

# 職場におけるメンタルヘルス対策の実施について！！

はじめに

岩国労働基準監督署

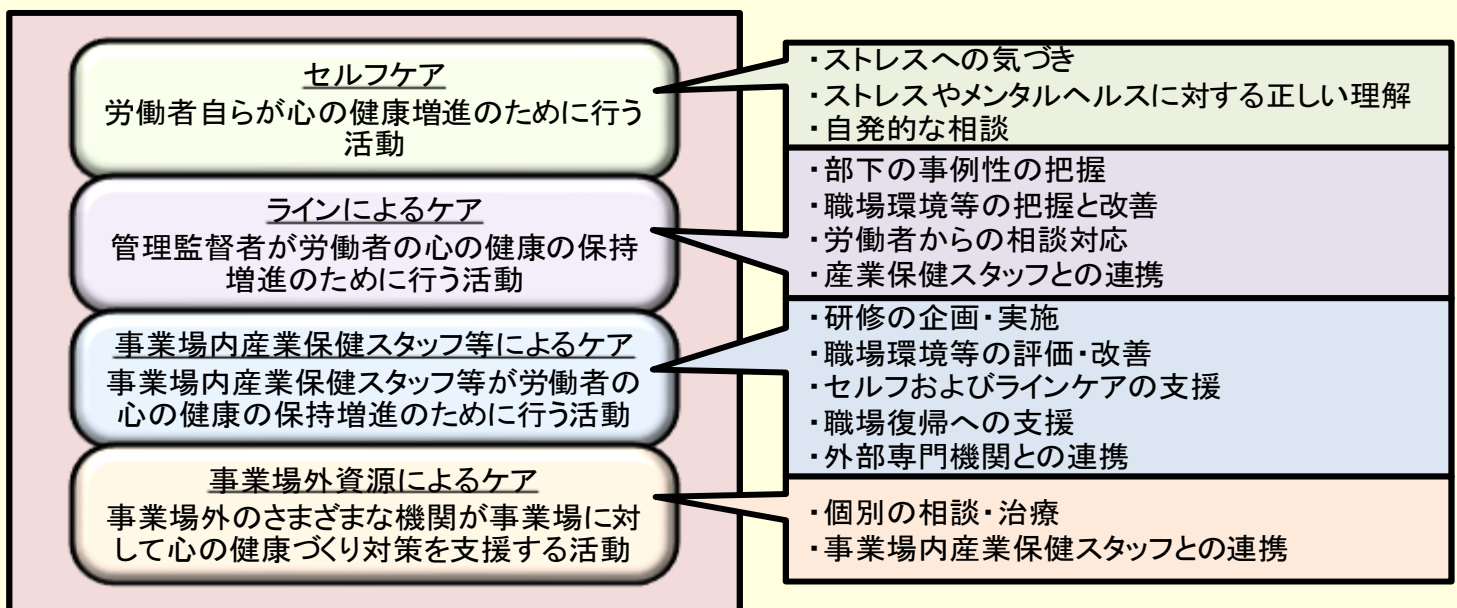
近年、仕事や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスを感じる労働者の割合が高くなっています。このため、厚生労働省では、平成18年3月に「労働者の心の健康の保持増進のための指針」（メンタルヘルス指針）（平成27年11月30日改正）を定め、職場におけるメンタルヘルス対策を推進しています。事業者の皆様は、このメンタルヘルス指針に基づき、事業場の実態に応じた形で、ストレスチェック制度（平成27年12月1日施行）を含めたメンタルヘルスカアの取組を進めてください。

## メンタルヘルス指針とは

メンタルヘルス指針は、セルフケア、ラインによるケア、事業場内産業保健スタッフ等によるケア、事業場外資源によるケアの4つのケアを実施することにより、「メンタルヘルス不調」<sup>\*</sup>の予防を目指しています。各職場においては、個人情報保護に配慮し、メンタルヘルス不調の予防（1次予防）、早期発見・早期治療（2次予防）、職場復帰（3次予防）の3つのポイントを確認してメンタルヘルスカアが円滑に行われるようにします。

（※「メンタルヘルス不調」とは、精神障害や自殺のみならず、ストレスや強い悩み、不安など労働者の心身の健康、社会生活の質に影響を与える可能性がある精神的及び行動上の問題を幅広く含みます。）

## 4つのケアとは



## メンタルヘルス不調の予防のために

- ◎ 事業場内体制の整備
- ◎ 衛生委員会等での調査審議の徹底
- ◎ 教育研修の実施
- ◎ 職場環境等の把握と改善

## メンタルヘルス不調の早期発見と適切な対応のために

- ◎ 相談体制の整備
- ◎ 長時間労働者に対する面接指導の実施の徹底
- ◎ 健康診断実施時におけるメンタルヘルス不調の把握

メンタルヘルス対策について、詳しくは厚生労働省ホームページでご確認ください。

<http://www.mhlw.go.jp/bunva/roudoukiun/anzeneisei12/>

# ストレスチェックの実施について！！

## はじめに

岩国労働基準監督署

平成26年6月、労働安全衛生法が改正され、ストレスチェックと面接指導の実施等を義務づける制度が創設されました。

ストレスチェック制度は、定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、自らのストレスの状況について気付きを促し、個々の労働者のストレスを低減させるとともに、検査結果を集団ごとに集計・分析し、職場環境の改善につなげ、さらにストレスの高い者を早期に発見し、医師による面接指導につなげることで労働者のメンタル不調を未然に防止する取組です。

## 事業者の義務

- ◎常時使用する労働者に対して、医師、保健師等による心理的な負担の程度を把握するための検査（ストレスチェック）を実施すること。（労働者50人未満の事業場は当分の間努力義務）
- ◎検査の結果、高ストレス者と選定された労働者から申出があった場合、医師による面接指導を実施すること。
- ◎面接指導の結果に基づき、医師の意見を聴き、必要に応じ就業上の措置を講じること。
- ◎常時50人以上の労働者を使用する事業者は1年以内ごとに1回、定期に、所定の様式（「**心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告書**」）を所轄労働基準監督署長へ報告しなければなりません。

## 制度の目的

- ◎一次予防が主な目的。（労働者のメンタルヘルス不調の未然防止）
- ◎労働者自身のストレスへの気付きを促す。
- ◎ストレスの原因となる職場環境の改善につなげる。

## 禁止事項

- ◎実施者が、検査結果を本人の同意なく事業者に提供することは禁止です。
- ◎ストレスチェックを受けないこと、結果の提供に同意しないこと等を理由とする不利益な取扱いは禁止です。

## ストレスチェックの流れ

