

事業場が進める 心の健康づくり の活動を支援します

メンタル
ヘルスの取組みを
始めたいけれど、
何から行えば
いいのだろうか?

これまでいろいろ
取組んではきたけれど、
この方法で
いいのだろうか?

退職者が
復職する際、
会社として何に気をつけたらいいの?
どういう仕組みが
必要?

この事業は、中央労働災害防止協会(中災防)が実施するもので、メンタルヘルス推進支援専門家(医師・臨床心理士・産業カウンセラー・心理相談員等)があなたの事業場を訪問し、メンタルヘルスケアに関する具体的な支援を行うものです。ぜひご利用ください。

※ 無料となるのは、事業場への支援専門家の派遣費用(謝金・交通費)のみです。
教育教材やストレス調査・解析に要する費用が発生した場合は、事業場負担となります。

● 実施時期は平成23年2月までです。

支援内容



事業場の現状・希望をお聴きし、
事業者が必要とされているものについて
支援いたします。

体制づくりに関する
計画づくり

トップ層への 啓発	心の健康づくり 活動方針の 策定・表明方法	心の健康づくり 計画の作成	組織体制の 整備
社内規則の 整備	メンタルヘルス 推進担当者の 育成	産業保健 スタッフ等の 育成	事業場外資源 の活用

実施事項に関する
具体的な

教育・研修の 企画実施 サポート	教育・研修の 模擬的な実施	社内報等での 知識・情報の 周知・啓発	相談体制の 整備
ストレス 調査の企画実施 サポート	職場復帰支援の 枠組みづくり	職場環境等の 評価と改善	

