

基安労発0617第6号

平成22年6月17日

中央労働災害防止協会
健康確保推進部長 殿

厚生労働省労働基準局
安全衛生部労働衛生課長

平成22年度「労働者の健康の保持増進対策」の実施について

標記について、都道府県労働局労働基準部労働衛生主務課長に対し別紙のとおり通知したので御了知下さい。

基安労発0617第3号
平成22年6月17日

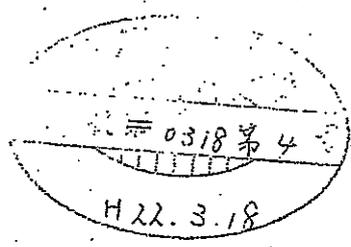
都道府県労働局労働基準部
労働衛生主務課長 殿

厚生労働省労働基準局
安全衛生部労働衛生課長
(公印省略)

平成22年度「労働者の健康の保持増進対策」の実施について

標記事業は、労働者の健康の確保対策の一環として、事業場におけるメンタルヘルス対策、過重労働による健康障害防止対策及び健康の保持増進対策に関する周知・啓発、支援等を実施するものであり、別添委託事業実施計画書により、中央労働災害防止協会が受託して実施することとなった。

については、標記事業の円滑な実施のため、中央労働災害防止協会又は同協会の支部である都道府県労働基準協会連合会等から協力等の要請があった時には、特段の配慮をお願いする。



委託事業実施計画書

平成22年3月18日

厚生労働省労働基準局長 殿

住所 東京都 [redacted] 5番1号
氏名 中央労 [redacted]
会長 [redacted]

1 委託業務の目的・内容

(1) 目的

労働者の健康状況を見ると、職業性疾病は増加傾向にあり、中でも腰痛の割合が年々増加している状況にある。また、定期健康診断における有所見率は年々増加し、平成20年には5.0%を超える状況となっており、血中脂質、血圧等、脳・心臓疾患に関連する項目の有所見率が比較的高くなっている。

これら腰痛の防止や、有所見率の改善を図るためには、「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」(平成19年11月30日健康保持増進のための指針公示第4号)に基づき、心身両面にわたる健康づくりの取組を促進させることが必要である。

このため、本事業においては、介護分野等、腰痛による業務上疾病が多発している業種に対し、業界団体と連携して腰痛予防のための取組を行うとともに、有所見率の高い業種、屋外型・屋内型等業務の種類に着目し、これら業務の特性に応じた改善指導を実施する。また、職業生活の各ステージにおけるストレスの特徴を踏まえたストレス対処の手法の検討等を行い、労働者の健康の確保を図ることを目的とする。

(2) 内容

本事業は、以下の業務を行うものとする。

ア 介護分野等における腰痛等の疾病予防の促進

- ① 事業者向け取組の手引きの作成
- ② 研修会の開催

イ 業務の特性に応じた労働者の健康の改善に対する支援

- ① 事業者向け取組の手引きの作成

- ② 専門家による事業場に対する支援
 - ウ メンタルヘルス不調の防止のためのストレス対処等の指導者用テキストの策定
 - エ その他
 - ① 教育・研修等の実施
 - ア) 労働者の健康保持増進のための説明会等
 - i 「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」に関する資料の作成
 - ii 労働者の健康保持増進研修会の開催
 - イ) 事業場内メンタルヘルス教育研修担当者養成研修の実施
 - ウ) 派遣元事業者等に対するメンタルヘルス研修会の開催
 - エ) 職場のメンタルヘルスに関する説明・討論会の開催
 - オ) 自殺対策に関する研修会の開催等
 - i 労働者の自殺対策のための資料の作成、配布
 - ii 自殺対策に関する研修会の開催
 - カ) 事業場に対するメンタルヘルスに関する専門家による助言等
 - ② 事業者等向け資料の作成、配布
 - ア) メンタルヘルス対策の取組事例集の作成及び配布
 - イ) 「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」に関する資料の作成、配布
 - ウ) 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に関する一般事業者向け及び派遣元・派遣先事業者向け資料の作成、配布
 - エ) 労働者向けのセルフケア促進のための一般労働者向け及び派遣労働者向け資料の作成、配布
 - オ) 過重労働による健康障害防止に関し、基本的な事項や留意点を取りまとめた資料及び事業者が容易に理解できる簡潔な資料の作成、配布

