

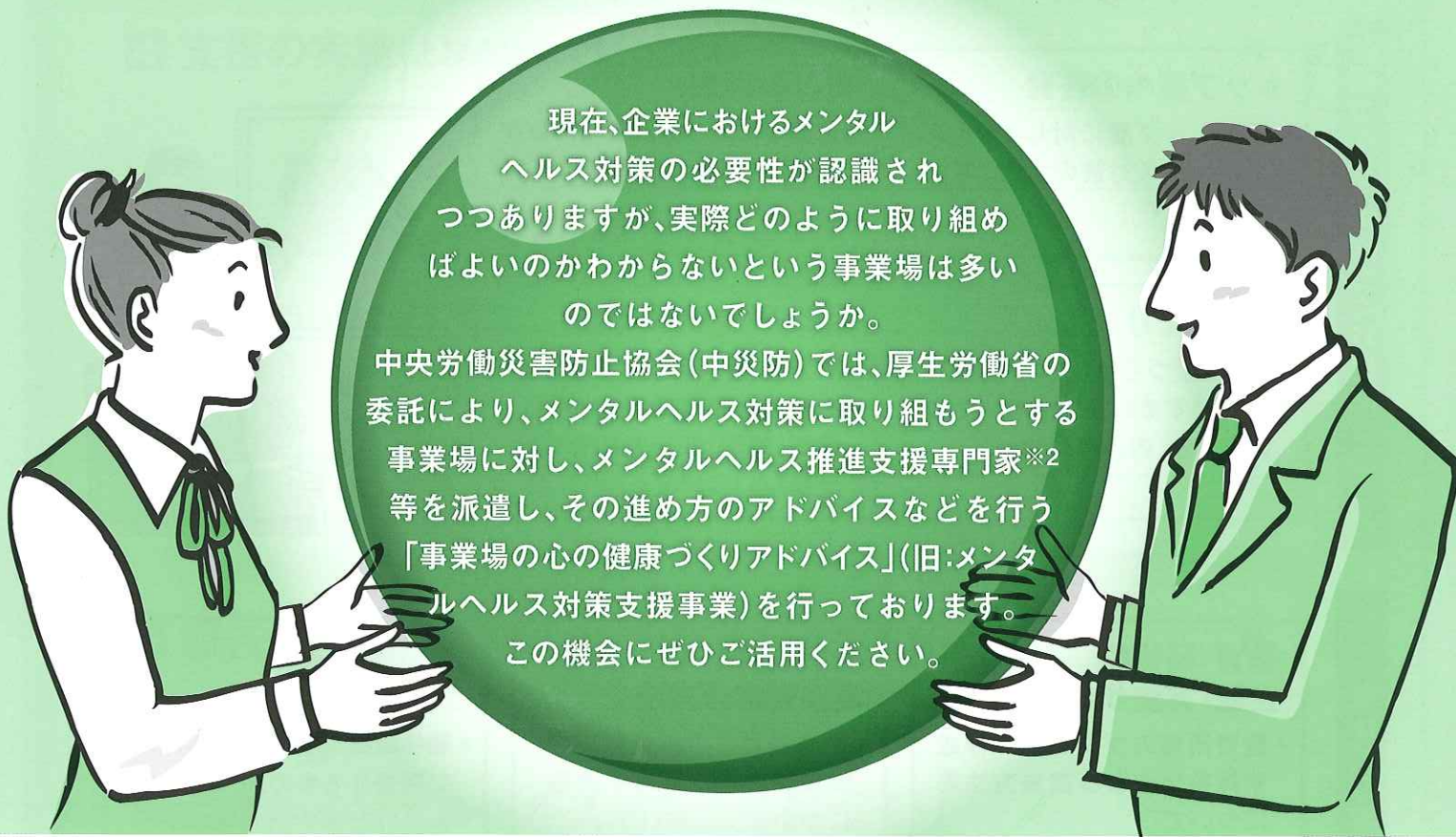
平成21年度「事業場の心の健康づくりアドバイス」

(旧:メンタルヘルス対策支援事業)のご案内

厚生労働省からの委託事業により

費用は**無料**です!^{※1}

事業場が進める 心の健康づくりの 活動を支援します



現在、企業におけるメンタルヘルス対策の必要性が認識されつつありますが、実際どのように取り組めばよいのかわからないという事業場は多いのではないのでしょうか。

中央労働災害防止協会(中災防)では、厚生労働省の委託により、メンタルヘルス対策に取り組もうとする事業場に対し、メンタルヘルス推進支援専門家^{※2}等を派遣し、その進め方のアドバイスなどを行う「事業場の心の健康づくりアドバイス」(旧:メンタルヘルス対策支援事業)を行っております。この機会にぜひご活用ください。

