

テーマ: 心の健康(メンタルヘルス)対策

Q 私が事務長を務める病院には、約70名の職員がいます。50人以上の従業員がいる事業所には、従業員の「ストレスチェック」を行うことが義務付けられていることを最近知りました。精神的な不調で休職・退職する職員の出ることがないように、私の病院でもきちんとした対策を取らなくてはならないと考えていますが、どのように進めて行けば良いのでしょうか。

A 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検査を行い、本人にその結果を通知して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、検査結果を集团的に分析し、職場環境の改善につなげる取組です。

常時50人以上の労働者を使用する事業場には、年1回の実施が義務付けられています。

メンタルヘルス対策を怠っていると…

- ① 貴重な人材を喪失してしまうリスクが発生します。
- ② 休職者や退職者が続出し、その人材を補てんするためのコストが発生します。
- ③ 安全配慮義務違反として、職員より損害賠償を請求されるリスクが発生します。

心身ともに健康な職員に長期間働いてもらう職場環境作りに、役立つ制度です。厚生労働省では、経営者・職員の双方に有用な様々な無料ツールを紹介しています。

まず、15分だけ時間をつくって、厚生労働省「こころの耳」のサイトを閲覧してみてください。

労務管理担当者は
ストレスチェックの概要を
把握しましょう！

管理職層に
ストレスチェックの重要性を
理解してもらいましょう！

職員各々に
ストレスセルフチェックを
してもらいましょう！

ストレスのある職員に
セルフケアについて
学んでもらいましょう！



「ストレスチェックの導入や実施に役立つポイント」
<http://kokoro.mhlw.go.jp/etc/kaiseianeihou/>

e-ラーニング「15分でわかるラインによるケア」
<http://kokoro.mhlw.go.jp/e-learning/linecare/>

5分のできる職場の「ストレスセルフチェック」
<http://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

e-ラーニング「15分でわかるセルフケア」
<http://kokoro.mhlw.go.jp/e-learning/selfcare/>

適切なメンタルヘルス対策により、職員がいきいきと働ける職場を作り、人材の定着を図りましょう！

無料

お困りのことやご不明な点などがございましたらお気軽にご相談ください！
社会保険労務士と医業経営コンサルタントがアドバイスいたします(秘密厳守)。



東京都医療勤務環境改善支援センター 随時相談窓口

☎ 03-6272-9345 (平日9時30分から17時30分まで)

詳細はこちらから検索！ ⇒

勤務環境かいぜんサポートナビ