2 委託業務を行う場所

中央労働災害防止協会本部、地区安全衛生サービスセンター等及び都道府県支部

3 委託事業実施期間

平成22年4月1日から平成23年3月31日まで

4 実施計画の内容

(1) 委託事業実施計画 (別紙内訳のとおり) ,

(2) 所要経費 金 443,056,551円 (別紙経費内訳書のとおり)

(別紙内訳)

委託事業実施計画

1 介護分野等における腰痛等の疾病予防の促進

中央労働災害防止協会（以下「中災防」という。）は、介護分野及び運送事業における腰痛発症予防のため、事業者団体と連携して、次の事業を実施する。

(1) 事業者向け取組の手引きの作成

ア 対象業種の選定

平成20年2月6日付けで厚生労働省から公表された職場における腰痛発生状況の分析結果（平成16年）の中から、発生件数が500件以上の4業種のうち、全業種平均の発生率（1万人当たり）1.3を上回る運輸交通業（679件、3.0）及び保健衛生業（697件、1.7）を選定し、これらをさらに前者は運送事業に、後者は介護分野に絞り込んだ。

イ 委員会の設置

介護分野（介護施設及び訪問介護）及び運送事業における腰痛発症予防のための事業者向けの腰痛予防手引き（以下「腰痛予防手引き」という。）作成のため、安全衛生に関する有識者、運動機能に関する専門家、整形外科に関する有識者、業界団体関係者等を含む5人程度の委員から成る委員会を設置し、5～9月の間に5回程度委員会を開催して検討する。

ウ 腰痛予防手引き作成のための検討

上記委員会において、下記①～③の事項を実施する。

- ① 当該業種における腰痛の発生機序等の分析
- ② 既存の腰痛発症予防のための腰痛予防対策に関する情報等の収集及び整理
- ③ 腰痛予防対策、腰痛予防に有効な体操等の手法、当該手法を実施するのに必要な実施時間、実施時期・頻度等を内容とする当該事業に見合った腰痛予防手引き作成のための検討

エ 腰痛予防手引きの作成（2種類、それぞれ3,000部以上作成）

上記委員会での検討結果を基に、事業者団体の意見も踏まえ、腰痛予防手引きを9月頃を目処に作成する。なお、介護分野に係るものにあつては、介護施設と訪問介護の両方の共通事項に個別事項を付加した、いずれでも利用可能なものとする。

(2) 腰痛予防研修会の開催

腰痛予防手引きの内容等の普及のため、事業者団体等の協力を得て、事業場の

産業保健関係者等を対象に、腰痛予防研修会を開催する。

- ア 開催時期 平成22年9月頃から平成23年2月頃まで
- イ 開催地 都道府県庁所在地等28箇所以上
- ウ 開催回数 業種ごとに延べ28回以上
- エ 研修人員 1回当たり50人程度を上限として、業種ごとに延べ1,400人以上
- オ 対象者 事業場の経営トップ、産業保健関係者及び管理監督者等
- カ 実施方法等

① 実施主体

中災防本部で行う。

② 講師等

中災防は、事業者団体等との間で調整し、実技指導を含む腰痛予防研修会の内容、日程等を決定する。なお、講師は、中災防職員のうち、国が定める「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」（以下「指針」という。）に基づく運動指導養成専門研修を修了し、腰痛予防指導の一定の経験を有する者、その他腰痛予防に関する知識・技術を有する者等が行うものとする。

