

滋賀産業保健総合支援 センターにおける メンタルヘルス対策支援

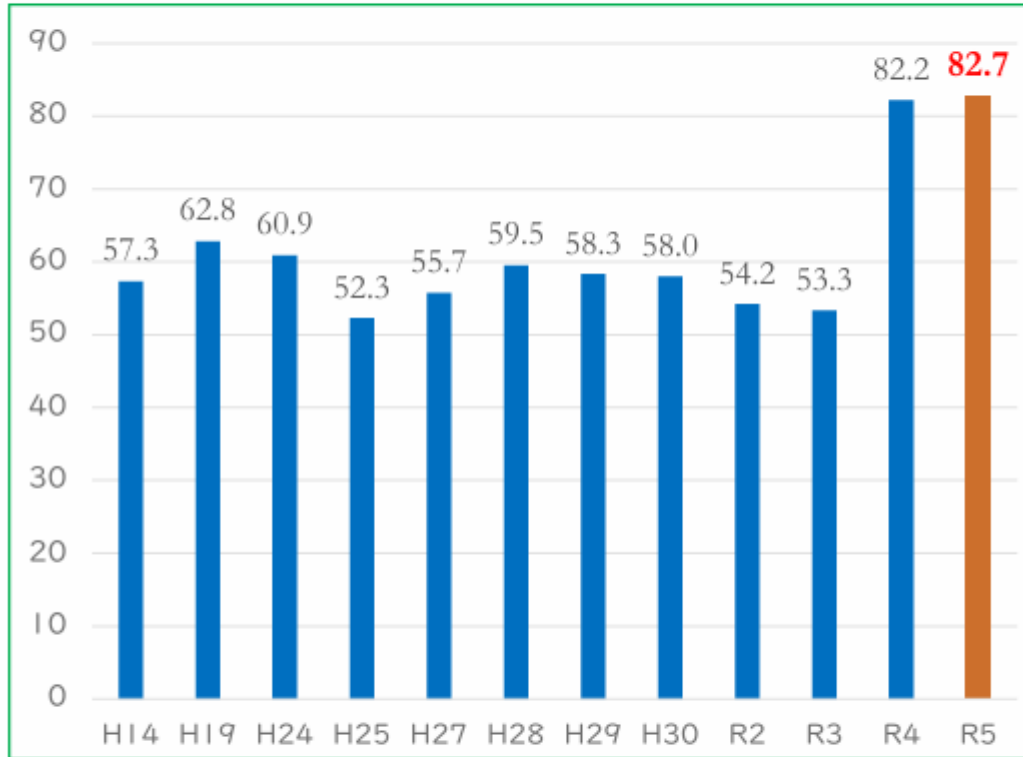


滋賀産業保健総合支援センター

副所長 岩永 祐喜

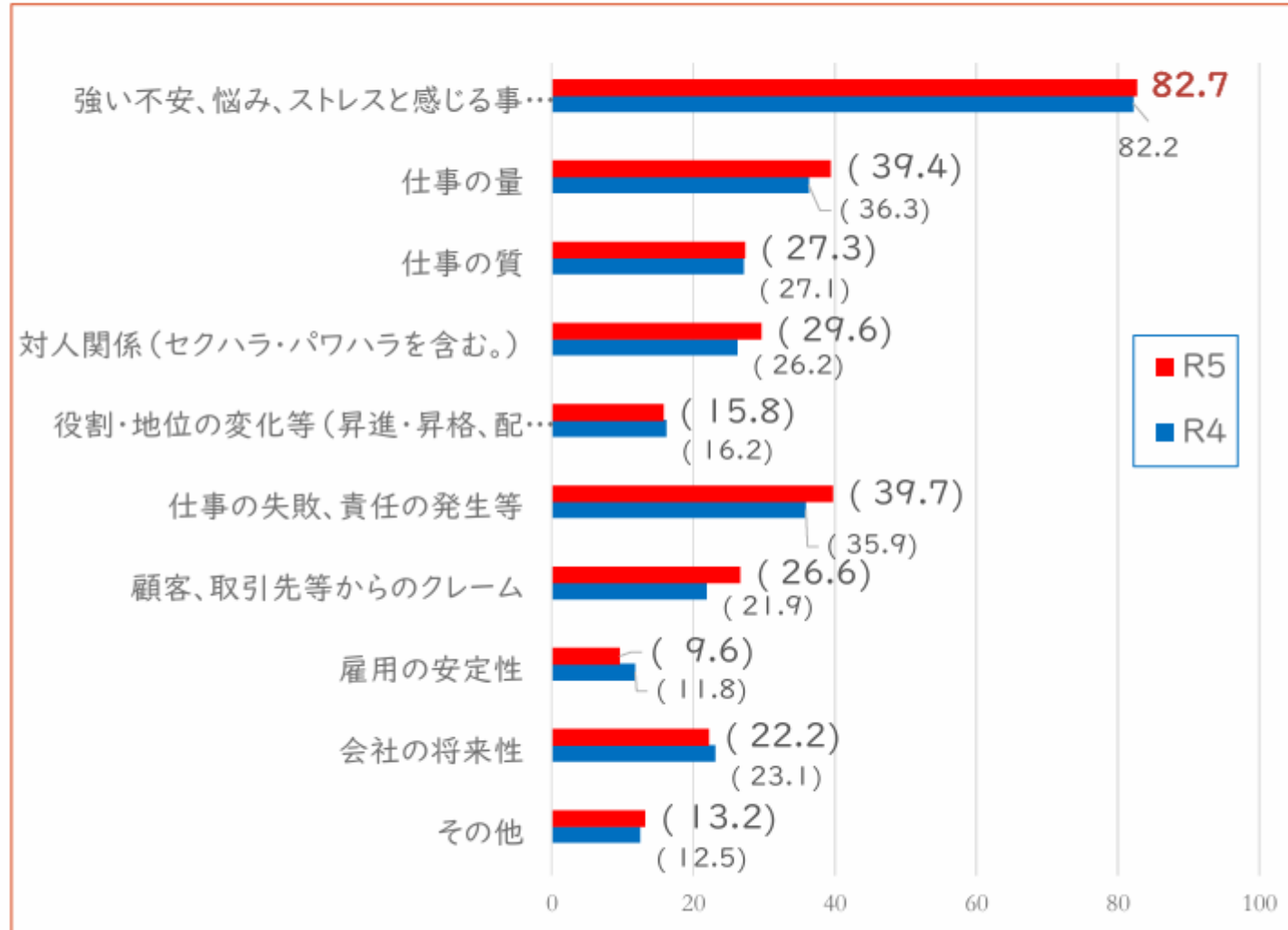
日時 令和7年7月11日