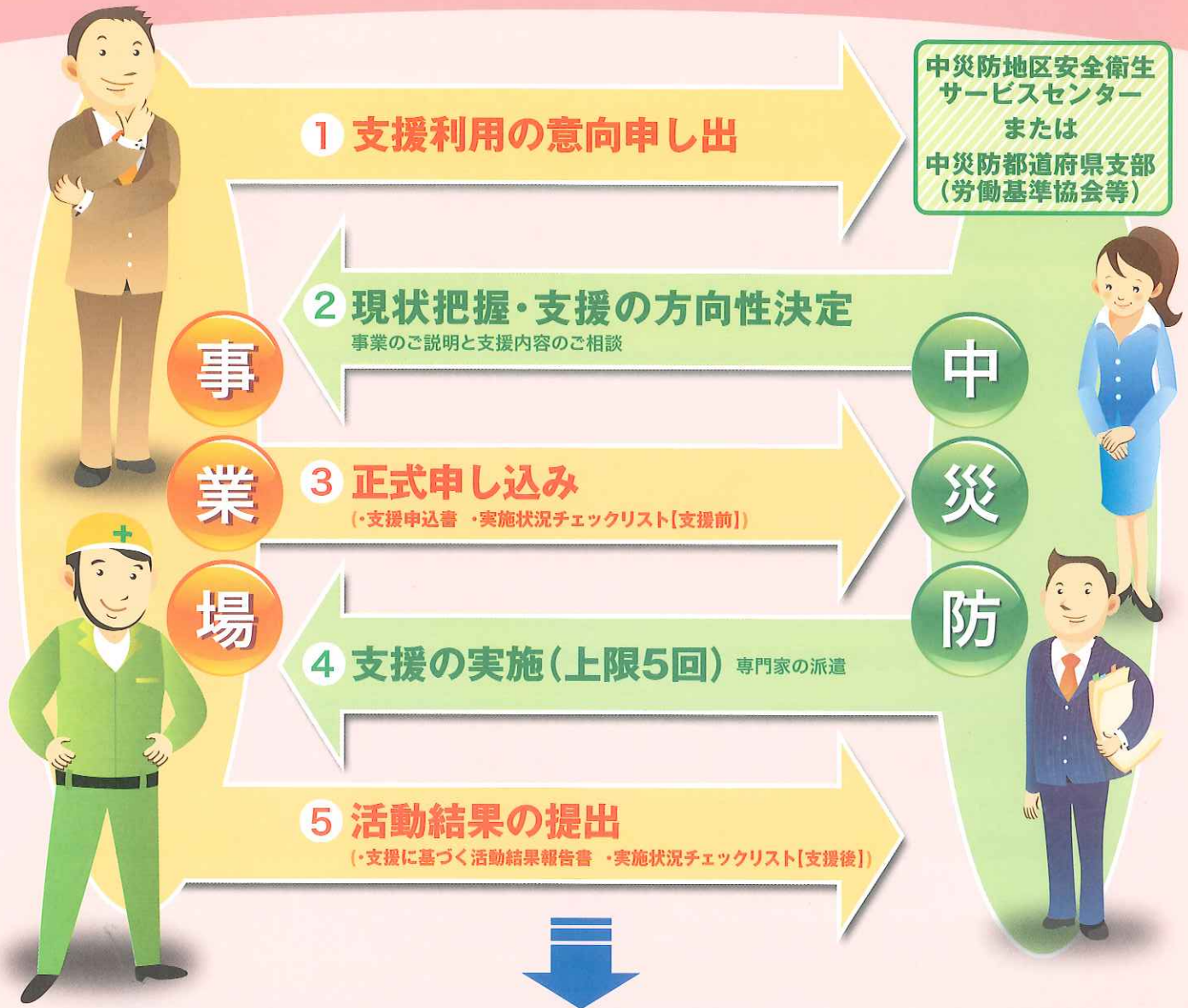


対象事業場

労災保険適用事業場(事業場規模は問いません)

メンタルヘルスケアの推進に新たに取り組む事業場、またはこれまでの取組みをさらに拡充しようとする事業場、メンタルヘルスケアの推進を計画的に進めようという意欲のある事業場

支援利用の意向申し出から 「事業場の心の健康づくりアドバイス」 実施終了までの流れ



事業場による自主的なメンタルヘルスケアの推進

留意事項 支援をお受けいただく際には下記の点にご留意ください。

- 1 この事業は、事業場が自主的にメンタルヘルスケアの推進を継続できるよう、その手法等について助言を行うものです。支援専門家が、直接その事業場のメンタルヘルスケアの推進を担うものではありません。また、個別のメンタルヘルス不調者への対応についての支援を行うことはいたしません。
- 2 支援を通じ事業場から取得した情報は、当協会が責任を持って管理し、この事業の効率的な運営の目的のみに使用します。支援を受ける事業場の同意を得ずに第三者に提供することはいたしません。ただし、他の事業場のメンタルヘルスケアの推進の参考とするため、事業場に承諾を得た上で、事業場名等が特定されないようにした形で、支援内容の事例提供(資料作成等)にご協力をいただくことがあります。

※支援の開始時期等については最寄りの地区安全衛生サービスセンターへご相談ください。

支援内容のプラン例

事業場への支援は5回を上限に行います。

プラン例1～5は、あくまでも一例であり、事業場の状況や希望に応じた支援を行います。

プラン例1

従業員がメンタルヘルスの取組みに関して共通認識を持ち、全社的な取組みを行う

第1回目支援

支援内容の確認・支援計画の策定、トップ層への働きかけ
(メンタルヘルスの取組みを始めるにあたって、主要メンバーの認識を共有化)

第2回目支援

安全衛生委員会等のメンバーを対象に、労働者の心の健康に関する現状、メンタルヘルス活動の意義・目的・重要性について説明、社内のコンセンサスづくりについて助言

第3回目支援

心の健康づくり活動方針の内容と表明方法、従業員への周知方法について助言

第4回目支援

心の健康づくり計画の策定、内容や評価の方法などについて助言

第5回目支援

相談体制づくりについて助言、支援終了後の取組みについて助言、これまでの支援の振り返り



プラン例2

現場のキーマンである管理監督者への教育や社内研修等の実施体制を構築する

第1回目支援

支援内容の確認・支援計画の策定、管理監督者の担う役割について助言
研修担当者の選任(支援終了後も社内で継続して研修を行えるよう育成する)

