

福岡医発第1187号(地)

平成25年8月6日

各 医 師 会 長 殿

福 岡 県 医 師 会
会長 松 田 峻一良
(公 印 省 略)

平成25年度職場におけるメンタルヘルス対策のための
こころの健康づくりセミナーの開催について

時下 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

今般、福岡労働局において、労働者の心の健康を取り巻く厳しい状況を踏まえ、事業場におけるメンタルヘルス対策をテーマとして「平成25年度こころの健康づくりセミナー」を開催する旨、別添のとおり通知が参りましたのでお知らせ致します。

つきましては、当セミナーの開催について、貴会会員への周知方ご高配賜りますようお願い申し上げます。

小郡三井医師会より

産業保健担当理事 白石恒明
会長 蒲池 壽

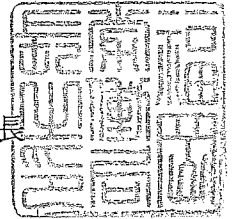


福岡労発基第 733-1 号

平成 25 年 7 月 24 日

公益社団法人 福岡県医師会
会長 殿

福岡労働局長



平成 25 年度 職場におけるメンタルヘルス対策のための
こころの健康づくりセミナーの開催について

時下、ますます御清栄のこととお慶び申し上げます。

日頃より労働行政の推進につきましては、格別の御協力、御支援をいただき厚く
お礼申し上げます。

さて、今般、当局におきましては、労働者の心の健康を取り巻く厳しい状況を踏
まえ、事業場におけるメンタルヘルス対策をテーマとして「平成 25 年度 こころの
健康づくりセミナー」を別紙のとおり開催することといたしました。

つきましては、当セミナーの開催につきまして、会員事業場への周知、参加御案
内等、特段の御配慮をいただきますようお願い申し上げます。



メンタルヘルスケアに取り組みましょう。

～職場におけるメンタルヘルス対策のポイント～

福岡労働局・労働基準監督署

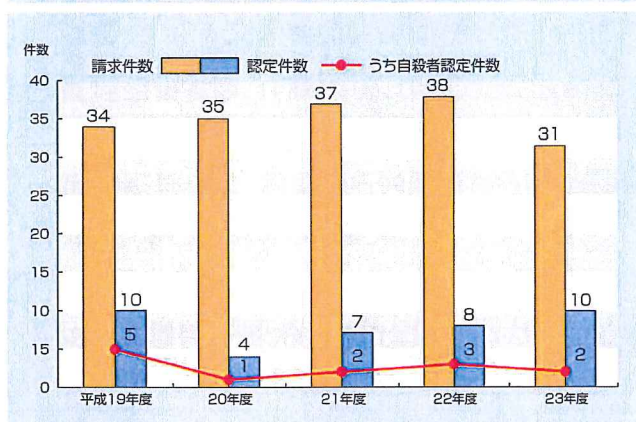
厳しい経済・雇用情勢の中にあって、職場や仕事で強い不安、ストレスを感じている労働者が6割に達しています。

また、精神障害等に係る労災請求や自殺者数も依然として高水準で推移しています。

特に、自殺者数のうち3割は被雇用者(労働者)となっています。

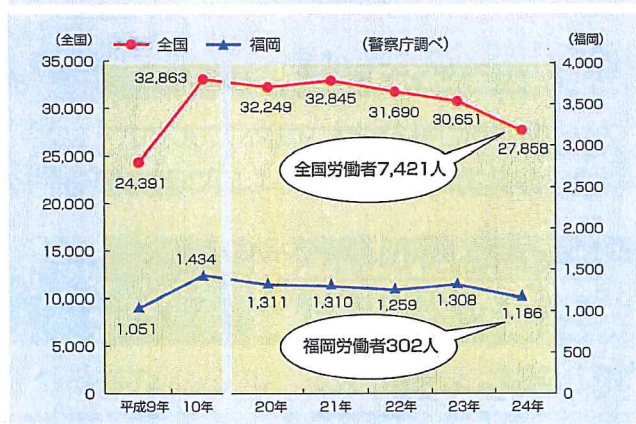
適切な労働衛生管理を行い、メンタルヘルス対策を取組みましょう。

精神障害等に係る労災請求・認定件数の推移(福岡)



