

事業主の皆様へ

メンタルヘルス対策支援センターの利用案内について

山梨労働局労働基準部
健康安全課

1 労働者の心の健康に関する現状

近年、経済・産業構造が変化する中で、仕事や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者の割合が高くなっています。

自殺者総数が3万人を超える高水準で推移する中、労働者の自殺者も8、9千人前後で推移しています。業務による心理的負荷を原因として精神障害を発症し、あるいは自殺したとして労災認定が行われる事案が近年増加し、社会的にも関心を集めています。

このように、事業場において、より積極的に心の健康の保持増進を図ることが重要な課題となっています。「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)に基づき、各事業場の実態に即した形で、実施可能なところから、着実にメンタルヘルス対策に取り組むことが重要です。

2 メンタルヘルス対策の進め方

事業場の代表者がメンタルヘルス対策を積極的に推進することを表明するとともに、事業場の現状と問題点を把握して、次に掲げる4つのケアを効果的に行うことにより、メンタルヘルス不調者への早期対応、職場環境の改善、職場復帰の支援等が円滑に行われるようにして下さい。

「セルフケア」

労働者自身がメンタルヘルス不調に気づき、自らがこれに対処するための知識・方法を身につけ、実践すること。

「ラインによるケア」

管理監督者(職場の上司等)による部下の不調への早期の気づき、労働者からの相談対応、職場環境等の改善を実施すること。

「スタッフによるケア」

法令に定める産業医、衛生管理者等の産業保健スタッフ(50名未満の事業場では衛生推進者又は安全衛生推進者)を事業場内メンタルヘルス推進担当者として選任し、労働者及び管理監督者への支援、メンタルヘルス対策を進めること。

「事業場外資源によるケア」

事業場外の精神科・心療内科医等の専門家を活用して、メンタルヘルス不調者に対応すること。

常時使用する労働者が50人未満の小規模事業場においては、メンタルヘルス対策支援センターや地域産業保健センター等の事業場外資源の提供する支援等を活用することが有効です。



メンタルヘルス対策支援センター(山梨産業保健推進連絡事務所)では、従業員の心の健康対策への取組がわからない等の事業場への支援を**無料**で行っていますので、裏面の「申込書」にて活用いただきますようお願いいたします。

【支援事業内容】

メンタルヘルスについて従業員に理解してもらうにはどうしたらよいか
社内スタッフや従業員への教育・研修はどうしたらよいか
メンタルヘルスに関する相談体制づくりはどのようにしたらよいか
心の健康づくり計画はどのようにつくればよいか
職場復帰支援プログラムはどのようにつくればよいか

などの相談、問い合わせに対応していますし、状況に応じて他の相談機関や医療機関を紹介します。なお、当センターは、医療機関やカウンセリング機関ではありませんので、診療やカウンセリングを行うことはできません。個別の事案については必要によって医療機関等適切な専門機関を紹介します。

申 込 書

平成 年 月 日

事業場名					従業員数	
代表者	職名		氏名			
所在地	〒 - - - - -					
	TEL - - - - -			FAX - - - - -		
担当者	職名			氏名		
	E-mail					
業 種			業 務 内 容			
訪問希望日	第1希望	平成 年 月 日 ()		第2希望	平成 年 月 日 ()	
		午前	午後		午前	午後
助言を希望する事項	番号に 印を付して、希望する支援の具体的内容を差し支えない範囲で記入してください、					
1	衛生委員会等での調査審議の徹底		6	職場環境の把握と改善		
2	事業場における実態の把握		7	メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応の実施		
3	「心の健康づくり計画」の策定					
4	事業場内体制の整備		8	職場復帰支援		
5	教育研修の実施		9	その他		
希望する支援の具体的内容						

メンタルヘルス対策支援センター

〒400-0031
甲府市丸の内2-32-11 山梨県医師会館4階
TEL 055-220-7020 相談専用 055-220-7040 FAX 055-220-7041
メール: mental-yamanashi@sanpo19.jp

本書をFAXにて送信ください。(FAX番号 055-220-7041)
 おってメンタルヘルス対策支援センターから訪問日時について、調整のためご連絡申し上げます。