

メンタルヘルスの不調から、休職を考えたことがある教師は約1割

～一方、メンタルヘルス不調の要因は職場・生徒との人間関係が影響～

復職・就職を支援し、リワーク事業を展開する株式会社 Rodina（本社：広島県広島市、代表取締役：山田 康輔）は、教師の方 100 名を対象とし、働き方に関する調査を実施いたしました。

教師の働き方に関する調査

メンタルヘルスの不調から

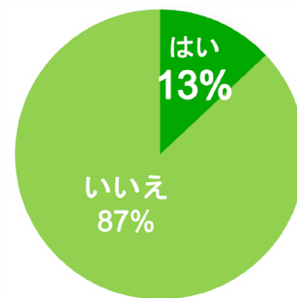
休職を考えたことがある教師は約 1割

～一方、メンタルヘルス不調の要因は

職場・生徒との人間関係が影響～



Rodina



- 現在の職場が働きやすいと感じる方は約7割に
- 働きやすいと感じる理由は「労働時間が適切」が最多
- 負担に感じる業務は「学校運営に関わる書類作成・事務作業」

調査結果サマリー

- 現在の職場が働きやすいと感じる方は約 7 割
- 働きやすいと感じる理由は「労働時間が適切」が最多
- 負担に感じる業務は「学校運営に関わる書類作成・事務作業」
- メンタルヘルスの不調から休職を考えたことがある教師は約 1 割
- メンタルヘルス不調の要因は「職場・生徒との人間関係」が影響

