

(モデル様式) 平成26年度 心の健康づくり推進計画

事業場名 \_\_\_\_\_

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p>基本方針<br/>(目標)</p>                                    | <p>従業員心の健康は、従業員とその家族の幸福な生活、活気のある職場づくりのために重要な課題であることを認識し、メンタルヘルス不調への対応だけでなく、職場でのコミュニケーションの活性化など広い意味での心の健康づくりに取り組む。</p>   |  |   |
| <p>具体的<br/>目標</p>                                       | <p>以下の目標を平成〇〇年までの〇年間に達成する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 管理監督者を含む全従業員が心の健康づくり問題について理解し、其々の役割を果たせるようになる。</li> <li>2 円滑なコミュニケーションの推進により活気ある職場を形成する。</li> <li>3 管理監督者が心の健康づくり計画の方針と体制を理解し、部下からの相談対応の基本的技術を修得する。</li> </ol>  |  |   |
| <p>基本的<br/>実施事項</p>                                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1 個人のプライバシー（個人情報適正管理）保護の徹底</li> <li>2 心の健康づくり体制の整備・・・・・・・・・・（役割分担と責任の明確化・重要事項から取り組む。）</li> <li>3 従業員が相談しやすい相談窓口の開設・・・・・・・・（プライバシーが保てる相談室・信頼される相談者及び相談体制）</li> <li>4 管理監督者への心の健康に係る研修会の開催・・（初級カウンセリング：相談対応の基本的な技法の習得）</li> <li>5 衛生委員会での心の健康問題の審議・・・・・・・・（会社内のハード・ソフト両面から問題点の洗い出し）</li> </ol> |  |   |
| <p>推進体制</p> <p>50人未満の事業場については、安衛推進者、衛生推進者が業務を兼務します。</p> | <p>職務別担当者 (50人以上事業場)</p>  | <p>担当者</p>   | <p>役割</p>   |
|   | <p>管理監督者・従業員</p>  |  | <p>職場環境等の改善を通じたストレス軽減、自身のセルフケア。部下からの相談対応。<br/>従業員は心の問題を理解し、自分のストレスに適切に対応。相談の利用。</p> |
|   | <p>事業場内産業保健スタッフ</p>   |  | <p>管理監督者を含む従業員の活動を支援する</p>  |
|   | <p>メンタルヘルス推進担当者</p>   | <p>(原則として、衛生管理者がその役割を担う。)</p>                              | <p>計画の企画・立案・評価改善、研修等の実施、関係者との連絡調整</p>   |
|   | <p>衛生管理者職氏名<br/>(衛生推進者等)</p>  |  | <p>産業医等と協力し、心の健康活動を推進する。</p>  |
|   | <p>産業医</p>  |  | <p>計画の立案・評価等への協力、相談への対応と保健指導、情報提供等</p>  |
|   | <p>人事労務部門担当者</p>  |  | <p>管理監督者等からの相談への対応、労働時間等の改善及び適正配置</p>   |
| <p>労働衛生委員会</p>  |   | <p>メンタルヘルス推進者を中心に心の健康づくり計画の策定に関わる。進捗状況の評価し、継続的活動を推進する。</p> |   |

