



福岡県医師会 第 809 号（地）

平成 27 年 6 月 12 日

各 医 師 会 長 殿

福岡県医師会

会長 松 田 峻一良

（公印省略）

職場におけるメンタルヘルス対策セミナーの開催について（ご案内）

今般、標記セミナーを開催する旨、福岡労働局より通知がありましたのでご連絡申し上げます。

平成 26 年 6 月 25 日に公布された労働安全衛生法の一部を改正する法律において、ストレスチェック制度が新たに創設され、本年 12 月 1 日より施行されることとなっておりますが、標記セミナーでは、ストレスチェック制度の概要等を中心に説明が行われます。

つきましては、貴会会員への周知方よろしくお願い申し上げます。

なお、本セミナーの詳細につきましては、別添「メンタルヘルス対策セミナーのご案内」および「予定プログラム」をご参照ください。

記

開催日時	対象事業場	開催場所	定員
7 月 8 日（水） 13：00～16：00	筑豊地区	イイヅカコミュニティセンター 飯塚市飯塚 14-67	150 名
7 月 15 日（水） 13：00～16：00	福岡地区	福岡市民会館 福岡市中央区天神 5-1-23	1,000 名
8 月 20 日（木） 13：00～16：00	筑後地区	大牟田文化会館 大牟田市不知火 2-10-2	500 名
8 月 27 日（木） 13：00～16：00	北九州地区	ウエルとばた 北九州市戸畑区汐井町 1-6	800 名

(公社) 福岡県医師会 会長 殿

福 岡 労 働 局 長

平成 27 年度 職場におけるメンタルヘルス対策セミナーの開催について

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

また、日頃から労働行政の推進につきまして、格別のご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

平成 26 年 6 月 25 日に公布された労働安全衛生法の一部を改正する法律により、ストレスチェックと面接指導の実施を義務付ける制度が創設され、ストレスチェック制度の実施等が平成 27 年 12 月 1 日に施行されます。

今回新たに導入される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チェックを行い、労働者ご本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスク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、職場におけるストレス要因を評価し、職場環境の改善につなげることで、ストレスの要因そのものを低減させるものであり、さらにその中で、メンタルヘルス不調のリスク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、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止する取組です。

今般、当局におきましては、事業場において適切な労働衛生管理を行い、メンタルヘルス対策に取り組むことが必要であるため、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 27 年度メンタルヘルス対策セミナー」を下記のとおり開催することにいたしました。

つきましては、会員事業場への周知、参加勧奨に特段のご配慮を賜りますようお願い申し上げます。

記

1. 日 時 7 月 8 日 (水) 13 時 00 分 ～ 16 時 00 分
会 場 イイツカコミュニティセンター 飯塚市飯塚 1 4-6 7

日 時 7 月 15 日 (水) 13 時 00 分 ～ 16 時 00 分
会 場 福岡市民会館 福岡市中央区天神 5-1-2 3

日 時 8 月 20 日 (木) 13 時 00 分 ～ 16 時 00 分
会 場 大牟田文化会館 大牟田市不知火町 1-6



日 時 8月27日(木) 13時00分 ~ 16時00分
会 場 ウェル戸畑 北九州市戸畑区汐井町1-6

2. 講演
講師 「ストレスチェック制度について」
入江 正洋 九州大学 健康科学センター准教授
福岡産業保健総合支援センター 産業保健相談員
3. 説明
仮題 「心の健康、アルコール依存症、自殺防止について」
予定講師 加藤 千鈴 福岡県保険医療介護部健康増進課
こころの健康づく推進室 企画主幹 (医師)
4. 説明
講師 「あなたの職場は大丈夫?! ~従業員が元気で働ける職場づくりのポイント~」
上村 景子 全国健康保険協会福岡支部
企画総務部保健グループ長 (保健師)

メンタルヘルス対策セミナーのご案内

～ メンタルヘルス対策に取り組む事業主のみなさまへ ～

《福岡労働局 労働基準部 健康課》

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

訳「健康とは、身体的・精神的・社会的に完全に良好な状態であり、単に病気あるいは虚弱でないことではない。」
(世界保健機関(WHO)憲章前文)

