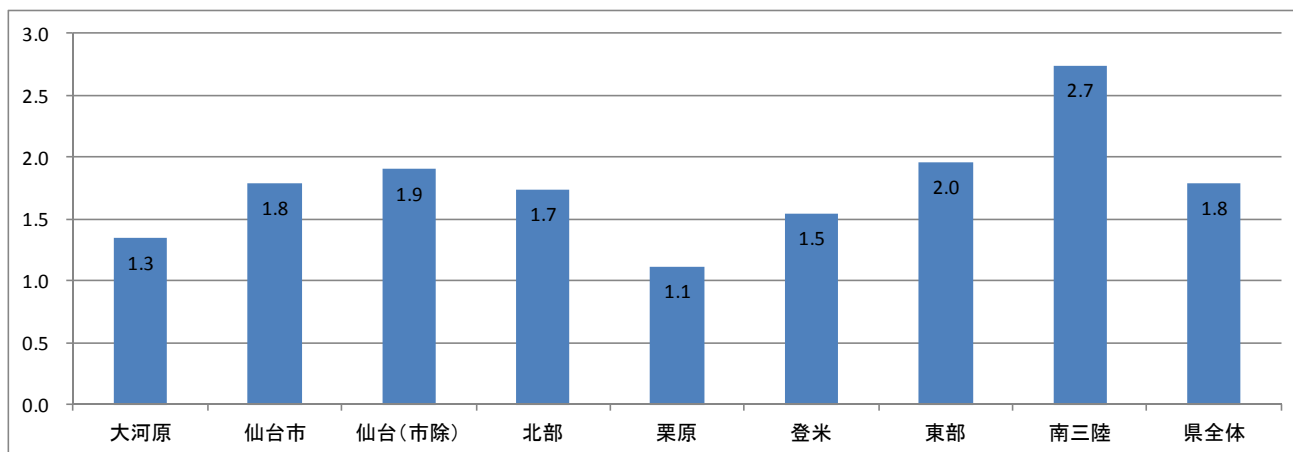
(単位: %, 人)

		今回	
L1	心理的な影響は少ない	63.8	10,281
L2	注意(心理的な影響がみられる)	5.4	876
L3	要注意(心理的な影響が非常に強い)	17.3	2,794
無効		13.4	2,162
合計		100.0	16,113



## ■ 個別面談の希望

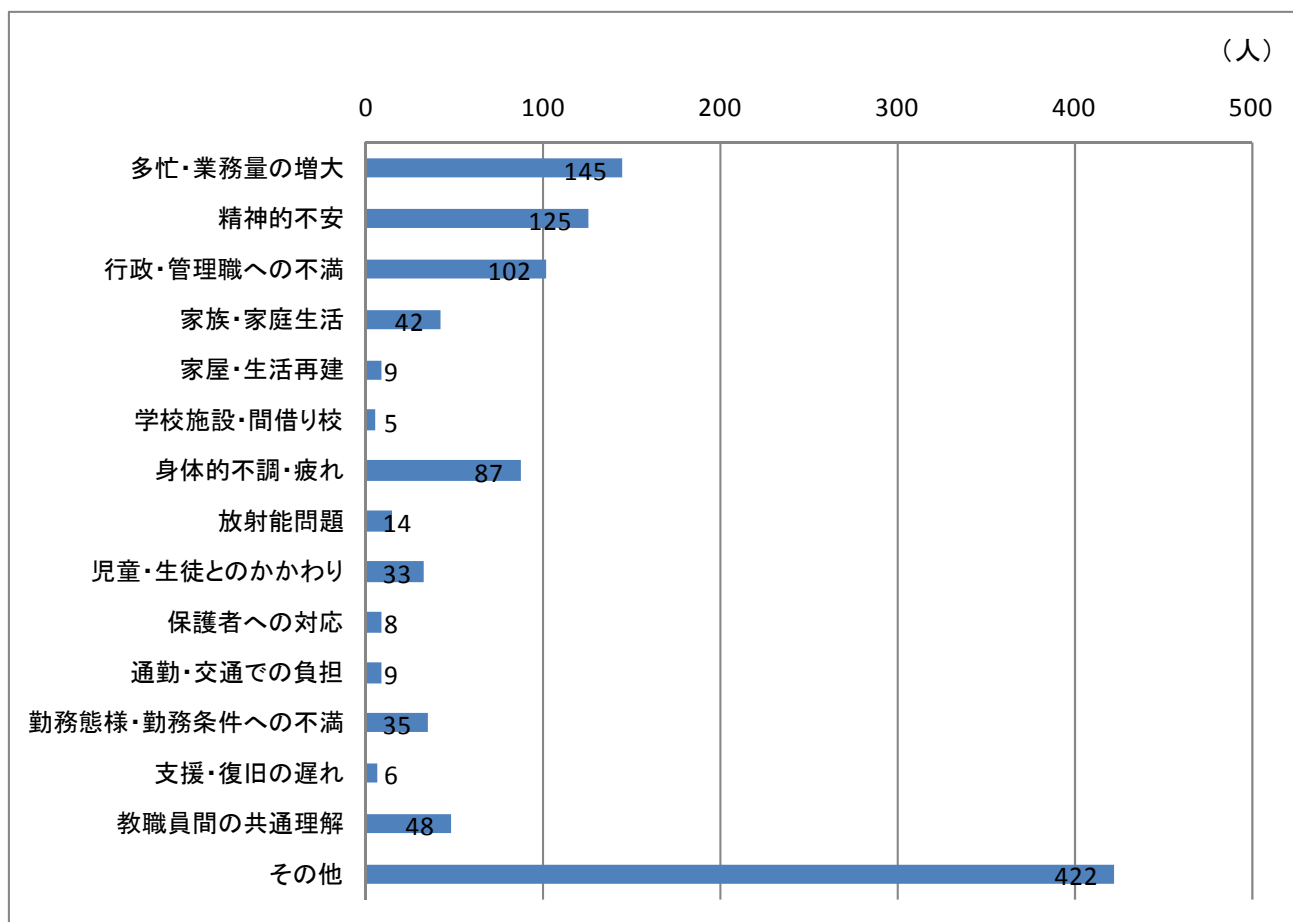
健康調査により個別面談の希望があった教職員は、回答者 16, 113 人のうち 1.8% (288 人)であった。人数では、仙台市 101 人、仙台圏域 61 人、東部圏域 33 人、北部圏域 31 人の順で多かった。前回同様、南三陸圏域 (22 人) の割合が高かった。