従業員が働きやすい職場をめざし、メンタルヘルス対策を推進するためのしくみや体制づくり、職場復帰支援の方法等についてバックアップします。

支援は、事業場が自主的にメンタルヘルス対策の取組みを継続できるようにその手法等についてアドバイスを行うものです。個々のメンタルヘルス不調者への相談・対応等は行いません。

※1 事業場への支援専門家の派遣費用(謝金・交通費)は無料です。それ以外のストレス調査、研修教材費等有料ツールを利用する場合等の実費はご負担いただきます。

※2 支援専門家とは、医師、産業カウンセラー、臨床心理士等のメンタルヘルスの専門家で、事業場のメンタルヘルス活動の実務経験を有する者の中から中災防が選任しています。

○支援の日時等については最寄りの地区安全衛生サービスセンター等へご相談ください。

○平成20年度に実施した「従業員の心のサポート」は、本年度は実施いたしません。

○実施時期は平成22年2月末日までです。

対象事業場

メンタルヘルス対策に新たに取り組む事業場、またはこれまでの取組みをさらに拡充しようとする事業場等、メンタルヘルス対策を計画的に推進しようとする意欲のある事業場で、労災保険適用事業場です。

アドバイス（支援）の実施内容

事業場の現状・希望を聴き取りの上、下記のうち必要と思われる項目をアドバイスいたします。

計画づくり・体制づくりに関すること

トップ層への啓発

- 経営トップ層に対して、メンタルヘルス対策の意義、考え方について

方針の策定

- 事業者による方針表明の策定方法、内容等について
- 事業場への周知方法について

計画づくり

- 心の健康づくり（年間・中長期）を策定するにあたって、その策定方法、内容等について

しくみ・体制づくり

- メンタルヘルス対策を推進するための事業場内・外の体制、規則、ルール作成と見直しについて



具体的な実施事項に関すること

教育・研修の企画・実施サポート

- 教育研修のプログラム作成や体系化および実施方法等について
(模擬的な研修実施を含む※)

従業員からの相談対応の方法

- 従業員からの相談対応の実施方法、具体的手法等について

職場環境等のチェックと改善

- 職場環境等（メンタルヘルスに関連するもの）のチェックおよび改善方法について

職場適応・職場復帰支援

- 心の健康問題で休業していた従業員の職場復帰支援の具体的な方法やルール化について

ストレス調査について

- 従業員のストレス調査の実施方法
- 結果の活用など、調査後の取組みに関して



※支援専門家が模擬的な研修を行うのは、その事業場が研修を行っていくための手法をアドバイスするためのものであり、参加者への知識の付与を目的とした直接的な研修会は実施できません。

事業場の悩み



- *メンタルヘルスの取組みをどこから始めたらよいか。
- *メンタルヘルスケアに関する知識がなく、メンタルヘルス不調者に上司や周囲の者がどう接したらよいか。
- *メンタルヘルス不調になる人が毎年数名いる。不調者が出ないようにするにはどうしたらよいか。
- *近々職場復帰する予定の長期休業者がいる。スムーズな職場復帰体制を構築したい。
- *現場のキーマンである管理監督者を、どのように教育していけばよいか。
- *コミュニケーションやモラルの向上を図り、生産性を高めたい。
- *ストレスの少ない働きやすい職場を目指したい。
- *従業員の相談窓口がない。どのような体制を整えていけばよいか。
- *メンタルヘルス対策について産業医とどのように連携を図っていけばよいか。
- *事業場外の専門機関、公的機関をどう活用していけばよいか。

これらの問題点を改善する事業場の取組みを支援専門家がアドバイスします

POINT

メンタルヘルス対策にはさまざまな取組みがあります。
この事業の活用を通じて、職場にどのような問題点がありどのような改善を行いたいのか、まずは目的をはっきりとさせましょう。