③ 研修会の時間

腰痛予防研修会の開催時間は、2時間程度とする。

④ 研修内容

上記委員会で作成した腰痛予防手引きの内容についての説明を中心にし、座学だけでなく腰痛予防体操に関する実技指導を含むものとする。

⑤ 資料等

腰痛予防手引きを中心に、その他必要に応じて講師等が作成した資料等を使用する。

キ 参加者の募集

中災防は、研修会参加案内広報用のリーフレット等を作成・配布し、関係機関誌等に掲載案内を掲載するなど広報活動を展開することにより、参加者の募集を行う。

① 腰痛予防研修会広報用リーフレットの作成

腰痛予防研修会広報用リーフレットを2種類作成する。

② 周知方法

関係事業者団体、中災防都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、

都道府県産業保健推進センター、労働者健康保持増進サービス機関及び労働者健康保持増進指導機関等を通じて上記リーフレットを配布するとともに、中災防のWebサイト上で周知する。

③ 配布時期

概ね平成22年度第2四半期を目処に作成配布する。

ク 効果の把握

腰痛予防研修会による効果を把握し事業の成果を確認するため、研修終了後に参加者に対してアンケート調査を実施し、効果を把握する。

2 業務の特性に応じた労働者の健康改善に対する支援等

中災防は、労働者の健康状況の改善に資するため、業務の種類に着目し、自動車運転業務従事者及び深夜・交代制勤務従事者の作業の特性に応じた労働者の健康改善に対する効果的な運動方法や栄養の摂取方法等の取組手法、具体的取組に当たっての留意点を内容とする手引きの作成及び事業場への運動指導、栄養指導等の専門家の派遣指導を中心とした、以下の事業を実施する。

(1) 事業者向け取組の手引きの作成

ア 業務の選定

業務別の有所見率に関する統計はないため、業務の性質上生活習慣の乱れ等（睡眠不足、運動不足、肥満等）につながりやすいものとして、自動車運転業務と深夜・交代制勤務を選定した。

イ 委員会の設置

自動車運転業務従事者及び深夜・交代制勤務従事者作業の特性に応じた事業者向けの健康改善手引き（以下「健康改善手引き」という。）の作成を行うため、産業保健に関する有識者、運動に関する専門家等を含む5人程度の委員からなる委員会を設置し、5～9月の間に3回程度委員会を開催して検討する。

ウ 健康改善手引きの作成のための検討

上記委員会において、下記①～③の事項を実施する。

① 業務の特性の分析

② 既存の健康指導のための各種手法に関する情報等の収集及び整理

③ 業務の特性に応じた効果的な運動方法や栄養の摂取方法等の取組手法、具体的取組に当たっての留意点を内容とする健康改善手引き作成のための検討

エ 健康改善手引きの作成（2種類、それぞれ3,000部以上作成）

上記委員会での検討結果を基に、健康改善手引きを9月頃を目処に作成する。

(2) 専門家による事業場に対する支援

中災防は、健康改善手引きによる健康指導の普及定着を図るため、健康指導の専門家を事業場に派遣して、健康改善手引きに即した指導を行う。

指導は、健康指導の専門機関に属する専門家又は中災防の関係職員を派遣して行う。

ア 協力機関の選定

健康指導を行う専門機関である労働者健康保持増進サービス機関及び労働者健康保持増進指導機関（以下「THP機関」という。）の中から協力機関を募集する。

① 周知方法

中災防は概ね第2四半期を目処に募集要項等を作成し、これをTHP機関に配布し本事業の周知及び協力機関の募集を行う。

② 健康指導等を行う協力機関への説明会の開催

健康改善手引きの内容等を説明するため、協力機関を対象に東京、大阪及び福岡で説明会を開催する。

イ 指導対象の参加事業場の募集

中災防は、指導対象の参加事業場向け募集広報用リーフレット等を作成・配布し、関係機関誌等に掲載案内を掲載するなど広報活動を展開することにより、参加事業場の募集を行う。

(ア) 対象事業場

自動車運転業務及び深夜・交代制勤務を有する事業場

(イ) 健康改善手引きに関する内容の参加事業場向け募集広報用リーフレットの作成及び配布

指導対象事業場に対して、参加募集広報用リーフレットを作成し、全国の事業者団体等を通じて配布し周知・募集する。

また、関係事業者団体、中災防都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、都道府県産業保健推進センター及びTHP機関等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイト上で公開し周知を図る。