職業生活で強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者の割合の推移 (3つまでの複数回答)



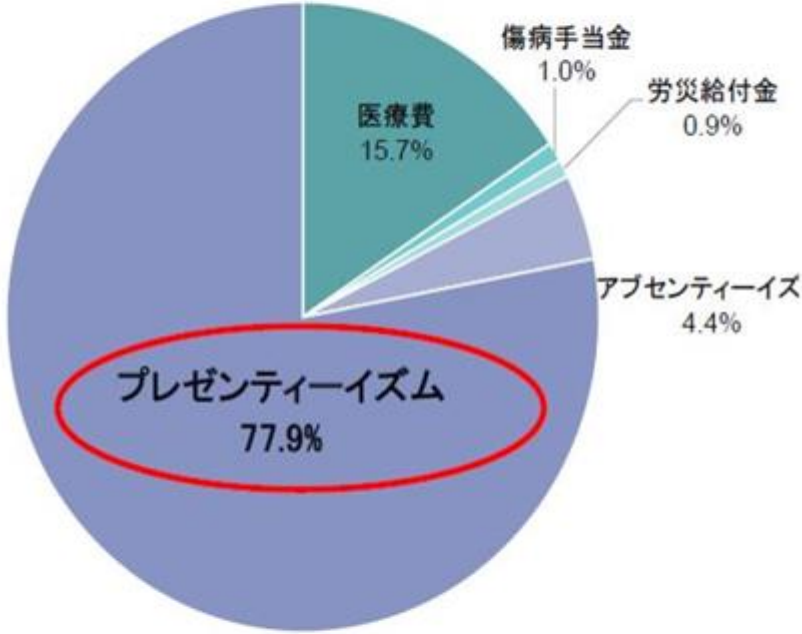
*令和4年調査から本設問の形式を変更した。
1つでも選択した場合に、ストレスが「ある」に
該当するものとしている

