

岡 公 共 第 8 3 2 号
令 和 6 年 3 月 2 7 日

所 属 所 長 殿

公立学校共済組合岡山支部長

令和6年度スクールカウンセラー等を活用した
教職員メンタルヘルス相談事業の実施について

日頃より公立学校共済組合事業へ御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、公立学校共済組合岡山支部では、職場内で抱えている教職員の人間関係や生徒指導における悩みについて、学校の状況に精通し、教職員に馴染みのある専門家であるスクールカウンセラー等に校内でタイムリーに相談することで、早期発見・早期治療につなげることを目的とした「スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談事業」を実施しております。

つきましては、令和6年度も別紙要領のとおり事業を実施しますので、組合員のメンタルヘルスに資するため、当事業が十分活用されるよう貴所属所組合員に周知願います。

※相談員（スクールカウンセラー等）向け、管理監督者向け、職員向けの3種類の案内を同封しておりますので、御活用ください。

【本件連絡先】

公立学校共済組合岡山支部
(岡山県教育庁福利課健康管理班)

TEL : 086-226-7604

FAX : 086-223-5517

令和6年度スクールカウンセラー等を活用した 教職員メンタルヘルス相談事業実施要領

公立学校共済組合岡山支部

1 趣旨

組合員が職場内で抱えている悩みについて外部へ出向き相談する事は、こころの不調を抱えている者にとって大きな負担となっている場合がある。また、組合員のストレス要因として、職場の人間関係や生徒指導におけるものが多くなっている。

そのため、組合員に馴染みがあり、学校の状況に精通しているスクールカウンセラー（スクールカウンセラーに準ずる者を含む、以下「スクールカウンセラー等」とする。）を活用した相談を実施する。相談のために外部に出向くことなく、職場内で気軽にかつタイムリーに相談をすることで、ストレスに対する早期対応を図り、こころの健康づくりに役立てる。

2 相談員

組合員の所属所で勤務する次の者

- ・スクールカウンセラーとして相談を行っている者
- ・スクールカウンセラーに準ずる者として相談を行っている者

3 相談対象者

公立学校共済組合岡山支部組合員

4 実施期間

令和6年4月1日～令和7年3月31日

5 相談事項

職場内で抱えている教職員の人間関係や生徒対応におけるこころの悩みなどの相談
（ただし、生徒指導上のコンサルテーションは対象外とする。）

6 実施内容

相談員による1時間程度の面接相談（利用回数制限無し。）

ただし、スクールカウンセラー等としての本来の職務（児童生徒に対する心のケア等）に含まれる内容の相談及び本来の勤務時間に実施する相談については対象外とする。

7 実施場所

実施場所は、相談希望者の所属所内とする。

8 実施の流れ

- （1）組合員は所属所を通して又は直接、相談員に相談を依頼し、相談日時・場所を決定する。
- （2）組合員は組合員証と相談報告書を当日持参し相談員による相談を受ける。
- （3）相談終了後、相談員は相談報告書に必要事項を記入し共済組合へ提出する。（FAX可）
- （4）共済組合は相談員の指定口座へ相談料を支払う。

9 費用

相談を実施した場合には、相談員の請求により、次に示す費用を共済組合が支払う。組合員が負担する費用は、無料とする。

（1）相談料

1回の相談料は、県及び市町村が定めたスクールカウンセラー等の1時間あたりの報酬額と同額とする。30分以内の相談については、1回当たりの相談料の半額とする。

・県の事業の場合

スクールカウンセラー	4,980円/回
スクールカウンセラーに準ずる者	2,840円/回

・市町村の事業の場合

市町村が定めている単価

(2) 旅費

- ・相談員がスクールカウンセラー等として所属所に派遣されている日の場合は支給しない。
- ・相談員がスクールカウンセラー等として所属所に派遣されていない日に相談を実施する場合は、交通費相当額を岡山県職員等の旅費に関する条例に準じて支払う。

