

学校現場の公務災害と対策

近年増加傾向にある「行動災害」（転倒など）や熱中症などの公務災害防止に向けて、特に留意すべきポイントを整理しています。

転落・転倒・墜落

年齢が高くなるほど発生しやすくなるため、特に高年齢労働者への対策が求められます。→ P.5

階段からの転落

こんな「行動」をしていませんか？

- 足元が見えない大きな物を抱えて昇降する
- 急いでかけ上る・かけ下りる など

求められる措置

階段（特に下りるとき）で「足元を見ない」という行為は踏み外しの原因となるため、十分に注意喚起をします。



守るべき事項

- ◆ 昇降時に手すりを持つ
- ◆ 書類を読みながら昇降しない
- ◆ かけ足しない
- ◆ ポケットなどに手を入れない
- ◆ かかとの高い靴やかかとのないサンダル、スリッパを履かない

教職員を守る職場の安全対策

- 階段の床面は常に乾いた状態に保つ。
- 階段の両側に手すりを付ける。
- 最上段と最下段の床面には、黄色の滑り止めテープを貼るなど、目立つようにする。
- 階段の踏面に物を置かない。
- 階段の床面や踊り場を明るくする（足元の照度 150 ルクス以上）。

廊下・床などでの転倒

こんな「行動」をしていませんか？

- 滑り止めのない履物を履く
- 通路に物を置いている など

求められる措置

滑りにくい履物を履き、靴底の摩耗を定期的に点検して適宜交換しましょう。

教職員を守る職場の安全対策

- 床面の凹凸を極力少なくする。
- 廊下や通路に障害物を置かない。
- 廊下・床などを常に乾いた状態に保つ。
- 床面の配線・配管は埋め込むか、ケーブルプロテクターなどをかぶせる。
- 濡れるおそれのある場所の近くに、モップや吸水マットなどを用意しておく。

踏み台・椅子からの墜落

こんな「行動」をしていませんか？

- 踏み台上でつま先立ちや身を乗り出して作業をする
- 使用前の用具等の安全確認をしていない など

求められる措置

落下の仕方や落下した場所によっては致命傷になります。体を安定させる踏み台を用意し、安全教育を徹底しましょう。



守るべき事項

- ◆ 椅子を踏み台の代わりとして使用しない
- ◆ 踏み台は、ストッパーなどの安全対策をしたうえで使用する
- ◆ 掲示の際に墜落しないための作業手順や必要な用具をあらかじめ決めて、教職員に周知する



教職員を守る職場の安全対策

- 作業箇所の高さに合った、安定した用具を使用する。
- 高い場所から物を取るときには、物の受け渡しができるよう複数人で作業をする。
- 連続作業のときは、仮置きができる荷受台などを用意する。

上わく付き踏み台は手でつかむ部分があるので体が安定します

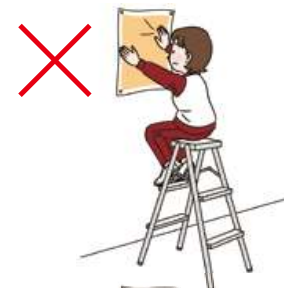
脚立からの墜落

こんな「行動」をしていませんか？

- はしご兼用脚立の天板に立ったり座ったりして作業をする
- 段差のある所で使用している など

求められる措置

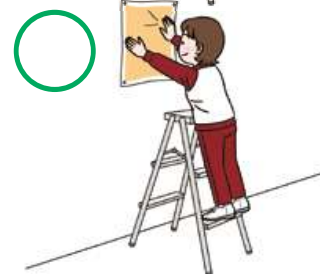
重心が後ろにかかるので、背面に倒れる危険性があります。はしご兼用脚立の天板に乗ることを禁止しましょう。



守るべき事項

- ◆ 脚立上で力が入る作業をしない
- ◆ 物を持って昇降しない
- ◆ つま先立ちで作業をしない
- ◆ はしごの代わりに壁などに立てかけて使用しない
- ◆ 水平な床面で開き止めをロックして使用する
- ◆ 3点支持*で利用する

*両手・両足のうち3点で体を支えることを指す。体の重心を脚立にあずける場合も、両足との3点支持になる。



教職員を守る職場の安全対策

- 高さ 2m 未満の上わく付き脚立を使用する。
- 脚部に滑り止めの付いている脚立を使用する。
- 使用前点検および定期点検を行う。
- 脚立作業時には保護帽着用を推奨する。
- 使用上の注意事項を脚立に表示し、注意喚起をする。
- 高さ 2m 以上の高所作業は原則的には業者等に依頼をする。

