

公立小中学校教員の生活満足度を規定する要因

神林 寿幸

(明星大学教育学部常勤講師)

本稿は、先行研究で十分に注目されてこなかった生活満足度に焦点をあて、公立小中学校教員の長時間労働が生活満足度や生活時間に及ぼす影響を検証したものである。まず、生活満足度に関する順序ロジットモデルによる推計を行った結果、小学校では週の労働時間が80時間以上である教員の生活満足度が低かった。他方で、中学校では労働時間と生活満足度との間に有意な関係を確認できず、中学校教員は長時間労働の要因とされる部活動指導などから充足感を得ていることが推察された。だが、構造方程式モデリングを用いたパス解析から、中学校でも教員の長時間労働は家族との時間や睡眠時間を奪い、生活満足度を低下させることが確認された。また同居家族がいる教員や女性教員では家族との時間を確保することが生活満足度の向上をもたらし、小学校では学級担任の労働時間が長く、これが生活満足度の低下につながることが観察された。さらに、管理職からの支援を感じる教員ほど労働時間が短く生活満足度も高かった。時短とはタイムカード等の導入で達成されるのではなく、管理職が各教員の業務量を調整してはじめて実質のあるものになることが分析結果から示唆される。また小学校では教員の持ち帰り業務は生活満足度を低下させることから、時短ハラスメントが生じないような配慮が必要である。中学校では教職を広く捉える教員ほど長時間労働で、時短には教員の意識変容が求められることが示唆される。

【キーワード】 労働時間・休日休暇, 労働災害・安全衛生, 労働者生活

目次

- I 課題設定
- II 仮説
- III データと変数
- IV 分析
- V 考察と課題

I 課題設定

近年、公立小中学校教員の長時間労働が社会問題となっている。2016年に文部科学省が行った

「教員勤務実態調査」によると、週の在校時間が60時間以上(過労死ライン相当)の教諭は小学校で約3割、中学校で約6割までに及んだ¹⁾。これを受けて、国や地方公共団体で教員の長時間労働是正とワーク・ライフ・バランス(以下、WLB)の確保にむけた取り組みが進められている^{2) 3)}。

これまでも教員の労働時間に関する研究が行われ、教員の長時間労働に関する実態(堀内[編著]2001; 落合2009等)に加えて、長時間労働が教員の健康や生活に与える影響が明らかにされてきた。例えば、長時間労働の教員ほど精神的健康が

不調で (Bannai, Ukawa and Tamakoshi 2015 等), 睡眠時間が短く (田野井・水本・大久保 2012), WLB が不均衡になりやすい (直井・佐藤 2013)。また属性等の統制が十分ではないが, 長時間労働の教員ほど家族と食事がとれず生活満足度が低いことが示されている (神林 2016)。特に女性教員は仕事に加え家事や育児があり睡眠時間が短く (吉田・佐山 1993), 心理的に多忙であり (佐藤 2015), 女性教員のキャリア形成上, 仕事と家事・育児との両立が課題とされる (楊 2018)。

教員以外の労働者についても長時間労働が健康や生活に及ぼす影響について相当数の研究がある (van der Hulst 2003; 岩崎 2008 等)。健康への影響として, 長時間労働者ほど心筋梗塞 (Sokejima and Kagamimori 1998) や肥満 (Solovieva et al. 2013) になりやすく, メンタルヘルスが不調である (Proctor et al. 1996; 山本・黒田 2014)。また労働以外の生活への影響として, 長時間労働者ほど WLB 満足度 (小倉 2007) や生活満足度 (浅野・権丈 2012) が低く, 自由時間が短い (矢野・平田 1995) ことが示されており, 労働者の健康や WLB 確保には労働時間の短縮 (時短) が求められる。

一方で, 「なぜ時短なのか」に関する研究の少なさと無目的に余暇が増えることで労働の意味の希薄化が生じるという指摘もある (小倉 1998)。また WLB とは労働者の職業, 家庭, 社会, 自己の生活領域の並立充実を図るものである (渡辺 2010)。これらの指摘から闇雲な時短によって労働者の生活の充実が失われることも考慮に入れる必要があり, 実際にこうした指摘を支持するような経験的な結果も示されてきた。例えば, ブルーカラー労働者は労働時間が長くなることで職場への帰属意識が高まり幸福感を享受している (山本 2012)。また労働による非金銭的効用に着目し, 労働時間と職務満足度との関係を分析したところ, 両者の間に非線形の関係が確認され, 職務満足度の高い長時間労働者の存在も明らかにされた (Kuroda and Yamamoto 2019)。

これらの研究成果を踏まえると, 教員でも時短の意味を問うために, 教員の仕事や生活に対する主観的評価に着目して労働時間や仕事以外の時間 (以下, 生活時間) を分析し, 教員が充実感をもて

る働き方や生活様式を考察することが重要だといえる。だがこうした研究は低調で, 特定自治体を対象としたもの (田野井・水本・大久保 2012; 直井・佐藤 2013; 佐藤 2015) にとどまる。あわせて教員について労働時間, 生活時間の過ごし方, 仕事や生活に対する主観的評価を同一モデルに組み込んだ分析は管見の限りで皆無に等しい。そのため, 教員の長時間労働が生活時間や生活の充実感に与える影響について詳細なメカニズムは解明されてこなかった。

そこで, 本稿では複数自治体を対象に行われた調査データを用いて, 公立小中学校教員の生活満足度⁴⁾に着目し, 生活満足度の高い公立小中学校教員はどのような働き方をし, 仕事以外の生活をどのように過ごしているのかを実証的に明らかにする。分析では労働時間, 生活時間の過ごし方, 生活満足度を同一モデルに組み込み, それぞれの相互関係を明らかにする。その上で教員の生活満足度を維持向上させる働き方や生活様式を考察する。

検証課題は次のとおりである。第一に, 教員にとっての時短の意味を考察するために教員の労働時間と生活満足度との関係を分析する。前記のように, 労働者の労働時間と生活満足度との間に負の関係と非線形の関係がともに先行研究で確認されたが, 教員の場合はどうなのかをまず明らかにする。その上で, 第二に労働時間と生活満足度に加えて, 生活時間もモデルに組み込み, これらの関係を分析する。労働時間が生活満足度に及ぼす直接効果に加えて, 生活時間が生活満足度に及ぼす直接効果, 生活時間を媒介とした生活満足度に対する労働時間の間接効果を明らかにする。また労働時間も校内のものと校外のものに分けて, 家での持ち帰り業務が生活時間や生活満足度に与える影響を分析する。

II 仮説

本稿の仮説は次のとおりである。第一の検証課題については, 「長時間労働の教員ほど生活満足度は低い」と設定する。先述のとおり, 教員研究で生活満足度に着目した研究は限定的であるが,

単純集計で長時間労働の教員ほど生活満足度は低く、また生活満足度ではないが教員の精神的健康の悪化は労働時間が長いほどそのリスクが高いとされる。これらを踏まえて以上のような仮説を設定する。