(ウ) 実施時期

健康改善手引き作成後の平成22年10月頃から開始し、平成23年2月頃までとする。

(エ) 実施回数等

原則として、1事業場3回程度の指導を上限とし、延べ1,000事業場

に対し実施する。

(オ) 実施方法

中災防又は協力機関の運動指導、栄養指導、保健指導等の専門家が、対象事業場へ赴き、事業者等に対し、健康改善手引きに従い指導を実施する。なお、指導日を健康診断実施日等の労働者が一堂に会する機会等に合わせる等、また、個別指導及び集団指導を組み合わせるなど効果的な方法で実施する。

(カ) 指導を行う専門家

指導を行う専門家は、中災防又は協力機関に属する者で、指針に基づく運動指導専門研修、産業栄養指導専門研修又は産業保健指導専門研修の修了者で一定の健康指導の経験を有する者、その他これに準ずる者とする。

ウ 効果の把握

健康改善手引きによる指導効果を把握し事業の成果を確認するため、指導後にアンケート調査を実施し、対象の事業者、労働者の意識変化等を把握し効果を検証する。

3 メンタルヘルス不調の防止のためのストレス対処等に関する取組への支援

(1) 趣旨

職場に過重なストレス要因が存在して心の健康問題が発生する場合、その経緯には「過重なストレス要因（仕事の量・裁量性・職場風土・社会との繋がりなど）」「コーピングのまずさ」「社内におけるサポート体制の低さ」などの要素が複雑に絡まっている。そして、それらの要素の具体的な問題には職種による特徴が見られることも多い。そこで、最新の知見に基づき、それらの職種の問題点を前提としたストレスコーピング等の手法や利用できる社会的資源を労働者に指導するためのテキストを作成する。

(2) 手法

- ア 職場のストレス要因に詳しい学識経験者等と連携を図り、対象となる職種（2職種）を選定する。
- イ 学識経験者及び実務者等からなる委員会を設置する。なお、設置に当たり、その代表的な事業者団体とも連携を図る。また、委員会の開催回数は通年で5回程度とし、委員は延べ10名程度とする。
- ウ 委員会委員に依頼して、対象の職種に関して、ストレスの状況、生活習慣、ストレスコーピングの実態等について文献調査等により調査を行う。
- エ 委員会により、対象の職種に関して、ストレスの状況、生活習慣、ストレス

コーピングの実態等について検討を行う。

オ 委員会においてテキストの作成検討及び執筆を行い、平成23年2月を目処に完成させる。

(3) 対象として考えられる職種

検討の対象とする職種としては、以下のもののうち2職種を中災防において選定するものとする。

- ・ システムエンジニア
- ・ 製造ラインのブルーカラー
- ・ 一般事務職
- ・ コールセンターのオペレータ
- ・ スーパーマーケットの店員
- ・ 私立学校の教職員
- ・ その他、一定数の労働者がおり、かつこれまでに行われた調査研究等の結果から職業上のストレス（またはストレスへのコーピング対応）に特徴の認められる職種

(4) 指導テキストの内容

基本的に、各職種において特徴的な職業性のストレスの状況、生活習慣、ストレスコーピングの実態等に適合するように、①職場のストレス要因（職場環境等）の評価と改善、②労働者へのストレス対処の手法、③労働者への支援体制について取りまとめる。

4 その他

(1) 教育・研修等

ア 労働者の健康保持増進のための説明会等

(ア) 「事業場における労働者の健康保持増進のための指針（THP指針）」に関する資料の作成、配布（50,000部以上作成・配布）

事業場の経営トップ、労務管理担当者、産業保健担当者等に対して、THP指針の内容をわかりやすく解説して事業場における健康づくりを促進するための資料を作成し、全国の事業者団体等を通じて配布し周知・啓発する。

① 周知方法

THP機関、関係事業者団体、中災防都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、都道府県産業保健推進センター、都道府県医師会、THP指導者会等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイト上で公開