## ■ 自由記入欄－その他（その他気になること）

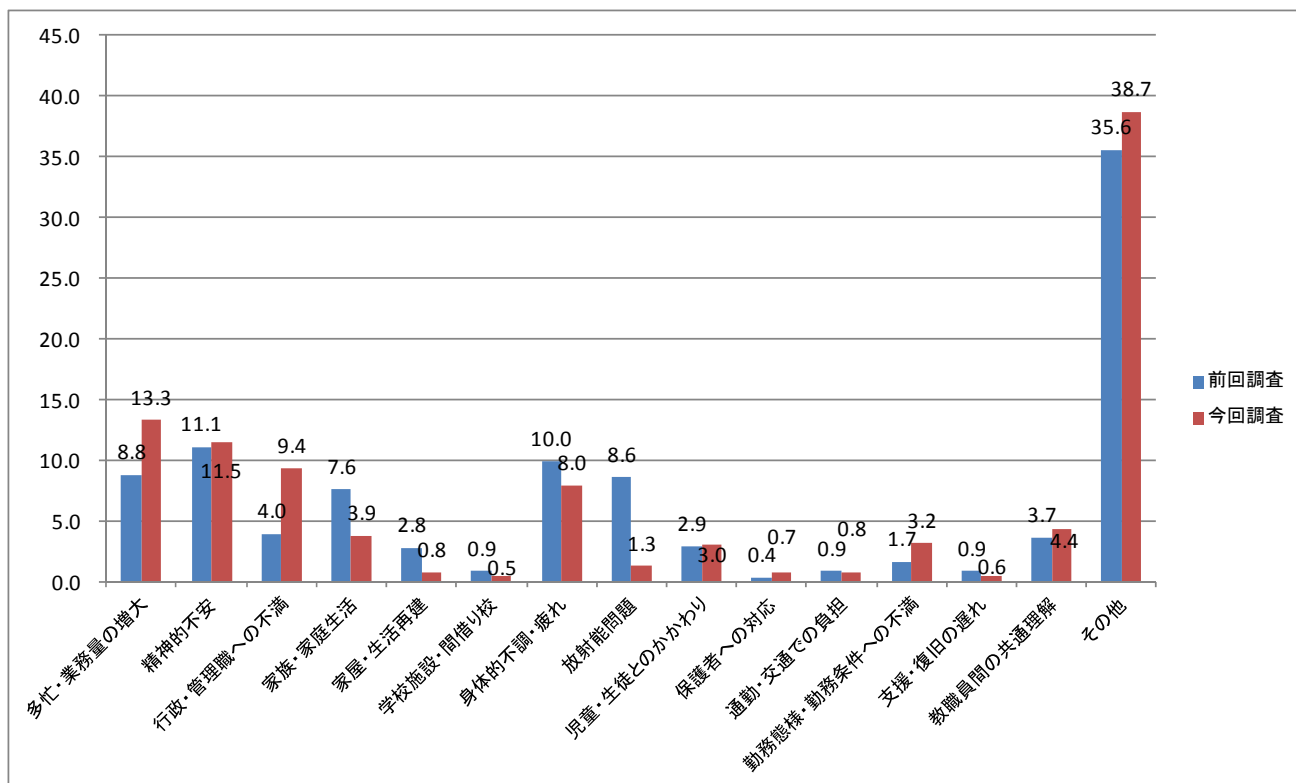
### (1) 記入件数 1,090 件

「多忙・業務量の増大」145 件、「精神的不安」125 件、「行政・管理職への不満」102 件、「身体的不調・疲れ」87 件の順に多くなっている。



## (2) 前回調査との比較

その他気になることの記入を前回調査と比較すると、「多忙・業務量の増大」(8.8%→13.3%)、「行政・管理職への不満」(4.0%→9.4%)の割合が多くなっている。震災関連の「家屋・生活再建」(2.8%→0.8%)、「放射能問題」(8.6%→1.3%)は割合が減少している。これは、ストレスの原因と似た傾向である。「家族・家庭生活」(7.6%→3.9%)も減少している。



## 4 調査結果の概要

体調について回答者の4人に1人が、「あまり良くない」、「悪い」と回答している。これは、前回の5人に1人よりも割合が多くなっている。

また、睡眠については回答者の5人に1人が、「あまり眠れない」、「眠れない」と回答している。これは、ほぼ前回と同様の結果であった。

ストレスについては、回答者の24.6% (3,959人)がストレスを「大変強く」、「強く感じている」と回答しており、前回(22.0% (3,741人))より割合が若干増えた。

メンタルヘルスの状況では、精神健康全般に関するチェックでは4.6% (743人) (前回4.7% (790人))、仕事に関するチェック(バーンアウト)では17.3% (2,794人)が専門機関によるケアが必要なレベルであり、圏域別では、東部及び南三陸で割合が高かった。

個別面談の希望においても前回同様、東部及び南三陸の割合が高くなった。

このことから、東日本大震災から2年3か月が経ったものの、教職員の心身の健康保持を図るため引き続きメンタルヘルスケア対策を実施し教職員の心身のケアに努める必要がある。