調査概要

調査期間：2025年3月7日～12日

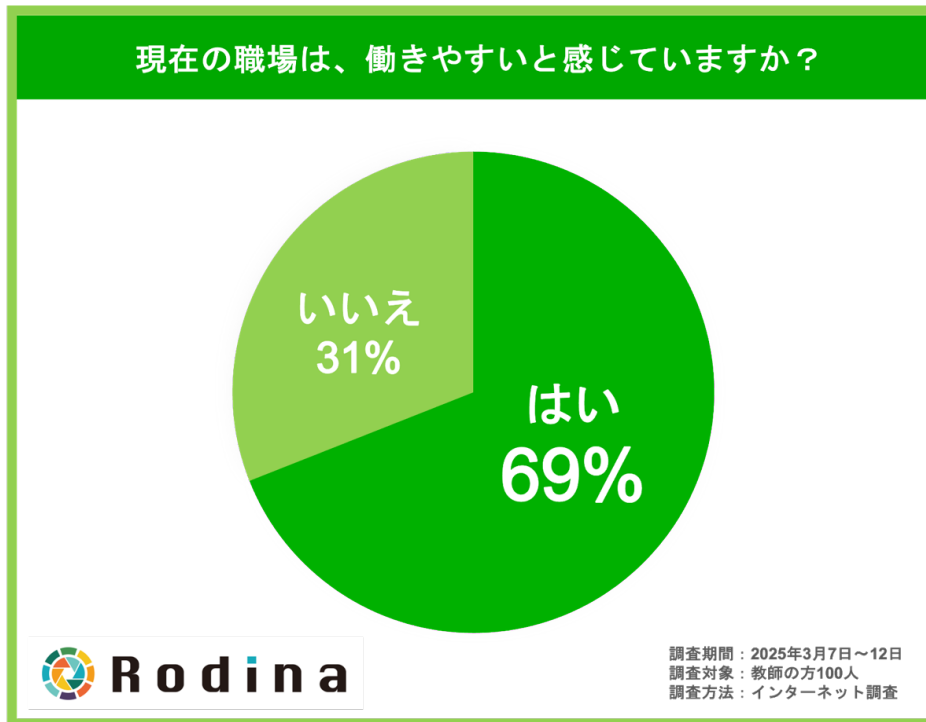
調査手法：インターネット調査

調査地域：全国

調査対象：教師の方

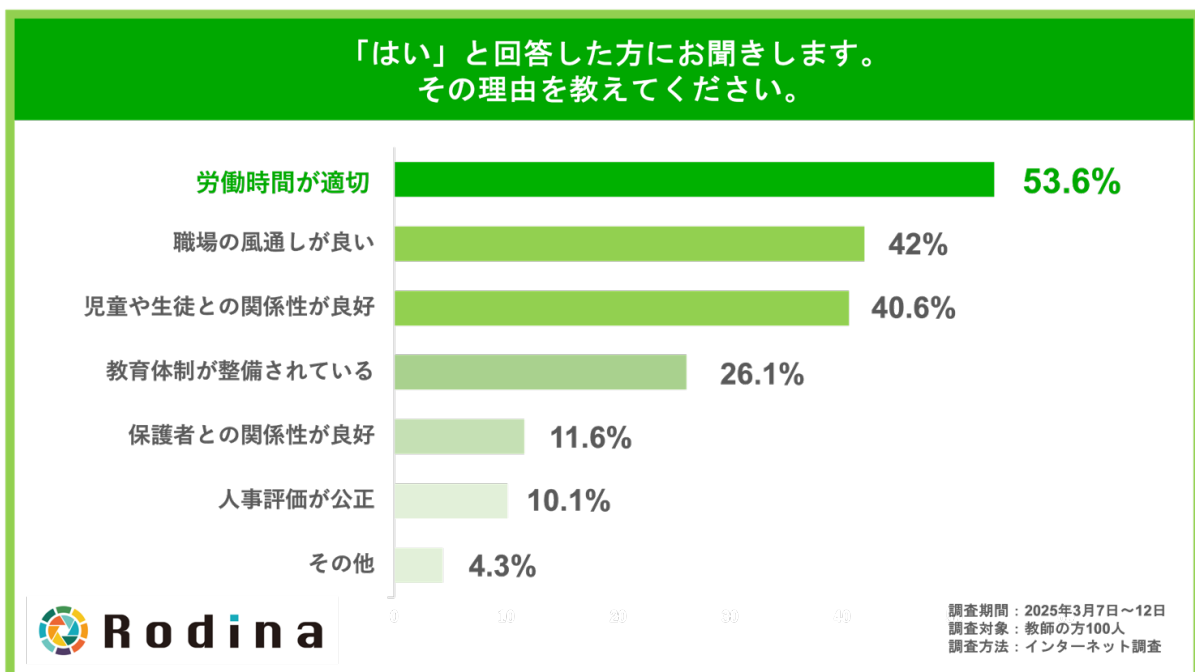
サンプル数：100人

Q. 現在の職場は、働きやすいと感じていますか？



教師の方を対象に、現在の職場は働きやすいかを聞いたところ、69%の方が「はい」と回答し、いいえと回答した方は31%となりました。多くの方が「働きやすい」と回答したなか、その理由について下記の設問で深掘りをおこないました。

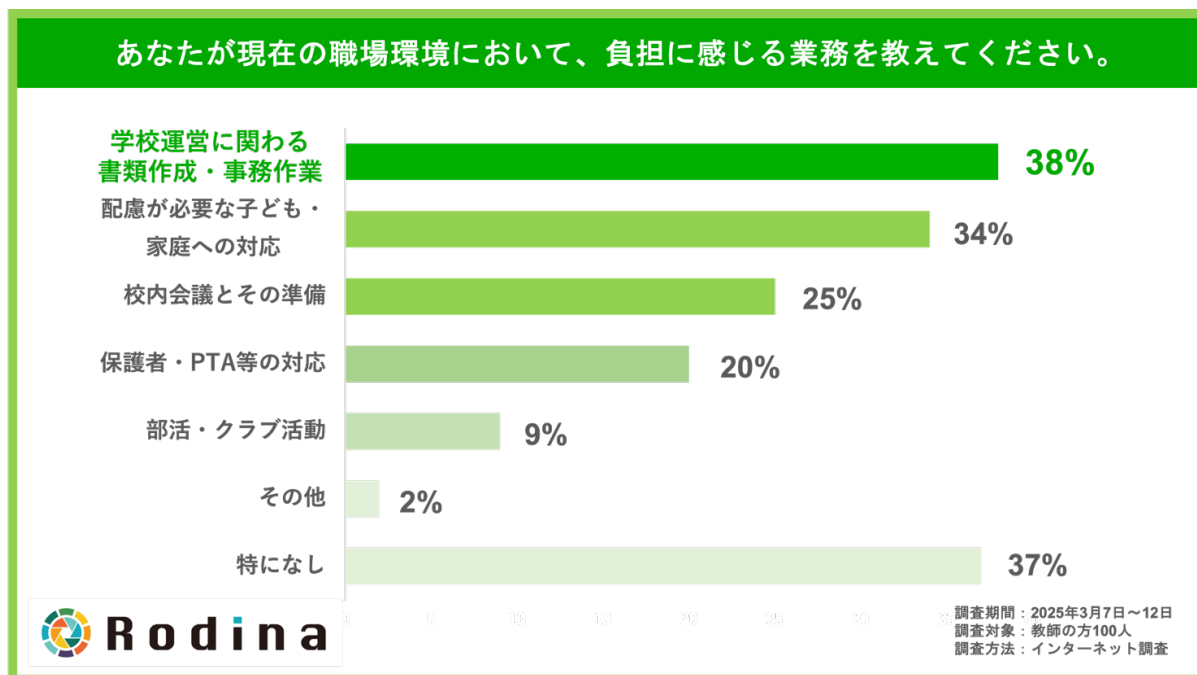
Q. 「はい」と回答した方にお聞きします。その理由を教えてください。



前問の「現在の職場は、働きやすいと感じていますか？」という設問に対し「はい」と回答した方を対象に、その理由について聞いたところ「労働時間が適切（53.6%）」と回答した方がもっとも多い結果となりました。前回弊社が実施した、教師を除く公務員の方を対象とした調査においても、もっとも多い回答が「労働時間が適切」であったことから、公務員における働きやすさはワークライフバランスがとりやすいことがうかがえる結果となりました。