福岡労働局管内における精神障害等の労災補償の請求件数は平成23年度は31件と、平成22年度の38件より7件減少しましたが、認定件数は10件と、平成22年度の8件より2件増加しました。

自殺者の推移

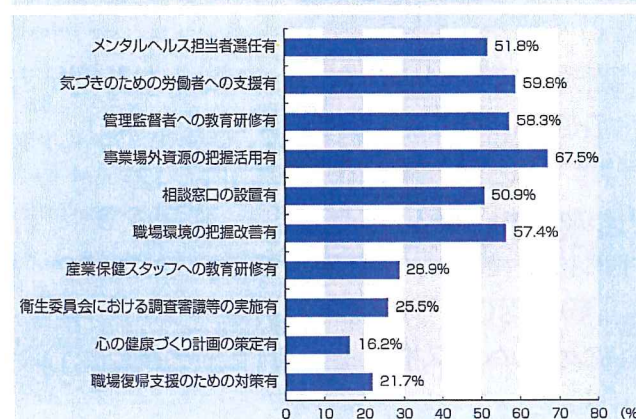


平成24年における全国の自殺者は27,858人で、前年に比べ2,793人減となっています。

また、平成24年における自殺の原因・動機は、「健康問題」が13,629人と最も多く、次いで「経済・生活問題」5,219人、「家庭問題」4,089人、「勤務問題」2,472人の順になっています(複数回答)。

福岡県における自殺者は、1,186人、このうち労働者は302人(25.5%)となっています。

メンタルヘルスケア実施状況



平成24年に実施したメンタルヘルス自主点検結果(1,362件)をみると「事業場外資源の把握活用有」が67.5、「気づきのための労働者への支援有」が59.8%、「管理監督者への教育研修有」が58.3%と比較的高い割合を示した半面、「心の健康づくり計画の策定有」が16.2%、「職場復帰支援のための対策有」が21.7%、「衛生委員会における審議等の実施有」が25.5%と取組が低調となっています。

メンタルヘルス対策を始めましょう

事業者には、積極的に労働者の心の健康の保持増進を図ること(メンタルヘルス対策)が求められています。(労働契約法第5条、労働安全衛生法第69条)

「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、各事業場の実情に応じた、実施可能なものから、メンタルヘルス対策に取り組むことが重要です。

メンタルヘルス対策の進め方

事業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しましょう。

また、以下の4つのケアを行うことにより、職場環境等の改善、メンタルヘルス不調者への早期対応、職場復帰の支援等が行われるようにしましょう。

1 セルフケア

労働者自身がストレスに気づき、これに対処すること。

2 ラインによるケア

労働者と日常的に接する管理監督者が、心の健康に関して職場環境等の改善や労働者に対する相談対応を行うこと。

3 スタッフによるケア

産業保健スタッフがセルフケア及びラインによるケアが効果的に実施されるように労働者及び管理監督者に対する支援を行うこと。

4 事業場外資源によるケア

地域医療機関や地域産業保健センター等の機関から必要な情報の提供や助言を受けること。

ポイント1 労働者の気づきを支援しましょう。

労働者自身がストレスに気づき、これに対処するための知識、方法を身につけ、それを実施することが重要です。(なお、担当者、管理監督者自身も、自らの不調に注意しましょう。)

※ 職業性ストレス簡易調査票等のツールを利用して労働者のメンタルヘルスチェックを行いましょう。(働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」よりダウンロードできます。)

ポイント2 事業内の取組み体制を整備しましょう。

① メンタルヘルス推進担当者の選任

メンタルヘルスケアの推進の実務を担当する「メンタルヘルス推進担当者」を決めましょう。この担当者を中心にメンタルヘルス対策を取組みましょう。

② 衛生委員会等での調査審議の徹底

衛生委員会等で、「心の健康づくり計画」の策定や心の健康に関する職場環境等の改善及びメンタルヘルス不調者への対応などについて十分調査審議を行いましょう。

※「心の健康づくり計画」とは、「事業者がメンタルヘルスクーアを積極的に推進する旨の表明」、「事業場内メンタルヘルス推進担当者の選任」及び「教育研修の実施」等について定めて実行するものです。