する。

② 配布計画

概ね平成22年度第1四半期を目処に作成、配布する。

(イ) 労働者の健康保持増進研修会（THP研修会）の開催

THP指針に関する内容等の普及啓発のため、次の研修会を開催する。

- ① 開催時期 平成22年6月から平成23年2月頃まで
- ② 開催地 都道府県庁所在地等25箇所以上
- ③ 開催回数 延べ25回以上
- ④ 研修人員 1回当たり100人程度を上限として、
延べ2,500人以上
- ⑤ 対象者 事業場の経営トップ、産業保健関係者及び管理監督者等

⑥ 実施方法等

a 実施主体

中災防本部又は都道府県支部が都道府県THP推進協議会の協力を得て行う。

b 講師

講師は、中災防職員、THP機関等の専門家その他労働者の健康保持増進に関する専門家から選任するものとする。

c 研修時間

THP研修会の開催時間は、1.5時間程度とする。

d テキスト・資料等

新たに作成するTHP指針普及啓発用パンフレットその他中災防が作成した資料等を使用する。

e その他

中災防本部は、都道府県支部及び都道府県THP推進協議会等との間で研修実施に関する調整を行う。

⑦ 参加者の募集

中災防都道府県支部等は、研修会広報用のリーフレット等を作成・配布するとともに、関係機関誌等に開催案内を掲載するなど広報活動を展開することにより、参加者の募集を行う。

⑧ 効果の把握

研修による効果を把握し事業の成果を確認するため、研修終了後にアンケート調査を実施し、参加者の感想等を把握し効果を検証する。

イ 事業場内メンタルヘルス教育研修担当者養成研修の実施

事業場内においてメンタルヘルス教育研修を担当する者を養成するため、以下の2種類の研修（事業場内メンタルヘルス教育研修担当者能力向上研修及びメンタルヘルス教育研修担当者等養成研修）を実施する。参加者は両研修で延べ700人を目処とする。

(ア) 事業場内メンタルヘルス教育研修担当者能力向上研修

① 研修の内容

教育研修担当者が知っていることが望ましい、最近の心の健康問題をめぐる状況（例：①職場復帰の実際について、②最近の心の健康問題の特徴とそのようなメンタルヘルス不調に陥った者への接し方等）についての内容とする。

② 開催時期 平成22年8月から平成23年2月までの間

③ 開催地 全国主要都市のうち、7箇所を目処

④ 開催回数 各1回を目処

⑤ 研修人員 各1回当たり100～200人程度を目処

⑥ 対象者 労働者・管理監督者等に対するメンタルヘルス研修を担当し、又は担当しようとする者等

⑦ 実施方法等

i 実施主体

実施主体は、中災防本部並びに地区安全衛生サービスセンター及び大阪労働衛生総合センター（以下「地区センター等」という。）とする。

ii 開催日・会場

開催日及び会場については、地区センター等が決定する。

iii 研修時間

3時間20分とする。

iv 講師の選任

中災防が把握しているこれまでのメンタルヘルス分野での活動実績に基づき、精神科・神経科・心療内科を専門とする医師、臨床心理・企業経営・関係法令等を専門とする大学・研究機関等の研究員・教育者、メンタルヘルスについて事業場への支援を行う機関等の職員、臨床心理・企業経営・法令に関する実務経験豊富な者等の中から本研修におけるそれぞれの科目の講師としてふさわしい者を選任する。

v テキスト・資料等

科目により中災防が平成21年度に作成した「メンタルヘルス教育研修担当者養成研修テキスト」及び講師が事前に作成したパワーポイント資料等をテキストとして使用する。

vi 参加者の募集

- ・ 関係事業者団体等を通じて広報・募集を行う。
- ・ 事業者団体のほか、EAP関連団体や相談対応者の団体を通じて広報・募集を行う。
- ・ 中災防の機関誌、ホームページ等を活用して広報を行う。

vii 事業効果の把握

事業効果の把握のため、参加者に対してアンケートを実施する。

(イ) メンタルヘルス教育研修担当者等養成研修

① セミナー内容

事業場内のメンタルヘルス教育研修を担当する者の養成を目的として、教育技法、職場内の推進体制の整備方法、職場環境等の改善手法、職場復帰支援の手法、個人情報保護のあり方など、平成18年度に中災防が厚生労働省からの受託事業で作成した教育研修担当者研修カリキュラムに基づいた内容とする。