強い不安、悩み、ストレスの内容は～ (主なもの3つ以内)



企業における従業員の健康関連コストの構造等

企業における従業員の健康関連コストの構造



(出所)経済産業省「企業の『健康経営』ガイドブック(改訂第1版)」より、みずほ銀行産業調査部作成

企業が考慮すべき健康関連項目

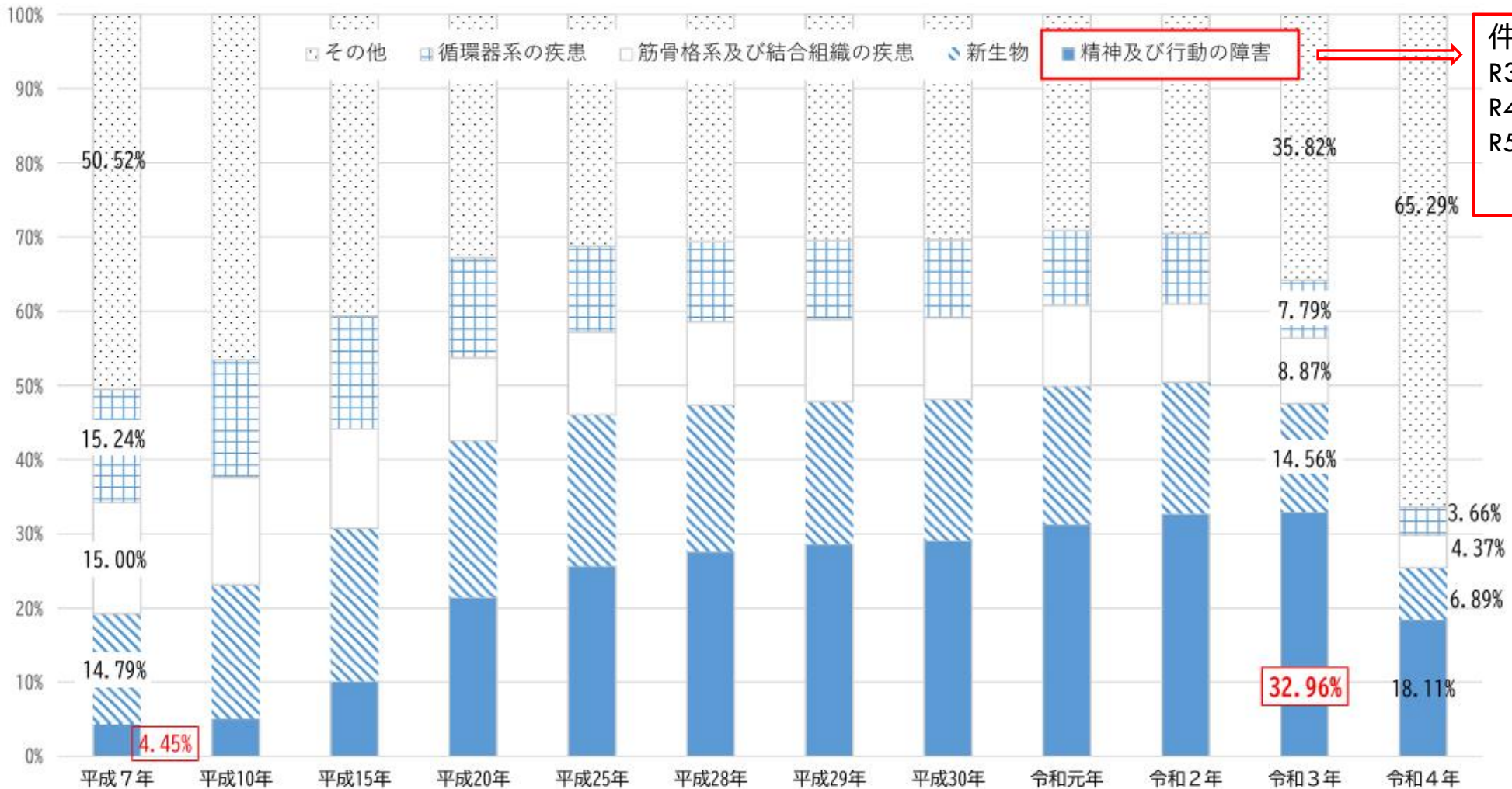
順位	医療費+薬剤費	生産性(※)	合計
1	がん(皮膚がん以外)	けん怠感	肩こり・腰痛
2	肩こり・腰痛	抑うつ	抑うつ
3	冠動脈性心疾患	肩こり・腰痛	けん怠感
4	慢性疼痛 (肩こり、頭痛、片頭痛以外)	睡眠障害	慢性疼痛 (肩こり、頭痛、片頭痛以外)
5	高コレステロール	慢性疼痛 (肩こり、頭痛、片頭痛以外)	睡眠障害
6	逆流性食道炎	関節炎	高コレステロール
7	糖尿病	高血圧	関節炎
8	睡眠障害	肥満	高血圧
9	高血圧	高コレステロール	肥満
10	関節炎	不安神経症	不安神経症

