様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　５ 年　６ 月 １２ 日現在

機関番号：３２６８５
研究種目：若手研究
研究期間：2019～2022
課題番号：１９Ｋ１４１０７

研究課題名（和文）ウェルビーイングを高める教員の働き方と生活に関する実証的研究

研究課題名（英文）The Empirical Research on What Kind of Work-life Style Increases Japanese Teacher Well-being

研究代表者
神林　寿幸（Kambayashi, Toshiyuki）

明星大学・教育学部・准教授

研究者番号：７０７８５２７９

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,000,000円

研究成果の概要（和文）：本研究は教員のウェルビーイングを高めるための働き方や生活を実証的に解明することにあった。その結果、次のことが明らかになった。
まず、教員の労働時間と生活満足度の関係は非線形であった。例えば、部活動指導のある中学校では長時間労働の教員で生活満足度が必ずしも低くなかった。
他方、教員の長時間労働に伴う影響として、家族と一緒に過ごす時間の減少や教員の健康悪化が確認された。特に、長時間労働の教員は頭痛の症状を訴える頻度が高かった。さらに、頭痛の症状を訴える頻度が高い教員ほど、体調不良にもかかわらず出勤するプレゼンティーズムの傾向があった。間接的に長時間労働は教員の業務遂行に影響をもたらすことが確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
これまで教員の長時間労働はメンタルヘルスの悪化との関係で学術的な実証と議論が展開されてきた。これに対して、本研究は教員のメンタルヘルス以外に長時間労働が生活満足度や健康に及ぼす影響を解明したことによって、教員の業務負担を研究してきた教育行政学・教育経営学および労働者の業務負担を研究対象としてきた隣接学問への学術的貢献が認められる。
また、社会的意義として、教員の時短が教員の健康保持増進とコンディションのよい状態で教員が教育活動に従事できるために必要であることを明確にできたことが挙げられる。他方、闇雲な時短が教員の動機づけ低下をもたらす可能性があるという時短の留意点も示唆する結果も得られた。

研究成果の概要（英文）：The study was to empirically elucidate working and living practices that enhance teachers' well-being. The findings revealed the following.
First, the relationship between teachers' working hours and life satisfaction was non-linear. For example, life satisfaction was not necessarily lower among teachers who worked longer hours in secondary schools with club activity guidance.
On the other hand, a decrease in time spent with the family and a deterioration of teachers' health were identified as effects of teachers' long working hours. In particular, teachers who worked long hours reported headache symptoms more frequently. Furthermore, the more regularly teachers reported headache symptoms, the more presenteeism they tended to have in attending work despite their ill health. Indirectly, it was confirmed that working long hours impacts teachers' work performance.

研究分野：教育行政学

キーワード：教員　労働時間　健康　ワークライフバランス　ウェルビーイング　生活時間　計量分析

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

１．研究開始当初の背景

近年、教員の長時間労働や業務負担に対する関心が向けられ、教育（心理）学でも、教員の多忙やバーンアウトに関する研究が行われてきた。他方、社会学や労働経済学等では、労働者の長時間労働や業務負担について、ワークライフバランス、仕事以外の生活を含む生活の質、健康、働きがい等を包括するウェルビーイングに着目した分析・考察がなされてきた。

そこで、本研究では教育学以外の領域で展開されてきたワークライフバランスやウェルビーイングの視点を教員研究に応用し、従来の教育（心理）学研究で考慮されてこなかった教員がウェルビーイングを保てる働き方や生活とは何かを明らかにした。先行研究で注目されてきた教員の業務負担という側面ではなく、ウェルビーイングという新たな観点から今般の学校における働き方改革の課題を析出し、教員が健康で幸せになるためにどのような改善策が必要なのかを実証的に明らかにするために本研究に着手した。

２．研究の目的

本研究の目的は、教員のウェルビーイングが高まるような働き方と生活を明らかにすることにあった。社会学のワークライフバランス研究では、仕事外の生活と仕事が相互に影響しあうことを示しているが、教員の業務負担に関する先行研究でも、それがうかがえる結果が得られている。すなわち、女性教員のストレス度合いは高く、その背景には女性教員の育児・家事負担があることが推察されている。しかし、仕事以外の生活が教員の仕事にどのような大きな影響を与えているのかについてまでは具体的に明らかにされてこなかった。