職場のメンタルヘルス対策

喫緊の課題となっているメンタルヘルス対策について解説します。

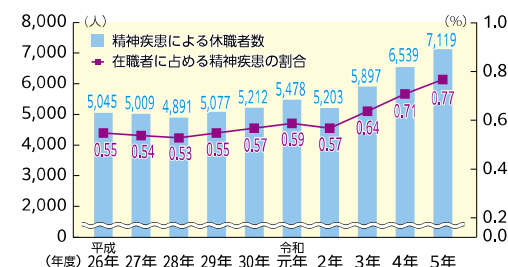
教職員のストレス

教職員の心の健康

精神疾患を理由とする教育職員の病気休職者数は増加傾向にあり、令和5年度には過去最多の7,119人（全教育職員数の0.77%）になりました。

教職員が心の健康を害すると、教職員自身の心身に支障をきたすのはもちろんのこと、児童・生徒の成長や教育活動の円滑な実施にも大きな影響を及ぼすため、心身ともに健康であることが望まれます。

◆教育職員の精神疾患による病気休職者数の推移



※出所：「令和5年度 公立学校教職員の人事行政状況調査について（概要）」（文部科学省）

教職員を取り巻くストレス

ストレスの原因となる外部からのさまざまな刺激をストレス（ストレス因子）といいます。ストレスは必ずしも悪いものばかりではありませんが、ストレスへの対処能力は個人ごとに異なり、それを超えてしまうと心の健康を損なう可能性があります。学校現場では次のようなストレスが考えられます。



仕事の量

- 授業だけでなく、テストの採点、部活動、生活指導、報告・提出書類の作成、研修会などへの参加、保護者との関わりなど、タスクが多い。

仕事の質

- 仕事の成果や終わりが見えにくい。
- 教職員が一人で対応するケースが多い。
- 児童・生徒や保護者への対応などにおいて、解決困難な場面に遭遇することがある。

職場の特性

- 同僚に悩みや意見を言うにくい雰囲気がある。
- 教職員の人数に対して学校管理職が少なく、意思疎通の機会が少ない。
- 初任者に対する指導や支援の体制が十分でない。

特に留意すべき対象

精神疾患による病気休職者数のうち、着任した所属校での勤務年数が2年未満（休職発令時点）の教職員が5割近くを占めています。

◆異動したばかりの教職員

児童・生徒に対する指導方針や環境が変化するとともに、異動直後は職場の人間関係が構築されていないため周囲に相談することが難しく、独りで抱え込んだ結果、メンタルヘルス不調（以下「メンタル不調」という）に陥ることがあります。



◆新任の教職員

教職員は、新任であっても高い専門性が求められるうえ同時進行で多くの仕事を任されます。新任職員に対する校内の指導・支援体制が十分でないと、新任職員は独りで悩み、苦しい状態に陥りやすくなります。

◆その他

学級運営が容易ではなく、かつ上司・同僚の支援が十分に得られていない場合などは注意が必要です。また、育児や介護があり、睡眠が十分ではないなどの疲労蓄積要因がある際には、業務負担について可能な範囲で配慮をすることが望ましい場合があります。

主なストレス反応

ストレスに対する心身の反応（歪み）をストレス反応といいます。ストレス反応は心理面、身体面、行動面に分けることができます。

これらをそのままにしていると心や体の病気になることがあります。日頃から自分の心身の状態をチェックし、変化に気付いたら、普段の生活を振り返り、ストレスと上手に付き合うための工夫をしましょう。また、これらの状態が長く続く場合は、上司や家族など周りの人や医療機関に相談することが大切です。

ストレス反応

心理的 身体的 行動的

そのままにしておくと

疾病

身体的 自律神経失調症 など
精神的 うつ 不安障害 など

心理的反応

- イライラする、怒りっぽくなる
- 不安感、緊張感がある
- やる気がでない
- 集中できない
- 楽しめない、面白くない
- 悲観的思考、否定的思考になる
- 寂しい、人恋しい

など

身体的反応

- 高血圧、動悸、息切れ
- 胃痛、胃もたれ
- 肩こり、腰痛、背中の痛み
- 頭痛、頭重感、めまい
- 下痢、便秘、腹痛
- 食欲不振、吐き気
- 不眠、睡眠過多
- 息苦しさ、過呼吸

など

行動的反応

- 発言の減少
- 笑顔の喪失
- 作業効率の低下
- 災害・事故
- アルコール依存
- 過食・拒食
- 遅刻・早退・欠勤
- ひきこもり

など