ただ教員の生活満足度を分析する際には、特に仕事への意識、ストレス耐性、管理職からの支援による影響を考慮する必要がある。仕事への意識については、近年ワーク・エンゲイジメントという仕事への積極的な関与が注目され（島津2010）、ワーク・エンゲイジメントを有する労働者ほど職務満足度も高い（Schaufeli, Taris and van Rhenen 2008等）。このことから教員としての仕事に積極的な意義を見出すことができる教員ほど生活満足度は高いと考えられる。ストレス耐性については、看護師を対象とした研究からストレス耐性があるほど職務満足度が高いことが示されている（久保ほか2007）。この知見からストレス耐性がある教員の生活満足度も高いと思われる。管理職からの支援については国内外の研究でソーシャルサポートとして職業ストレス低減の効果が確認されており（Charoensukmongkol, Moqbel and Gutierrez-Wirsching 2016）、教員研究でも同様の結果が得られている（Collie, Perry and Martin 2017等）。よって、管理職からの支援がある教員は生活満足度が高いと思われる。以上を踏まえて、教員の労働時間と生活満足度との関係を分析する際に、仕事へ

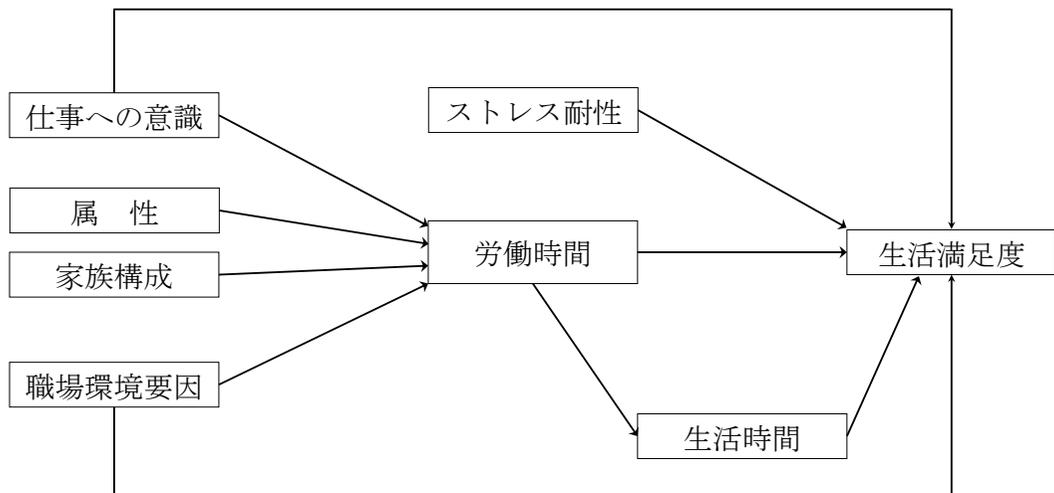
の意識、ストレス耐性、管理職からの支援を統制変数に設定する。

次に、第二の検証課題については図1のような仮説モデルを設定する。まず教員の生活満足度は先述の労働時間、仕事への意識、ストレス耐性、管理職からの支援に加えて、生活時間が直接規定すると仮定する。

生活時間については、先行研究の知見を踏まえて、睡眠時間、余暇活動、家族と一緒に過ごす時間の3つに着目する。睡眠時間については、睡眠時間が短いほど生活の質（Quality of Life）も低くなることから（Lo and Lee 2012）、睡眠時間が短い教員ほど生活満足度は低いと想定される。家族と一緒に過ごす時間については、配偶者と過ごす時間が長いほど、夫婦関係満足度が高く（山口2009）、家庭生活の満足度が高いと生活全般の満足度が高い（出田1998）。これらの知見から家族と一緒に過ごす時間が充実している教員ほど、生活満足度が高いと考えられる。余暇活動については、ギャンブル活動など一部の余暇活動を行う者の幸福感は低い、おおむね余暇活動を行う者ほど幸福感が高い（橋木・高松2018）。そのため余暇活動が充実している教員は生活満足度が高いことが予想される。

さらに教員の生活時間は労働時間による影響を受け、長時間労働の教員ほど睡眠時間が短く、余暇活動ができず、家族と過ごす時間も短いと考え

図1 教員の労働時間、生活時間、生活満足度に関する仮説モデル



られる。生活満足度に対して教員の労働時間は直接効果のみならず、生活時間の過ごし方を經由した間接効果も有することが想定される。

また教員の労働時間は属性、家族構成、仕事への意識、職場環境による影響を受けることが予想される。属性や家族構成について、女性教員（樋口・鈴木 2009）や未就学児がいる教員（佐藤 2015）の学校で行う残業時間は短いことが示されている。これは家事や育児を行わなければならない教員は早めに退勤する実態を表すものと考えられるが、本稿でも同様の結果が得られると想定する。

その他、先行研究が示した学校種や学校規模（神林 2017）、勤務時間管理の方法（神林 2018）などの職場環境要因に加えて、ここでも教員の仕事への意識や管理職からの支援に着目したい。仕事への意識については、教職観の違いによって教員の客観的な業務負担への対応様式が異なり、教職アイデンティティを見出す教員ほど業務負担を受けやすいとされる（久富 1988）。したがって、仕事への意識によって教員の労働時間は異なると考えられる。管理職からの支援については、管理職の時間管理意識・行動が社員の時間管理意識に影響を与えており（武石・佐藤 2011）、学校でも管理職の時間管理意識や行動が教員の労働時間に影響を及ぼすことが仮定できる。

Ⅲ データと変数

1 データ

分析データには、2015年12月に公益財団法人連合総合生活開発研究所が実施した「教職員の働き方と労働時間の実態に関する調査」（以下、連合総研調査）を用いる。本調査は全国23道県の公立小学校教諭2835名、中学校教諭1700名、高等学校教諭326名、特別支援学校教諭140名を対象に実施され、小学校1903名（回収率67.1%、以下括弧同様）、中学校1094名（64.4%）、高等学校196名（60.1%）、特別支援学校91名（65.0%）より回答が得られた。分析対象は使用変数すべてで有効回答が得られた公立小学校教諭911名、公立中学校教諭526名である。

なお、連合総研調査の特徴として次の4点がある（神林 2016：21-23）。第一に、本調査の主な関心は公立小中学校教員にあったため、高等学校と特別支援学校の調査対象者数が少ない。第二に本調査は日本教職員組合の委託調査であり、同組合に加入する教員が多い都道府県で実施された。第三に本分析対象である公立小中学校教諭の標本と母集団を比較したときに、小中学校ともに男性教員と若手教員の比率が高い。第四に中学校教員の大半が部活動顧問である。分析対象の中学校教諭526名のうち468名（89.0%）が運動部または文化部の顧問であった。

このように母集団と比べると本調査データの標本には偏りがあり、分析結果を解釈するには一定の留意が必要である。しかし、本稿が関心を寄せる公立小中学校教員の生活満足度、労働時間、生活時間について複数自治体を対象として大規模に行われた調査は、管見の限りで連合総研調査以外にない。その意味で本分析データとして連合総研調査は最適なものである。