そこで、本研究は教員の仕事以外の生活行動にも焦点を当て、さらに教員の業務負担という仕事面のみならず、仕事を含めた生活全般の質を表すウェルビーイングに着目した。教育（心理）学以外の領域で蓄積されてきた労働者のウェルビーイングに関する研究成果を、教員研究に移入し、従来の教育（心理）学の研究になかった教員の幸福感を高めるための働き方や生活を探究した。

３．研究の方法

既存調査の二次分析と報告者が公立小中学校教員を対象に行った調査の分析を進めた。二次分析には OECD「第 3 回国際教員指導環境調査」（TALIS 2018）、連合総合生活開発研究所「日本における教職員の働き方・労働時間の実態に関する調査」（以下、連合総研調査）、リクルートワークス研究所「全国就業実態パネル調査」の各データを使用した。TALIS2018 を用いて、諸外国・地域を含む教員のウェルビーイングと労働時間の関係を分析した。連合総研調査の二次分析では、労働時間と仕事以外の生活時間の関係、さらに両者と教員の生活満足度の関係を分析した。「全国就業実態パネル調査」については、教員と教員以外のホワイトカラー種との間で、労働時間とウェルビーイング（仕事満足度、生活満足度、ワーク・エンゲイジメント、主観的不健康感）の関係の大きさが異なるかを分析した。

報告者が行った調査はある都道府県内の市町村立小中学校 87 校に勤務する教員 1,520 名を対象に行った。調査項目には労働時間のほか、生活時間（睡眠時間、家族と夕食を一緒にとる頻度）、主観的健康感、抑うつ指標などを設定した。そして、この調査データを用いて、労働時間と生活時間・主観的健康感・抑うつ傾向の関係などを分析した。

あわせて、過去との比較から現在の教員の労働や生活実態を解釈するために、過去に教育委員会や教職員団体が行った教職員の労働・生活実態調査に関する資料も収集した。具体的には北海道、島根県、広島県、熊本県、沖縄県等の各道県立図書館を訪れ、当該地区の教員の関連資料（いずれも禁帯出）を著作権の範囲内で複写した。

４．研究成果

研究成果として、次の 3 点が得られた。第 1 に、教員の労働時間と生活満足度や働きがいとの関係は非線形であり、必ずしも長時間労働の教員で生活満足度や働きがいが低いわけではなかった。この傾向は他職種と比較しても特徴的なものとして析出された。

第 2 に、労働時間が長い教員ほど、家族と一緒に過ごす時間が少なく、また主観的健康感も悪かった。主観的健康感については、長時間労働の教員ほど頭痛を訴える頻度が高かった。

第 3 に、頭痛を訴える頻度が高い教員ほど、疾病出勤（プレゼンティーズム）の傾向があった。2 点目の結果も踏まえると、教員の長時間労働は間接的に教育活動に支障をもたらすことがうかがえる。

以上の一連の研究成果から、日本の教員にとっての時短は家族と過ごす時間を増やすこと、健康の保持増進、そしてコンディションの良い状態で教員が教育活動に取り組むために必要なものと言える。一方で、闇雲に労働時間を削減することは教員の働きがいを低下させ

るおそれもある。そのため、学校の働き方改革を進める際には、教員の動機づけと健康の保持増進との両立を模索することが重要だと言える。

こうした長時間労働にもかかわらず教員は仕事にやりがいを持つ構造は、教員の労働や生活に関する過去の実態調査の報告資料からもうかがえるもので、時代を問わず日本の教員を特徴づける要素の一つと言える。仕事にやりがいがあるからこそ、日本の教員は長時間労働になってしまう可能性も示唆され、ここに教員の労働時間を削減する難しさもうかがえた。