●開催日時 場所 定員

※参加費は無料です。

開催日時	対象事業場	開催場所	定員
7月8日(水) 13時00分～16時00分	筑豊地区	イヅカコミュニティセンター 飯塚市飯塚14-67	150名
7月15日(水) 13時00分～16時00分	福岡地区	福岡市民会館 福岡市中央区天神5-1-23	1,000名
8月20日(木) 13時00分～16時00分	筑後地区	大牟田文化会館 大牟田市不知火町2-10-2	500名
8月27日(木) 13時00分～16時00分	北九州地区	ウェルとばた 北九州市戸畑区汐井町1-6	800名

昨年、労働安全衛生法の一部が改正され、ストレスチェックと面接指導の実施等を義務付ける制度が、平成27年12月1日から施行されることとなりました。

今回新たに導入される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チェックを行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気づきを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスク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、職場におけるストレス要因そのものも低減させるものであり、さらにその中で、メンタルヘルス不調のリスク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、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止する取組です。

今回のセミナーでは、このストレスチェック制度の概要等を中心に説明いたします。

参加希望の方は、下記申込書に記載の上、健康課までFAX等で申し込み下さい。

※参加予約票等は、発行いたしませんので、当日は、FAX等して頂いた参加申込書の控えを持参してください。

メンタルヘルス対策セミナー(ストレスチェック制度説明会) 参加申込書

福岡労働局 労働基準部 健康課 まで FAX 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4階

電話番号 092-411-4798

※ 参加希望会場にチェックしてください。最寄りの会場以外でも空席があれば参加可能です。

☐ イヅカコミュニティセンター ☐ 福岡市民会館 ☐ 大牟田文化会館 ☐ ウェルとばた

事業場名			電話番号	
所在地	〒			
業種			労働者数	
参加者数	名	参加者の代表者氏名		

※当日は、出欠の確認をさせていただきますのでFAXして頂いた参加申込書の控えを持参してください。

H27.5 作成 福岡労働局健康課

予定プログラム

☆ 開 会

主催者挨拶 13時00分 ～ 13時10分 (10分)

福岡労働局 労働基準部 健康課 課 長 杉野 仁俊

福岡県保健医療介護部 健康増進課
こころの健康づくり推進室 室 長 近藤 秀隆

全国健康保険協会 福岡支部 業務部長 川崎 修

☆ 講 演

13時10分 ～ 14時10分 (60分)

演 題 「ストレスチェック制度について」
講 師 入江 正洋
九州大学 健康科学センター准教授
福岡産業保健総合支援センター 産業保健相談員

※ 質疑応答

14時10分 ～ 14時20分 (10分)

————— 休憩 14時20分 ～ 14時30分 (10分) —————

☆ 説 明

14時30分 ～ 15時10分 (40分)

演 題 (予定) 「心の健康、アルコール依存症、自殺防止について」
講 師 (予定) 加藤 千鈴
福岡県 保健医療介護部 健康増進課
こころの健康づくり推進室 企画主幹 (医師)

☆ 説 明

15時10分 ～ 15時50分 (40分)

演 題 「あなたの職場は大丈夫?! ～ 従業員が元気に働ける職場づくりのポイント ～」
講 師 上村 景子
全国健康保険協会 福岡支部
企画総務部 保健グループ長 (保健師)

☆ 主催者からの連絡事務

15時50分 ～ 15時55分 (5分)

☆ 閉 会

15時55分

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

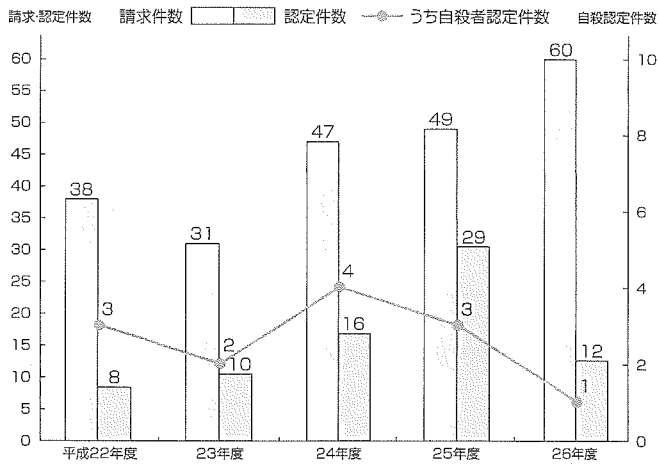
厳しい経済・雇用情勢の中であって、職場や仕事で強い不安、ストレスを感じている労働者が6割に達しています。