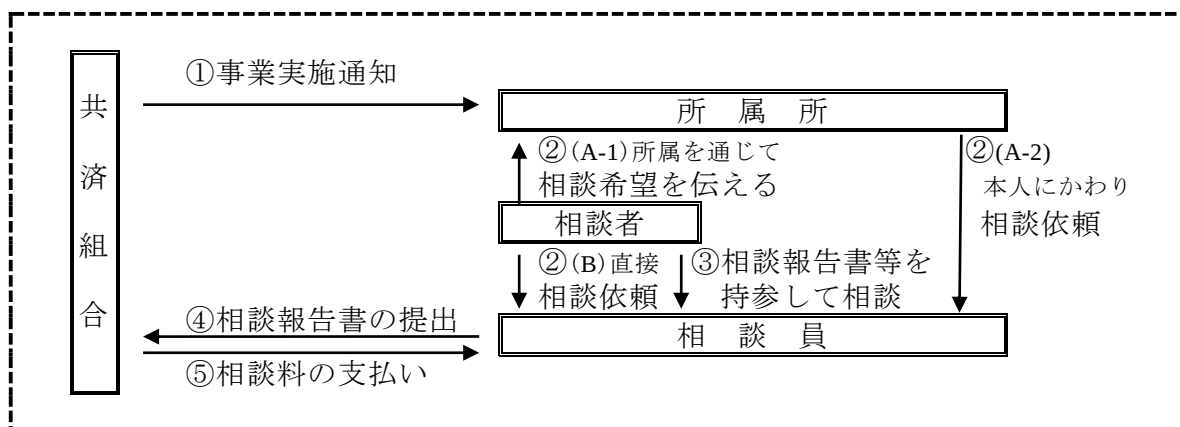
10 利用方法

- (1) 相談を希望する組合員は、所属所長や所属所の担当者を通して、又は直接、相談員に相談を依頼し、相談日時・場所を決定する。
- (2) 相談当日、組合員は「令和6年度スクールカウンセラー等を活用した相談報告書」(様式)と、組合員本人確認のため組合員証を持参し、相談報告書を相談員へ提出する。

11 相談報告書の提出及び相談料の支払い

- (1) 相談終了後、相談員は相談報告書に必要事項を記入し、共済組合へ提出する。
(提出方法は、FAX等も可とする。)
- (2) 相談報告書受理後、共済組合が相談員の指定口座へ相談料を支払う。

12 実施の流れ図



(様式)

令和6年度スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談報告書

年 月 日

公立学校共済組合岡山支部長 殿

郵便番号
住 所
氏 名
電話番号

スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談事業に係る相談を次のとおり実施したので報告します。

1 相談実施内容、共済組合員確認 ※本来の勤務時間以外に実施したものが対象となります。

1.相談年月日 相談時間	令和 年 月 日 () : (30分～1時間程度で設定してください)	2.相談場所	☐ 所属所内で実施
		3.組合員確認	☐ 組合員証で確認済み
4.相談内容	☐ 職場における悩み〔 ☐ 職員関係 ☐ 生徒対応関係 (※コンサルテーションを除く)〕 ☐ 私生活における悩み ☐ その他 (※その他の場合には、内容を記入)		

2 相談員の情報 ※「市町村派遣」の方は報酬単価を必ず記入

1.勤務校（相談実施校）名			
2. 勤 務 職 種	☐ スクールカウンセラー	☐ 県派遣	
		☐ 市町村派遣 1時間当たりの報酬単価 () 円	
	☐ スクールカウンセラー に準ずる者	☐ 県派遣	
		☐ 市町村派遣 1時間当たりの報酬単価 () 円	
3.交 通 費 相 当 額 ※「必要」の場合は 交通手段と発着地を 記入	☐ 不要	☐ 勤務日のため ☐ その他 (不要な理由) ()	
		☐ 必要	交通手段
	発着地		☐ 自宅 ☐ その他 ()

※本人記入欄 相談を希望する方は、以下に記入して、当日ご持参ください。（相談員による記入でも可）

性別	職名	確認欄（確認し、✓を入れてください。）
☐ 男 ☐ 女		☐ わたしは、公立学校共済組合員です。 ☐ こころの悩み相談を希望しています。（生徒指導上のコンサルテーションは本事業の対象外です。） ☐ 休暇・休職中ではありません。
年代	年度内利用回数	
代	回目	

令和6年度スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談事業について

制度の趣旨をご理解の上、無理のない範囲で御協力をお願いします。

《相談事業の目的》

教職員が、学校に勤務するスクールカウンセラー等に相談することは、次のような利点があります。

- 学校に居ながらにして相談が受けられる。
- どんな方が相談を受けてくださるかがあらかじめわかっている。
- 学校の様子を理解してくださっている方に相談できる。