第2回目支援

研修の対象・時期・内容に関する意見交換、ニーズに応じた研修の内容や方法について助言、研修教材等の情報提供

第3回目支援

支援専門家による管理監督者に対する模擬研修の実施

第4回目支援

模擬研修を踏まえて、職場の研修担当者が管理監督者に対する研修を実施するためのポイントや外部講師を活用する場合の留意点等について助言

第5回目支援

支援終了後の研修計画について助言、これまでの支援の振り返り

これまでにこの事業を活用されたご担当者のご感想です。



トップの方針の表明により、社員に研修をスムーズに受け入れてもらえた。

建設業 A社

まず何から始めればいいのか分かった。

製造業 B社

会社全体の現状を把握し、課題を共有することができた。

医療、福祉 C社

プラン例3

職場復帰支援プログラムを策定し、スムーズな復職ができるように体制づくりを行う

第1回目支援	支援内容の確認・支援計画の策定、社内規程・スタッフの役割の確認
第2回目支援	自社プログラム策定にあたって社内ルール及び体制の整備について助言
第3回目支援	職場復帰支援プログラムの内容について助言
第4回目支援	職場復帰支援プログラムの策定について助言
第5回目支援	従業員への周知徹底方法、運用方法について助言 支援終了後の取組みについて助言、これまでの支援の振り返り



プラン例4

仕事の量や質、人間関係その他 職場環境等の問題点を把握し、環境改善を行う

第1回目支援	支援内容の確認・支援計画の策定
第2回目支援	職場環境等の問題点の洗い出し方法やストレス調査の方法について助言
第3回目支援	職場環境等改善に役立つチェックリストの活用方法等について助言
第4回目支援	職場環境等改善のための具体策の検討方法(事例検討)について助言
第5回目支援	支援終了後の取組みについて助言、これまでの支援の振り返り

プラン例5

従業員の相談体制を整備する(相談窓口の設置等)

第1回目支援	支援内容の確認・支援計画の策定
第2回目支援	個人情報保護、相談窓口利用のルールについて助言
第3回目支援	相談窓口設置、運用方法、外部機関との提携等について助言
第4回目支援	一般従業員・管理監督者向け活用促進(周知・啓発)方法について助言
第5回目支援	支援終了後の取組みについて助言、これまでの支援の振り返り



これまでの活動を見直すことができ、また今後の方向性ははっきりした。

情報通信業 D社

管理監督者のメンタルヘルスに対する共通理解が深まり、計画をスムーズに進められた。

製造業 E社

メンタルヘルス推進のプロセスやルール、担当者等が明確になった。

小売業 F社

コミュニケーションの重要性が分かり、声をかけ合うことが多くなった。

サービス業 G社

FAX送信

支援利用の意向の申出書

平成 年 月 日

「事業場の心の健康づくりアドバイス」による支援を受ける意向がありますので下記のとおり申し出ます。

事業場の名称		業種	労働者数(事業場単位)
所在地	〒		
担当者役職氏名			
連絡先	電話	FAX	E-mail
貴社におけるメンタルヘルスケアの現在の状況、どのような支援を希望するかお書きください。			
■現在の状況			
■希望する支援の内容			
この事業は何を通して知りましたか？			
<input type="checkbox"/> 労働局・労働基準監督署 <input type="checkbox"/> 都道府県労働基準協会(連合会)機関誌・研修会等 <input type="checkbox"/> 中災防が行う研修 <input type="checkbox"/> 中災防ホームページ <input type="checkbox"/> 事業者団体 <input type="checkbox"/> その他()			

<個人情報の取扱いについて>ご記入いただいた個人情報については、中災防及びその地区安全衛生サービスセンター等と都道府県支部がこの事業の効率的な運営のためにのみ使用し、当該事業場の許可なく第三者へ提供することはありません。