ポイント3

管理監督者はメンタルヘルス不調の予防、早期発見につとめましょう。

メンタルヘルス不調の予防、不調者への早期対応のためには、労働者自身のみならず、労働者と日常接している管理監督者(職場の上司等)の役割が重要です。

- ① 事業者は、管理監督者に対し、メンタルヘルス対策に係る教育研修を実施しましょう。
- ② 管理監督者は、作業環境、作業方法、労働時間、仕事の量と質、職場の人間関係等の職場環境での問題点を日頃から把握し、その改善に努めましょう。
- ③ 管理監督者は、日頃から労働者から自発的な相談を持ちかけられるよう仕事を通じての信頼関係を築くように努めましょう。
- ④ 管理監督者は、部下の性格、行動、その他の特徴をつかみ、これらに変化や日常からのズレに気づいたときは、声を掛け、話を聞いてみましょう。
- ⑤ 管理監督者は、部下の問題行動等に気づいたら、個人情報の保護等に配慮したうえで、担当者、産業医等への相談や受診を促すようにしましょう。

ポイント4

職場復帰支援プログラムを策定しましょう。

メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、就業を継続できるようにするため、職場復帰支援プログラムを策定し、労働者に周知しましょう。

ポイント5

外部の医療機関、専門相談機関等を調べ、利用しましょう。

労働者のメンタルヘルス不調に気づいたら(産業医がいる場合は産業医を通じ)、個人情報を守り、労働者の意思を尊重しながら、精神科医等の専門家に相談し、意見を聴き、その労働者等に対して、専門家への受診を勧める等の必要な指導を行いましょう。

メンタルヘルス対策支援センター(福岡産業保健推進センター内)において、

- ① 事業主や労働者からのメンタルヘルスに関する相談に対するアドバイスの実施
 - ② 専門家による個別事業場に対する訪問支援の一環として、管理監督者に対する教育の実施
 - ③ 職場復帰支援プログラムの作成に関する支援の実施
- 等の事業を無料で実施しておりますので活用しましょう。

メンタルヘルス自主点検票兼FAX送付票

福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

(健康課ファクシミリ番号: 092-411-3517)

(所在地 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東二丁目11番1号福岡合同庁舎新館 電話092-411-4798)

事業場名			業種	
所在地			電話番号	
事業場の労働者数	名	担当部署・職氏名		

福岡労働局・労働基準監督署では、管内の事業場のメンタルヘルスについての取組状況を把握し行政に反映するため、自主点検及びアンケートを実施しています。お手数ですが、各項目についてご記入の上ご回答いただきますようお願いいたします。

No.	項目	自主点検内容 (該当する □ に"レ"を付けてください。)
1	担当者の選任	メンタルヘルス推進担当者を選任していますか? 1) ☐ いる 2) ☐ いない → 衛生管理者、衛生推進者などから選任しましょう。
2	労働者の気づきの支援	メンタルヘルス不調の気づきのための労働者への教育研修や情報提供を実施していますか? 1) ☐ 実施している 2) ☐ 実施していない → 福岡労働局ホームページの資料等を活用の上、メンタルヘルスに係る教育、情報提供等を行いましょう。
3	管理監督者による措置	メンタルヘルス対策のための管理監督者への教育研修・情報提供を行っていますか? 1) ☐ 実施している 2) ☐ 実施していない → 福岡労働局ホームページの資料等を活用の上、メンタルヘルスに係る教育、情報提供等を行いましょう。
4	事業場外資源の活用	精神科医や、メンタルヘルス関係の相談機関を把握していますか? 1) ☐ 把握している 2) ☐ 把握していない → 福岡労働局ホームページ等を参照の上、必要な場合に活用してください。
5	上記以外の取組	以下のメンタルヘルス対策に関連した取組のうち、実施しているものがあれば、選んでください。(複数回答可) 1) ☐ 相談窓口の設置 2) ☐ 職場環境の把握・改善の実施 3) ☐ 産業医、衛生管理者等産業保健スタッフへの研修等の実施 4) ☐ 衛生委員会等におけるメンタルヘルスに係る調査審議の実施 5) ☐ メンタルヘルス実施計画の策定 6) ☐ メンタルヘルス不調者に対する職場復帰支援の制度化