プラン例③

心の健康問題により休業していた従業員の
職場復帰プログラムを策定し、スムーズな
復職ができるように体制づくりを行う

現状把握：既存の体制・希望するアドバイスの内容についての聴き取り

第1回目支援：支援内容の確認・計画の策定 社内規程、スタッフの役割の確認

第2回目支援：自社プログラム策定にあたって社内ルールおよび体制整備のアドバイス

第3回目支援：職場復帰プログラムの内容検討のアドバイス

第4回目支援：職場復帰プログラムの策定のアドバイス

第5回目支援：従業員への周知徹底方法、運用方法についてのアドバイス
支援後の計画づくり 質疑応答

プラン例④

職場環境等の問題点を把握し、
職場環境改善を行う



支援内容のサンプル

※事業場へのアドバイス(支援)は5回を上限に行います。

※プラン例①～⑤は、あくまでも一例であり、事業場の状況や希望に応じた支援を行います。



プラン例①

従業員がメンタルヘルスの取組みに関して 共通認識をもち、全社的な取組みとする

現状把握: 既存の体制・希望するアドバイスの内容についての聴き取り

第1回目支援: 支援内容の確認・計画の策定、トップ層への働きかけ(意識啓発)
(推進のための主要メンバーの認識を共有化させることから始める。)

第2回目支援: 安全衛生委員会メンバーを対象に、従業員を取り巻く現状、
メンタルヘルス活動の重要性について解説

第3回目支援: トップ方針の内容と表明方法について、および
従業員への周知方法についてアドバイス

第4回目支援: 心の健康づくり計画(中長期)
策定(内容と評価方法)についてのアドバイス

第5回目支援: 相談体制づくりについてのアドバイス
支援後の計画づくり 質疑応答



プラン例②

現場のキーマンである管理監督者への教育や 社内研修等の実施体制を構築する

現状把握: 既存の体制・希望するアドバイスの内容についての聴き取り

第1回目支援: 支援内容の確認・計画の策定
管理監督者の相談体制づくりについてのアドバイス
研修担当者の選任(支援終了後も社内で継続して研修を行えるよう育成する)

第2回目支援: どのような研修が必要か意見交換し、受講対象者に合った
内容の組み立て方のアドバイスや研修教材等の情報提供

第3回目支援: 研修担当者が作成したパワーポイント等資料をもとに
支援専門家がラインによるケアの模擬研修を実施
(研修実施時のポイント等アドバイス含む)

第4回目支援: 模擬研修の実施を踏まえて、内部研修担当者がラインによる
ケアの研修を実施するためのポイントや外部講師を活用
する場合の要望事項や留意点等についてアドバイス

第5回目支援: 支援後の研修計画づくり 質疑応答



プラン例⑤

従業員の相談体制を整備する (相談窓口の設置等)



支援の申出からメンタルヘルス対策の体制づくりまで

- | | |
|--------------------------------------|------|
| 1 支援利用の申出 FAXまたは電話による | 月 日 |
| 2 支援の正式申請 (支援前の実施状況をチェック*を含む) | 月 日 |
| 3 現状把握 支援の方向性決定 (中災防・支援専門家) | 月 日 |
| 4 支援の実施 (上限5回まで) (支援専門家) | 月 から |

目的:

- | | | | |
|-----|-------|------------|-------|
| 月 日 | 第1回支援 | 支援内容の確認、計画 | _____ |
| 月 日 | 第2回支援 | _____ | _____ |
| 月 日 | 第3回支援 | _____ | _____ |
| 月 日 | 第4回支援 | _____ | _____ |
| 月 日 | 第5回支援 | _____ | _____ |

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| 5 報告書の提出 (支援後の実施状況をチェック*を含む) | 月 日 |
|-------------------------------------|-----|

支援後の実施計画づくり

自主的なメンタルヘルス対策の体制づくり

※「事業場における心の健康づくりの実施状況チェックリスト」を使用

留意事項

支援をお受けいただく際には下記の点にご留意ください。

- 1 支援は、事業場が自主的にメンタルヘルス対策の取組みを継続できるようその手法等についてアドバイスを
行うものです。支援専門家が直接にその事業場のメンタルヘルス対策を担うものではありません。
特定のメンタルヘルス不調者の方への対応についてのアドバイスを行うことはできません。
- 2 支援を通じ事業場から取得した情報は、当協会が責任を持って管理し、事業の効率的な運営の目的のみに
使用します。支援を受ける事業場の同意を得ずに第三者に提供することはいたしません。
ただし、他の事業場のメンタルヘルス対策の参考とするため、事業場に承諾を得た上で、事業場名等が特定
されないかたちで支援内容の事例提供(資料作成等)にご協力いただくことがあります。

