

教師の健康管理に関する研究

— 小中学校教師の健康に対する週5日制の影響 —

浄住 護雄・井 史佳・井手上麻耶・栗永香織・
桑原麻衣・西村佳子・牧野 恵

Studies on Health Care Administration of Teachers

— Influence of the Five-Day-Per-Week System on Health Care Administration of
Teachers in Elementary and Junior High Schools —

Morio KIYOZUMI, Fumika I, Maya IDEGAMI, Kaori KURINAGA, Mai KUWAHARA,

Yoshiko NISHIMURA, Megumi MAKINO

(Received October 4, 2004)

Comparative study was performed on how the 5-day-per-week system in schools exerted influence on service and schools. They was carried out through comparison of the conditions of the teachers before and after the enforcement of this system.

The number of lessons in schools increased on weekday after the enforcement of the system, and the teachers feel now too busy and have difficulty to have information exchange between the teachers. Because free time between lessons has decreased, teachers now have not sufficient time available for their own study on lessons and on their clerical works. Teachers tend to do such work after normal school hours or to bring the work to their home. This has led to the decrease of the time for teachers to be at ease home on weekdays. Many teachers reveal that they are now mentally more relaxed because they can have full rest home on two days per week. Health conditions showed no substantial change compared with the conditions before the enforcement of the 5-day-per-week system.

However, the ratio of cumulative fatigue symptoms index of those who feel now busier than before was higher than that of those who feel no change.

Key words : teacher, 5-day-per-week system, cumulative fatigue symptoms, health condition

1. はじめに

著者らは教師の健康状態を仕事との関連で調査してきた^{1,2)}。その結果, 休日に休息できない, 部活動の仕事が2時間以上, 遅い下校時刻, 毎日のような仕事の持ち帰り教師に重い負担となっていることがわかった。また, 職場にリラックスした雰囲気がないことや学校生活が充実してないことも教師の心身の疲労の原因になっていた。

平成14年度より小・中・高校では完全週5日制になった。これによって土曜日が休みになったので勤務日が減少し, 休息できる時間が増加した。しかし, 土曜日の授業が平日に移されたため, 平日の授業時間数が増え, 更に総合学習の導入により授業準備に多くの時間をとられるので大変忙しくなったと言う教師は多

い。また多くの教師が土曜日は部活の指導を行っていることも聞こえてくる。そこで学校週5日制により, 教師の仕事がどのように変化し, 負担が変化したか, また教師の健康に影響を及ぼしているかを明らかにするために本調査を行った。

2. 研究方法

1. 調査対象

熊本市内の小学校, 中学校の教師(校長, 教頭, 養護教諭, 非常勤講師を除く)を対象とした。対象者の男女人数, 年齢構成は表1の通りであった。平成8年に行った調査対象者³⁾も表1に示した。

2. 調査時期

平成15年10月から11月にかけて行った。平成8

表1 教員の性別年齢構成

校種	年齢	平成8年			平成15年		
		男性	女性	合計(%)	男性	女性	合計(%)
小学校	20代	23	35	58(14.8)	3	5	8(3.2)
	30代	75	99	174(44.3)	20	43	63(24.9)
	40代	44	69	113(28.8)	69	83	152(60.1)
	50代	20	28	48(12.2)	11	19	30(11.9)
中学校	20代	21	46	67(15.2)	4	5	9(3.7)
	30代	106	80	186(42.1)	36	42	78(32.4)
	40代	55	38	93(21.0)	65	54	119(49.4)
	50代	55	41	96(21.7)	18	17	35(14.5)

年の調査も10月から11月にかけてであった

3. 調査方法および調査内容

質問紙配布および回収は郵送により行った。質問内容は体調、睡眠、休息、部活顧問、職務行動、勤務に関する意識、学校週5日制・新学習指導要領の導入に伴う変化に関するものであった。調査は無記名式とした。

疲労自覚症状の調査は「蓄積的疲労徴候調査(CFSI)」¹⁾を用いて行った。

4. 試料の集計と分析

各調査項目について単純集計した。平成8年と平成

15年の比較は χ^2 検定を行った。調査項目がCFSIにどのように影響しているかを調べるために、調査項目のカテゴリーごとの特性訴え率を算出し、レーダーチャート上に展開し、パターンの相違を検討した。

