

悩みを抱え込んでいませんか？

心のケア ストレスマネジメント

ストレスと上手につきあうためには、自分に過剰なストレスがかかっていることに早く気づくこと、そして自分に合うストレス対処法を見つけて実践することがとても大切です。

ストレス対策 重要な3つのポイント

悩みを共有し合える職員づくり

どこでも・すぐにできるストレス
解消術をもつ

就寝時間と睡眠時間は必ず守る！

参考：公立学校共済組合熊本支部
「教職員のためのメンタルヘルスガイド」



ストレスと上手につきあうために…

- リラクゼーション法を身につける
- 親しい人たちと交流する時間をもつ
- できるだけ落ち着ける環境を整える
- 仕事に関係のない趣味をもつ
- 適度に運動をする など



例えば、リラクゼーション法には、呼吸法や自律訓練法など様々な方法があります。中でもストレッチは特別な器具や道具を用いることなく、場所や時間もとらず手軽に行えます。

レッツ ストレッチ！

- ① はずみをつけずにゆっくり伸ばす
- ② 呼吸は止めずに自然に行う
- ③ 10～30秒間伸ばし続ける
- ④ 痛みを感じるところまで伸ばさない（無理はしない）
- ⑤ 伸ばしている部位に意識をむける
- ⑥ 笑顔で行う



参考：厚生労働省 独立行政法人労働者健康安全機構
「こころの健康 気づきのヒント集」

学校における 体罰防止！リーフレット



「未来の創り手」となる子供たちが 光り輝く学校になるために

「目の前の子供たちに、どのような未来を歩んでほしいですか」

皆さんの目の前にいる子供たちは、これから、予測困難な社会へと変化していく時代を歩むこととなります。そのような時代において、子供たちが「未来の創り手」となり、社会を切り拓くために必要な資質・能力を確実に身に付けさせる責任が私たちにはあります。

しかし、残念なことに、毎年、体罰や暴言等の不適切な指導の報告が後を絶たず、子供たちの心身に深刻な影響を与えている状況が続いています。

熊本県教育委員会では、子供たちにとって「発達の課題」に関わる問題事象に正面から向き合い、教職員一丸となり、児童生徒、保護者、県民の皆様から信頼され、各学校において「未来の創り手」となる子供たちが光り輝くよう、「学校における体罰防止！リーフレット」を作成しました。学校においては、本リーフレットを研修等の場で活用していただき、「体罰を許さない」という共通認識の下、教職員一人一人が子供たちの心に寄り添う指導に生かしていただくことを改めて強く望みます。

あなたの学校の 「体罰に関する相談窓口」 をご存じですか？

体罰事案が発覚するケースのうち、加害者である教職員以外からの通報によるものがあります。学校には、児童生徒や保護者が体罰の訴えや教職員との関係の悩みを相談することができるよう、校内に体罰等の相談窓口を設置し、周知の徹底を図ることが求められています。教職員の皆さんは、あなたの学校の窓口がどなたになっているか知っていますか？

相談窓口は、体罰や暴言等の不適切な指導が速やかに情報として学校に入ってくることにより、事実確認を迅速に行うためのものです。決して、教職員の指導を監視するためのものでも指導の場を奪うものでもありません。児童生徒も教職員も安心して笑顔で学校生活を過ごすための相談窓口です。

児童生徒や保護者への周知を確実にお願いします。

ひとりでは解決の糸口が見いだせないとき、お気軽にご相談ください。

●熊本県公立学校等教職員相談事業

教科指導や学級経営、児童・生徒指導上等の問題、職場の人間関係など

電話（直通） 096-201-6155

メール hgb000275236@mms.bbq.jp

相談時間 毎週水曜日から土曜日
(祝祭日及び年末年始を除く)
午後1時から午後7時まで

相談方法 面接(来所)及び
電話・メール相談

相談費用
無料

(来所される場合は事前電話連絡を)

お問合せ先
熊本県教育庁市町村教育局義務教育課
〒862-8609 熊本市中央区水前寺6丁目18番1号
TEL 096-333-2689 Fax 096-385-6718

令和3年(2021年)2月
熊本県教育委員会

体罰は絶対に許されない！

なぜなら、

- ・体罰は、違法行為です
- ・児童生徒の心身に深刻な悪影響を与えます
- ・教員及び学校への信頼を失墜させる行為です
- ・力による解決への志向を助長します
- ・いじめや暴力行為などの土壌を生む恐れがあります

参考：文部科学省「体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について」
文部科学省「体罰根絶に向けた取組の徹底について」

体罰が起こる背景・原因

- ・多様な児童生徒に対する指導力の不足
- ・暴力への親和性
- ・体罰容認の意識・風土
- ・感情を抑えられない
- ・部活動指導等から生まれるおごり

参考：熊本県教育委員会「教職員の不祥事根絶を目指して」

体罰後の後悔の声…

- ・間違った正義感による指導をしてしまった
- ・子供たちとは良好な関係が築けているという自分勝手な考えがあった
- ・子供たちに身体的苦痛を与え、また怖い思いをさせた
- ・我が子を叩かれた親の心情まで、思いを巡らせることができなかった