26年度・月別重点実施事項（作成に関するお問い合わせは、熊本産業保健総合支援センターへ 353-5480）

| 月  | □・実施後チェック、重点実施事項   | 責任者 | 対象者 |     | □・実施後チェック、重点実施事項   | 責任者 | 対象者 |
|----|--|-----|-----|-----|--|-----|-----|
| 4月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会（心の健康問題の審議）<br><input type="checkbox"/> ・推進体制の整備（担当者の選任）<br><input type="checkbox"/> ・外部相談機関一覧表の周知・配布<br><input type="checkbox"/> ・心の健康自己診断の実施          |     |     | 10月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会（心の健康問題の審議）<br><input type="checkbox"/> ・全国労働衛生週間   |     |     |
| 5月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・社内相談窓口の設置（メール相談、社内相談体制の確立）<br><input type="checkbox"/> ・管理者に対する心の健康問題に係る研修（カウンセリング研修の受講）                                  |     |     | 11月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・相談窓口に係る全従業員からの意見聴取  |     |     |
| 6月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・全国安全週間の準備月間<br><input type="checkbox"/> ・各種自己診断テストの掲示版等への掲示<br><input type="checkbox"/> ・ストレスチェックの実施                      |     |     | 12月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・定期健康診断の計画・実施（受診率100%を目指す取り組み）                                       |     |     |
| 7月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会（ゆとり休暇等の審議）<br><input type="checkbox"/> ・全国安全週間（カウンセリング研修の社内伝達研修）   |     |     | 1月  | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会（心の健康問題の審議）<br><input type="checkbox"/> ・ストレスチェックの実施<br><input type="checkbox"/> ・心の健康問題に係る研修会の実施 |     |     |
| 8月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会  |     |     | 2月  | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・実施結果のまとめと次年度計画の作成<br><input type="checkbox"/> ・相談窓口の開設              |     |     |
| 9月 | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会<br><input type="checkbox"/> ・全国労働衛生週間準備月間<br><input type="checkbox"/> ・相談窓口の問題点・利用促進の検討<br><input type="checkbox"/> ・心の健康問題に係る研修会の実施（メンタルヘルス対策支援事業の利用） |     |     | 3月  | <input type="checkbox"/> ・衛生委員会（次年度計画の審議）  |     |     |

## 心の健康づくり年間計画の作成について

メンタルヘルスケアは、中長期的視点にたつて、継続的かつ計画的に行われるようにすることが重要であり、また、その推進に当たっては、事業者が労働者の意見を聴きつつ事業場の実態に則した取組を行うことが必要です。このため、事業者は、労使・産業医・衛生管理者等で構成する衛生委員会等において十分調査審議を行い、心の健康づくり計画を策定することが必要です。心の健康づくり計画は、各事業場における労働安全衛生に関する計画の中に位置付けることが望ましいとされています。

メンタルヘルスケアを効果的に推進するためには、心の健康づくり計画の中で、経営者トップ自らが事業場におけるメンタルヘルスケアを積極的に推進することを表明するとともに、その実施体制を確立する必要があります。