2 変数

生活満足度 「あなたは現在の生活にどの程度満足していますか」という項目を用いる（1=かなり不満、2=やや不満、3=どちらともいえない、4=やや満足、5=かなり満足の5値）。

属性 女性ダミー（0=男性、1=女性）と年齢（1=24歳以下、2=25-29歳、3=30-34歳、4=35-39歳、5=40-44歳、6=45-49歳、7=50-54歳、8=55歳以上）を使用する。

家族構成 就学前児ダミー（0=小学校入学前の子供がいない、1=当該子供がいる）と世帯構成の2つを設定する。世帯構成は単身世帯が基準カテゴリとなるように、夫婦世帯、親子世帯、三世帯世帯、定住家族世帯のカテゴリを設定する。

仕事への意識 授業外業務重視度を用いる。2019年の中央教育審議会による「学校の働き方改革答申」は「学校及び教師が担う業務の明確化・適正化」として、「基本的には学校以外が担うべき業務」「学校の業務だが、必ずしも教師が担う必要のない業務」「教師の業務だが、負担軽減が可能な業務」を提言した⁵⁾。連合総研調査では授業以

外の15業務について、教員の本務か否かをたずねる項目があり、本分析では「学校の働き方改革答申」で適正化等が必要とされた業務に相当する児童生徒の問題行動対応（主成分負荷量=.455、以下同様）、クラブ活動・部活動（.597）、国・教育委員会からの調査対応（.608）、学校徴収金未納者対応（.503）、地域連携（.651）の5つに着目する。これら5項目を主成分分析で合成し（固有値=1.610、寄与率32.198%）、四分位に分けたものを分析に用いる。

ストレス耐性 児童生徒の問題行動への負担経験（0=業務の経験があり負担だった、1=業務の経験はあるが、負担ではなかった）を使用する⁶⁾。公立小中学校教員にとって負担の大きい業務の一つに、児童生徒の問題行動への対応を含む個別の生徒指導がある（神林2017）。これに負担を感じたことがない教員はストレス耐性が高いと考えられる。**労働時間** 週の労働時間（校内）、週の労働時間（校外）、これらの合計である週の労働時間（合計）を用いる。週の労働時間（校内）には、勤務日1日の学校内勤務時間×5+ 週休日1日の学校内勤務時間×2を算出し、8カテゴリに分類したものをを用いる⁷⁾。週の労働時間（校外）は、（勤務日1日の学校外勤務時間+勤務日1日の自宅での業務時間）×5+（週休日1日の学校外勤務時間+週休日1日の自宅での業務時間）×2を算出し、これを5カテゴリに分類したものである⁸⁾。週の労働時間（合計）には10カテゴリに分類したものをを用いる⁹⁾。

生活時間 週の睡眠時間、余暇活動、家族と夕食をとる頻度を設定する。週の睡眠時間には勤務日1日あたりの平均睡眠時間×5+ 週休日1日あたりの平均睡眠時間×2を算出し、5カテゴリに分類したものを使用する¹⁰⁾。余暇活動には週あたり読書時間（主成分負荷量=.400、以下同様）¹¹⁾、ボランティア・地域活動への参加状況（.752）¹²⁾、スポーツクラブ・文化サークル加入団体数（.696）¹³⁾の3変数を主成分分析で合成し（固有値=1.210、寄与率=40.334%）、これを四分位点に分けたものをを用いる。家族と夕食をとる頻度は6値の変数である¹⁴⁾。

職場環境 学級担任ダミー（0=担任をしていない、

1=通常学級、複式学級、特別支援学級のいずれかの担任をしている）、学校規模（勤務校の全児童生徒数に関する9値¹⁵⁾の変数）、管理職からの支援、客観的勤務時間管理ダミーを用いる。管理職からの支援には、自宅での仕事を含めたあなたの実際の勤務時間を把握している（.718）、あなたの労働時間が過重にならないように業務量を調整している（.791）、あなたの健康を気遣っている（.748）の3項目¹⁶⁾を主成分分析で合成し（固有値=1.701、寄与率=56.690%）、これを四分位数にしたものを使用する。客観的勤務時間管理ダミーは、勤務校でタイムカード等の機器を用いて出退勤時刻管理をしている場合には1を、それ以外の場合には0をとる。

以上の変数の記述統計量は表1のとおりである。

IV 分 析

1 教員の労働時間と生活満足度との関係

はじめに、教員の労働時間と生活満足度との関係を明らかにするために、小中学校教員の生活満足度を被説明変数とする順序ロジットモデルによる推計を行う。説明変数には週の労働時間（合計）のほか、被説明変数に影響を及ぼすと考えられる属性、家族構成、仕事への意識、ストレス耐性、職場環境として学級担任ダミー、学校規模、管理職からの支援も設定する。結果は表2のとおりである。

まず、週の労働時間（合計）と生活満足度との間には線形関係が確認されなかった。週の労働時間について40時間未満を参照基準にすると、小学校では80時間以上の教員の生活満足度が低かった。だが、中学校を含むそれ以外の時間帯で有意差は確認されなかった。

その他には、小中学校で共通して授業外業務重視度、ストレス耐性、管理職からの支援がある教員ほど、生活満足度が高かった。また小学校では女性教員や年齢が高い教員ほど生活満足度が低く、さらに単身世帯と定位家族世帯を比べると、定位家族世帯の教員の方が生活満足度は高かった。