職場の人間関係や生徒指導などで悩みを抱えた教職員が、このように職場内で気軽にかつタイムリーに相談をすることで、ストレスに対する早期対応を図り、こころの健康づくりに役立てることが、本事業の目的です。

《お願いしたいこと》

この相談事業で、スクールカウンセラー等の皆様をお願いしたいのは、次の3点です。

- ①教職員のメンタルヘルスに関する相談に乗ってください。
- ②相談者が、自己のメンタルヘルス上の課題を客観視し、適切な対応方法を理解し行動ができるよう支援してください。
- ③本人の了解を得られる場合は、本人への支援方法について組織的対応につながるよう、管理職に橋渡しをしてください。



《相談相手・場所について》

本事業の対象は、スクールカウンセラー等と同じ学校に勤務する組合員で、校内で実施した相談に限ります。スクールカウンセラー等の皆様の負担軽減を目的として、令和2年度より要領に明記しました。

《相談内容について》

本事業の対象となる相談は、「職場内で抱えている教職員の人間関係や生徒対応におけるこころの悩みなどの相談」です。具体的な生徒指導に関するコンサルテーションについては、本事業の対象ではなく、スクールカウンセラー等の職務の一環として対応いただくことになります。そのような教職員の相談があった場合でも、本事業を御活用いただくことのないようご留意願います。

※令和2年度より要領に明記しました。

学年主任になったが、他の先生と上手いかず、責任感に押しつぶされそうだ。

⇒ ○範囲内です

クラス運営がうまくいかないことで、家でも仕事の事が頭から離れず、睡眠不足が続いていてつらい。

⇒ ○範囲内です

生徒Aへの指導方法に悩んでいるので、対応策を知りたい。

⇒ ×範囲外です



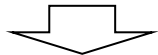
《相談時間・回数について》

1回の相談時間は、スクールカウンセラー等の皆様の御負担を考慮し、**30分～1時間程度**を想定しております。相談員の御都合や相談内容によって、適宜設定してください。また継続して相談が必要となる方もいることから、利用回数制限はありません。（平成29年度から）

具体的な手続きの流れをご説明します。

<手続きの流れ>

- 1 相談を希望する場合、学校（管理職に限らない）または本人から相談員へ相談を依頼します。御協力いただける場合は、学校または本人と詳細について決定してください。（※スクールカウンセラー等としての本来の勤務時間以外が対象。）



- 2 校内で、相談希望者 1 人につき **1 時間程度のカウンセリング** を実施します。

（1）相談者は、記入した「相談報告書」、組合員証を相談員へ提示する。

（2）相談員は、次の 3 点を確認してから相談を実施する。

①相談報告書の「本人記入欄」に記入があること。

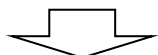
②公立学校共済組合員であること。（相談者の提示した組合員証で確認）

③相談内容が、教職員のメンタルヘルスに関する相談であること。

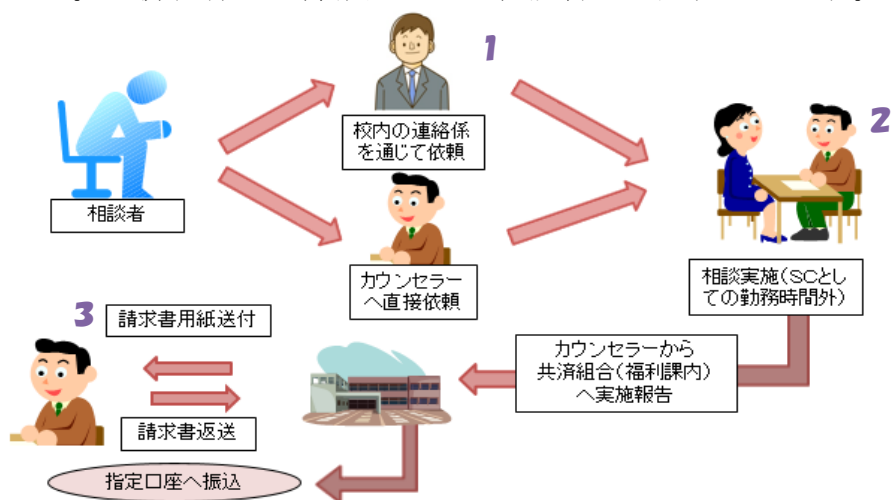
※教職員へのコンサルテーションについては、本事業の対象外です。

（3）終了後、相談員は相談報告書へ記入し、共済組合へ提出する。（FAX可）

（報告書の様式は「おかやま教職員 福利厚生ネット」からDLできます。）



- 3 共済組合から相談料請求関係の書類を相談員へ直接お送りしますので、記入後返送ください。共済組合から御指定口座へ相談料をお支払いします。



<相談料について>

1 回（1 人）の相談料は県及び市町村が定めたスクールカウンセラー等の 1 時間当たりの報酬額と同額です。ただし 30 分以内の相談については、1 回当たりの相談料の半額となりますので御了承ください。

