

メンタルヘルス通信

<第 62 号>

2017年12月1日
香川県教育委員会事務局
健康福利課

健康管理担当者からのメッセージ

皆さん、こんにちは。健康福利課の黒田実由記です。

私は主に、県教委が所管する所属（県立学校、事務局等）教職員の心身の健康管理等を担当しています。現在は県の一般職員として働いていますが、本業は養護教諭。当課に赴任するまでは、高校や特別支援学校で、児童生徒の保健管理や保健教育などに携わっていました。

ここでの勤務も今年で3年目。そんな私から、皆さんにお伝えしたいことがあります。



実は保健室がホームです

健康福利課内には、「公立学校共済組合香川支部」と「香川県教職員互助会」があります。当課は、それらの職員と共に、県内公立学校教職員の健康管理や福利厚生に関する様々な業務を担っています。そのため、教職員が亡くなられた場合、その情報は必ず耳に入ります。

平成27年度、ちょうど私が赴任した年。県内の公立学校及び県教委事務局職員の現職死亡者数が激増しました。秋口からほぼ毎月、月によっては3件もの訃報連絡。5人、8人と徐々に増えていき、最終的に11人の方が現職で亡くなられました。個々の状況や原因等は異なりますが、その約半数が、突然の脳・心臓疾患の発症によるものでした。

「なぜ、こんなことに…？」

訃報が入るたびにそう思い、亡くなった方やその学校の子どもたち、同僚の皆さん、ご家族のことを想像して、心が痛みました。健康管理担当としてできることは何か、真剣に考えました。まずは、「健康診断の異常所見を放置しないこと」が大事と考え、健康診断事後措置の徹底を図りました。

『要精検』と判定されたのに、まだ病院受診できていない…』という人はいませんか？

皆さんの健康状態の良し悪しは、多くの人々の心に影響を与えます。ぜひ早めに受診してくださいね。

もう一つ、大切なことをお伝えします。「疲労」や「ストレス」の元となる、超過勤務についてです。現在、教員の「働き方改革」が大きな注目を浴びていますが、当事者である皆さんと話していても、どこか他人事のような様子が見受けられます。

「子どもたちのためだから」「好きでやっていること。やりたいただけ、やらせてほしい」

この感覚は、すごくよくわかります。私もそんな教員の一人でした。

しかし、それが原因で倒れてしまったら、子どもたちやご家族など、皆さんの大切な人たちは、どのように感じるでしょうか。

自戒の念も込めて書きますが、自分の一番大切な人を思い浮かべて、今一度、自分自身の働き方を見直す機会を作ってほしいなと思います。

以上が、本業は養護教諭、今の使命は「教職員の心と体の健康を守ること」である私からのメッセージです。お読みいただき、ありがとうございました！



もう一人の「黒田さん」をご紹介します！

7月から、「公立学校共済組合香川支部」の保健師として、新たに黒田春奈さんが採用されました。

私と似たような業務を扱っており、混同しやすいとは思いますが、組織が異なります。ご注意ください。



公立学校共済組合香川支部
保健師 黒田 春奈

公立学校共済組合香川支部の一員として、保健事業を通じて、皆さんの健康づくりのサポートをさせていただけたらと思います。よろしくお願いいたします。

※イラストはイメージです。

(健康福利課 黒田 実由記)