表 1 記述統計量

変数名	小学校		中学校		変数名	小学校		中学校	
	Mean	SD	Mean	SD		週の労働時間 (合計)	度数	比率	度数
生活満足度	3.293	1.036	3.221	1.116	40 時間未満	8	0.9%	3	0.6%
女性ダミー	.460	.499	.304	.460	40-45 時間未満	23	2.5%	10	1.9%
年齢	4.808	1.984	4.960	2.107	45-50 時間未満	57	6.3%	19	3.6%
就学前児ダミー	.204	.403	.184	.388	50-55 時間未満	79	8.7%	21	4.0%
ストレス耐性	.181	.385	.163	.370	55-60 時間未満	117	12.8%	38	7.2%
家族と夕食をとる頻度	4.200	1.921	4.086	1.886	60-65 時間未満	159	17.5%	46	8.7%
学級担任ダミー	.780	.414	.603	.490	65-70 時間未満	155	17.0%	61	11.6%
学校規模	4.539	2.379	4.606	2.221	70-75 時間未満	129	14.2%	57	10.8%
客観的勤務時間管理ダミー	.094	.293	.106	.309	75-80 時間未満	80	8.8%	88	16.7%
世帯構成	度数	比率	度数	比率	80 時間以上	104	11.4%	183	34.8%
夫婦世帯	142	15.6%	80	15.2%	週の睡眠時間	度数	比率	度数	比率
親子世帯	382	41.9%	216	41.1%	42 時間未満	221	24.3%	142	27.0%
三世帯世帯	103	11.3%	67	12.7%	42-49 時間未満	444	48.7%	253	48.1%
定住家族世帯	118	13.0%	74	14.1%	49-56 時間未満	206	22.6%	116	22.1%
単身世帯	166	18.2%	89	16.9%	56-63 時間未満	37	4.1%	12	2.3%
授業外業務重視度	度数	比率	度数	比率	63 時間以上	3	0.3%	3	0.6%
第 1 分位	245	26.9%	165	31.4%	余暇活動	度数	比率	度数	比率
第 2 分位	136	14.9%	68	12.9%	第 1 分位	206	22.6%	153	29.1%
第 3 分位	310	34.0%	151	28.7%	第 2 分位	218	23.9%	145	27.6%
第 4 分位	220	24.1%	142	27.0%	第 3 分位	230	25.2%	126	24.0%
週の労働時間 (校内)	度数	比率	度数	比率	第 4 分位	257	28.2%	102	19.4%
40 時間未満	19	2.1%	6	1.1%	管理職からの支援	度数	比率	度数	比率
40-45 時間未満	47	5.2%	19	3.6%	第 1 分位	329	36.1%	218	41.4%
45-50 時間未満	106	11.6%	32	6.1%	第 2 分位	150	16.5%	96	18.3%
50-55 時間未満	167	18.3%	40	7.6%	第 3 分位	232	25.5%	103	19.6%
55-60 時間未満	174	19.1%	63	12.0%	第 4 分位	200	22.0%	109	20.7%
60-65 時間未満	188	20.6%	71	13.5%					
65-70 時間未満	107	11.7%	98	18.6%					
70 時間以上	103	11.3%	197	37.5%					
週の労働時間 (校外)	度数	比率	度数	比率					
5 時間未満	373	40.9%	220	41.8%					
5-10 時間未満	230	25.2%	119	22.6%					
10-15 時間未満	165	18.1%	73	13.9%					
15-20 時間未満	77	8.5%	47	8.9%					
20 時間以上	66	7.2%	67	12.7%					

2 構造方程式モデリングによるパス解析

次に、教員の労働時間、生活時間、生活満足度の相互関係を明らかにするため、構造方程式モデリングによるパス解析を行った¹⁷⁾。小学校については表 3、中学校については表 4 のような結果が得られた。各モデルは図 1 に示した仮説をもとにまず設定され、その上で適合度改善指標¹⁸⁾を

参考に修正し構築された。小中学校ともに良好なモデルが得られた¹⁹⁾。

表 3・4 より小中学校に共通する結果として 6 点あげられる。第一に、生活時間から生活満足度への直接効果が確認された。週の睡眠時間、余暇活動、家族と夕食をとる頻度が充実している教員ほど生活満足度が高く、パス係数から家族と夕食をとる頻度と生活満足度との関係が特に強いこと

表2 週の労働時間と生活満足度との関係に関する推計結果（順序ロジットモデル）

	小学校		中学校	
	Coef.	SE	Coef.	SE
女性ダミー	-.343 *	.139	-.096	.185
年齢	-.163 ***	.043	-.031	.055
世帯構成 (ref. 単身世帯)				
夫婦世帯	.290	.208	.328	.290
親子世帯	.035	.220	.486	.307
三世代世帯	.097	.287	.213	.341
定住家族世帯	.522 *	.222	.240	.266
就学前児ダミー	.084	.204	-.255	.282
学級担任ダミー	-.114	.169	-.075	.195
学校規模	-.003	.026	.034	.037
授業外業務重視度	.219 ***	.061	.227 **	.078
ストレス耐性	.326 †	.171	.534 *	.260
管理者からの支援	.306 ***	.057	.357 ***	.079
週の労働時間〔合計〕 (ref. 40時間未満)				
40-45時間未満	.603	.672	.701	1.530
45-50時間未満	.571	.523	1.257	1.500
50-55時間未満	.233	.523	1.068	1.475
55-60時間未満	.289	.507	1.827	1.458
60-65時間未満	.120	.507	1.276	1.437
65-70時間未満	-.194	.505	.698	1.419
70-75時間未満	-.409	.509	.516	1.425
75-80時間未満	-.627	.522	.860	1.426
80時間以上	-1.230 *	.517	.577	1.423
閾値1	-2.710	.608	.054	1.530
閾値2	-1.078	.597	1.333	1.530
閾値3	.247	.601	2.396	1.530
閾値4	3.104	.626	5.227	1.542
Prob > chi2	.000		.000	
Log pseudolikelihood	-1167.2407		-707.6638	
Pseudo R2	.0706		.0473	
N	911		526	

注：*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$. SEにはロバスト標準誤差を使用。

がわかる。

第二に、生活時間を經由した労働時間から生活満足度への間接効果が確認された。校内外の労働時間が長い教員は睡眠時間が短く、また家族と夕食をとる頻度も少なく、これらに伴い生活満足度も低かった。他方で校外労働時間が長い教員は多くの余暇活動に参加でき、生活満足度も高かった。小中学校教員が校外で行う業務の一つに地域連携がある。こうした業務に積極的に関与し、勤務外も地域活動に参加し生活の充足感を得ている

教員がいることを示唆する結果である。

第三に、家族構成は教員の労働時間、生活時間、生活満足度を規定する。例えば、配偶者や子供と同居する教員ほど校内労働時間が短く、また家族と夕食をとる頻度は高かった。そしてこれらの教員は家族と夕食をとる機会を確保することで、生活満足度を得ていた。他方で親子世帯の小中学校教員は校外労働時間が長く、校内で残業する代わりに持ち帰り業務を行う傾向も読みとれた。生活満足度に対する世帯構成の直接効果については、親子世帯の教員で生活満足度が低かった。

第四に、女性教員の校内労働時間が短かった。女性教員はなるべく早く退勤し、家事や育児を行っているものと考えられる。さらに小学校の女性教員は余暇活動への参加が低調で、これに伴って生活満足度が低下する傾向が示された。

第五に、管理職からの支援が生活満足度を高めることについて直接効果と間接効果が確認された。管理職からの支援が行き届いているという教員ほど生活満足度が高く、生活満足度に対するパス係数の値は相対的に大きかった。また管理職からの支援が行き届いていると感じる教員ほど、校外の労働時間が短く、これによって生活時間が充実し、生活満足度も高まることが示された。

第六に、客観的な勤務時間管理による労働時間短縮の効果は確認できなかった。小中学校ともに、おおむね客観的勤務時間管理ダミーから校内外の労働時間に対する有意な効果は認められなかった。小学校では客観的勤務時間管理ダミーと校内労働時間との間に正の関係が確認されたが、これは逆因果と考えられる。つまり、教員の校内労働時間が長い学校に、タイムカード等の客観的な方法による勤務時間管理が導入されていると思われる。

次に小中学校で異なる結果として3点があげられる。第一に、教員の労働時間が生活満足度に及ぼす直接効果である。小学校では生活時間や世帯構成等の諸要因を統制しても、なお校内外それぞれの労働時間が長い教員ほど、生活満足度は低いという関係が確認された。そしてパス係数の値を比較すると、校内労働時間よりも校外労働時間が長い小学校教員ほど、生活満足度は低くなりやす