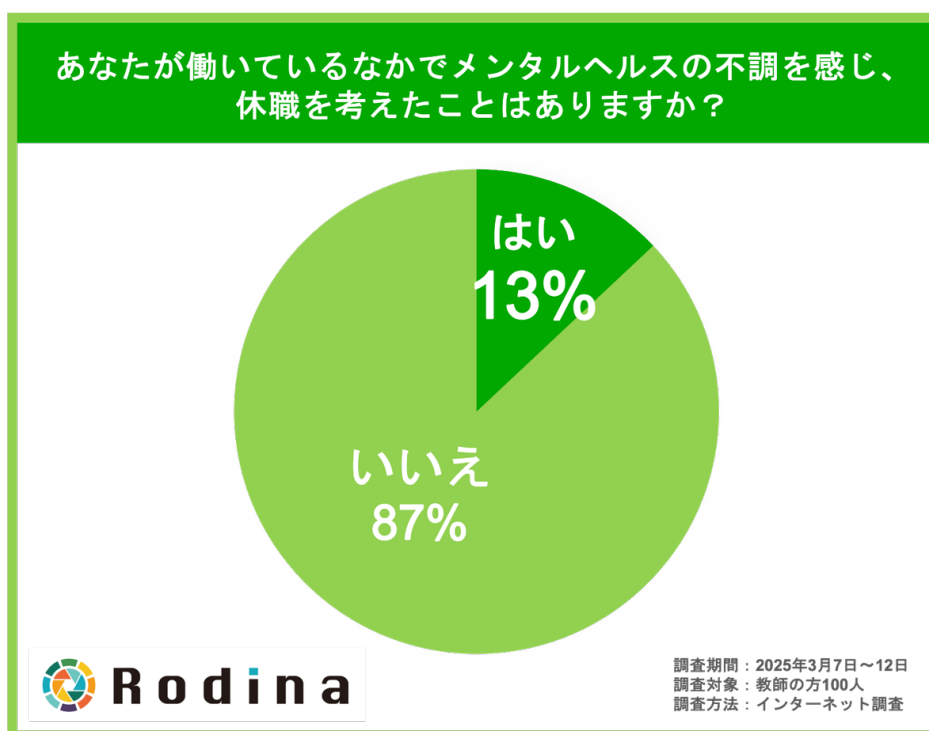
次いで、「職場の風通しが良い（42%）」「児童や生徒との関係性が良好（40.6%）」などの回答も上位となりました。

Q. あなたの職場環境において、負担に感じる業務を教えてください。



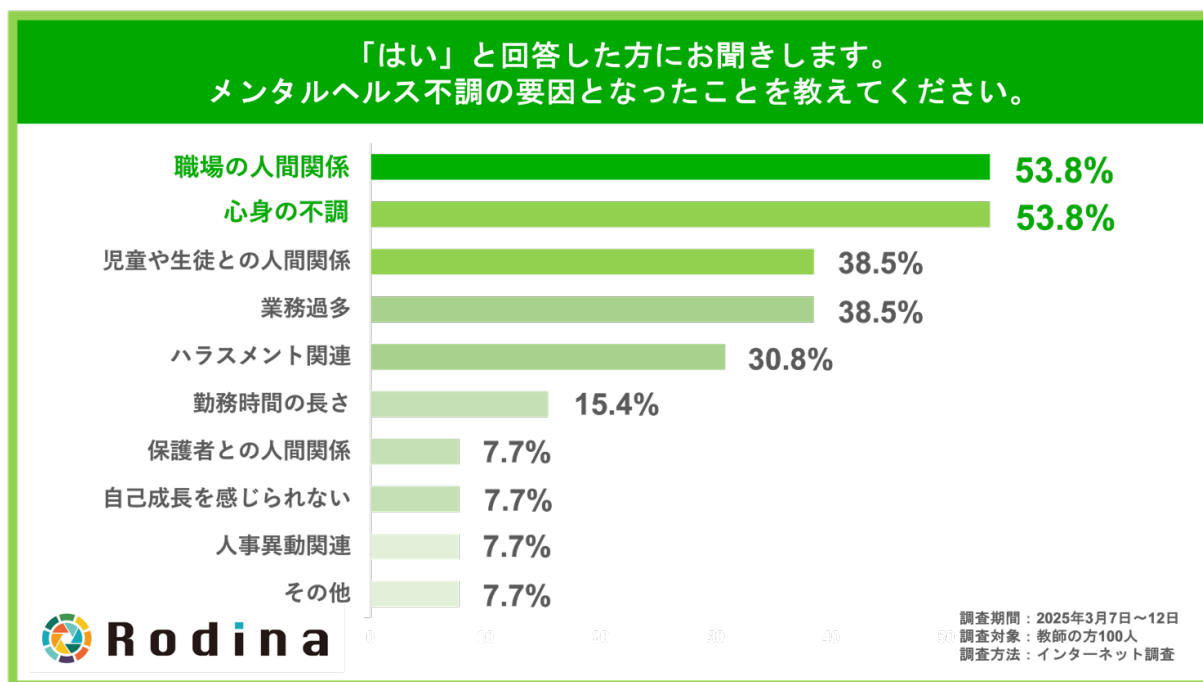
教師の方を対象に、現在の職場環境において負担に感じる業務について聞いたところ、「学校運営に関わる書類作成・事務作業（38%）」がもっとも多い結果となりました。次いで、「配慮が必要な子ども・家庭への対応（34%）」「校内会議とその準備（25%）」も上位の回答となりました。業務の多様化により、事務作業や保護者対応など、教育以外の業務が増えることで、本来の授業準備や指導に割く時間が減少していることがうかがえる結果となりました。