メンタルヘルス対策意識アンケート	企業のメンタルヘルス対策の取組みは必要だと思いますか?
	1) ☐ 必要である 2) ☐ あまり必要だと思わない 3) ☐ 必要でない

○メンタルヘルス対策支援センター事業についてのご案内(厚生労働省委託事業)	
☐ 希望する ☐ 希望しない	メンタルヘルス対策支援センターでは、メンタルヘルスケアについての取組が分からないといった事業者を対象に、メンタルヘルス対策促進員が職場を訪問し、メンタルヘルスケアについて 無料 でアドバイスする支援事業を行っています。ご希望の場合は、チェックをお願いします。支援センターから貴事業場にご連絡させていただきます。

メンタルヘルス自主点検票兼FAX送付票

※FAX送信先 福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

健康課フックス番号 092-411-3517

〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 福岡合同庁舎新館

電話092-411-4798

事業場名			業 種	
所 在 地			電話番号	
事業場の 労働者数	名	担当部署・職氏名		

福岡労働局・労働基準監督署では、管内の事業場のメンタルヘルスについての取組状況を把握し行政に反映するため、自主点検及びアンケートを実施しています。お手数ですが、各項目についてご記入の上ご回答いただきますようお願いいたします。

※	項 目	自主点検内容 (該当する □ に‘レ’を付けてください。)
①	安全衛生委員会(衛生委員会)の開催状況	安全衛生委員会(衛生委員会)は、毎月定期的に開催していますか？ 1) ☐ いる。 毎月、定期的に確実に開催している。 2) ☐ いない → 毎月、定期的に確実にしましょう。
②	安全衛生委員会(衛生委員会)の調査審議状況	安全衛生委員会(衛生委員会)メンタルヘルスに係る調査審議を実施していますか？ 1) ☐ いる。 調査審議を実施している。 2) ☐ いない → 調査審議を実施しましょう。
③	年間安全衛生管理計画の策定状況	年間安全衛生管理計画を策定していますか？ 1) ☐ いる。 毎年、確実に策定している。 2) ☐ いない → 毎年、策定してください。
④	こころの健康づくり計画の策定状況	①こころの健康づくり計画は策定していますか？ 1) ☐ いる。 毎年、確実に策定している。 2) ☐ いない → 毎年、策定してください。 ②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をしていますか？ 1) ☐ いる。 事業者が表明し、こころの健康づくり計画に明記している。 2) ☐ いない → 事業者が表明するとともに、こころの健康づくり計画に明記してください。
⑤	職場復帰支援プログラムの策定状況	職場復帰支援プログラムは策定されていますか？ 1) ☐ いる。 策定している。 2) ☐ いない → メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、就業を継続できるようにするため、職場復帰支援プログラムを策定し、労働者に周知しましょう。メンタル不調者が発生する前に策定しておきましょう。