3. 結果と考察

1. 健康状態・生活行動

表2に体調・睡眠の年次比較を示す。体調は、小学校では両年で違いはなかったが、中学校では体調がよい方向に変化が見られた。睡眠状態は小学校で、眠れるものが増加し、中学校でも相違なかったものの小学校と同じ傾向が見られた。就寝時刻は変化が見られなかった。

休息関連を表3に示す。くつろぐ時間は小学校中学校共に1時間以内の短い時間が増加し、2時間以上が減少した。明白に自宅に帰ってからのくつろぐ時間が短くなったことがわかる。土曜日の休息は小学校中学校共に違いは認められなかった。休息が取れない理由は、小学校では変化なかったが、中学校では変化が見られた。すなわち、家庭の用事が減少し、教材研究、ボランティア、部活動が増加した。

これらの結果を総合すると、週2日制になって睡眠

表2 体調・睡眠・就寝時刻の年次比較

項目	カテゴリー	小学校			中学校		
		平成8年 293人(%)	平成15年 250人(%)	検定	平成8年 442人(%)	平成15年 240人(%)	検定
1. 体調	よい	60(15.3)	49(19.4)	n.s.	59(13.3)	52(21.7)	p<0.01
	まあよい	255(64.9)	165(65.2)		278(62.9)	157(65.4)	
	よくない	78(19.8)	36(14.2)		105(23.8)	31(12.9)	
2. 睡眠状態	眠れる	168(42.7)	145(57.3)	p<0.01	184(41.6)	118(49.2)	n.s.
	ふつう	182(46.3)	92(36.4)		206(46.6)	103(43.3)	
	眠れない	43(10.9)	16(6.3)		52(11.8)	18(7.5)	
3. 就寝時刻	~23時	125(31.8)	75(29.6)	n.s.	117(26.5)	49(20.3)	n.s.
	23~24時	181(46.1)	115(45.5)		208(47.1)	110(45.6)	
	24時~	87(22.1)	62(24.5)		117(26.5)	82(34)	

表3 休息関連の年次比較

項目	カテゴリー	小学校			中学校		
		平成8年 393人(%)	平成15年 250人(%)	検定	平成8年 442人(%)	平成15年 240人(%)	検定
1. くつろぐ時間	~1時間	138(35.1)	119(47.1)	p<0.05	132(29.9)	103(42.7)	p<0.01
	1~2時間	186(47.3)	100(39.5)		189(42.8)	95(39.4)	
	2時間~	69(17.6)	34(13.4)		121(27.4)	43(17.8)	
2. 土曜日の休息	できる	62(15.8)	37(14.6)	n.s.	66(14.9)	21(8.7)	n.s.
	まあまあできる	233(59.3)	157(62.1)		217(49.1)	125(51.9)	
	ほとんどできない	98(24.9)	59(23.3)		159(36.0)	95(39.4)	
3. できない理由(複数回答)	家庭の用事	178(45.3)	107(36.9)	n.s.	144(32.6)	61(20.9)	p<0.01
	教材研究、ボランティア	116(29.5)	99(34.1)		88(19.5)	78(26.1)	
	部活動	77(19.6)	67(23.1)		199(45.0)	142(48.8)	
	その他	22(5.6)	17(5.9)		13(2.9)	12(4.1)	

表4 部活動の年次比較

項目	カテゴリー	小学校			中学校		
		平成8年 393人(%)	平成15年 250人(%)	検定	平成8年 442人(%)	平成15年 240人(%)	検定
1. 部活動	体育系	154(39.2)	126(49.8)	p<0.01	238(53.8)	151(63.3)	p<0.01
	文化系	151(38.4)	26(10.3)		69(15.6)	47(20.1)	
	していない	28(22.4)	101(39.9)		135(30.5)	40(18.6)	
2. 部活動時間	～1時間	88(28.8)	39(28.3)	n.s	118(26.7)	51(25.8)	n.s.
	1～2時間	183(60.1)	79(57.2)		213(48.2)	102(51.5)	
	2時間～	34(11.1)	20(14.5)		111(25.1)	45(22.7)	

