

専門解説

メンタルヘルス問題の防止策

～メンタルヘルスの現況を踏まえ、その予防と不調者対応策を提案します～

坂本直紀社会保険労務士法人 代表社員 坂本 直紀

■ 貴社の対策は万全ですか

平成25年の労働安全衛生調査では、メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合は上昇しており、以前と比べて、メンタルヘルスに関する意識が高くなってきています。

一方で、同調査では過去1年間にメンタルヘルス不調により連続1ヵ月以上休業または退職した労働者がいる事業所の割合が上昇している結果も出ています。

従って、まだまだメンタルヘルスに関する予防については不十分な面が見てとれます。

こうしたなか、一次予防の強化を図るために、平成27年にストレスチェック制度がスタートし、国の取り組みとしてもメンタルヘルス対策に力を入れています。

本稿では、最初にメンタルヘルスの現状を説明し、精神障害の労災認定を解説します。

また、ストレスチェック制度、4つのケア等のメンタルヘルスの予防策、メンタルヘルス不調者が発生した場合の対応を就業規則の規定例を通じて解説します。

本稿が、皆様のメンタルヘルス対策のご参考となれば幸いです。

目次

1 メンタルヘルスとは

- 1-1 メンタルヘルスによる悪影響
- 1-2 精神障害に係る労災補償

2 精神障害と労災認定

- 2-1 精神障害の労災認定の基本的考え方
- 2-2 業務による心理的負荷評価
- 2-3 長時間労働に関する評価方法

3 メンタルヘルス不調の予防

- 3-1 4つのケアの推進
- 3-2 ストレス対処法
- 3-3 ストレスチェック
- 3-4 集団分析の活用

4 メンタルヘルス不調者発生後の対応

- 4-1 基本的な考え方
- 4-2 休職に関する規定
- 4-3 復職に関する規定

5 予防の万全化を図る



● 坂本 直紀 (さかもと なおき)

http://www.sakamoto-jinji.com/
特定社会保険労務士、中小企業診断士、公益財団法人21世紀職業財団認定セクシュアルハラスメント・パワーハラスメント防止コンサルタント、坂本直紀社会保険労務士法人代表社員
人事労務顧問、就業規則、メンタルヘルス・ハラスメント研修を中心に企業の人事労務管理を支援している。
著書：『職場のメンタルヘルス対策の実務 第2版』（民事法研究会 編著）、『ストレスチェック制度 導入と実施後の実務がわかる本』（日本実業出版社）等がある。
セミナー：「残業問題徹底対策セミナー」（公益財団法人川崎産業振興財団）、「メンタルヘルス対策セミナー」（燕商工会議所）等、多数実施している。