- ② 開催時期 平成22年9月から平成23年2月までの間
- ③ 開催地 東京都において実施
- ④ 開催回数 1回
- ⑤ 研修人員 100～200人程度を目処
- ⑥ 対象者 労働者・管理監督者等に対するメンタルヘルス研修を担当し又は担当しようとする者等

⑦ 実施方法等

i 実施主体

実施主体は中災防本部とする。

ii 開催日・会場

開催日及び会場については、中災防が決定する。

iii 研修時間

20.5時間(3日間)とする。

iv 講師の選任

中災防が把握しているこれまでのメンタルヘルス分野での活動実績に基づき、精神科・神経科・心療内科を専門とする医師、臨床心理・企業

経営・関係法令等を専門とする大学・研究機関等の研究員・教育者、メンタルヘルスについて事業場への支援を行う機関等の職員、臨床心理・企業経営・法令に関する実務経験豊富な者等の中から本研修におけるそれぞれの科目の講師としてふさわしい者を選任する。

v テキスト・資料等

平成21年度に中災防が厚生労働省の委託を受けて作成した「メンタルヘルス教育研修担当者養成研修テキスト」及び講師が事前に作成したパワーポイント資料等をテキストとして使用する。

vi 参加者の募集

- ・ 関係事業者団体等を通じて広報活動を実施する。
- ・ 事業者団体のほかEAP関連団体や相談対応者の団体を通じて効果的な募集を行う。
- ・ 中災防の機関誌、ホームページ等を活用した広報を行う。

vii 事業効果の把握

事業効果の把握のため、参加者に対してアンケートを実施する。

ウ 派遣元事業者等に対するメンタルヘルス研修会の開催

派遣労働者を雇用する派遣元事業者及び派遣先事業者に対し、派遣労働者のメンタルヘルスカケアを促進するため、次の研修会を開催する。

(ア) 研修会名称 派遣元事業者等のためのメンタルヘルス対策研修会

(イ) 研修会内容

以下の事項を内容とする。

- ・ 一般労働者と派遣労働者の心の健康問題をめぐる状況
- ・ ストレスへの気づきの機会の付与の手法
- ・ 相談体制の整備のための手法
- ・ 派遣労働者のメンタルヘルス対策の体制作りのための手法
- ・ その他、派遣労働者のメンタルヘルス対策に必要な事項

(ウ) 開催時期 平成22年9月から平成23年2月までの間に開催

(エ) 開催地 東京

(オ) 開催回数 1回

(カ) 研修人員 100名以上を目処

(キ) 対象者 派遣元事業場及び派遣先事業場の事業者、派遣法に基づく派遣元責任者、管理監督者、事業場内産業保健スタッフ等

(ク) 実施方法等

- ① 実施主体 実施主体は、中災防本部とする。
- ② 開催日・会場 開催日及び会場については、中災防本部が決定する。
- ③ 研修時間 3. 5時間とする。
- ④ 講師の選任

中災防が把握しているこれまでのメンタルヘルス分野での活動実績に基づき、精神科・神経科・心療内科を専門とする医師、産業医学・臨床心理等を専門とする大学・研究機関等の研究員・教育者、メンタルヘルスについて事業場への支援を行う機関等の職員、産業医学・臨床心理等に関する実務経験豊富な者等の中から、科目の内容に応じて選任する。

- ⑤ テキスト・資料等
本事業において作成する派遣労働者を対象とする資料をテキストとするほか、中災防及び講師の間で調整した資料等を使用する。
- ⑥ 参加者の募集
中災防の機関誌及びホームページで研修会のPRを行うとともに、派遣元事業者の団体等と連携すること等により、参加者の募集を行う。
- ⑦ 事業効果の把握
事業効果の把握のため、参加者に対してアンケートを実施する。

