

◎中小規模事業場の事業者の皆様へ◎

職場のメンタルヘルス対策を 専門スタッフがお手伝いします！

厚生労働省・産業保健活動総合支援事業



岩手産業保健総合支援センターは「こころ」と「からだ」の健康管理について相談できる窓口です。精神科医、認定産業医、精神保健福祉士、保健師・看護師、社会保険労務士、公認心理師、臨床心理士、産業カウンセラーなどの専門スタッフが、職場におけるメンタルヘルス対策の取組みを支援します。

事業場内のメンタルヘルス対策の支援

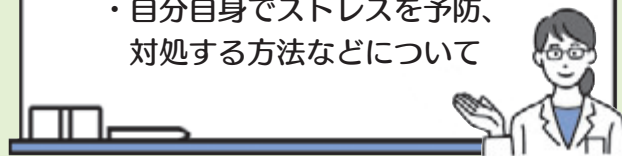
- * 心の健康づくり計画の作成
- * 職場復帰支援の進め方
- * 衛生委員会での調査審議の助言
- * 職場環境等の把握と改善にかかる支援
- * メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応にかかる支援

「心の健康づくり計画」は指針により策定が推奨されています



メンタルヘルス教育・研修

- * 管理職研修（ラインケア）
 - ・ 職場環境の把握と改善、部下の相談対応などについて
- * 労働者向け研修（セルフケア）
 - ・ 自分自身でストレスを予防、対処する方法などについて



ストレスチェック制度導入支援



- * 事業場に合った制度の導入／実施規定の作成
- * 集団分析結果の見方と活用
- * 職場環境改善の方法

ストレスチェックは常時50人以上の労働者を使用する事業場は実施義務があります

こころの不調・病気を持つ労働者の支援

- * こころの不調による休職者の復職支援
- * 通院しながらの働き方についての相談・支援



診療・カウンセリング等はいりません

※個別の事案につきましては、必要によって行政・医療機関等の適切な機関を紹介します

職場のメンタルヘルス対策にぜひご活用ください

無料



独立行政法人 労働者健康安全機構
岩手産業保健総合支援センター



メンタルヘルス対策支援申込書

岩手産業保健総合支援センター

TEL: 019-621-5366

令和

年

月

日

事業場名					労働者数（企業全体）
代表者	職名		氏名		名（名）
所在地	〒				
	TEL		FAX		
業 種			事業内容		
担当者	職名		氏名		
	E-mail				
相談・訪問 希望日時	第一希望	令和 年 月 日（ ） 時	第二希望	令和 年 月 日（ ） 時	
※ 相談・訪問日時はご希望に沿えない場合もあります。					
希望する支援内容に○を付けてください。 複数選択可					
事業場内のメンタルヘルス対策【訪問支援】		①心の健康づくり計画の作成 （計画策定からその実施までの状況に応じた支援）※原則2回訪問／期間：2～4カ月			
		②職場復帰支援の進め方 （休業した労働者の職場復帰支援プログラム策定にかかる支援）※支援回数：延べ5回まで			
		③その他（衛生委員会にかかる支援 / 職場環境等の把握と改善にかかる支援 / メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応にかかる支援 など）			
ストレスチェック制度の導入【訪問支援】		④事業場に合った制度の導入／実施規定作成支援（制度導入に向けての具体的支援）			
		⑤集団分析結果の見方と活用（ストレスチェックによる集団分析結果活用についての支援）			
		⑥職場環境改善の方法			
メンタルヘルス教育・研修		⑦管理監督者向けメンタルヘルス教育（支援回数：1年に1回限り） *ラインケア（管理監督者によるケア）を促進するための研修		参加者	名
		⑧若年労働者向けメンタルヘルス教育（支援回数：1年に1回限り） *セルフケア（自身の心の健康を確保するケア）を促進するための研修		所要時間	分
メンタルヘルス相談		⑨こころの不調・病気を持つ労働者への支援 （心の不調による休職者の復職支援、通院しながらの働き方等の相談・支援）			
希望する支援の 具体的内容・ お困りごと	（例：ハラスメント教育を実施したい、メンタルヘルス不調を訴える社員が増えたが、どう対応すれば…等）				
事業場の 取組状況 （該当に○印）	1. 心の健康づくり計画の作成（作成済 ・ 作成予定 ・ 未作成） 2. 衛生委員会における心の健康づくり等に関する調査審議（審議している ・ 審議予定 ・ 未審議） 3. メンタルヘルスに関する教育・研修計画等の作成（作成済 ・ 作成予定 ・ 未作成） 4. 職場復帰支援プログラムの作成（作成済 ・ 作成予定 ・ 未作成） 5. 健康診断結果についての医師からの意見聴取（実施している ・ 未実施 ・ 不明）				
センターを知った きっかけ （複数回答可）	1. ホームページ 2. メールマガジン 3. リーフレット 4. 各団体の会合等 5. 労働基準監督署 6. 協会けんぽ 7. その他（ ）				

お気軽に
お電話ください
相談聞くソウ～



【申込先】独立行政法人労働者健康安全機構 岩手産業保健総合支援センター

〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通2丁目9番1号マリオス14階

TEL: 019-621-5366 FAX: 019-621-5367

HP: <https://www.iwates.johas.go.jp>

メール: iwate@iwates.johas.go.jp

※本書はホームページからもダウンロードできます。メール・FAX等でご送信下さい。

※当センターから訪問日について調整のため、ご連絡いたします。

※ご記入いただいた個人情報は、産業保健活動総合支援事業の目的以外には使用いたしません。（岩産様式：改・令和8年6月）