

職場におけるメンタルヘルス対策の積極的な実施のお願い

長野労働局 労働基準部 健康安全課
～ 労災による死亡者を、悲しみをゼロに～

第 13 次労働災害防止推進計画

本年度最終年を迎える長野労働局の「第 13 次労働災害防止推進計画」(2017 年度～2022 年度)では、職場におけるメンタルヘルス対策等の推進を重点事項の 1 つに位置づけ、8 つの数値目標のうち 2 つが以下のメンタルヘルス対策に関するものです。

第 13 次計画目標	現状 2021 年	目標 2022 年
メンタルヘルス 取組事業場	64.9%	75%以上
ストレスチェック 集団分析の活用	85.1%	85%以上

目標は毎年少しずつ割合が上昇していますが、目標値まで大きな開きがあり、目標も年によっては 85%を下回っています。このため、各労働基準監督署では、本年度、これらの実施を県内の各事業場の皆様に重点的に指導・啓発していく方針としています。

メンタルヘルス対策の実施はメンタルヘルス不調の防止だけでなく、生産性向上など複合的な効果もあります。皆様には監督署から促されることを待たず、是非、自発的に対策の実施をお願いします。

目標：メンタルヘルス取組事業場

上記の目標は、以下の 8 項目のうち 4 項目以上に取り組んでいる事業場(労働者数 30 人以上)を指します。推進にあたってのヒントなどを紹介するので、是非、積極的な取り組みをお願いします。

なお、以下の事項の中には、長野産業保健総合支援センターによる無料支援や労働者健康安全機構の助成金の対象になるものもあります。

(1)衛生委員会等での調査審議

衛生委員会については、法令においてもメンタルヘルス対策の樹立に関することが付議事項として明記されています。衛生委員会の機会を活用し、社内関係部署を巻き込んで対策を推進しましょう。

(2)心の健康づくり計画の策定

心の健康づくり計画に定めるべき事項は、厚生労働大臣指針「労働者の心の健康の保持増進のための指針」の 4 で解説されています。

(3)事業場内メンタルヘルス推進担当者の選任

「事業場内メンタルヘルス推進担当者」とは、産業医等の助言、指導等を得ながら事業場のメンタルヘルスケアの推進の実務を行う担当者のことです。衛生管理者等や常勤の保健師等から選任することが推奨されています。なお、労働者のメンタルヘルスに関する個人情報を取り扱うこと

から、人事権を有する者を選任することは適当ではありません。(「労働者の心の健康の保持増進のための指針」)

(4)労働者への教育研修の実施

(5)管理監督者への教育研修の実施

労働者や管理監督者への教育研修については、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」において、セルフケア研修やラインケア研修の活用できるコンテンツが掲載されています。

(6)労働者からの相談体制の整備

相談体制の整備については、「こころの耳」で各種相談窓口を用意しています。事業場独自の相談窓口の設置が困難な際には、こうした無料の相談窓口を事業場内の労働者に周知することにより相談体制を整備しましょう。

(7)職場復帰支援体制の整備

厚生労働省の「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」でも、心の健康問題で休業している労働者が円滑に職場に復帰等できるようにするためには、休業の開始から通常業務への復帰までの流れをあらかじめ明確にしておく必要だとされています。手引きに記載の職場復帰支援の流れも参照しながら、同手引きに基づき、職場復帰支援の標準的な流れと、それに対する手順、内容、関係者の役割等を「職場復帰支援プログラム」として定め、同プログラムを円滑に実施するために必要な関連規程等や体制を整備し、プログラム、関連規程、体制等について、労働者、管理監督者、事業場内産業保健スタッフ等に対し、教育研修等により十分周知しましょう。手引きのほか、「こころの耳」の関連コンテンツも参考になります。

(8)ストレスチェックの実施

ストレスチェックは、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気付きを促す効果的なメンタルヘルス対策です。50 人未満の事業場の実施も努力義務となっており、積極的な実施をお願いします。

関連ウェブサイト

メンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



長野産業保健総合支援センター

<https://www.naganos.johas.go.jp/>