表3 構造方程式モデリングを用いたパス解析結果（小学校）

生活満足度	Coef.	SE	週の睡眠時間	Coef.	SE
週の労働時間（校内）	-.133 ***	.034	週の労働時間（校内）	-.206 ***	.032
週の労働時間（校外）	-.152 ***	.031	週の労働時間（校外）	-.210 ***	.031
週の睡眠時間	.055 †	.031	年齢	-.107 **	.033
余暇活動	.101 **	.031	切片	5.016 ***	.156
家族と夕食をとる頻度	.190 ***	.053	余暇活動	Coef.	SE
年齢	-.161 ***	.040	週の労働時間（校外）	.092 **	.032
ストレス耐性	.049	.031	女性ダミー	-.159 ***	.031
授業外業務重視度	.123 ***	.032	年齢	.183 ***	.031
世帯構成			世帯構成		
夫婦世帯	-.081	.060	夫婦世帯	-.068 *	.032
親子世帯	-.165 *	.074	切片	1.880 ***	.117
三世帯世帯	-.085 †	.051	家族と夕食をとる頻度	Coef.	SE
定位家族世帯	-.021	.048	週の労働時間（校内）	-.164 ***	.019
就学前児ダミー	.042	.039	週の労働時間（校外）	-.043 *	.019
管理職からの支援	.166 ***	.030	世帯構成		
切片	2.937 ***	.268	夫婦世帯	.840 ***	.017
週の労働時間（校内）	Coef.	SE	親子世帯	.978 ***	.021
女性ダミー	-.081 *	.032	三世帯世帯	.568 ***	.020
年齢	-.199 ***	.035	定位家族世帯	.571 ***	.020
授業外業務重視度	.046	.032	就学前児ダミー	.001	.021
世帯構成			切片	1.123 ***	.089
夫婦世帯	-.150 ***	.033	誤差分散	Coef.	SE
親子世帯	-.112 **	.040	生活満足度	.817	.022
就学前児ダミー	-.099 **	.036	週の労働時間（校内）	.853	.021
学級担任ダミー	.141 ***	.032	週の労働時間（校外）	.959	.013
学校規模	.102 **	.031	週の睡眠時間	.911	.018
客観的勤務時間管理ダミー	.064 *	.031	余暇時間	.926	.017
切片	3.083 ***	.179	家族と夕食をとる頻度	.314	.014
週の労働時間（校外）	Coef.	SE			
年齢	.105 **	.035			
授業外業務重視度	-.040	.034			
世帯構成					
親子世帯	.068 *	.033			
学級担任ダミー	.140 ***	.033			
管理職からの支援	-.080 *	.033			
切片	1.404 ***	.173			

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$. Coef.は標準化された値を使用. SE: 標準誤差. N=911. RMSEA=.009, CFI=.997, TLI=.995, SRMR=.016.

い。他方で中学校では、生活満足度に対する週の労働時間による直接効果は校内外ともに確認できなかった。先の表2が示すように、中学校では週の労働時間と生活満足度との間に明確な関係は確認できなかったが、パス解析でも同様の結果が得られた。

第二に、授業外業務重視度と労働時間との関係

である。小学校では授業外業務重視度から労働時間に対する有意な効果は校内外のいずれにおいても確認できなかった。他方で、中学校では授業外業務重視度が校内労働時間に及ぼす正の効果が確認された。すなわち、授業以外のことも広く教員の本務と考える中学校教員ほど校内労働時間が長かった。例えば、部活動指導を本務と考える中学

表4 構造方程式モデリングを用いたパス解析結果（中学校）

生活満足度	Coef.	SE	週の睡眠時間	Coef.	SE
週の労働時間（校内）	.000	.046	週の労働時間（校内）	-.213 ***	.041
週の労働時間（校外）	-.025	.043	週の労働時間（校外）	-.210 ***	.041
週の睡眠時間	.084 †	.044	切片	4.840 ***	.174
余暇活動	.114 **	.041	余暇活動	Coef.	SE
家族と夕食をとる頻度	.293 ***	.067	週の労働時間（校外）	.115 **	.042
年齢	-.011	.057	年齢	.177 ***	.042
授業外業務重視度	.127 **	.044	切片	1.535 ***	.152
ストレス耐性	.063	.042	家族と夕食をとる頻度	Coef.	SE
世帯構成			週の労働時間（校内）	-.120 ***	.027
夫婦世帯	-.214 **	.079	週の労働時間（校外）	-.097 ***	.027
親子世帯	-.200 *	.099	世帯構成		
三世帯世帯	-.182 *	.073	夫婦世帯	.861 ***	.023
定位家族世帯	-.119 †	.063	親子世帯	.947 ***	.026
就学前見ダミー	-.002	.052	三世帯世帯	.640 ***	.027
管理職からの支援	.200 ***	.041	定位家族世帯	.551 ***	.029
切片	1.494 ***	.362	切片	1.094 ***	.129
週の労働時間（校内）	Coef.	SE	誤差分散	Coef.	SE
女性ダミー	-.127 **	.041	生活満足度	.863	.026
年齢	-.322 ***	.041	週の労働時間（校内）	.846	.028
授業外業務重視度	.094 *	.043	週の労働時間（校外）	.975	.013
ストレス耐性	-.114 **	.041	週の睡眠時間	.908	.024
就学前見ダミー	-.097 *	.041	余暇時間	.958	.017
学校規模	.072 †	.041	家族と夕食をとる頻度	.372	.021
切片	3.977 ***	.215	共分散	Coef.	SE
週の労働時間（校外）	Coef.	SE	週の睡眠時間×家族と夕食をとる頻度	.178 ***	.042
女性ダミー	-.093 *	.043			
年齢	-.079 †	.043			
管理職からの支援	-.115 **	.043			
切片	2.083 ***	.150			

***p<.001, **p<.01, *p<.05, †p<.10. Coef.は標準化された値を使用。SE：標準誤差。N=526。RMSEA=.018, CFI=.989, TLI=.982, SRMR=.024。

校教員は部活動指導に力を入れ、労働時間が長くなっていることが推測できる。また中学校教員については、ストレス耐性と校内労働時間との間に負の関係が確認された。ストレス耐性のある中学校教員は効率的に業務を行うことができ、校内労働時間が短いと考えられる。

第三に、学級担任の担当状況が労働時間に与える影響である。中学校では学級担任ダミーから労働時間に対する有意な効果は校内外ともに確認できなかった。他方で小学校では校内外の労働時間に対する正に有意な効果が確認され、学級担任である小学校教員は校内外の労働時間が長かった。

V 考察と課題

分析結果を踏まえて、2つの検証課題について考察する。まず、第一の検証課題である教員の労働時間と生活満足度との関係について、当初の「長時間労働の教員ほど生活満足度は低い」という仮説は部分的に支持されたといえる。小学校では週の労働時間が80時間以上の教員で生活満足度が低く（表2）、校内外の労働時間が長い教員ほど生活満足度が低かった（表3）。しかし、中学校では週の労働時間と生活満足度との間に明確な関係は確認できなかった。小中学校で異なる結果が

