

職場のメンタルヘルス対策を 専門スタッフがお手伝いします!

厚生労働省・産業保健活動総合支援事業

宮城産業保健総合支援センターでは、産業カウンセラーや社会保険労務士などの専門スタッフが事業場を訪問し、職場におけるメンタルヘルス対策の取り組みを支援します。

支援対象は、従業員数が300人以下の中小規模の事業場です。但し、ストレスチェック制度の導入等に関しては大規模事業場も対象となります。

支援はすべて**無料**です。職場のメンタルヘルス対策に積極的にご利用ください。

① メンタルヘルス対策の導入支援(個別訪問支援)

メンタルヘルス対策への初歩的取り組みである「こころの健康づくり計画の策定」や「教育・研修の実施に係る支援」、「メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応に係る支援」、「ストレスチェック制度の導入に関する支援」などを行います。

② 職場復帰支援プログラムの作成支援

メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、再発をしないための基本的ルールを定めた「職場復帰支援プログラム」の作成は、事業場のメンタルヘルス対策の中でも重要です。各職場の実態に合ったプログラムを作成していただくために、当センターの促進員等が完成までしっかり支援いたします。

③ 管理監督者・若年労働者教育の実施

当センターの専門スタッフが講師を務め、メンタルヘルスに関する管理監督者向け研修(ラインケア等のデモンストレーション教育)や新入社員等若手従業員向け研修(セルフケア等)を行います。また、ストレスチェック制度の導入に関する教育も実施します。



職場のメンタルヘルス対策を **無料** で支援します!

事業場に訪問してのメンタルヘルス対策支援

メンタルヘルス対策に精通した専門スタッフが事業場に訪問し、事業場のニーズに合わせたメンタルヘルス対策に係る導入全般の支援を行います。

個別訪問支援

- ① 衛生委員会にかかる支援
- ② 事業場における実態の把握にかかる支援
- ③ 「心の健康づくり計画」の策定にかかる支援
- ④ メンタルヘルス対策のための事業場内体制の整備にかかる支援
- ⑤ 職場環境等の把握と改善にかかる支援
- ⑥ メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応にかかる支援
- ⑦ 職場復帰にかかる支援
- ⑧ 教育研修の実施にかかる支援
- ⑨ ストレスチェック制度の導入にかかる支援

職場復帰支援プログラムの作成支援

メンタルヘルス不調者が円滑に職場復帰し就業を継続できるようにするために、休業の開始から通常業務への復帰に至るまでの一連の標準的な流れを明らかにするとともに、それに対応する職場復帰支援の手続き、内容及び関係者の役割等について定めた「職場復帰支援プログラム」の作成を支援します。なお、職場復帰支援プログラムの策定支援は、1事業場延5回までとなります。

管理監督者教育(研修)

中小規模事業場のメンタルヘルス教育の継続的な実施を普及させるため、管理監督者等に対してメンタルヘルス教育のデモンストレーションを実施します。併せてその後の継続的なメンタルヘルス教育の自主的な実施に繋がるよう必要な支援を行います。実施回数は1事業場当たり1回となります。

若年労働者教育(研修)

就労して間もない若年層の自殺防止対策のため、中小規模事業場の若年労働者(主に新入社員や20歳代の若手社員)に対して、セルフケアを促進するための教育を行います。併せてその後の継続的なメンタルヘルス教育の自主的な実施に繋がるよう必要な支援を行います。実施回数は1事業場当たり1回となります。

センター内でのメンタルヘルス対策支援



専門的相談の対応

メンタルヘルスの専門家(専門医等)が、面談・電話・メール等で事業場の産業保健スタッフや人事労務担当者等産業保健関係者からの多様な相談に応じます。面談は予約制です。相談内容は秘匿いたします。お気軽にご連絡ください。 ☎022-267-4229

専門的研修・事業者向けセミナーの実施

企業の産業保健スタッフ(衛生管理者・メンタルヘルス担当者・産業看護職等)や人事労務担当者等産業保健関係者向けのメンタルヘルス対策にかかる専門的研修を実施しています。また、事業者団体等が実施する「研修会」などに無料で講師を派遣します。