No	項目	自主点検内容 (該当する ☐ に‘レ’を付けてください。)
1	担当者の選任	メンタルヘルス対策推進担当者を選任していますか？ 1) ☐ いる 2) ☐ いない → 衛生管理者、衛生推進者などから選任しましょう。
2	労働者の気づきの支援	メンタルヘルス不調の気づきのための労働者への教育研修や情報提供を実施していますか？ 1) ☐ 実施している 2) ☐ 実施していない → 福岡労働局ホームページの資料等を活用の上、メンタルヘルスに係る教育、情報提供等を行いましょ。う。
3	管理監督者による措置	メンタルヘルス対策のための管理監督者への教育研修・情報提供を行っていますか？ 1) ☐ 実施している 2) ☐ 実施していない → 福岡労働局ホームページの資料等を活用の上、メンタルヘルスに係る教育、情報提供等を行いましょ。う。
4	事業場外資源の活用	精神科医や、メンタルヘルス関係の相談機関を把握していますか？ 1) ☐ 把握している 2) ☐ 把握していない → 福岡労働局ホームページ等を参照の上、必要な場合に活用してください。
5	上記以外の取組	以下のメンタルヘルス対策に関連した取組のうち、実施しているものがあれば、選んでください。(複数回答可) 1) ☐ 相談窓口の設置 2) ☐ 職場環境の把握・改善の実施 3) ☐ 産業医、衛生管理者等産業保健スタッフへの研修等の実施 4) ☐ 衛生委員会等におけるメンタルヘルスに係る調査審議の実施 5) ☐ メンタルヘルス実施計画の策定(こころの健康づくり計画) 6) ☐ メンタルヘルス不調者に対する職場復帰支援の制度化

メンタルヘルス対策意識アンケート	企業のメンタルヘルス対策の取組みは必要だと思いますか？
	1) ☐ 必要である 2) ☐ あまり必要だと思わない 3) ☐ 必要でない

○ メンタルヘルス対策支援センター事業についてのご案内 (厚生労働省委託事業)	
☐ 希望する ☐ 希望しない	メンタルヘルス対策支援センターでは、メンタルヘルスケアについての取組が分からないといった事業者を対象に、メンタルヘルス対策促進員が職場を訪問し、メンタルヘルスケアについて無料でアドバイスする支援事業を行っています。ご希望の場合は、チェックをお願いします。支援センターから貴事業場にご連絡させていただきます。

平成25年度 職場におけるメンタルヘルス対策のための

こころの健康づくりセミナー

主催 福岡労働局、福岡県、福岡産業保健推進センター、
メンタルヘルス対策支援センター、(社)福岡県労働基準協会連合会

会場・日時

◎ 北九州会場

参加費 無料

日時 平成25年8月28日 (水)
13:00 ~ 16:00 (12時開場)

会場 ウェル戸畑 大ホール
北九州市戸畑区汐井町1-6
電話 093-871-7200

定員 800名

☆講演

演題 職場のメンタルヘルス、自殺対策

講師 廣 尚典

産業医科大学産業生態科学研究所精神保健学教授

☆事例発表

演題 メンタルのセルフチェック、
ラインチェックについて

講師 久野 亜希子

産業保健推進センター メンタルヘルス対策促進員

☆説明

演題 こころの不調に気づいたら
～ 地域での取り組みについて ～

講師 櫻木 初美

福岡県精神保健福祉センター 参事

※北九州会場以外の開催日程

9月4日 (水)
イイヅカコスモスコモン
飯塚市飯塚14-66

9月11日 (水)
都久志会館
福岡市中央区天神4-8-10

9月13日 (金)
石橋文化センター 共同ホール
久留米市野中町1015

こころの健康づくりセミナー参加申込書 (北九州会場)

福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

健康課ファクス番号 092-411-3517

所在地 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 福岡合同庁舎新館

電話番号 092-411-4798 担当 安藤

事業場名称			
所在地	〒	電話番号	
業種	労働者数		名
参加人員	名	参加者代表職名氏名	

平成25年度 職場におけるメンタルヘルス対策のための こころの健康づくりセミナー

主催 福岡労働局、福岡県、福岡産業保健推進センター、
メンタルヘルス対策支援センター、(社)福岡県労働基準協会連合会

会場・日時

◎ 福岡会場

参加費 無料

日時

平成25年9月11日 (水)

13:00 ~ 16:00 (12時開場)

会場

都久志会館

福岡市中央区天神4-8-10

電話 092-741-3335

定員 630名

☆講演

演題 職場のメンタルヘルス、自殺対策

講師 藤代 一也

九州電力(株) 統括産業医

☆事例発表

演題 メンタルのセルフチェック、
ラインチェックについて

講師 中尾 由美

福岡産業保健推進センター メンタルヘルス対策促進員

☆説明

演題 こころの不調に気づいたら
～ 地域での取り組みについて ～

講師 櫻木 初美

福岡県精神保健福祉センター 参事

※福岡会場以外の開催日程

8月28日(水)