<その他> ①不明な点は、共済組合岡山支部までお問い合わせください。

②公認心理師の方は、公認心理師法第 42 条の 2（医師との連携）について、ご留意願います。

〒700-8570（所在地記載不要）

公立学校共済組合岡山支部（岡山県教育庁福利課健康管理班）

TEL:086-226-7604

FAX:086-223-5517

★職場における相談窓口の活用方法の御紹介★

～「スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談」「こころとからだの健康相談」～

教育現場には多種多様なストレス要因があり、誰でも不調に陥る可能性があります。

不調に陥らないためのストレス対策は、**セルフケア**と**ラインケア**で成り立っています。双方の面から、早期に不調を発見し、対策をとることが大切です。

セルフケア・ラインケアに、相談窓口を御活用ください！！

セルフケア

自分で、ストレス状態に気づき対処すること。

【相談窓口の活用方法】

- 「職員が自身の不調に気づいたときに、対応策の1つとして相談窓口が利用できる」ことを、ぜひ、日頃から職場内で広報してください。

例：相談窓口のチラシを目につく場所に掲示する。定期的に職員会議で紹介する。等

ラインケア

管理監督者や周囲が、本人の異変に気づき対応すること。

★ラインケアでは、気づき⇒声かけ⇒傾聴⇒連携の4ステップが大切です。

(詳しくは、裏面「早期発見・早期対応につながるラインケアのポイント」を参照)

【相談窓口の活用方法】

- 「気づき」から「傾聴」までの3ステップを行っても、対応方法が分からないときや、専門家による心のケアが必要だと感じたときには、管理監督者から、別添チラシを職員に渡して、相談窓口の利用をすすめてみてください。
- 不調者に対して、どのような対応をとればよいかわからない場合には、管理職が相談窓口を利用いただくことも可能です。

【相談窓口の御紹介】

《スクールカウンセラー等を活用した 教職員メンタルヘルス相談》

学校に勤務するスクールカウンセラー等に、校内で、メンタルヘルスに関する相談ができます。

【ポイント】

- ①学校に居ながらにして、気軽&タイムリーに相談ができます。
- ②学校の様子を知っている方に相談できます。

※本人への支援方法について組織的対応につながるよう、可能であれば、相談員に橋渡しを依頼してください。(本人の了解を得てもらう必要があります。)

《こころとからだの健康相談》

県教育庁福利課保健師への相談です。相談方法は、電話、メール、面接の3種類です。

【ポイント】

- ①学校の事情に精通した県教育庁福利課保健師に相談できます。
- ②管理職との連携が、他の相談窓口と比較してとりやすいです。

※県教育庁福利課に相談しても、個人情報を守られ、不利益な取扱がなされることはありません。

早期発見・早期対応につながるラインケアのポイント (管理監督者向け)

日頃から意思疎通ができるより良い
関係づくりは、職員の変化に気づき
適切な対応を行うために重要です。

気づく

声をかける
聴く

つなぐ

職員を見守る3つの視点

勤怠

- ・遅刻、早退、休暇が増える
- ・事前の連絡なしに休むことがある
- ・業務量に見合わない勤務実態が見られる

仕事

- ・報告や相談、職場での会話がなくなる
- ・仕事の能率が悪くなる
- ・机上や書類の整理整頓が進まなくなる
- ・仕事を辞めたい等の否定的な発言がある

行動

- ・表情や動作に元気がなくなる
- ・不自然な言動が目立つ
- ・ミスや事故が目立つ
- ・服装が乱れる、服装が不潔になる

「いつもと違う」職員への対応方法

メンタルヘルス疾患は、パフォーマンスが低下する期間が長く、職場の生産性に大きな影響を与えます。
また、発見や対応が遅れるほど、回復に時間がかかるため問題は長期化します。