Loeppke et al. Health and Productivity as a Business Strategy, JOEM 49(7), 2007.
※生産性は、アブセンティイズムとプレゼンティイズムの合計

(出所)東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニット「『健康経営』の枠組みに基づいた健康課題の可視化及び全体最適化に関する研究(2015年4月2日)」より、みずほ銀行産業調査部作成

傷病手当金における精神障害等が占める割合

傷病手当金 傷病別件数の年度別構成割合（各年10月実績）

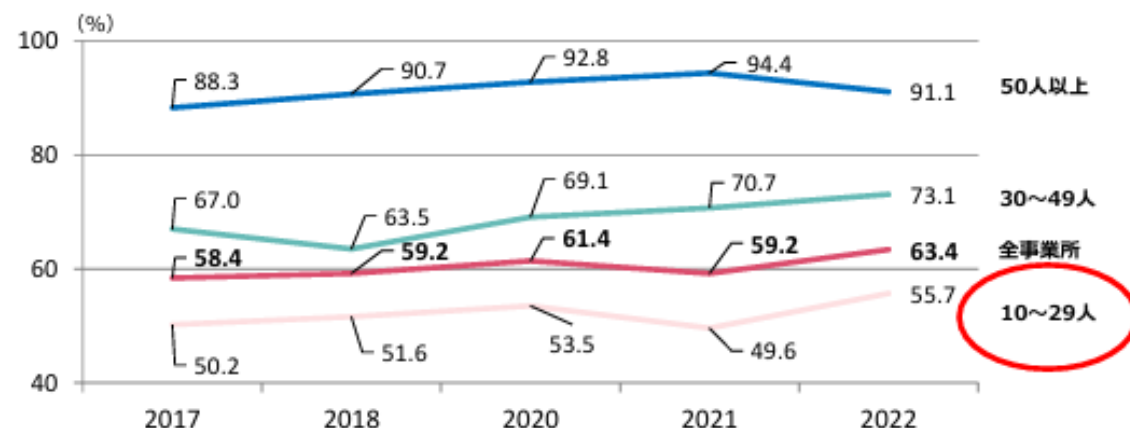


件数（概算）
R3 42,000件
R4 56,000件
R5 60,000件

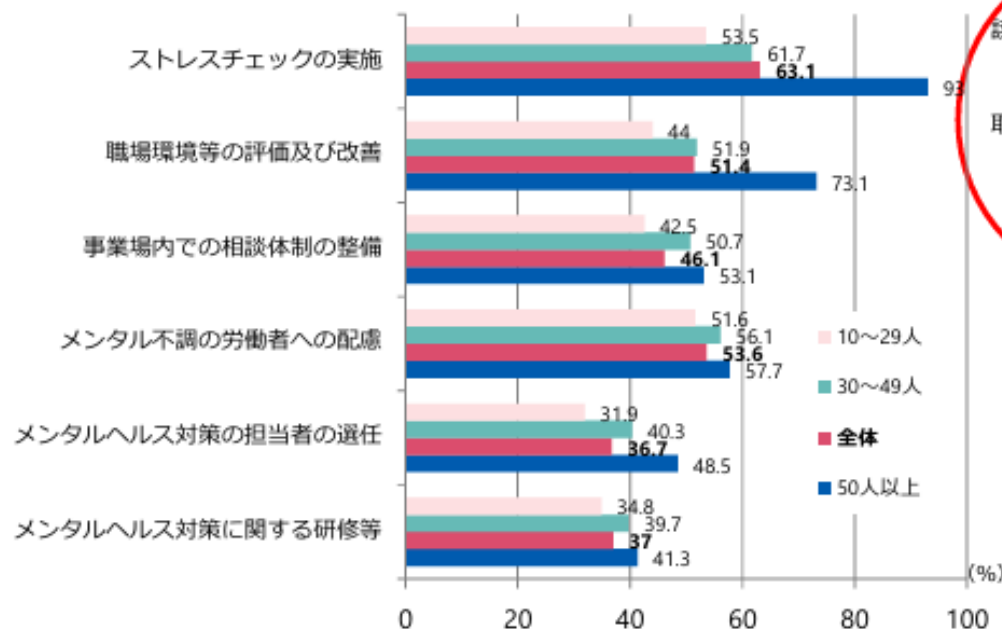
(※ 1) 傷病手当金とは、被保険者が病気やケガのために会社を休み、事業主から報酬が受けられない場合に支給される制度。
(※ 2) 出典：協会けんぽによる集計

メンタルヘルス対策の実施状況

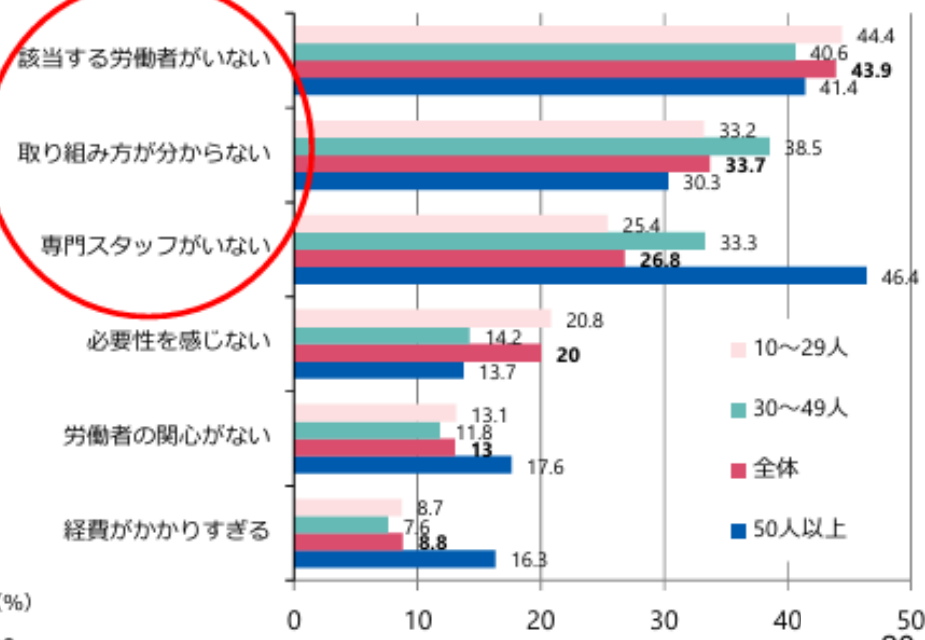
メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合（事業所の規模別）