ウェル戸畑

北九州市戸畑区汐井町1-6

9月4日(水)

イイヅカコスモスコモン

飯塚市飯塚14-66

9月13日(金)

石橋文化センター 共同ホール

久留米市野中町1015

こころの健康づくりセミナー参加申込書 (福岡会場)

福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

健康課ファクス番号 092-411-3517

所在地 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 福岡合同庁舎新館

電話番号 092-411-4798 担当 安藤

事業場名称			電話番号	
所在地	〒			
業種			労働者数	名
参加人員	名	参加者代表職名氏名		

平成25年度 職場におけるメンタルヘルス対策のための こころの健康づくりセミナー

主催 福岡労働局、福岡県、福岡産業保健推進センター
メンタルヘルス対策支援センター、(社)福岡県労働基準協会連合会

会場・日時

◎ 飯塚会場

参加費 無料

日時 平成25年9月4日 (水)
13:00 ~ 16:00 (12時開場)

会場 イイツカコスモスコモン 展示ホール
飯塚市飯塚14-66

電話 0948-21-0505

定員 200名

☆講演

演題 職場のメンタルヘルス、自殺対策

講師 林田 耕治

トータルヘルス㈱代表取締役・医師

☆事例発表

演題 メンタルのセルフチェック、
ラインチェックについて

講師 久野 亜希子

福岡産業保推進センター メンタルヘルス対策促進員

☆説明

演題 こころの不調に気づいたら
～ 地域での取り組みについて ～

講師 櫻木 初美

福岡県精神保健福祉センター 参事

※飯塚会場以外の開催日程

8月28日 (水)

ウエル戸畑

北九州市戸畑区汐井町1-6

9月11日 (水)

都久志会館

福岡市中央区天神4-8-10

9月13日 (金)

石橋文化センター 共同ホール

久留米市野中町1015

こころの健康づくりセミナー参加申込書 (飯塚会場)

福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

健康課ファクス番号 092-411-3517

所在地 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 福岡合同庁舎新館

電話番号 092-411-4798 担当 安藤

事業場名称				電話番号	
所在地	〒				
業種			労働者数	名	
参加人員	名	参加者代表職名氏名			

平成25年度 職場におけるメンタルヘルス対策のための こころの健康づくりセミナー

主催 福岡労働局、福岡県、福岡産業保健推進センター、
メンタルヘルス対策支援センター、(社)福岡県労働基準協会連合会

会場・日時

◎ 久留米会場

参加費 無料

日時 平成25年9月13日 (金)
13:00 ~ 16:00 (12時開場)

会場 石橋文化センター 共同ホール
久留米市野中町1015

電話 0942-33-2271

定員 467名

☆講演

演題 職場のメンタルヘルス、自殺対策

講師 藤代 一也

九州電力(株) 統括産業医

☆事例発表

演題 メンタルのセルフチェック、
ラインチェックについて

講師 中尾 由美

福岡産業保健推進センター メンタルヘルス対策促進員

☆説明

演題 こころの不調に気づいたら
～ 地域での取り組みについて ～

講師 櫻木 初美

福岡県精神保健福祉センター 参事

※久留米会場以外の開催日程

8月28日 (水)

ウェル戸畑

北九州市戸畑区汐井町1-6

9月4日 (水)

イイヅカコスモスコモン

飯塚市飯塚14-66

9月11日 (水)

都久志会館

福岡市中央区天神4-8-10

こころの健康づくりセミナー参加申込書 (久留米会場)

福岡労働局 労働基準部 健康課 あて

健康課ファクス番号 092-411-3517

所在地 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 福岡合同庁舎新館

電話番号 092-411-4798 担当 安藤

事業場名称			電話番号	
所在地	〒			
業種			労働者数	名
参加人員	名	参加者代表職名氏名		