○職員の変化への気づき

- ・メンタルヘルスの不調は日常の行動の変化として現れます。
管理監督者には、(上図)の視点により職員の変化を見逃さず対応することが求められます。

○声かけ

- ・「最近しんどそうに見えるから、話を聴かせてほしい。」等、心配していることを職員に伝えましょう。

【声かけのタイミングの目安】

- ・出勤ができていない場合には、変化に気づいてから1週間以内
- ・遅刻・早退・事前の連絡がない休暇取得 等が目立ち始めた時点
- ※特に仕事に支障をきたすような休暇の取得があれば早めに対応

○傾聴

- ・その場で助言をしたり解決策を考えるのではなく、職員の話じっくりと聴き、気持ちを受け止めましょう。
- ※職員が安心して話ができる場所と時間(じっくりと話を聴くために1時間程度)を確保しましょう。時間が不足した場合は、次の面談の約束をすると良いでしょう。

○連携

- ・本人の話をよく聴いた上で、対応方法が分からない時には、相談窓口等の外部資源を活用しましょう。健康管理医等が選任されている職場は、必要に応じて健康管理医等へ相談を行っても良いでしょう。
- ※面談において、職員が健康管理医等との面談に抵抗を示す場合は、管理監督者が職員の代わりに相談をすることについて職員の同意を得ておきましょう。

解説・補足

●**傾聴**:相手の話に口をはさまず、共感的に、受容的に受け止めて、相手の気持ちや言い分を聴き出すこと。

●**声のかけ方**:症状がひどいときに励ますのは本人を傷つけるだけ。本人への接し方に迷ったら健康管理医等に相談を。

●**うつ病の身体症状**:うつ病には、さまざまな身体症状が現れることがある(頭痛・耳鳴り・口渇・肩こり・動悸・下痢・便秘・腹痛・腰痛・関節痛・しびれ感・不眠・食欲低下・生理不順・微熱・全身倦怠感など)

ご不明点は、福利
課健康管理班へ
086-226-7604





困ったときには、相談窓口を活用してみませんか



こころやかからだ。最近、疲れてないですか???

遅刻、欠勤が
増えている

休日に 何も
やる気がしない

飲酒量が増えた

夜眠れない

集中できない



こんなことはありませんか??

ストレスは気づかないうちにたまっていきます。

こころの健康を保つためには、こういった不調のサインに早く気づいて、意識的にストレス発散をしたり、睡眠時間だけでも増やしたりというセルフケアを行うことが大切です。

また、つらいときに、人に助けを求めることもセルフケアの一つです。

職場の同僚、ご家族やお友達に話を聴いてもらうのもいいですし、こころの専門家に相談して、一緒に対応策を探してみませんか??無料で相談できます。

《スクールカウンセラー等を活用した教職員メンタルヘルス相談》

皆様の学校に勤務するスクールカウンセラー等に、校内で、気軽にご自身のこころの悩み相談ができます。学校の様子をよく知る方なので、安心です。



【相談したいと思ったら】

- ①スクールカウンセラー等に直接依頼することも、学校の担当者を通じて依頼することもできます。その際に、日時や場所を決定してください。（様式はありません。）
- ②当日、必要事項を記入した報告書をもって、相談に行ってください。様式は学校にも配布していますし、「岡山県教育庁福利課 HP→教職員こころの健康・相談窓口→スクールカウンセラーを活用した相談」からダウンロードすることもできます。

《こころとからだの健康相談》

県教育庁福利課保健師へ相談できます。他の学校の状況も知っている、学校外の『健康管理の専門家』に相談したい場合には、ぜひご相談ください。

◆電話相談

やさしく

相談時間 086-235-8349へお電話ください。

受付時間 9:00~12:00、13:00~16:00
(土日祝日、年末年始は除く)

◆メール相談

受付時間 kyoiku-hokensi@pref.okayama.jp
へメールを送ってください。
※保健師のみが確認できる専用アドレスです。

◆面接相談

やさしく

予約方法 086-235-8349へお電話ください。
電話相談の受付時間内に、お電話ください。
面接の時間、場所を決定します。

面接実施時間 9:00~12:00、13:00~16:00
(土日祝日、年末年始は除く)

相談場所 福利課相談室又は相談者の所属等

※保健師が不在の際は対応できない場合があります。

個人情報として適切に取り扱いをし、ご本人の了解がない限り
相談内容を口外することはありません。安心してご相談ください。