得られた背景の一つには、部活動指導の存在が考えられる。部活動指導は負担だがやりがいを感じる中学校教員が多い実態はこれまでに報告されている（秋田県教職員組合部活動検討委員会2012）。先述のとおり、本分析対象である中学校教員の89%が部活動顧問であり、部活動指導等の長時間に及ぶ業務から生活の充足感を得ており、以上のような結果が得られたと思われる。

ただ、第二の検証課題である労働時間、生活時間、生活満足度の関係を明らかにするために行った構造方程式モデリングによるパス解析から、中学校教員でも長時間労働が生活時間に影響を及ぼし、これに伴い生活満足度が低下する側面も確認された。小中学校ともに校内外の労働時間が長くなるほど睡眠時間や家族と夕食をとる頻度が少なくなり、これによって教員の生活満足度が低下することから、小中学校教員の生活満足度を高めるためには、長時間労働の是正が求められる。

また、健康の保持増進の観点からも教員の時短が必要である。睡眠障害は死亡を含む疾病の罹患やうつ病のリスクを高める（Nakanishi et al. 1999；土井2012）。本分析結果で小中学校教員の長時間労働は睡眠時間の減少につながることが確認され、教員の睡眠時間を確保するためにも労働時間縮減が必要となる。

さらに、第二の検証課題について考察を続ける。まず小中学校で共通するものとして2点述べる。第一に、子供がいる教員や女性教員のWLB確保にむけた支援が必要である。分析結果が示すように、世帯が配偶者と子供から構成される親子世帯の教員は、学校での勤務を早く終わらせ家族と一緒に夕食をとることで生活の充足感を得ていた。他方で親子世帯の教員は生活満足度が相対的に低かった。これは配偶者以外に子育てを担える家族がおらず、教員が仕事と育児で葛藤する様子を表しているものと考えられる。家庭で子供と一緒に過ごす時間を確保できるように子育て世代の教員に対する教育行政や学校からの支援が必要である。また女性教員も校内労働時間が短く、家事や育児を行うために早く帰宅する実態がうかがえた。これまでも先行研究で言及されてきたが、女性教員が仕事と家事・育児を両立できるように、

教育行政や学校には必要な支援策が求められる。

第二に、教員の長時間労働を是正し生活満足度を高めるためには、管理職からの支援が重要である。管理職が教員の業務量や健康状態を的確に管理することで、把握が難しい校外労働時間も縮減可能であることが、本分析結果から示唆される。一方で、タイムカード等の客観的な方法を用いた勤務時間管理を行う学校に勤める教員とそうでない教員との間に、労働時間の差は確認されなかった。「学校の働き方改革」では教員の勤務時間を客観的な方法で把握することが要請されている²⁰⁾。しかし、本分析結果を踏まえると、こうした仕組みを導入するだけでは教員の労働時間縮減の実現は難しく、管理職が教員の労働時間や健康状態を気にかけることで実質のあるマネジメントになるといえる。

加えて、管理職からの支援は教員の生活満足度に対する直接効果もあり、パス係数の値も大きかった。教員自身と管理職との相性もあるが、管理職からの支援は教員の労働時間を縮減させるだけでなく、教員の生活満足度も高める点で、管理職が果たすことのできる役割は大きい。

次に、第二の検証課題について小中学校それぞれに対する考察を行う。小学校について2点述べる。第一に、先述の点とも重なるが、生活満足度の観点から学級担任と女性教員に対する配慮が小学校では特に求められる。小学校では学級担任は長時間労働で、これに伴い生活満足度を低下させやすく、また女性教員は余暇活動の時間が短く、これが生活満足度の低下をもたらす要因であった。これらの結果が得られた背景には、小学校で学級担任制が採用されていることが考えられる。中学校は教科担任制を採用しているため、小学校に比べて教員は担当授業がない時間を自身の業務に充てやすい。他方で小学校では学級担任がほとんどすべての教科を担当し、児童が下校してからようやく自身の業務に取り組める。また小学校教員は複数の担当教科について授業準備をしなければならない。こうしたことが小学校教員の長時間労働をもたらし、特に家事や育児も担わなければならない女性教員に影響が及んでいる。女性教員の余暇活動に費やす時間が短いのは以上のような

な背景が考えられる。

あわせて、小学校教員の労働時間と生活満足度の関係についての分析(表2)でも、女性教員や高齢の教員ほど生活満足度が低く、一方で定位家族世帯の教員で生活満足度は高いことが示された。定位家族世帯の典型は実家暮らしで家事や育児の心配が比較的少ない。そのため、WLBが確保しやすく生活満足度が高いと考えられる。

以上をまとめると、小学校教員の長時間労働は、家事や育児の負担がある教員の生活満足度を特に低下させるおそれがある。そのため、小学校教員の長時間労働をもたらす要因と考えられる学級担任制の運用を見直す必要がある。例えば、現在中学校で採用されている教科担任制を小学校にも導入し、小学校教員の時短を進めることが政策として考えられる²¹⁾。

このように小学校教員の生活満足度を高めるために時短が求められるのだが、第二に、時短を進める際の留意点として、校内労働時間を短縮させることで持ち帰り業務が増えないようにすることが重要である。子供がいる小学校教員は校内での勤務を早く終わらせる一方で、校外労働時間は長く、持ち帰り業務が発生する傾向がうかがえた。小学校教員では校内労働時間と比べて、校外労働時間増大の方が生活満足度の低下と関連が強いことを踏まえると、生活満足度の向上という点からすれば、時間外勤務が発生した場合は持ち帰り業務をしない方が好ましい。そのため、「時短ハラスメント」が起きないような教員の時短を進める工夫が求められる。

中学校では教員の意識変容が求められる。先行研究を踏まえて、教員としての業務に積極的な意義を見出す教員ほど生活満足度が高いという仮説を設定した。確かに小中学校ともに授業外業務重視度から教員の生活満足度に対する正の直接効果が確認された。だが中学校教員では、授業外業務重視度が高いほど校内労働時間が長く、これによって睡眠時間や家族と夕食をとる機会が奪われ生活満足度が低下することも確認され、仮説が一部支持されないところもあった。先述した中学校教員が部活動指導から充足感を得るといふ点とも重なるが、中学校教員が使命感から多様な業務を

抱え込み長時間労働であるのならば、生活満足度の向上や健康の悪化を防止する観点から、働き方を見直すことの大切さを研修等で教員に周知させることも今後必要な取り組みといえる。

最後に、今後の課題として2点あげる。第一は生活時間に関する調査項目を充実させることである。教員の生活時間の過ごし方を詳細に把握し、これが生活の充足に与える影響についてさらなる検証が必要である。第二はデータに関するもので、調査対象の拡張とパネルデータの構築があげられる。今回用いた連合総研調査は全国規模の調査であるが、対象都道府県に偏りがある。また本分析に用いたのはクロスセクションデータであり、観察されない異質性の統制に課題がある。全都道府県の教員を母集団としたパネルデータを構築し、本稿で得られた知見の頑健性をあらためて検証することが求められる。