体罰によらない指導へ

くまもとの教職員像～「認め、ほめ、励まし、伸ばす」くまもとの教職員～をいつも心がけて指導しましょう！

指導のポイント

- 1 生徒指導の基盤となる
児童生徒理解
- 2 望ましい人間関係づくりと
集団指導・個別指導
- 3 学校全体で進める生徒指導

参考：文部科学省「生徒指導提要」

<指導例>

バランスのよい

集団指導と個別支援(個別指導)

集団指導

学級づくりの例
○生活ルールを明確にする
○児童生徒のよさを見付け積極的に称賛する
○違いを認め合う場を重視する
○落ち着いて過ごせる教室環境を整備する

など

授業づくりの例
○授業規律を定着させる
○授業の見通しをもたせる
○視覚的な手掛かりを示す
○指示や説明をコンパクトで分かりやすいものにする

など

個別支援

個別支援の例
○特定の児童生徒だけでなくすべての児童生徒に対する児童生徒理解を図る
○「困難」を感じている児童生徒の背景を理解する(視点：性格や社会性などの個人的問題、発達障害の特徴、人間関係に関する問題など)
○支援が必要な全ての児童生徒を対象に、個別の指導計画等を作成し、全職員による組織的な支援を行う

など

参考：国立教育政策研究所「生徒指導リープ」

あなたは？

何度注意しても分からないから、子供たちのために体罰等もいたしかたない。

これまでの経験から指導の一環として体罰等には一定の効果がある。

部活動指導において、成績や結果を残すことへの焦りやプレッシャーがある。

保護者の理解が得られているので、少くくは体罰等を行っても大丈夫だと思う。

周囲から、厳しい先生として認められたい(威厳を保ちたい)。

指導の際、感情的で衝動的言動をとることがある。

心あたりはありませんか？

多様な子供に対する対応を一人の先生が抱え込んでいる。

体罰や暴言等の不適切な指導と受け取られかねない行為に対し、見て見ぬふりをしている。

「担当、担任の先生がいるのだから」と子供の問題行動等への対応を任せている。

職員が多忙で、周囲の先生に相談する機会や場がない。

成果や結果を優先して評価される雰囲気がある。

あなたのまわりは？

指導の基盤となる信頼関係づくり

□児童生徒に自己存在感を与える
「当たり前」の中にほめるヒント

あなたが掃除を頑張っているおかげで、教室がいつもきれいで気持ちいいね。ありがとう。



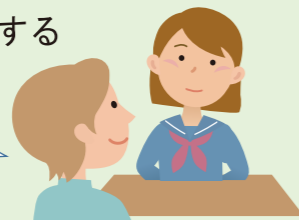
□共感的な人間関係を育成する

教師の思いや考えを伝える前に、
子供の気持ちを理解することが先

今日提出ができなかった理由を
教えてもらってもいい？

□自己決定の場を与え、
自己の可能性を開発援助する
子供に考えさせる

どうしたらよかったのかな。
これからはどうしていこうか。



熊本の教師の心がけ10か条 (一部抜粋) 視点2 教職員と児童生徒のつながり(「教師」と「子供」)

- 子供の「よさ」を見付ける
わずかな成長や、その子が持つよさに気付く目を養いましょう
- 自ら示す「生き方モデル」
言葉だけではなく、自身の姿で語るができるようにしましょう
- 評価はタイムリーに
常に「見守っているよ」、「応援しているよ」という教師の気持ちが伝わるようにしましょう

参考：文部科学省「生徒指導提要」
「人権教育の指導方法等の在り方について【第三次とりまとめ】」
熊本県教育委員会「熊本の学び推進プラン」

体罰は違法行為です！

学校教育法第11条

校長及び教員は、教育上必要があると認めるときは、文部科学大臣の定めるところにより、児童、生徒及び学生に懲戒を加えることができる。ただし、体罰を加えることはできない。

文部科学省

「体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について(通知)」

その懲戒の内容が身体的性質のもの、すなわち、**身体に対する侵害を内容とするもの**(殴る、蹴る等)、児童生徒に**肉体的苦痛を与えるようなもの**(正座・直立等特定の姿勢を長時間にわたって保持させる等)に当たると判断された場合は、**体罰に該当する**。

※「体罰」「認められる懲戒」「正当な行為」に関する参考事例も「体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について(通知)【別紙】」に記載されています。

◆行政上・身分上の責任(懲戒処分)

熊本県 懲戒処分の指針(令和2年6月1日改正)【一部抜粋】

- (1) 体罰により、児童生徒を死亡させ、又は重大な後遺症(失明等)を残す傷害を負わせた職員は、免職又は停職とする。
- (2) (1)以外の場合で、体罰により、児童生徒に重傷を負わせた職員は、停職又は減給とする。
- (3) 体罰により、児童生徒に軽傷を負わせた職員は、減給又は戒告とする。
- (4) (1)から(3)の場合で、懲戒処分を行おうとするときは、次のアからウまでに掲げる事由を考慮のうえ判断するものとする。
ア 体罰を常習的に行ったこと。
イ 体罰の事実を隠蔽したこと。
ウ 特別な支援を要する児童生徒に体罰を行ったこと。
- (5) (1)から(3)以外の場合で、(4)アからウまでに掲げる事由のいずれかに該当する行為をした職員は、減給又は戒告とする。
- (6) 暴言等の不適切な指導を行った職員については、(1)から(5)に準じて扱う。

◆刑事上の責任

暴行罪(刑法第208条) 傷害罪(刑法第204条)

◆民事上の責任

不法行為による損害賠償(民法第709条)