表5 時間外の仕事に関する項目の年次比較

項目	カテゴリー	小学校			中学校		
		平成8年 393人(%)	平成15年 250人(%)	検定	平成8年 442人(%)	平成15年 241人(%)	検定
1. 下校時刻	～18時	179(45.5)	75(29.6)	p<0.05	141(31.9)	32(13.3)	p<0.01
	18～19時	150(38.2)	111(43.9)		193(43.7)	92(38.2)	
	19時～	64(16.3)	67(28.5)		108(24.4)	117(48.5)	
2. 週当たり仕事の持ち帰り回数	持ち帰らない	90(22.9)	17(6.7)	p<0.01	120(27.1)	33(13.7)	p<0.01
	1～3回	159(40.5)	113(44.7)		208(47.1)	122(50.6)	
	4～6回	144(36.6)	122(48.2)		114(25.8)	86(35.7)	
3. 持ち帰り仕事に費やす時間	～1時間	118(29.5)	58(25.8)	p<0.05	120(27.1)	49(23.7)	n.s.
	1～2時間	227(57.8)	129(53.8)		265(60.0)	119(57.5)	
	2時間～	49(12.5)	49(20.4)		57(12.9)	39(18.8)	

状態や体調のよい教師が増えたことが分かる。これは土曜日が休みになったので休息できる時間が増加したためと考えられる。一方平日の帰宅後くつろぐ時間は減少している。これは後で取り上げるが、仕事の持ち帰りの増加や下校時刻の遅延が影響していると推測される。

2. 部活動・時間外の仕事

週2日制になって土曜日に部活動の指導に行く教師が増加したように感じられたので、この点について調査した。結果を表4に示す。部活動の顧問は変化が見られた。すなわち体育系の顧問が増加したのが小中学校に共通して見られた。部活動時間は1～2時間最も

多く、小学校約60% 中学校約50%で変化はなかった。

時間外の仕事に関する調査結果を表5に示す。平成15年では平成8年に較べ下校時刻が遅くなっていることがわかる。中学校では教師の約半数が19時以降である。週当たりの仕事の持ち帰り回数もまた、持ち帰らないが著しく減少し、4～6回が大きく増加した。これは平日の授業時数増加、チームティーチングの実施、部活動により、教材研究や事務処理の時間が足りなくなり、勤務時間終了後に残って仕事をするか、自宅に持ち帰っておこなうしかないためである。また持ち帰り仕事に費やす時間も小学校では有意に長くなっているが、中学校では有意差がなかったものの小学校と同じような傾向が見られた。

表6 学校生活意識

項目	カテゴリー	小学校			中学校		
		平成8年 393人(%)	平成15年 250人(%)	検定	平成8年 442人(%)	平成15年 241人(%)	検定
1. 職場のリラックスした雰囲気	ある	98(24.9)	53(20.9)	p<0.01	94(21.3)	38(15.8)	p<0.01
	まあまあある	254(64.6)	153(60.5)		271(61.3)	133(55.2)	
	ない	41(10.4)	47(18.6)		77(17.4)	70(29)	
2. 学校生活の充実性	している	60(15.3)	68(28.9)	p<0.01	65(14.7)	50(20.9)	n.s.
	まあまあしている	305(77.8)	160(63.2)		303(68.6)	156(65.3)	
	していない	28(7.1)	25(9.9)		74(16.7)	33(13.8)	
3. 充実していない理由(複数回答)	教職員との関係	-	48(33.3)	-	-	16(38.1)	-
	保護者との関係	-	36(25.0)	-	-	5(11.9)	-
	生徒との関係	-	32(22.2)	-	-	9(21.4)	-
	その他	-	28(19.4)	-	-	12(28.6)	-