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。

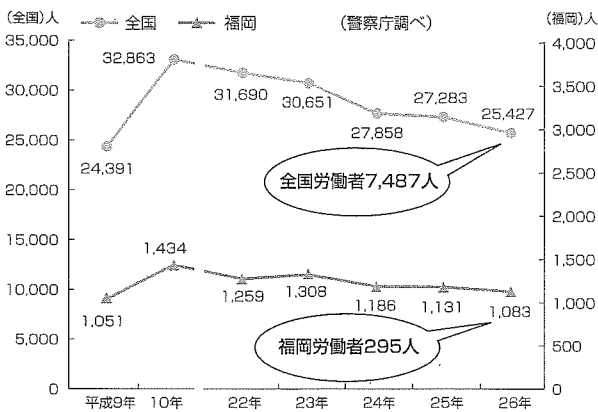
特に、自殺者数のうち29.4%は被雇用者(労働者)となっています。

適切な労働衛生管理を行い、メンタルヘルス対策に取り組みましょう。

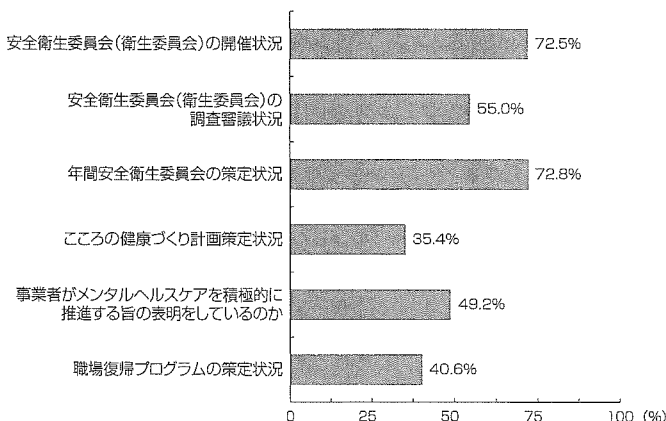
精神障害等に係る労災請求・認定件数の推移(福岡)



自殺者の推移



メンタルヘルスケア実施状況



《ストレスチェック制度》

平成27年12月1日より、常時使用する労働者に対して、1年以内ごと1回、定期的に、医師・保健師等によるストレスチェックの実施等が義務付けられます(労働者50人未満の事業場については当面努力義務)。

※詳細は、厚生労働省のHPをご参照ください。

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26年度は60件と、平成25年度の49件より11件大幅に増加しました。

平成26年における全国の自殺者は25,427人で、前年に比べ1,856人減となっています。

また、平成26年における労働者7,487人の自殺原因・動機は、「健康状態」が2,376人と最も多く、次いで「勤務問題」1,902人、「経済・生活問題」1,280人、「家庭問題」1,062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、1,083人、このうち労働者は295人(27.2%)となっています。

平成26年度に実施したメンタルヘルス自主点検結果(862件)をみると「安全衛生委員会(衛生委員会)を毎月開催している」が72.5%、「年間安全衛生管理計画を策定している」が72.8%と比較的高い割合を示している反面、「こころの健康づくり計画策定状況」が35.4%、「職場復帰プログラムの策定状況」が40.6%と取組みに低調さがみられます。

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、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

地域医療機関や福岡産業保健総合支援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に取り組みましょう。

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カケ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、早期発見に努めましょう。

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)、個人情報を保護し、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。

福岡産業保健総合支援センターにおいて、

- 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

健康課ファックス番号 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。

お手数をお掛けいたしますが、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”を付ける。)
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るか? 1) ☐ いる 毎月、定期的に確実に開催している。 2) ☐ いない → 毎月、定期的に確実に開催してください。
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るか? 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るか? 1) ☐ いる 毎年、確実に策定している。 2) ☐ いない → 毎年、策定しましょう。
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るか? 1) ☐ いる 毎年、確実に策定している。 2) ☐ いない → 毎年、策定しましょう。 ② 事業者がメンタルヘルスクエアを積極的に推進する旨の表明をしているか? 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ましょう。
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るか? 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。また、メンタル不調者が発生する前に策定しましょう。
6	ストレスチェック制度の導入状況	ストレスチェック制度を導入しストレスチェックを実施しているか? 1) ☐ いる 毎年、確実に実施している。 2) ☐ いない → ストレスチェック制度が平成27年12月1日から労働者数50人以上の事業場に義務化されますので、福岡労働局のホームページ等を参照してストレスチェックを1年ごとに1回実施しましょう。
7	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) ☐ いる 把握している。 2) ☐ いない → 把握していない。 → 福岡労働局のホームページ等を参照して、必要な場合には活用しましょう。

