



第 480 号 平成30年7月1日

発行所 京都市学校医会

京都市中京区間之町通竹屋町下ル

楠町601-1 こどもみらい館 2階

T E L (075) 256-0351

F A X (075) 241-3568

発行人 林 鐘 声

## 学校における過重労働面談

京都市学校医会 精神衛生研究会 杉 本 英 造

過労死ラインとは、働き過ぎにより健康障害が生じて、労働災害認定の因果関係を判断できるかどうかのために設けてある、時間外労働の目安となる時間です。

過労死ラインは80時間(月に20日出勤とすると、1日4時間以上の残業)とされています。これは、健康障害の発症 2~6ヶ月間で平均80時間を超える時間外労働をしている場合、健康障害と長時間労働の因果関係を認めやすいという目安です。

平成28年脳心疾患の時間外労働時間数別、労災補償支給をみると

	支給件数	うち死亡数
45時間未満	0	0
45時間以上~60時間未満	0	0
60時間以上~80時間未満	14	9
<b>80時間以上~100時間未満</b>	<b>106</b>	<b>51</b>
100時間~120時間未満	57	19
120時間~140時間未満	36	15
140時間以上	35	12

過労による身体の影響は、主に脳と心臓に出てきます。上記の表からも80時間以上群が分岐点になっていることがわかります。また、仕事へのプレッシャー、パワハラなども重なり精神疾患から、過労自殺をしてしまう人も出ています。睡眠不足、過労により居眠り運転・風呂場での事故死なども過労死として労災認定されたケースもあります。

うつ病などの精神疾患の場合、発症の1ヶ月前に160時間、3週間前に120時間の時間外労働があると、労災と認定される可能性が高くなります。また、発症前2ヶ月連続で120時間、3ヶ月連続で100時間の時間外労働がある場合も、関連性が高くなります。

### 長時間労働者への医師の面接指導

#### 産業医による面談

月100時間を超えた時間外・休日勤務、疲労の蓄積、本人の申し出(ストレスチェックを受け高ストレス状態にあり面談希望)により、医師(産業医)による面接指導が行われます。医師の意見聴取をもとに、事業者は対策義務があり①経過観察②就業場所の変更③作業転換④労働時間短縮⑤作業環境測定⑥施設・設備の整備⑦衛生委員会への報告⑧保健指導などの措置がとられます。職員50名以上の学校では産業医が配置され、衛生委員会が年に2回定期開催され、超過勤務状況報告を受け、医師も協議に加わっています。ストレスチェックを受け高ストレス状態と判断され、面接を希望された方には、面接指導を行います。

面接指導の最後に、「面接内容は、教育委員会へ提供されること、必要に応じて、所属長(学校長)にも提供されること」について同意確認を行い、同意を得られましたら「面接指導結果報告書」を作成し教育委員会へ提出します。同意がなければ「ストレスチェック制度での医師面接指導」ではなくなり報告書は作成しません。京都市教育委員会管轄では29年度：32名の方が面接指導を受けられました。

#### 健康管理医として学校医による面談

(月80時間を超えた教員への面談)

超過勤務原因としては

①クラブ活動②授業の準備(補習授業を含む)・文書作業③会議④児童・生徒の朝の登校の見守り⑤いじめ問題・不登校の解決⑥修学旅行や学外活動の準備(旅行社との交渉等)⑦保護者面談・対策特に多いのが、クラブ活動に関するもので、運動系の部活では、土日の活動の増加や事故防止などの安全管理のため、顧問・コーチ教員の疲労度が増えています。月80時間以上の超勤を強いられる公立学

校の教員が中学校で約60％、小学校で30％あるといわれ、構造的な問題になっています。レベルの高い大会に出場する学校では超勤時間が100時間を超える教員が多く、面談しても指導を生きがいにしておられるので、学校医の出番はないように思われることも多々あります。それでも上記に述べたように80時間以上の超勤が続くと、心臓・脳・精神に障害をきたすことを粘り強く説明する必要があります。文部科学省も学校教員に負担がかかりすぎないように、外部の人材に指導や試合の引率を認める「部活動指導員」を制度化しました。教員OBや企業・大学の運動部関係者などの登録を期待しています。名古屋市はすべての市立小学校の部活を2020年度で廃止し、指導を教員以外の外部の人材に委ねる方針を決めました。部活の担い手を教員から指導員に移すことができるかどうか教育委員会、学校現場の裁量にかかっています。また少子化で1校だけで団体競技のチームが編成できず、部活の選択肢が減少するため、学校単位の活動だけでなく地域社会が部活の受け皿になる取り組みも検討しなければなりません。

会議の多さを訴える職員も多く、学校長はできるだけ定例会議時間の厳守（長引かないよう）と簡素化に努力いただきたいと思えます。しかし、いじめ問題・不登校・感染症・事故などの臨時会議もあり負担がかかるのも現実です。