教員の私生活の充実、健康の保持増進、教育の質向上という観点から、時に教員を休ませる必要があることが今回の研究で得られた示唆である。そのうえで、今後の課題として、「教員の動機づけを低下させることなく、いかにして必要な時に教員を休ませることができるか」という問いを明らかにすることが挙げられる。この問いについて、教員の時短に向けた学校レベル・個人レベルの方略を今後明らかにしたい。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計12件（うち査読付論文　4件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　7件）

１．著者名 神林 寿幸	４．巻 (820)
２．論文標題 なぜ教員には労働時間削減（時短）が必要なのか?―健康と業務遂行に着目したデータ分析の結果を踏まえて―	５．発行年 2023年
３．雑誌名 埼玉教育	６．最初と最後の頁 4-5
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 堀 大介，青木 栄一，神林 寿幸，アンドレア クリスティーナ・シルビア，高橋 司，白木 渚，池田 朝彦，池田 有，道喜 将太郎，大井 雄一，松崎 一葉，笹原 信一朗	４．巻 68 (6)
２．論文標題 公立小学校教員の不眠症に関する業務時間分析 ： 公立小学校・中学校等教員勤務実態調査研究より	５．発行年 2021年
３．雑誌名 厚生の指標	６．最初と最後の頁 14-23
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 青木 栄一，神林 寿幸	４．巻 70 (1)
２．論文標題 コロナ禍における教職員業務とこれからの学校マネジメント（特集 今、学校現場のリアリティとその支援）	５．発行年 2022年
３．雑誌名 教育と医学	６．最初と最後の頁 20-27
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 高木 亮，長谷 守紘，高田 純，神林 寿幸，清水 安夫，藤原 忠雄	４．巻 4
２．論文標題 学校改善 からみた 「 学校教員統計調査 」 の基礎的検討	５．発行年 2022年
３．雑誌名 学校改善研究紀要	６．最初と最後の頁 17～25
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.51006/jsira.4.0_17	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 神林寿幸	4．巻 62号
2．論文標題 教員の業務負担に関する実証研究の課題と展望―教職員のワーク・ライフ・バランスに関する原理的・制度的・実証的研究にむけて―	5．発行年 2020年
3．雑誌名 日本教育経営学会紀要	6．最初と最後の頁 28～38
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 Hori Daisuke、Sasahara Shinichiro、Oi Yuichi、Doki Shotaro、Andrea Christina-Sylvia、Takahashi Tsukasa、Shiraki Nagisa、Ikeda Tomohiko、Ikeda Yu、Kambayashi Toshiyuki、Aoki Eiichi、Matsuzaki Ichiyo	4．巻 VOL. 75
2．論文標題 Relationships between insomnia, long working hours, and long commuting time among public school teachers in Japan: a nationwide cross-sectional diary study	5．発行年 2020年
3．雑誌名 Sleep Medicine	6．最初と最後の頁 62～72
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.sleep.2019.09.017	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 神林寿幸	4．巻 730号
2．論文標題 公立小中学校教員の生活満足度を規定する要因	5．発行年 2021年
3．雑誌名 日本労働研究雑誌	6．最初と最後の頁 81～93
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 高木亮、神林寿幸、清水安夫	4．巻 3巻
2．論文標題 学校改善にかかわるデータの利用による学校・学術協働に関する展望	5．発行年 2021年
3．雑誌名 学校改善研究紀要	6．最初と最後の頁 16～25
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 神林 寿幸	4．巻 22(2)
2．論文標題 公立小・中学校教員の業務負担研究を振り返る	5．発行年 2019年
3．雑誌名 学校メンタルヘルス	6．最初と最後の頁 236-237
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

1．著者名 高木 亮，神林 寿幸，髙田 純，長谷 守紘	4．巻 (3)
2．論文標題 学校改善における研究と実践の方法論に関する展望	5．発行年 2020年
3．雑誌名 学校改善研究紀要	6．最初と最後の頁 11-20
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 神林 寿幸	4．巻 (5)
2．論文標題 公立学校事務職員のメンタルヘルスを規定する環境要因 ： 精神疾患による病気休職発生率の都道府県パネルデータ分析	5．発行年 2020年
3．雑誌名 明星大学大学院教育学研究科年報	6．最初と最後の頁 1-15
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