3. 学校生活意識の変化

表6に教師の学校生活意識の変化を示す。平成15年では職場のリラックスした雰囲気がないと意識する教

表7 週5日制と新学習指導要綱に伴う仕事・休息の変化

項目	カテゴリー	小学校	中学校
		250人(%)	240人(%)
1. くつろぐ時間の 変化	増えた	65(25.7)	47(19.8)
	変わらない	116(45.8)	100(42)
	減った	71(28.1)	91(38.2)
2. 持ち帰り仕事量 の変化	減った	0	3(1.3)
	変わらない	124(49)	109(47)
	増えた	128(50.6)	120(51.7)
3. 仕事量の変化	ゆとりができた	4(1.8)	3(1.3)
	変わらない	72(28.5)	109(47)
	忙しくなった	177(70)	120(51.7)
4. 忙しくなったと 感じる理由(複数 回答)	授業数の増加	78(38.0)	89(37.2)
	空き時間の減少	64(31.2)	95(39.7)
	その他	63(30.7)	55(23.0)
5. 新学習指導要 領に伴う仕事量 の変化	減った	0	0
	変わらない	65(25.7)	30(12.4)
	増えた	187(73.9)	211(87.6)
6. 増えたと感じる 理由(複数回答)	総合学習の導入	156(57.7)	188(50.0)
	絶対評価の導入	81(30.0)	125(27.2)
	教材研究	28(2.8)	28(5.0)
	選択教科の増加	—	116(25.3)
	その他	7(3.7)	7(1.52)

師の増加が目についた。この原因として前にも述べたが、平日の授業時数の増加、チームティーチングの実施等で教師に時間のゆとりがなくなったためと考えられる。教師の声として週5日制になってから学校生活があわただしく仕事に追われ、教師同士の情報交換もできないということがある。こうした状況が職場のリラックスした雰囲気が失われたことにつながっていると考えられる。しかし、学校生活の充実性は、平成15年が小学校においては充実していると感じる教師が有意に増加しており、中学校においても有意差はないものの小学校と同じ傾向を示した。平日の仕事が大変忙しくなったにもかかわらず、学校生活が充実していると感じるのは、週休2日制になって、休みが増えた結果生活に

ゆとりが出てきたためと考えられる。教師の中にも土日が休みになって精神的に楽になったという声がある。また、学校生活が充実していないという回答も10%近くあったのでその理由を尋ねたところ、小中学校とも教職員との関係が最も多かった。

4. 週5日制と新学習指導要領に伴う変化

仕事に関連した事項を表4、表5、表6に示したが、ここで改めて週5日制と新学習指導要領実施に伴う仕

図1 週5日制実施前後における CFSI

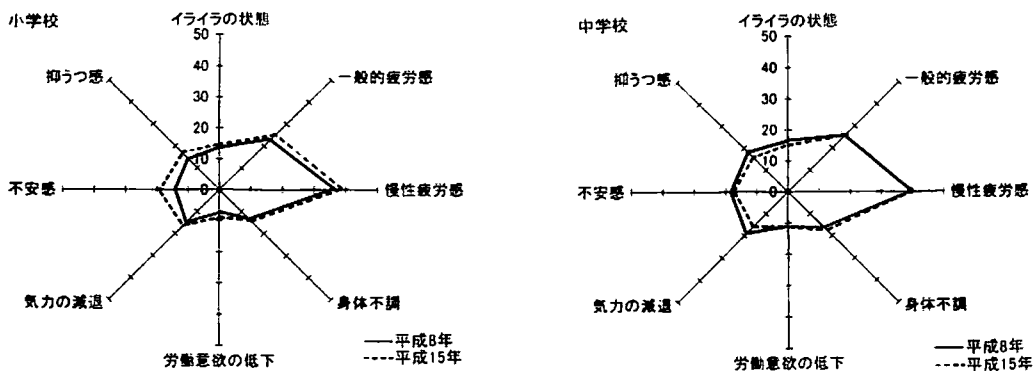
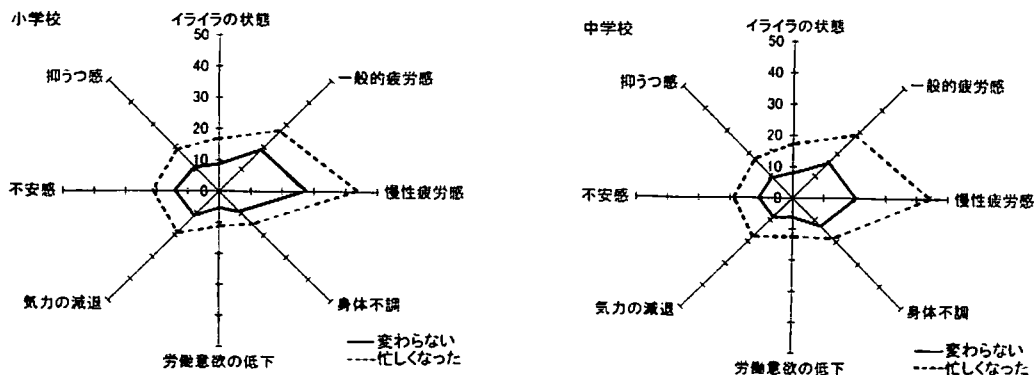