児童・生徒の朝の登校見守りふくめ多くの教員が授業開始1時間以上前から出勤され、また放課後は職員室へ質問・相談に来る生徒の対応もあるので、勤務時間が超過する一因になっています。学外授業や修学旅行の準備も児童・生徒の安全な旅行遂行に重要ですが、負担になるのも事実です。最近では、海外へ修学旅行に出る学校も増え、さらに行先が多方面で（全員が同じ所ではなく）、現地での体験学習を選択するコースなど多岐にわたり、旅行社との交渉にストレスを感じている教員もおられます。

2016年から始まった「働き方改革」の概要は、働き手を増やす・出生率の上昇・労働生産性の向上に取り組むことですが、学校現場でこれをどのように取り入れていくのか手探り状態だと思います。出産・育児をされる教員は、勤務時間厳守されることが多いのですが、それをカバーする教員に負担がかかり、うつ状態になり面談することもあります。働いている時は、有給休暇を取れず、退職前に一括して1ヵ月近く休暇

を取るような日本の労働環境、慣習に対する意識改革が求められます。

学校医の面談は、超過勤務に対してだけでなく、職員健診上の内科的問題や、こころの問題も合わせて傾聴し相談に乗ることも大事かと思えます。

- ①日常生活に健康増進を取り入れる工夫
- ②良好な生活環境と睡眠確保、食生活へのカウンセリング
- ③日常の体力維持のための運動カウンセリング
- ④ストレス対処能力向上へのカウンセリング

月80時間超勤になると面談を受ける煩わしさから、あえて80時間未満の報告をする教員も多く、課題はたくさんありますが、学校医の先生方の臨床経験をともに、教員のストレスを聞いていただくだけで、表情が明るくなっていくと思えます。

面接指導結果報告書			
対象者	氏名	学校・幼稚園名	
		男・女	年齢 歳
勤務の状況 (労働時間、労働時間以外の要因)			
心理的な負担の状況	(ストレスチェック結果) A. ストレス反応 _____ 点 ( / 116 点) B. 仕事上のストレス要因 _____ 点 ( / 68 点) C. 周囲のサポート _____ 点 ( / 36 点) ※点数が高いほど負担が大い。		(医学的所見に関する特記事項)
その他の心身の状況		0. 所見なし 1. 所見あり ( )	
面接医師判定	本人への指導区分 ※複数選択可	0. 措置不要 1. 要保健指導 2. 要経過観察 3. 現病治療継続 又は 医療機関紹介	(その他特記事項)

就業上の措置に係る意見書			
就業区分	0. 通常勤務 1. 就業制限・配慮 2. 要休業		
	※就業区分が「1. 就業制限・配慮」または「2. 要休業」で、就業上の措置が必要な場合は、下記の「就業上の措置」欄（枠内）にご記入ください。		
就業上の措置	労働時間の短縮 (考えられるものに○)	0. 特に指示なし 1. 時間外労働の制限 _____ 時間/月まで 2. 時間外労働の禁止 3. 就業の禁止 (休暇・休業の指示)	4. その他
	労働時間以外の項目 (考えられるものに○を付け、措置の内容を具体的に記述)	主要項目 a. 就業場所の変更 b. 稼働分掌等の転換 c. その他	
		2)	
		3)	
	特記事項 (措置期間等)		
職場環境の改善に関する意見			
医療機関への受診配慮等			
その他 (連絡事項等)			

医師の所属先 (所属学校・園、所属検診機関等)	年 月 日 (実施年月日)	印
	医師氏名	

## 第69回指定都市学校保健協議会 前日学校医研修会に参加して

東山泉小中学校医 長 村 吉 朗

5月26日浜松市において開催されました第69回指定都市学校保健協議会の前日学校医研修会の概要につき報告をいたします。

学校医研修会では、内科・眼科・耳鼻科の3会場で研修会が行われました。私は内科の研修会の報告をいたします。講師は浜松医大小児科助教 夏目統先生による「食物アレルギーのパラダイムシフト 食べて予防・食べて治療」です。

講演の内容をかいつまんでご説明致しますが、最後まで読めない方に結論から報告致します。講師は、食物アレルギーは除去食をただ続けるので無く、アレルギーの多くは成長すると自然に治るので、必要最小限の食物のみを除去し、定期的に評価しながら食べられものは食べていくと言うものです。

では、最初から話を進めます、2000年にアメリカ小児学会が乳製品は1歳まで除去。卵は2歳までナッツ類・魚は3歳まで除去と推奨したが、これには根拠は無く現在では否定されている。食物アレルギーの発症は腸管よりの感作だけで無く、アトピー性皮膚炎等の皮膚のバリアーの破綻した箇所食物が付

着することによる2重アレルゲン感作が必要である。更に、卵とピーナッツは早期摂取で食物アレルギーの発症予防が出来ることが出来ることが証明されており、牛乳などの他の食品でもその可能性がある。更に私見として紹介されていますが、除去しても6歳までには自然と治るというのは食物表示義務が始まる前のデータであり、知らないうちに少量の摂取が加工品により行われていた可能性があり、完全除去が出来る現在自然と治るという考えが当てはまるかは疑問である。

