

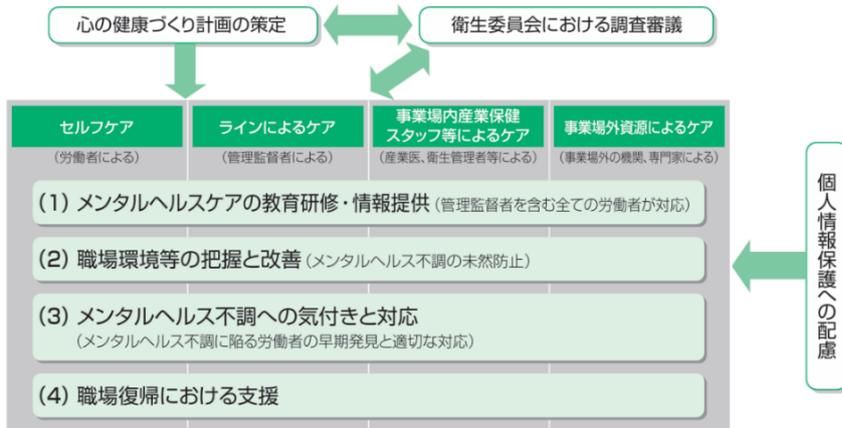
労務 ROAD

■五月病とメンタルヘルスケア ／ストレスチェック制度について

GWを過ぎた頃に注意が必要なのが、「五月病」です。新入社員や人事異動など環境変化のあった方が、新しい環境への適応がうまくいかず、なんとなく体調が悪い、やる気が出ないなど心身に不調があらわれる状況を言われています。
五月病は正式な病名ではなく、医学的には「適応障害」「抑うつ状態」などの病気と関係があるとされることが多いです。放置すると精神疾患に発展する可能性があり、仕事においても様々な問題を引き起こすおそれがあります。
そのため、メンタルヘルス不調を単に個人の問題と捉えず、個人での取組とともに、職場においても五月病対策を含めたメンタルヘルス対策に取り組むことが重要です。

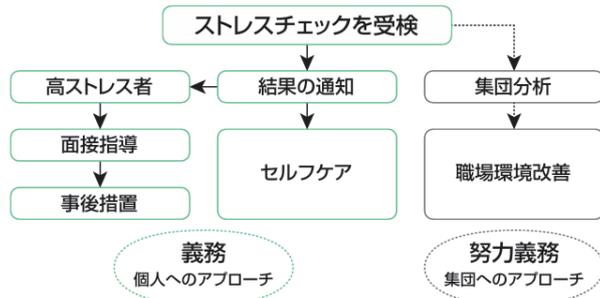
メンタルヘルスケアの基本的な考え方

厚生労働省の指針によると、事業者は、自らがストレスチェック制度（後述）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とともに、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。この「心の健康づくり計画」の実施に当たっては、ストレスチェック制度の活用や職場環境等の改善を通じてメンタルヘルス不調を未然に防止する「一次予防」、メンタルヘルス不調を早期に発見し適切な措置を行う「二次予防」、メンタルヘルス不調となった労働者の職場復帰の支援等を行う「三次予防」が円滑に行われるようにする必要があります。メンタルヘルス対策を効果的に進めるためには、各事業場の実態に応じて「4つのケア」が継続的かつ計画的に行われるようにすることが重要です。



ストレスチェック制度

労働安全衛生法に基づき、事業者は心理的な負担の程度を把握するための検査（ストレスチェック）を実施することが義務付けられています（労働者数50人未満は努力義務）。労働者にストレスへの気付きを促すとともに、ストレスの原因となる職場環境の改善につなげることで、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止（一次予防）を図ることを目的としています。結果は、検査を実施した医師、保健師等から直接本人に通知され、本人の同意なく事業者に提供することは禁止されます。また検査の結果、高ストレス者として選定され、面接指導を受ける必要があるとされた労働者から申出があった場合、医師による面接指導を実施します。ストレスチェックの結果の集団ごとの集計・分析およびその結果を踏まえた職場環境改善は、事業者の努力義務ではありますが、本制度の目的である一次予防推進のため重要な対策です。



働く人のメンタルヘルスに関しては、こちらのサイト「こころの耳」<https://kokoro.mhlw.go.jp/>もご参照下さい。

【出典：職場における心の健康づくり／厚生労働省・独立行政法人労働者健康安全機構より】

VOL.956
(2505-3)



〒541-0054
大阪府中央区南本町
2-6-12
サンマリオンタワー16F
TEL:06-6224-0264
FAX:06-6224-0265
HP: <https://k-s-j.net/>
編集：井村・杉島・浜井・
茅原・石田

社長が入れる
労災保険のことなら

「葛城経営研究会」

詳しくは、
06-6224-0480 まで！

先日、大阪万博に行ってきました。来場者は外国人観光客の方も沢山来られており、会場内を歩いているだけでも新鮮な感覚を味わう事が出来ました。もう一度行きたいと思っております。

昨今、顧問先様から外国人雇用のご相談を受ける事が多く、人事労務でも難しい場面もあるようです。働くという感覚も千差万別なので、ルールを守ってもらう事はもちろん、相手の国柄や文化の違いを理解し、コミュニケーションを積極的に行って、会社に順応してもらう様に努めましょう。

(小池)



5月労務スケジュール

- ・労働保険年度更新準備（7月10日が期限）
- ・市町村から送付される特別徴収税額の決定通知書（個人住民税）の確認、各従業員への通知。6月からの特別徴収事務に備える。