

シリーズ「部下のうつ病・自殺を防ぐために」

(その6) メンタルヘルス指針

2000 年に厚生労働省より指針が公表されています。
「メンタルヘルス指針」とよばれるもので、以下にご紹介します。

(1) 「メンタルヘルス指針」とは

この指針は、2000 年に「労働者の心の健康の保持増進のための指針」として厚生労働省より公表されていますが、一般的には「メンタルヘルス指針」とよばれています。事業者が講ずるべきメンタルヘルスケアについて、具体的に示されています。

(2) 「メンタルヘルス指針」の内容

- 事業者は具体的な方法等についての「心の健康づくり計画」を策定しましょう。
- 「心の健康づくり計画」の実施には、次の「4 つのケア」を推進しましょう。
 - ★ 労働者自身による「セルフケア」
 - ・・・ストレスへの気づき・ストレスへの対処・自発的な相談など
 - ★ 管理監督者による「ラインによるケア」
 - ・・・職場環境等の改善・個別の相談対応など
 - ★ 「事業場内産業保健スタッフ等によるケア」(産業医・衛生管理者など)
 - ・・・職場環境等の改善・個別の相談対応・ネットワークの形成・
ラインによるケアへの支援・教育研修の実施など
 - ★ 「事業場外資源によるケア」(事業場外の専門家など)
 - ・・・サービスの活用・ネットワークの形成など
- 円滑な推進のため、次の取り組みを行いましょ。
- ★ 管理監督者や労働者に対して、教育研修を行うこと
- ★ 職場環境等の改善を図ること
- ★ 労働者が自主的な相談を行いやすい体制を整えること

参照 <http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0331-1.html>