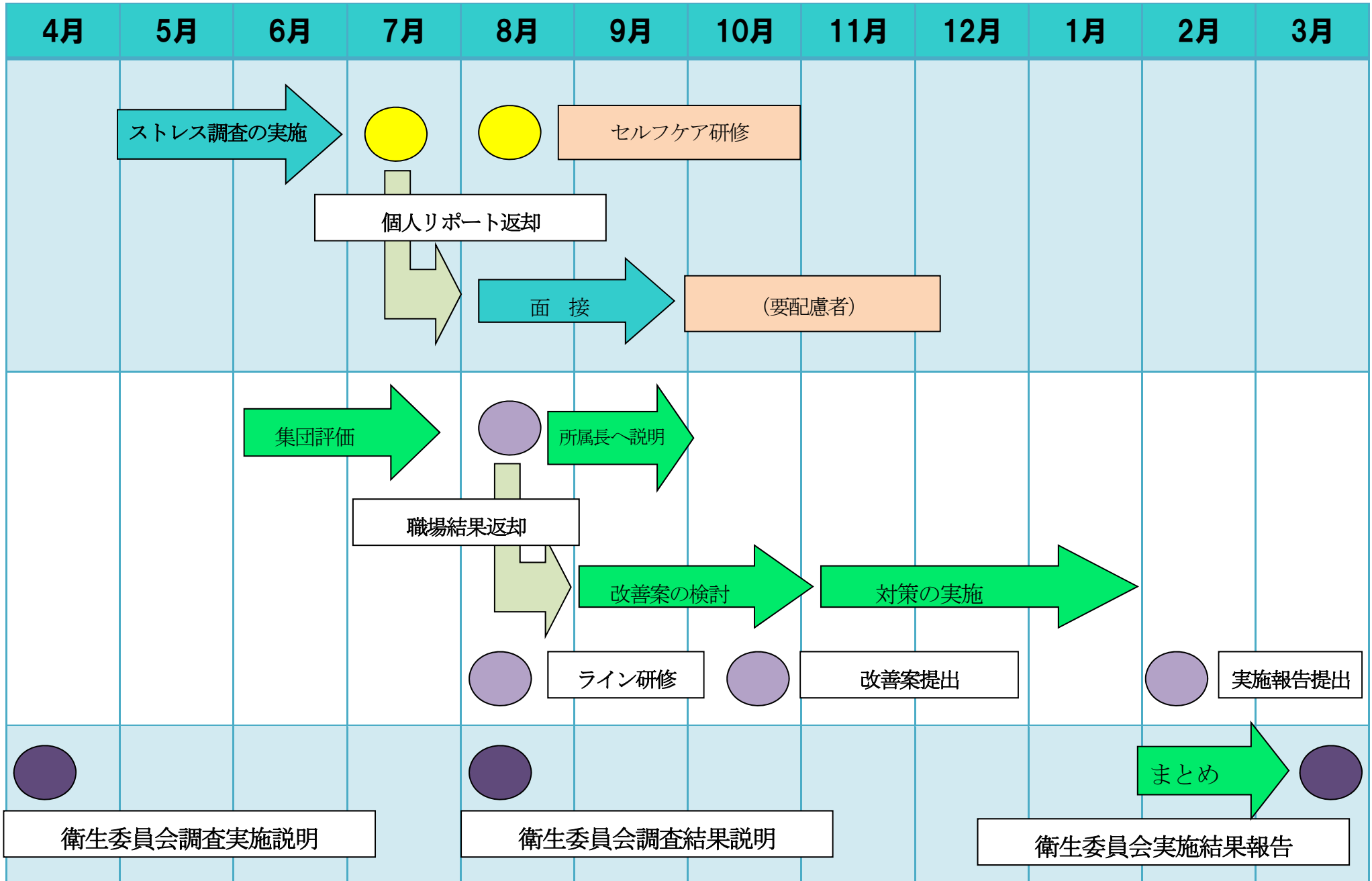
心の健康づくり計画の実施においては、実施状況等を適切に評価し、評価結果に基づき必要な改善を行うことにより、メンタルヘルスケアの一層の充実・向上に努めることが望まれます。

心の健康づくり計画で定めるべき事項は次に掲げるとおりです。

- ① 事業者がメンタルヘルスケアを積極的に推進する旨の表明に関すること。
- ② 事業場における心の健康づくりの体制の整備に関すること。
- ③ 事業場における問題点の把握及びメンタルヘルスケアの実施に関すること。
- ④ メンタルヘルスケアを行うために必要な人材の確保及び事業場外資源の活用に関すること。
- ⑤ 労働者の健康情報の保護に関すること。
- ⑥ 心の健康づくり計画の実施状況の評価及び計画の見直しに関すること。
- ⑦ その他労働者の心の健康づくりに必要な措置に関すること

**※メンタルヘルスケアを計画的に実施するために、年間計画を作成してみましょう。**

# 職場環境改善年間計画(案)



## 職場環境改善年間計画

- ◆ 春の健康診断の実施に併せてストレス調査を実施し、その結果をうけて、セルフケア研修(8月末から10月にかけて)、個別面接が計画されています。
- ◆ 次に組織分析結果を受けて、結果の説明を兼ねたライン研修(8月末から10月始め)、9月から10月の2か月をかけて各職場の環境改善の取り組みが計画され、11月から1月の3か月間で対策が実行されています。
- ◆ 上記の取り組みと平行して、4月の衛生委員会で調査実施の説明、8月調査結果の説明、3月に職場環境改善の結果を含めた全体のまとめが報告されています。

「自分の会社では、ここまではできない。」というところも多いと思いますが、大切なことは他者の事例を参考にして、自分の職場でできることを、できるだけ速やかに実施することです。