



いき いき 新聞

バックナンバーは
野田保健所ホームページへ

メンタルヘルス講話 職場における心の健康づくり

野田健康づくり協議会（事務局：千葉県野田保健所）

講話内容

○講演会について

令和5年9月20日（火）に野田地域職業訓練センターで『第22回健康講演会』が開催されました。その中のメンタルヘルスに関する講話について紹介いたします。

○講話について

『職場における心の健康づくり～労働者の心の健康の保持増進のための指針～』

講師：柏労働基準監督署 安全衛生課 篠田一 氏

過重労働による脳・心臓疾患・精神障害に関わる
労災補償支給決定件数は増えています。

令和3年は629件、令和4年710件と81件の
支給決定件数の増加がみられています。

精神障害に伴う労災請求件数は柏労働基準監督署に
おいて、令和3年12件、令和4年23件、
令和5年（8月末現在）11件でした。

令和2年以前まではこの請求件数は二桁に及んで
いなかったことから増加傾向と言えます。



○発症のきっかけとして多いもの○

度重なるパワハラにより身体的症状が出現
労働災害による重篤なけがの治療中に適応障害と診断される
新しい業務や昇格による不安や負担で適応障害等を発症
訪問先で予期せぬ場面に遭遇し精神的ショックを受けた
上司から怒鳴られたことをきっかけに心身症と診断される



労働安全衛生法には、事業者が労働者の心の健康の保持増進のために定められたものがいくつかありますので次のページで紹介いたします。職場における心の健康づくりはそれほど重要視されていますので、自分の職場においても実施がされているか見直してみるのはいかがでしょうか。



メンタルヘルスケアの基本的な考え方

- 1) 事業者がストレスチェック制度を含めた事業場におけるメンタルヘルスケアを積極的に推進することを表明する必要があります。
- 2) 衛生委員会等において十分調査審議を行い、「心の健康づくり計画」やストレスチェック制度の実施方法等に関する規程を策定する必要があります。
- 3) 具体的には、教育研修・情報提供を行う職場環境等の改善、メンタルヘルス不調への対応、休業者の職場復帰に関する支援を行います。

その他にも、労働安全衛生法及びメンタル対策指針では、以下の分類により定められています。

- ・衛生委員会等による調査審議
- ・心の健康づくり計画
- ・4つのメンタルヘルスケアの推進
- ・メンタルヘルスケアの具体的進め方
- ・ストレスチェック制度
- ・メンタルヘルスに関する個人情報の保護への配慮
- ・心の健康に関する情報を理由とした不利益な取扱いの防止



今まで勤めてきてくれた従業員の方が今後も健康でいてくださるためにも、より一層のメンタルヘルス予防に取り組んでいきましょう。

▶お問い合わせ先：04-7163-5220

(柏労働基準監督署 安全衛生課)

活動紹介

健康講演会とは

毎年、柏労働基準協会野田支部と野田健康づくり協議会が、野田支部に所属する野田市内の事業所職員に向けて健康づくりに関する講演会を共催しています。

- ・令和5年度 第22回講演内容：
講話『職場における心の健康づくり～労働者の心の健康の保持増進のための指針～』
講演『職場における健康診断結果の活用、生活習慣病対策について』
- ・令和4年度 第21回講演内容：
講話『がん検診の必要性について』
講演『職場のストレスと健康』
講演『コロナ禍におけるメンタルヘルス予防の促進』



毎年実施していますので柏労働基準協会にお問い合わせください。

会員会社さんの労働衛生活動の一環として「健康講演会」のテーマ選定や、講師の依頼を悩んでいます。

皆様の職場をより安全に、健康的にしていくためにも、何か聞きたい講演があればご相談ください。

▶お問い合わせ先：04-7163-5220（柏労働基準協会）

：04-7124-8155（野田健康づくり協議会事務局 千葉県野田保健所）