「事業場の心の健康づくりアドバイス」による支援を受ける意向がありますので下記のとおり申し出ます。

事業場の名称			業種	労働者数
所在地	〒			
担当者役職氏名				
連絡先	電話	FAX	E-mail	
メンタルヘルス対策の現在の状況、どのようなアドバイスを希望するかお書きください。				
■現在の状況				
■希望するアドバイスの内容				
この事業は何を通して知りましたか？ <input type="checkbox"/> 労働基準局・監督署 <input type="checkbox"/> 都道府県労働基準協会(連合会)機関誌・研修会等 <input type="checkbox"/> 中災防が行う研修 <input type="checkbox"/> 中災防ホームページ <input type="checkbox"/> 事業者団体 <input type="checkbox"/> その他()				

<個人情報の取扱について>ご記入いただいた個人情報については、中災防および地区安全衛生サービスセンター等と各都道府県支部がこの事業の効率的な運営のためにのみ使用し、当該事業場の許可なく第三者へ提供することはありません。

支援のお申込み先・お問合せ先

中災防地区安全衛生サービスセンター等

申込み方法等の手続き、支援制度、支援内容、支援方法等に関して

サービスセンターの名称	郵便番号	所在地	電話	FAX
北海道安全衛生サービスセンター	〒064-0919	札幌市中央区南19条西9-2-25	011-512-2031	011-512-9612
東北安全衛生サービスセンター	〒980-0011	仙台市青葉区上杉1-3-34	022-261-2821	022-261-2826
関東安全衛生サービスセンター	〒108-0014	東京都港区芝5-35-1	03-5484-6701	03-5484-6704
中部安全衛生サービスセンター	〒456-0035	名古屋市熱田区白鳥1-4-19	052-682-1731	052-682-6209
大阪労働衛生総合センター	〒550-0001	大阪市西区土佐堀2-3-8	06-6448-3840	06-6459-4195
中国四国安全衛生サービスセンター	〒733-0003	広島市西区三篠町3-25-30	082-238-4707	082-238-4716
九州安全衛生サービスセンター	〒812-0008	福岡市博多区東光2-16-14	092-437-1664	092-437-1669

中災防都道府県支部【都道府県労働基準協会(連合会)等】

申込み方法等の手続きに関して

中災防支部の名称	電話	FAX	中災防支部の名称	電話	FAX	中災防支部の名称	電話	FAX
北海道支部	011-747-6141	011-747-6238	石川県支部	076-232-2973	076-224-2554	岡山県支部	086-225-3571	086-225-3566
青森県支部	017-777-4686	017-775-8109	福井県支部	0776-54-3323	0776-54-3325	広島県支部	082-221-0725	082-221-0737
岩手県支部	019-623-6521	019-623-6424	山梨県支部	055-251-6626	055-251-6615	山口県支部	083-925-1430	083-925-2282
宮城県支部	022-265-4091	022-265-4092	長野県支部	026-223-0280	026-223-0277	徳島県支部	088-634-1266	088-633-1066
秋田県支部	018-862-3362	018-862-3729	岐阜県支部	058-279-3399	058-279-3375	香川県支部	087-816-1401	087-870-5186
山形県支部	023-643-7872	023-643-7842	静岡県支部	054-254-1012	054-254-4043	愛媛県支部	089-921-7033	089-941-8734
福島県支部	024-522-6717	024-522-6724	愛知県支部	052-221-1439	052-221-1440	高知県支部	088-861-5566	088-861-5567
茨城県支部	029-225-8881	029-227-4507	三重県支部	059-227-1051	059-227-1739	福岡県支部	092-262-7874	092-262-9893
栃木県支部	028-622-5391	028-622-5263	滋賀県支部	077-522-1786	077-522-1453	佐賀県支部	0952-32-1519	0952-32-1536
群馬県支部	027-233-3582	027-235-0908	京都府支部	075-321-2731	075-312-6935	長崎県支部	095-849-2450	095-849-2458
埼玉県支部	048-822-3466	048-832-0351	大阪府支部	06-6353-7401	06-6353-7402	熊本県支部	096-356-1989	096-353-1152
千葉県支部	043-241-2626	043-241-2670	兵庫県支部	078-231-6903	078-261-3305	大分県支部	097-532-5763	097-536-0231
東京都支部	03-5678-5556	03-5678-6433	奈良県支部	0742-36-2040	0742-36-5715	宮崎県支部	0985-25-1853	0985-28-9080
神奈川県支部	045-662-5965	045-201-7122	和歌山県支部	073-446-7000	073-447-9313	鹿児島県支部	099-226-3621	099-226-3622
新潟県支部	025-283-2201	025-283-2240	鳥取県支部	0857-52-7300	0857-52-7311	沖縄県支部	098-868-2826	098-869-1714
富山県支部	076-442-3966	076-442-3992	島根県支部	0852-23-1730	0852-23-1788			