メンタルヘルス対策の取り組み内容（事業所の規模別、2022年）



メンタルヘルス対策に取り組んでいない理由（2020年）



（出典）労働安全衛生調査（実態調査）

「メンタルヘルス対策支援事業」 のご案内

滋賀産業保健総合支援センター

滋賀産業保健総合支援センターでは、事業場におけるメンタルヘルス対策の普及促進を図るため、当センターにメンタルヘルス対策に関する訪問支援を専門的に行う者（メンタルヘルス対策・両立支援促進員）を配置し、

- 1 「こころの健康づくり計画」の策定に関する支援
- 2 事業場内体制の整備、関連規定の整備等に関する支援
- 3 管理監督者向けメンタルヘルス教育や研修会への講師派遣
- 4 若年労働者向けメンタルヘルス教育や研修会への講師派遣
- 5 ストレスチェック制度の導入や実施後の職場環境改善等に関する支援

などの事業場への個別訪問サービスを**無料**で提供しております。



また、当センターでは、精神科医や臨床心理士等の専門家を配置し、職場のメンタルヘルスに関する悩みや課題等のご相談等に**無料**で対応しています。



■ 研修・セミナーのご案内

産業保健に関する研修・セミナーを無料で実施。



産業医研修



産業看護職研修



労働衛生管理者・
労働担当者研修



その他の研修



メンタルヘルス対策支援

メンタルヘルス対策に取り組もうとする事業場を支援します。



地域窓口（地域産業保健センター）

事業主や従業員に対し、健康相談や保健指導サービスを行います。



治療と仕事の両立支援

両立支援を推進するために支援を無料で行っています。



転倒災害、腰痛予防

転倒災害、腰痛予防対策に関する事業場を支援します。

メンタルヘルス対策支援について 滋賀産業保健総合支援センター 令和7年度研修計画抜粋（無料）

開催日	時間	講師	講師区分	テーマ	概要	会場
7月23日(水)	14:00～ 16:00	竹田 典子	産業カウンセラー	「ストレスチェック」集団分析結果を活かした元気な職場づくり	仕事のストレスによる精神障害の労災請求・支給決定件数は増加傾向にあります。厚生労働省「過労死等の労災補償状況」によると、2023年度は請求・支給決定ともに過去最多となりました（労災申請件数は前年比3割増、支給決定件数は前年比2割増）。こうした中、厚生労働省は2024年10月に、従業員50人未満の事業所にもストレスチェック制度の義務を拡大する方向性が示されました。本研修では、ストレスチェック後の集団分析結果等を活用した職場環境改善について事例を交えて解説します。（安全衛生管理者、管理監督者、労務担当者、経営者向け）	大津商中 三楽ビル8 階会議室
8月28日(木)	14:00～ 16:00	吉田 麻美	メンタルヘルス対策・両立支援促進員	心のSOSに気づき、つなぐ～職場のメンタルヘルス不調への早期対応と連携～	①メンタルヘルス不調の初期サインや危機対応のポイントを学び、社内外リソースを活用した効果的な連携方法を解説する。また、支援者自身のセルフケアの重要性についても考え、心の健康を支える実践的なスキルを養う。	web研修
9月3日(水)	14:00～ 16:00	高橋 啓子	カウンセリング担当相談員	「指導・注意」とハラスメント	コミュニケーションギャップと済まされがちな言葉の問題。実習方式ロールプレイング等 職場の人間関係が全体の雰囲気やストレスに大きく関与していることは分かっている、話合いや注意では変わっていかぬのが現実です。普段からの研修に使えるワークや、個性的な受けとめ方をする人にどうアプローチするか、また、頻回に不調を訴える場合のかかわり方について学びます。	大津商中 三楽ビル8 階会議室
9月18日(木)	14:00～ 16:00	田中 晶子	シニア産業カウンセラー	ストレスチェック制度の活用と相談窓口設置研修計画の実際 セルフケア・ラインケア～（講義と実習）②	1次予防としてのセルフケア、ラインケアの研修を計画し資料を作成する。相談担当者の相談スキルアップを体験的に学びます ワーク 相談スキルアップ ②	大津商中 三楽ビル8 階会議室
10月2日(木)	14:00～ 16:00	倉石百合子	滋賀障害者職業センター障害者職業力カウンセラー	メンタルヘルス不調による休職者の復職支援について～滋賀障害者職業センターのリワーク支援の紹介～	近年、メンタル不調による休職者の方は年々増加傾向にあり、また、休職と復職を繰り返される方、休職の期間が長期化される方も少なくない状況です。滋賀障害者職業センターでは、うつ病などのメンタル不調により休職されている方の円滑な職場復帰と再発防止を目的として、休職者・事業主双方を支援するリワーク支援（職場復帰支援）を実施しています。当研修では、滋賀障害者職業センターのリワーク支援プログラムの内容や利用の流れなどをご紹介します。あわせて、障害者雇用に関する事業主支援についてご紹介いたします。	大津商中 三楽ビル8 階会議室