Q. あなたが働いているなかでメンタルヘルスの不調を感じ、休職を考えたことはありますか？



次に教師の方を対象にこれまで働いているなかでメンタルヘルスの不調を感じ、休職を考えたことがあるかを聞いたところ、13%の方が「ある」と回答しました。前回弊社が実施した、教師を除く公務員の方を対象とした同様の調査では「ある」と回答した方は40%であったことから、教師の方は公務員の方と比較して割合が低いことがわかりました。

Q. 「はい」と回答した方にお聞きします。メンタルヘルス不調の要因となったことを教えてください。



前問において、これまで働いているなかでメンタルヘルスの不調を感じ、休職を考えたことが「ある」と回答した方に、不調の要因となったことについて聞いたところ、もっとも多い回答は「職場の人間関係（53.8%）」「心身の不調（53.8%）」となりました。

その他、「児童や生徒との人間関係（38.5%）」「業務過多（38.5%）」などの回答も上位となったことから、メンタルヘルスに影響を及ぼすものは人間関係が大きいことがわかりました。

調査結果のまとめ

今回の調査では、労働時間が適切であることから比較的多くの教師が現在の職場環境に満足しており、ワークライフバランスが取れていると感じる教師が多いことがわかりました。また職場の風通しが良いことや人間関係が良好と回答した方も多く、職場内での人間関係や生徒との良好な関係が、働きやすさに寄与していることがうかがえる結果となりました。

一方で業務の負担を感じる教師も多く、特に学校運営に関わる書類作成・事務作業が最も多くの回答を集めたことから、教育業務に加え事務作業や保護者対応など、教育面以外の業務が教師にとって負担となっており、業務の多様化が教師の負担を増していることがうかがえます。また職場の人間関係や心身の不調がメンタルヘルス不調の主要な要因として挙げられ、業務過多や生徒との関係なども影響していることが明らかになりました。

教師が感じる働きやすさやメンタルヘルスに関する問題は、職場環境や業務内容に密接に関連しており、特にワークライフバランスや職場の風通しが良い環境が働きやすさに寄与する一方で、事務作業の増加や人間関係の問題が負担となっている現状が浮き彫りになりました。今後、業務負担の軽減や職場環境の改善、特に人間関係の円滑化が、教師の働きやすさに寄与することが考えられます。

今後も弊社では、復職や就職に向けた支援をおこなう「リワーク」が当たり前認知・活用され、一人でも多くの方が最適なリワークを受けることができる社会を作ってまいります。



【所属・経歴】

- ・医師 12 年目。東大病院精神科医局所属。精神保健指定医。日本小児精神神経学会所属。
- ・東京警察病院、国立精神神経医療研究センター等に勤務。
- ・都内クリニックで、3 年間児童精神科の専門外来を経験。
- ・トラウマ専門外来で、自身も 30～60 分の心理療法を 1,500 時間以上提供。
- ・2021 年 4 月から町田にて「和クリニック」を開業。

■株式会社 Rodina 概要

代表者：代表取締役 山田 康輔

所在地：〒732-0822 広島県広島市南区松原町 2-62 広島 JP ビルディング 7F

設立：2017 年 7 月

事業内容：障害福祉サービス事業、EAP（従業員支援プログラム）事業

URL：<https://rodina.co.jp/>

サービスサイト：<https://service.rodina.co.jp/>

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社 Rodina 事業推進本部

TEL：082-569-9311 Email：pr@rodina.co.jp