付記 データの使用につきまして、公益財団法人連合総合生活開発研究所の許諾を頂きました。記して感謝申し上げます。また本研究はJSPS科研費(19K14107)の助成を受けたものです。

- 1) 文部科学省「教員勤務実態調査(平成28年度)集計【確定値】」(https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_/_icsFiles/afiedfile/2018/09/27/1409224_002_4.pdf, 最終閲覧日2021年3月1日)。
- 2) 2019年1月の中央教育審議会答申「新しい時代の教育に向けた持続可能な学校指導・運営体制の構築のための学校における働き方改革に関する総合的な方策について」(以下「学校の働き方改革答申」)では、教員の長時間労働を見直し、教員の生活や教職人生を豊かにすることが効果的な教育につながるとして時間外勤務の上限が提言された(中央教育審議会「新しい時代の教育に向けた持続可能な学校指導・運営体制の構築のための学校における働き方改革に関する総合的な方策について(答申)」(https://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/_/_icsFiles/afiedfile/2019/03/08/1412993_1_1.pdf, 最終閲覧日2021年3月1日)。
- 3) 東京都教育委員会が策定した「学校における働き方改革推進プラン」には、「ライフ・ワーク・バランスの実現に向けた環境整備」とある(https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/press/press_release/2018/files/release20180208_02/plan_02.pdf, 最終閲覧日2021年3月1日)。
- 4) 1990年代に入り、経済学は個人の効用について主観的側面である主観的幸福(well-being)に着目するようになり(Frey 2008=2012), その一側面が生活満足度である(Diener, 1984: 543; Graham 2011=2013: 25等)。
- 5) 前掲, 中央教育審議会答申, 29頁。
- 6) 連合総研調査の当該項目の選択肢は、これら2つ以外に「経験したことはない」というものもある。ただ、ストレス耐性として当該項目を使用する場合、当該業務の経験がなければ負担の評価ができないので、「経験したことはない」と回答した教員は分析対象から除外した。

- 7) 1=40時間未満, 2=40-45時間未満, 3=45-50時間未満, 4=50-55時間未満, 5=55-60時間未満, 6=60-65時間未満, 7=65-70時間未満, 8=70時間以上である。本稿では構造方程式モデリングによるパス解析を行うが、労働時間、生活時間、仕事への意識、管理職からの支援を当初連続変数で分析したところ、モデルが複雑となり結果が収束しなかった。そこで本分析ではモデルの儉約性を確保するために、以上の変数をカテゴリ化したものを用いる。
- 8) 1=5時間未満, 2=5-10時間未満, 3=10-15時間未満, 4=15-20時間未満, 5=20時間以上である。
- 9) 1=40時間未満, 2=40-45時間未満, 3=45-50時間未満, 4=50-55時間未満, 5=55-60時間未満, 6=60-65時間未満, 7=65-70時間未満, 8=70-75時間未満, 9=75-80時間未満, 10=80時間以上である。
- 10) 1=42時間未満, 2=42-49時間未満, 3=49-56時間未満, 4=56-63時間未満, 5=63時間以上である。
- 11) 勤務日1日あたりの平均読書時間×5+週休日1日あたりの平均読書時間×2で算定する。
- 12) 7カテゴリの変数である (1=活動に無関心・ほとんど参加していない, 2=年に数回程度参加, 3=月に1回程度, 4=月に2-3回程度参加, 5=週に1-2回程度参加, 6=週に3-4回程度参加, 7=だいたい毎日)。
- 13) 6カテゴリの変数である (1=未加入, 2=1団体, 3=2団体, 4=3団体, 5=4団体, 6=5団体以上)。
- 14) 1=夕食をとる家族はいない, または家族とは夕食をほとんどとらない, 2=月に1-3回程度, 3=週に1-2回程度, 4=週に3-5回程度, 5=だいたい毎日, 6=必ず毎日である。
- 15) 1=100人未満, 2=100-200人未満, 3=200-300人未満, 4=300-400人未満, 5=400-500人未満, 6=500-600人未満, 7=600-700人未満, 8=700-800人未満, 9=800人以上である。
- 16) 3カテゴリをとる (-1=そう思わない, 0=わからない, 1=そう思う)。
- 17) 構造方程式モデリングによるパス解析については、狩野(2002)を参照されたい。
- 18) 本分析にはStata MP 16を使用し、モデルを修正する際にはModification Indicesを参照した。
- 19) RMSEAは.05以下(Kaplan 2009), CFIとTKIは.95以上(室橋2007), SRMRは.08以下(Hu and Bentler 1999)であると、モデルの適合度は良好であると判断される。
- 20) 前掲, 中央教育審議会答申, 19頁。
- 21) なお, 2021年1月の中央教育審議会答申で, 小学5・6年に教科担任制を導入することが提言された(中央教育審議会「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子どもたちの可能性を引き出す, 個別最適な学びと, 協働的な学びの実現～(答申)」(chrome-extension://oemmndcbldboiebfnladacbfmdadm/https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt_syoto02-000012321_2-2.pdf, 最終閲覧日 2021年3月1日)。

参考文献

- 秋田県教職員組合活動検討委員会(2012)『中学校部活動の実態調査結果と今後のあり方に対する秋教組提言 2012』。
- 浅野博勝・権丈英子(2012)「労働時間と満足度——日英独の比較研究」武石恵美子[編著]『国際比較の視点から日本のワーク・ライフ・バランスを考える——働き方改革の実現と政策課題』ミネルヴァ書房, pp.111-146。
- 出田肇(1998)「余暇行動と生活満足度の関連分析」『計画行政』第21巻, 第1号, pp.84-94。
- 岩崎健二(2008)「長時間労働と健康問題——研究の到達点と今後の課題」『日本労働研究雑誌』第575号, pp.39-48。
- 小倉一哉(1998)「労働時間 解題」日本労働研究機構[編]『賃

