

保育者の精神保健と生活リズム—コロナ禍での現状を踏まえて—

川俣 美砂子 (高知大学教育学部)

わが国では、女性の社会進出に伴って就労する母親が増加し、保育需要が拡大しています。保護者の就労状況の多様化もあって保育時間は延長され、手厚い養護が必要な乳児の保育所への入所も増加しました。

未来の日本社会を担う乳幼児の育ちや、保護者の就労を支える、保育者（保育士・幼稚園教諭・保育教諭等）の役割を遂行するうえで、保育者は心身ともに健康な状態で業務を行うことが重要です。しかし、近年、保育者の疲労やストレスの蓄積によるメンタルヘルスの不調が懸念されており、労働条件や人間関係、キャリア変化を要因とする早期離職の状況も続いています。

私も、幼稚園教諭として就業する中で、幼児の成長を同僚や保護者とともに日々感じ、一緒に笑ったり、悩んだり、喜んだり、やりがいを感じたりしながら過ごしましたが、長時間就労や人間関係、保護者対応の難しさを感じたり、周りの保育者の早期離職を目のあたりにしたこともありました。また、保育者養成施設（専門学校、短期大学、大学）に勤務するようになってからも、保育者として就業した卒業生の、そのような状況に直面してきました。

本シンポジウムでは、コロナ禍において看護師や介護士等とともに日常生活に不可欠な仕事であるエッセンシャルワーカーとしてその役割が注目されている、保育者の精神保健（特にバーンアウト）と睡眠習慣、生活環境等の生活リズムに着目し、その働き方を中心に考えていきたいと思います。



プロフィール

大学卒業後、私立幼稚園に12年間勤務、その後大学院で修学し、保育者養成の道へ。2015年より高知大学教育学部准教授。専門は、幼児教育・保育学。保育者が、やりがいを感じながら、長期就業できることを願って、研究を続けている。

これまでの研究テーマは、「幼稚園教諭のライフコースに関する研究」、「保育者のキャリア形成に関する研究」、「保育者のバーンアウトと生活リズムに関する研究」。