

メンタルヘルス対策 支援センター

産業カウンセラー、臨床心理士、社会保険労務士等の専門家（促進員）が支援します。

メンタルヘルス対策は 大丈夫？

年間3万人の自殺者のうち労働者は8200人、精神障害の労災の申請も毎年増えています。

不調者が出てからでは遅いメンタルヘルス対策 → **未然防止が第一!!**

事業場でメンタルヘルス対策が進まない理由に

「専門スタッフがいない」、「取り組み方がわからない」が多くあげられています。

何かやらなければと思っても何をやればよいのかわからない、きっかけがほしい……そんな時に

メンタルヘルス対策支援センターで行っていること

訪問支援

事業場に促進員がお伺いしてメンタルヘルス対策の基本的な体制づくりや、職場復帰支援プログラムの作成等の支援を行います。

研修

事業場に促進員がお伺いして「管理職に対するメンタルヘルス研修」、「社員に対するセルフケア研修」を実施します。
(1事業場につき各1回)

相談

メンタルヘルス対策の相談を電話、メール、FAX等で受けれます。相談は促進員によるもののほか相談員（精神科の医師等）による相談日の設定もあります。
(詳細はメンタルヘルス対策支援センターへご確認ください)

厚生労働省委託事業

費用は無料!!

アンケート結果の

満足度は90%以上

平成23年度は、東京だけで約700件の相談、約200件の研修、約500件の訪問支援を行いました。アンケート結果の満足度は90%以上です。

※医療機関ではありませんので、診療等を行いません。必要によって医療機関等適切な機関を紹介いたします。

メンタルヘルス対策支援センター（東京産業保健推進センター内）

住所 東京都千代田区三番町6-14 日本生命三番町ビル3F 窓口開設時間 13時～17時
電話 03-5211-4483 (13時～17時) FAX 03-5211-4485 (24時間受付)
メール mentalshien@sanpo-tokyo.jp ホームページ <http://www.sanpo-tokyo.jp/>

支援申込は裏面の支援申込書をご利用ください（電話等でも受け付けています）

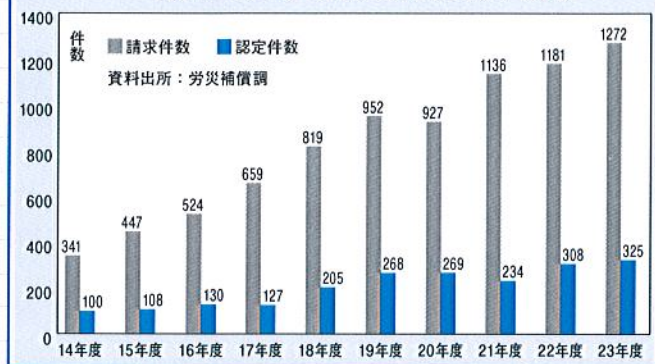
メンタルヘルス対策について

1. 現状と問題点

平成19年の労働者健康状況調査において、メンタルストレスを感じる労働者は約6割に上りました。精神障害等による労災支給件数も年々増加しています。平成23年まで14年連続で自殺者が3万人を超え、自殺者の4人にひとりが労働者（被雇用者・勤め人）です。しかしながらメンタルヘルス対策に取り組む企業は、いまだ5割程度にとどまっています。

さらに、最近の経済情勢から、労働者を取り巻く状況は一層厳しさを増しており、自殺予防対策を含めた労働者のメンタルヘルス対策の推進が以前にも増して重要な課題となっています。

精神障害等の労災補償状況（全国）



2. 職場のメンタルヘルス対策について

職場におけるメンタルヘルス対策については、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」（健康保持増進のための指針公示第3号）等¹により、その充実を図るとともに、平成20年度を初年度とする第11次労働災害防止計画においても重点施策として推進しているところです。また、改正労働安全衛生法でもメンタルチェックの義務化が図られます。

注釈1 「こころの健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」、「職場における自殺の予防と対応」などがあります。

3. 当面のメンタルヘルス対策の具体的推進

事業上のメンタルヘルス対策を進めるに当たり平成21年に「当面のメンタルヘルス対策の具体的推進について」（平成21年3月26日付け基発第0326002号通達）により、今後のメンタル対策のあり方が示されました。

各事業場においては、労働者のメンタルヘルス不調者発生の未然防止のために、本通達に示された「事業場におけるメンタルヘルス対策の具体的推進事項」等に取組む必要があります。

「事業場におけるメンタルヘルス対策」おもな具体的推進事項

- ① 衛生委員会での調査審議の徹底（「心の健康づくり計画」の策定等）
- ② 事業場内体制の整備（「事業場内メンタルヘルス推進担当者」の選任等）
- ③ 教育研修の実施
- ④ 職場環境の把握と改善
- ⑤ メンタル不調者の早期発見と適切な対応
- ⑥ 職場復帰支援

（切取線）

メンタルヘルス対策支援センター 殿

平成 年 月 日

支援申込書（相談 研修 訪問支援）

| | | | | | | | | |
|------|----|--|--|----|----|--|--------|--|
| 事業場名 | | | | 業種 | | | 労働者数 | |
| 住所 | 〒 | | | | 電話 | | | |
| 担当者 | 職名 | | | 氏名 | | | E-mail | |