支援のお申込み先・各種お問合せ先

中災防地区安全衛生サービスセンター等

《申込み方法等の手続き、支援制度、支援内容、支援方法等に関して》

サービスセンターの名称	郵便番号	所在地	電話	FAX
北海道安全衛生サービスセンター	〒064-0919	札幌市中央区南19条西9-2-25	011-512-2031	011-512-9612
東北安全衛生サービスセンター	〒980-0011	仙台市青葉区上杉1-3-34	022-261-2821	022-261-2826
関東安全衛生サービスセンター	〒108-0014	東京都港区芝5-35-1	03-5484-6701	03-5484-6704
中部安全衛生サービスセンター	〒456-0035	名古屋市熱田区白鳥1-4-19	052-682-1731	052-682-6209
大阪労働衛生総合センター	〒550-0001	大阪市西区土佐堀2-3-8	06-6448-3840	06-6459-4195
中国四国安全衛生サービスセンター	〒733-0003	広島市西区三篠町3-25-30	082-238-4707	082-238-4716
九州安全衛生サービスセンター	〒812-0008	福岡市博多区東光2-16-14	092-437-1664	092-437-1669

中災防都道府県支部【都道府県労働基準協会(連合会)等】

《申込み方法等の手続きに関して》

中災防支部の名称	電話	FAX	中災防支部の名称	電話	FAX	中災防支部の名称	電話	FAX
北海道支部	011-747-6141	011-747-6238	石川県支部	076-232-2973	076-224-2554	岡山県支部	086-225-3571	086-225-3566
青森県支部	017-777-4686	017-775-8109	福井県支部	0776-54-3323	0776-54-3325	広島県支部	082-221-0725	082-221-0737
岩手県支部	019-623-6521	019-623-6424	山梨県支部	055-251-6626	055-251-6615	山口県支部	083-925-1430	083-925-2282
宮城県支部	022-265-4091	022-265-4092	長野県支部	026-223-0280	026-223-0277	徳島県支部	088-634-1266	088-633-1066
秋田県支部	018-862-3362	018-862-3729	岐阜県支部	058-279-3399	058-279-3375	香川県支部	087-816-1401	087-870-5186
山形県支部	023-674-0204	023-615-1366	静岡県支部	054-254-1012	054-254-4043	愛媛県支部	089-921-7033	089-941-8734
福島県支部	024-522-6717	024-522-6724	愛知県支部	052-221-1439	052-221-1440	高知県支部	088-861-5566	088-861-5567
茨城県支部	029-225-8881	029-227-4507	三重県支部	059-227-1051	059-227-1739	福岡県支部	092-262-7874	092-262-9893
栃木県支部	028-678-2771	028-678-2775	滋賀県支部	077-522-1786	077-522-1453	佐賀県支部	0952-32-1519	0952-32-1536
群馬県支部	027-233-3582	027-235-0908	京都府支部	075-321-2731	075-312-6935	長崎県支部	095-849-2450	095-849-2458
埼玉県支部	048-822-3466	048-832-0351	大阪府支部	06-6353-7401	06-6353-7402	熊本県支部	096-356-1989	096-353-1152
千葉県支部	043-241-2626	043-241-2670	兵庫県支部	078-231-6903	078-261-3305	大分県支部	097-532-5763	097-536-0231
東京都支部	03-5678-5556	03-5678-6433	奈良県支部	0742-36-2040	0742-36-5715	宮崎県支部	0985-25-1853	0985-28-9080
神奈川県支部	045-662-5965	045-201-7122	和歌山県支部	073-446-7000	073-447-9313	鹿児島県支部	099-226-3621	099-226-3622
新潟県支部	025-283-2201	025-283-2240	鳥取県支部	0857-52-7300	0857-52-7311	沖縄県支部	098-868-2826	098-869-1714
富山県支部	076-442-3966	076-442-3992	島根県支部	0852-23-1730	0852-23-1788			

中央労働災害防止協会 健康確保推進部メンタルヘルス推進センター ☎ 03(3452)3473

<http://www.jisha.or.jp/health/index.html>