## 5 健康調査後の支援

今回の健康調査では、調査終了後、回答した全ての組合員を対象に、その調査結果に「メンタルヘルス相談」の日程表と「こころの不調に関する相談先」を一緒にして親展文書で郵送し、セルフチェックによる健康管理を促した。今後は、より一層、教職員の心身の健康管理の維持のため、下記によるメンタルヘルスの取り組みを行う。今後は、より一層、教職員の心身の健康管理の維持のため、下記によるメンタルヘルスの取り組みを行う。

### (1) 各種メンタルヘルス事業

#### ① 個別相談

現在、毎月3回、県内3か所程度で臨床心理士による希望者への個別相談を実施しているところであり、調査結果において支援を要する者の状況が把握できたので今後も個別面談を継続して実施する。また、調査時において各自セルフチェックの結果を回答者全員に送付したところ、個別相談の希望者が増加したため、10月から実施回数を増やすなどの対策を実施している。

#### ② 研修会の実施

震災後の状況に対応するため、管理職及び全教職員を対象とした各種メンタルヘルス研修会を県内各地で継続して開催し、教職員の心の健康を維持するための方策等について周知する。

#### ③ 手引き書の配布

セルフチェックによる早期の気づきとセルフケアを促すために、平成24年度にメンタルヘルスハンドブックを全公立学校共済組合員に対し配布した。

平成25年度は、新規採用職員全員に配布した。平成26年度も引き続き新規採用職員に対する配布を継続する。

### (2) 専用ウェブサイトの運営

本健康調査結果やいつでも自分の精神健康全般の状態をチェックできる「自動計算チェックシート」を掲載しているほか、相談機関を紹介する教職員専用ウェブサイト（ID、パスワード必要）を継続して運営する。

なお、公立学校共済組合宮城支部が行っている臨床心理士によるメンタルヘルス相談のホームページとリンクし、相談支援にスムーズに結びつくように努めている。

### (3) 電子メールによる相談事業

教職員がいつでも、手軽にメンタルヘルス相談ができるように電子メールによる相談を実施する。

### (4) 健康調査の継続実施

第1回の健康調査を平成23年11月、第2回の健康調査を今回（平成25年6月）行い、教職員の健康状態の把握に努めてきたところであるが、引き続き、教職員のメンタルヘルスを継続的にフォローするため第3回目の健康調査を平成27年度に実施する予定である。