滋賀産業保健総合支援センターHPから申込いただけます（無料/先着順）。

メンタルヘルス対策支援について 滋賀産業保健総合支援センター 令和7年度研修計画抜粋（無料）

開催日	時間	講師	講師区分	テーマ	概要	会場
11月18日(火)	14:00～ 16:00	本城 美沙子	カウンセリング 担当相談員	円滑なコミュニケーションのために② ～「きく」とはどんなことか考えてみませんか？～	あなたは人の話をきいていますか？そして、あなたは人に自分の話をきいてもらっていると感じていますか？ コミュニケーションを円滑にする要素の一つに、「傾聴」というものがあります。今回、皆さんと一緒に「きく」を手掛かりに、ロールプレイ体験を交えて考えてみたいと思います。	大津商中 三楽ビル8 階会議室
11月27日(木)	15:00～ 17:00	石黒 淳	メンタルヘルス 担当相談員	メンタルヘルスケアに必要なストレスマネジメントについて	現代はメンタルケースの多様化がみられており、メンタル不調者の抱えるストレスのみならず、サポートしていく側にとつてのストレスについても配慮がなされるべき状況となりつつあります。ストレスフルな状況にどう向かい合えばよいのか、一般的なストレスコーピングについて学びます。また、参加される方から、あらかじめ日頃お困りのケースへの対応などについてのご質問やご相談を戴いた上で、匿名を前提に、その場でディスカッション出来ればと考えています。	大津商中 三楽ビル8 階会議室
12月9日(火)	14:00～ 16:00	田中 晶子	シニア産業 カウンセラー	ストレスチェック制度の活用と相談窓口設置 ～3次予防・0次予防～(講義と実習) ③	①3次予防 職場復帰 復職プログラム 復職プランの説明 ②0次予防 職場環境改善について紹介 ワーク 相談窓口担当者のスキルアップ ③	大津商中 三楽ビル8 階会議室
2月6日(金)	14:00～ 16:00	深井 恭佑	産業医学 担当相談員	メンタル不調者の職場復帰支援について	メンタルヘルス不調による長期療養者が増える昨今、企業にとって、職場復帰支援は非常に重要となります。社員が安全に職場復帰し、継続して就労できる事も重要です。本研修では、企業の中で、厚生労働者「職場復帰支援の手引き」をもとに、企業内での取り組み方法や取り組み事例等、企業でおこなうべき内容をお話します。	大津商中 三楽ビル8 階会議室
2月20日(金)	14:00～ 16:00	中田 ゆかり	産業保健 担当相談員	健康経営に役立つ睡眠の知識	「睡眠負債」はよく耳にします。睡眠は生活習慣病やメンタルヘルスと大きく関係があり、非常に重要視されています。 2023年に厚生労働省が公表した「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」や近年の研究結果などのエビデンスも示しながら、睡眠の重要性について皆さんと一緒に考えていきたいと思います。	大津商中 三楽ビル8 階会議室

滋賀産業保健総合支援センターHPから申込いただけます（無料/先着順）。