- 金と労働時間』(リーディングス 日本の労働 4), pp.293-308。
- (2007)『エンドレス・ワーカーズ——働きすぎ日本人の実像』日本経済新聞出版社。
- 落合美貴子(2009)『バーンアウトのエスノグラフィー——教師・精神科看護師の疲弊』ミネルヴァ書房。
- 狩野裕(2002)「構造方程式モデリングは、因子分析、分散分析、パス解析のすべてにとって代わるのか?」『行動計量学』第29巻, 第2号, pp.138-159。
- 神林寿幸(2016)「アンケート調査に見る教職員の勤務時間と働き方の実情」公益財団法人連合総合生活開発研究所[編]『とりもどせ!教職員の「生活時間」——日本における教職員の働き方・労働時間の実態に関する研究委員会報告書』, pp.21-141。
- (2017)『公立小・中学校教員の業務負担』大学教育出版。
- (2018)「教員の指導環境と業務負担との関連」株式会社リベルタス・コンサルティング[編]『公立小学校・中学校等教員勤務実態調査研究』調査報告書』, pp.76-91。
- 久富善之(1988)「文化としての多忙問題と教職観」久富善之[編著]『教員文化の社会学的研究』多賀出版, pp.48-84。
- 久保陽子・永松有紀・竹山ゆみ子・阿南あゆみ・川本利恵子・金山正子・村瀬千春(2007)「精神科看護師職務満足度の影響要因検討——ストレス対処行動と性格傾向による分析」『産業医科大学雑誌』第29巻, 第2号, pp.169-181。
- 佐藤裕紀子(2015)「生活時間と時間葛藤からみる中学校教員の多忙と今後の課題」『日本家政学会誌』第66巻, 第2号, pp.54-64。
- 高津明人(2010)「職業性ストレスとワーク・エンゲイジメント」『ストレス科学研究』第25巻, pp.1-6。
- 武石恵美子・佐藤博樹(2011)「時間意識の向上のためのモデル事業と働き方改革」佐藤博樹・武石恵美子[編著]『ワーク・ライフ・バランスと働き方改革』勁草書房, pp.110-139。
- 橋本俊昭・高松里江(2018)『幸福感の統計分析』岩波書店。
- 田野井真美・水本徳明・大久保一郎(2012)「中学校教員のワーク・ライフ・バランス——生活時間と役割葛藤の視点から」『日本家政学会誌』第63巻, 第11号, pp.725-736。
- 土井由利子(2012)「日本における睡眠障害の頻度と健康影響」『保健医療科学』第61巻, 第1号, pp.3-10。
- 直井裕紀・佐藤祐紀子(2013)「中学校教員のワーク・ライフ・バランスとその背景」『茨城大学教育実践研究』第32号, pp.71-80。
- 樋口健・鈴木尚子(2009)「小学校・中学校の教員の残業時間に関する要因分析」青木栄一[監修]『教員業務軽減・効率化に関する調査研究報告書』(国立教育政策研究所平成20年度重点配分経費報告書), pp.9-46。
- 堀内孜[編著](2001)『学校組織・教職員勤務の実態と改革課題』多賀出版。
- 室橋弘人(2007)「適合度指標」豊田秀樹[編著]『共分散構造分析』[Amos編]——構造方程式モデリング』東京図書, pp.236-245。
- 矢野眞和・平田道憲(1995)「働き方と平日のゆとり」矢野眞和[編著]『生活時間の社会学——社会の時間・個人の時間』東京大学出版会, pp.109-124。
- 山口一男(2009)『ワークライフバランス——実証と政策提言』日本経済新聞出版社。
- 山本勲・黒田祥子(2014)『労働時間の経済分析——超高齢社会の働き方を展望する』日本経済新聞出版社。
- 山本圭三(2012)「労働者のウェルビーイングに対する労働時間の影響——直接的・間接的効果の検討」『労働社会学研究』第13号, pp.69-97。
- 楊川(2018)『女性教員のキャリア形成——女性学校管理職はどうすれば増えるのか?』見洋書房。

- 吉田正美・佐山滋 (1993) 「『教員の生活と勤務に関する調査』調査結果の紹介」『エデュカス』第1号, pp.20-53.
- 渡辺峻 (2010) 「HRM 研究の観点からみたワーク・ライフ・バランス」『日本労働研究雑誌』No.599, pp.32-40.
- Bannai, A., Ukawa, S. and Tamakoshi, A. (2015) "Long Working Hours and Sleep Problems among Public Junior High School Teachers in Japan," *Journal of Occupational Health*, Vol.57, No.5, pp.457-464.
- Charoensukmongkol, P., Moqbel, M. and Gutierrez-Wirsching, S. (2016) "The Role of Coworker and Supervisor Support on Job Burnout and Job Satisfaction," *Journal of Advances in Management Research*, Vol.13, No.1, pp.4-22.
- Collie, R. J., Perry, N. E. and Martin A. J. (2017) "School Context and Educational System Factors Impacting Educator Stress", In McIntyre, T. M., McIntyre, S. E., and Francis, D. J. [Eds.] *Educator Stress: An Occupational Health Perspective*, Cham: Springer International Publishing, pp.3-22.
- Diener, E. (1984) "Subjective Well-being," *Psychological Bulletin*, Vol. 95, No.3, pp.542-575.
- Frey, B. S. (2008) *Happiness: A Revolution in Economics*, Cambridge: The MIT Press (=白石小百合 [訳] (2012) 『幸福度をはかる経済学』NTT 出版).
- Graham, C. (2011) *The Pursuit of Happiness : An Economy of Well-being*, Washington, D.C.: Brookings Institution Press (=多田洋介 [訳] (2013) 『幸福の経済学——人々を豊かにするものは何か』日本経済新聞出版社).
- Hu, L. and Bentler, P. M. (1999) "Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria versus New Alternatives," *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, Vol.6, pp.1-55.
- Kaplan, D. (2009) *Structural Equation Modeling [2nd Edition: Foundations and Extensions]*, California : SAGE Publication.
- Kuroda, S. and Yamamoto, I. (2019) "Why Do People Overwork at the Risk of Impairing Mental Health?" *Journal of Happiness Studies*, Vol.20, No.5, pp.1519-1538.
- Lo, C. M. H. and Lee, P. H. (2012) "Prevalence and Impacts of Poor Sleep on Quality of Life and Associated Factors of Good Sleepers in a Sample of Older Chinese Adults," *Health and Quality of Life Outcomes*, Vol.10, No.1, pp.1-7.
- Nakanishi, N., Nakamura, K., Ichikawa S., Suzuki, K. and Tatara, K. (1999) "Lifestyle and the Development of Hypertension: a 3-year Follow-Up Study of Middle-Aged Japanese Male Office Workers," *Occupational Medicine*, Vol.49, No.2, pp.109-114.
- Proctor, S. P., White, R. F., Robins, T. G., Echeverria, D. and Rocska, A. Z. (1996) "Effect of Overtime Work on Cognitive Function in Automotive Workers," *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, Vol.22, No.2, pp.124-132.
- Schaufeli, W. B., Taris, T. W. and van Rhenen W. (2008) "Workaholism, Burnout, and Work Engagement: Three of a Kind or Three Different Kinds of Employee Well-being?," *Applied Psychology*, Vol.57, No.2, pp.173-203.
- Sokejima, S. and Kagamimori, S. (1998) "Working Hours as a Risk Factor for Acute Myocardial Infarction in Japan: Case-Control Study," *British Medical Journal*, Vol.317, No.7161, pp.775-780.
- Solovieva, S., Lallukka, T., Virtanen, M. and Viikari-Juntura, E. (2013) "Psychosocial Factors at Work, Long Work Hours, and Obesity: A Systematic Review," *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, Vol.39, No.3, pp.241-258.
- van der Hulst, M. (2003) "Long Workhours and Health," *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, Vol.29, No.3, pp.171-188.

(投稿受付 2019 年 6 月 17 日, 採択決定 2021 年 2 月 8 日)

かんばやし・としゆき 明星大学教育学部常勤講師。最近の主な著作に『公立小・中学校教員の業務負担』(大学教育出版, 2017年, 単著)。教育行政学専攻。