1．著者名 神林 寿幸	4．巻 70(10)
2．論文標題 中教審「学校における働き方改革答申」にみる事務職員と学校事務の在り方	5．発行年 2019年
3．雑誌名 学校事務	6．最初と最後の頁 6-9
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計13件（うち招待講演　6件／うち国際学会　0件）

1．発表者名 神林 寿幸，廣谷 貴明，青木 栄一
2．発表標題 労働時間のウェルビーイングへの影響度に関する教員と他職種の比較
3．学会等名 日本教育経営学会第63回大会
4．発表年 2023年

1．発表者名 神林 寿幸
2．発表標題 教員の業務負担と働き方改革
3．学会等名 日本学校メンタルヘルス学会第26回大会（招待講演）
4．発表年 2023年

1．発表者名 神林 寿幸
2．発表標題 教員業務から日本の教育を読み解く
3．学会等名 関東教育学会第70回大会（招待講演）
4．発表年 2022年

1．発表者名 神林 寿幸
2．発表標題 長時間労働が公立小・中学校教員の健康と業務遂行に及ぼす影響
3．学会等名 日本教育行政学会第57回大会
4．発表年 2022年

１．発表者名 神林 寿幸，廣谷 貴明，青木 栄一
２．発表標題 学校管理職・主任層の労働時間が年次有給休暇取得に及ぼす影響―教職員支援機構研修受講者調査の分析―
３．学会等名 日本教育経営学会第61回大会
４．発表年 2021年

１．発表者名 高木 亮，長谷 守紘，高田 純，神林 寿幸，清水 安夫
２．発表標題 『学校教員統計調査』における離職出現率集計シートの作成と公開の提案
３．学会等名 日本学校改善学会第5回大会
４．発表年 2022年

１．発表者名 高木 亮，神林 寿幸，清水 安夫
２．発表標題 学校メンタルヘルス研究における投稿倫理の論点と学校改善研究への示唆
３．学会等名 日本学校改善学会第5回大会
４．発表年 2022年

１．発表者名 神林 寿幸
２．発表標題 教員の働き方改革は学校に何をもたらしたのか
３．学会等名 日本社会関係学会第2回大会
４．発表年 2022年

１．発表者名 神林 寿幸
２．発表標題 実践研究における計量分析―応用編―
３．学会等名 日本教育経営学会第59回大会（招待講演）
４．発表年 2019年

１．発表者名 神林 寿幸
２．発表標題 教員の業務負担研究に取り組んだ10年を振り返って
３．学会等名 日本教育行政学会第54回大会（招待講演）
４．発表年 2019年

１．発表者名 神林 寿幸
２．発表標題 小中学校教員のワークライフバランスに関する国際比較―TALIS2018の分析を通じて―
３．学会等名 日本教育行政学会第54回大会
４．発表年 2019年

１．発表者名 神林寿幸
２．発表標題 量的調査研究の魅力・限界、 最低限のルール
３．学会等名 日本学校改善学会2020年大会（招待講演）
４．発表年 2020年

１．発表者名 神林 寿幸
２．発表標題 教師の多忙と働き方改革
３．学会等名 日本学校メンタルヘルス学会第23回大会（招待講演）
４．発表年 2020年

〔図書〕　計3件

１．著者名 雪丸武彦、石井拓児、横井敏郎、髙橋哲、佐藤仁、井深雄二、油布佐和子、福島賢二、大橋基博、武井敦史、川上泰彦、神林寿幸、青木栄一、小川正人	４．発行年 2020年
２．出版社 福村出版	５．総ページ数 250
３．書名 教職員の多忙化と教育行政	

１．著者名 神林寿幸、樋口修資、青木純一	４．発行年 2020年
２．出版社 明星大学出版部	５．総ページ数 340
３．書名 背景と実態から読み解く教育行財政	

１．著者名 川上泰彦、榎景子、妹尾渉、梅澤希恵、波多江俊介、橋野晶寛、町支大祐、神林寿幸、當山清実、網谷綾香	４．発行年 2021年
２．出版社 ジアース教育新社	５．総ページ数 248
３．書名 教員の職場適応と職能形成―教員縦断調査の分析とフィードバック―	

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関