更に学校現場で使用されている食物アレルギー管理指導表では、注意点として、ごま・大豆・ソバにIgEは役に立たない。診断に最も重要なことは現病歴である。ただし、保護者の話の中で疑う必要があるのは「青魚がダメ」というもので、魚の抗原物質はどの魚にも共通であるからです。更に、肉はほぼアレルギーは無く、加熱果物は問題が無いと言う点だそうです。

なお、これらの資料は学校医会事務局に御座いますので必要な先生方は遠慮なく連絡下さい。

---

---

## 第69回指定都市学校保健競技会 学校医研修会に参加して

耳鼻咽喉科専門医会理事 鈴木 由 一

平成30年5月26日(土)に浜松市に於いて開催されました。私は耳鼻咽喉科研修会に出席して参りましたのでその内容につき簡単に報告いたします。

講師は浜松医科大学 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 助教 中西 啓 先生で演題は「小児難聴：原因と言語発達の影響」でした。

講演内容は

1. 先天性難聴：治療と問題点
  - ・1-2/1000児の頻度
  - ・新スクリーニングにより早期発見・早期療育が可能になった
  - ・原因としては、遺伝性なんちょう、先天性CMV感染が多い
2. 遺伝性難聴と遺伝学的検査

- ・遺伝性難聴とは
    - 遺伝子に変化が起こることで、聴覚機能に重要なたんぱく質の機能が損なわれることによって生じる難聴
  - ・遺伝学検査とは
    - ・遺伝性難聴か調べる検査
    - ・難聴の原因を調べる検査
    - ・次子の再発率や発症全診断をすることが可能
3. 遺伝学検査の実際
    - 検査実施前に遺伝カウンセリングを行うことが大切
    - ・遺伝学的検査の利点

- ・遺伝学的検査の特殊性
- ・個人情報の保護について
- ・疑問や不安がある時の対応について

→原因が同定されれば

- ・難聴の予後推定が可能
- ・次子の再発率の算出が可能
- ・治療効果の予測も可能

#### 4. 先天性サイトメガロウイルス感染

- ・母体がCMVに初感染しているか評価する簡易検査法がない
- ・胎内感染を防ぐ有効な治療法がない
- ・出生後の確定診断検査（CMV・DNA）は保険適応ではない

- ・無症候性では出生後1カ月以内の診断が困難である

先天性CMV感染による難聴

→様々な臨床像を呈する

- ・進行性難聴
- ・変動性難聴
- ・非対称性難聴
- ・片側性難聴

先天性難聴に関する遺伝子学的検査の進歩に驚かされました。またその検査実施に当たってインフォームドコンセント、検査前後のカウンセリングの重要性、検査を受けることによっていじめ等の差別があるてはならないなど非常に興味深い講演でした。

## 第 3 回 常任理事会

平成30年7月7日

於：事務局

**出席者** 林会長，井本・杉本副会長，山内専務理事，東道・大久保・安野・川勝・西村・中嶋各常任理事，佐野眼科学校医会副会長，鈴木耳鼻咽喉科専門医会理事，長村監事

### ・会長挨拶

### <報告事項>

1. 第35回 京都府歯科保健文化賞 6/3  
於：京都市勧業館みやこめっせ  
出席：井本副会長
2. 色覚相談 6/5(2名)，6/26(2名)
3. 三師会 6/9 18:00～ 於：膳處漢ぽっちり
4. 京都市学校保健会 新旧会長歓送迎会 6/12  
於：リーガロイヤルホテル京都  
安岡先生→安本先生  
出席：林会長，井本・杉本副会長
5. 精神衛生研究会 6/14
6. 中京西支部会 6/16 於：天ぷら 吉川  
参加者10名
7. 京都市学校医会研修会 6/30 14:00～  
於：こどもみらい館 47名出席
8. 京都市教育委員会との懇談会 6/30  
18:00～ 於：祇園豆寅

### 9. その他

7/1 大久保雄二郎先生死去 追悼文を

### <協議事項>

1. 平成30年度 校園長会との懇談会：学校保健委員会の日程，食物アレルギー，運動器健診養護教育研究会との懇談会：成長曲線，30年間まとめ，就学時健診の日程
2. 全理事会議案について 8/4  
於：イルギオットーネ  
出席予定20名，懇親会19名
3. 京都市学校保健・学校安全功労者表彰について
4. その他 学校医会会計監査

### <関連学会・各種協議>

1. 南支部会 7/7 18:00～ 於：菜ノ菜
2. 京都市中学校選手権総合体育大会 柔道種目  
於：京都市武道センター 7/20 渡辺全夫先生，7/21 出務医なし(府医から)
3. 校園長会との懇談会 7/21 17:30～  
於：京料理 多から
4. 第32回京都市小学生水泳記録会 7/25  
於：京都アクアリーナ 林先生
5. 第40回近畿学校保健連絡協議会 7/26  
於：和歌山県和歌山市 出席者なし
6. 全理事会 8/4 18:00～  
於：イルギオットーネ京都
7. その他