図2 週5日制実施後の仕事量の変化と CFSI



事量の変化に関する調査結果を表7に示す。くつろぐ時間は、増えたと減ったがほぼ同じであるが、中学校では後者が2倍多かった。持ち帰り仕事は増えたが小中学校共に半数以上で、減ったは極わずかであった。仕事量の変化でも、忙しくなったが小学校70%、中学校52%でゆとりができたは両方とも2%未満であった。忙しくなった理由は授業数の増加、それに伴う空時間の減少である。新学習指導要領導入による仕事量の変化をたずねたところ、増えたが小学校74%、中学校88%であった。このように新学習指導要領の導入により教師の仕事が増えたことがわかる。増えたと感じる理由で最も多いのは総合学習の導入、次いで絶対評価の導入である。これらの結果から、週5日制により平日の授業数が増えて空き時間が減り、また総合学習および絶対評価の導入により仕事量が増えた。このため教師は大変忙しくなり、学校で仕事をかたづけることができず、勤務終了後も仕事を続けたり自宅に持ち帰って仕事を行っていることがわかる。

5. 蓄積的疲労徴候(CFSI)および週5日制との関連

図1に週5日制実施前(平成8年)と実施後の小学校と中学校のCFSIパターンを示す。小学校において、精神的側面の訴え率は平成15年が平成8年より幾分高かったが、他はほとんど同じであった。この結果から小学校の教師は学校週5日制実施により、精神的な面負担が少し大きくなったと考えられる。これに対して中学校では両年でほとんど変わらなかった。このことより全体としては週5日制になって平日は忙しくなったが、心身への負担はほとんど変わらないと言える。

学校週5日制になってから平日忙しくなったと回答した教師が多かった。そこで仕事量の変化とCFSIの関連を調べた(図2)。変わらないと回答した教師の訴え率が全体的に低いのに対して、忙しくなったと回答した教師の訴え率は70パーセント以内ではあったが比較的高かった。このように両者の間ではパターンにかなり差がある。この理由として、週5日制になって仕事をする者へ仕事が集中し、週末の過ごし方が職員の中で2極化しているということ、教師の意見があるので、これが、一つの原因と推測される。

4. 結 論

週5日制が導入されたことにより教師の体調・睡眠、仕事量、学校の雰囲気、健康状態に変化が観察された。体調がよい、眠れると回答した教師が増えた。これは休みが週2日になったため、休息が増え、ゆとりができたためと考えられる。一方、平日の仕事は授業数の増加、新学習指導要領の導入により忙しくなり、自宅へ仕事を持ち帰る頻度が多くなった。このため、平日自宅でくつろぐ時間が減少した。週5日制になって、体育系の部活動顧問をする教師が小中学校共に増えた。これが教師の負担になっていることが、自由記述からわかった。教師間のリラックスした雰囲気が弱くなる傾向が認められた。これは教師が忙しくなり、教師同士の情報交換ができなくなったためと考えられる。仕事の負担の大きさを反映するCFSIは週5日制導入前後でほとんど変わらなかった。しかし、仕事量の変化と関連づけて調べると、忙しくなったと回答した教師の訴え率は、変わらないと回答した者よりかなり高かった。これは教師の意見と併せ考えると、週5日制の導入により、仕事が相当増えた教師と変わらない教師に2極化したためと考えられる。

5. 参考文献

- 1) 浄住護雄, 川津淳江, 小屋野ルミ子: 教師の健康管理に関する研究——高校教師—— 熊本大学教育学部紀要, No50, 115-127 (2001).
- 2) 浄住護雄, 井史佳, 宮崎舞未, 吉田真知子: 教師の健康管理に関する研究——小学校教師——, 熊本大学教育学部紀要, No52, 47-55 (2003).
- 3) 井史佳: 教員の健康管理に関する研究, 熊本大学教育学部研究科修士論文, 1998.
- 4) (財)労働科学研究所: 蓄積的疲労徴候インデックスマニュアル, 神奈川, 1993.