○ 福岡県産業保健総合支援センター事業についての案内

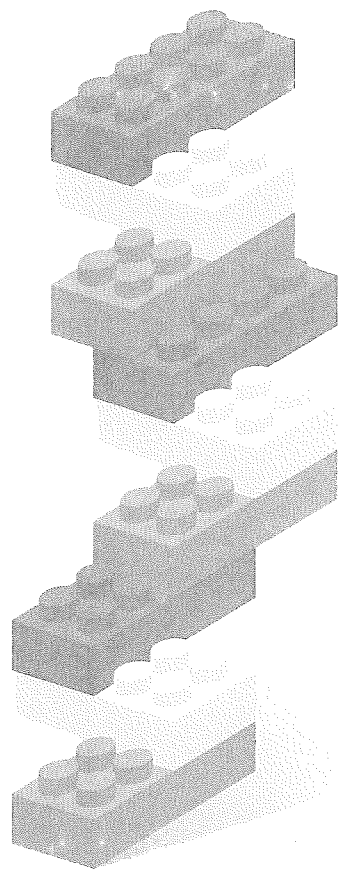
☐ 希望する	福岡県産業保健総合支援センターでは、労働者のからだと心の一体的な健康管理や作業環境管理、作業管理などを含めた総合的な労働衛生管理の進め方についての専門的な相談対応、研修、メンタルヘルス対策の普及促進のための個別訪問支援を行うこと等、企業内での産業保健活動への総合的な支援を無料で行っております。支援を希望する事業場については、後日、福岡県産業保健総合支援センターより事業場に連絡します。
☐ 希望しない	

事業者ならびに産業保健スタッフの皆様へ

2015年12月から ストレスチェックの実施が 義務*になります。

※従業員50人未満の事業場については当分の間、努力義務です。

従業員の
こころの負担が
積み重なる前に。



働く人のメンタルヘルス不調を防いで、
イキイキした職場環境を実現しましょう。

事業者の方々は、ストレスチェックの実施には以下の点に注意してください。

- ☒ ストレスチェックは、医師・保健師などが実施します。
- ☒ ストレスチェックの結果は、従業員の同意がなければ事業者には提供することは禁止されています。
- ☒ ストレスの高い従業員から申し出があった場合、医師による面接指導を行きましょう。
- ☒ 面接指導の結果、医師の意見を聞き、必要に応じて働き方への配慮をしましょう。

ストレスチェック制度をはじめとするメンタルヘルス対策に関する詳細は下記アドレスをご覧ください。

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」

<http://kokoro.mhlw.go.jp/etc/kaiseianeiyou.html>

こころの耳 検索

厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp>



ひと、くらし、みらいのために

厚生労働省

Ministry of Health Labour and Welfare

改正労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度とは？

平成26年6月25日に公布された労働安全衛生法の一部を改正する法律により、ストレスチェックと面接指導の実施等を事業者へ義務づける制度が創設されました。
(平成27年12月1日施行)

ストレスチェック制度の概要

ストレスチェックの実施

- 常時使用する労働者に対して、年に1回、ストレスチェックを実施することが事業者の義務※になります。

※ストレスチェックとは、事業者が労働者に対して行う心理的な負担の程度を把握するための検査をいいます。
※従業員数50人未満の事業場、当分の間努力義務となります。

- ストレスチェックの調査票には、「仕事のストレス要因」、「心身のストレス反応」、「周囲のサポート」の3領域を含みます。

面接指導の実施

- 高ストレスと評価された労働者から申出があったときは、医師による面接指導を行うことが事業者の義務になります。
- 事業者は、面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し、必要があると認めるときは、就業上の措置を講じる必要があります。

◎ストレスチェックの結果は直接本人に通知し、本人の同意がない限りは事業者には提供してはいけません。

ストレスチェック制度の流れ