エ 職場のメンタルヘルスに関する説明・討論会の開催

「心の健康づくりシンポジウム」の名称で、メンタルヘルス対策に関し事業場の関心の高い事項をテーマに選び、事業場の産業医等の幅広い専門家をシンポジストとして参集し、以下によりシンポジウム及び特別講演を行う。

- (ア) 開催時期 平成23年1月頃を目処とする
- (イ) 開催地 東京
- (ウ) 開催回数 1回
- (エ) 対象者 事業場の産業保健関係者等（事業者、管理監督者及び事業場内産業保健スタッフ等）
- (オ) 参加人員 650名程度の参加を目処
- (カ) シンポジスト

中災防が把握しているこれまでのメンタルヘルス分野での活動実績に基づき、以下の多彩な専門家をシンポジストとする。

- ① 精神科・神経科・心療内科を専門とする医師

- ② 産業医等の産業保健の専門家
- ③ 企業実務（人事労務又は安全衛生）に携わる者
- ④ 企業経営又は労働法の専門家

(キ) テーマ及び内容

① シンポジウム

産業保健、精神保健、労働法・契約法、人事労務など多彩な立場のシンポジストにより、テーマについて基調講演、シンポジスト間の討論、参加者からの質疑を行う。

平成22年度のテーマは、以下の中から中災防が決定する。

- ・ 事業場における自殺防止対策
- ・ 新型うつ病の職場復帰・職場適応のために
- ・ ストレスの少なく働きやすい職場の実現のために（職場環境等の評価と改善）
- ・ その他平成21年度までのシンポジウムのアンケートで希望が多いなど、メンタルヘルスに関し事業場の関心が高いテーマ。

② 特別講演

上記テーマに詳しい専門家による特別講演を実施する。

(ク) 参加者の募集

リーフレットを作成し、都道府県労働局、関係事業者団体、過年度の参加者等に対して送付する等により広報活動を実施する。なお、リーフレット作成に当たっては、事業者等の参加を促す内容となるようにする。また、中災防の機関誌、ホームページ等を活用した広報を行う。

(ケ) その他

シンポジウムに当たっては、講演資料集を作成し、この資料集はシンポジウムの結果を含めてWEBサイトで公開する。

(コ) 事業効果の把握

事業効果の把握のため、参加者に対してアンケートを実施する。

オ 自殺対策に関する研修会の開催等

(ア) 労働者の自殺対策のための資料の作成、配布

平成21年度に中災防が厚生労働省の委託を受けて作成した「職場における自殺の予防と対応」を、最新のデータ等を盛り込んで改訂して50,000部以上作成し、全国の関係事業者団体、労働基準局、労働基準監督署、メ

ンタルヘルス対策支援センター等を通じて配布する。

(イ) 自殺対策に関する研修会の開催

自殺対策に関する研修会を事業者、産業保健スタッフ等を対象に、延べ2,500名以上を目標に、以下のとおり開催する。

- ① セミナー名称 メンタルヘルス対策及び自殺予防セミナー
- ② セミナー内容 自殺の大きな要因であるうつ病へのり患者の早期発見と対応や、職場において万一自殺者が発生した場合の対応など、企業における自殺予防に必要な知識を中心とする内容とする。
- ③ 開催時期 原則として平成22年6月から平成23年2月までの間
- ④ 開催地 都道府県庁所在地等25箇所以上
- ⑤ 開催回数 延べ25回以上
- ⑥ 研修人員 1回当たり100名程度
- ⑦ 対象者 事業者、人事労務管理者、産業保健スタッフ等
- ⑧ 実施方法等

実施主体は、中災防都道府県支部とし、開催日・会場は、都道府県支部が決定する。

- ⑨ 研修時間 2.0時間程度とする。
- ⑩ 講師の選任

中災防が把握しているメンタルヘルス分野での活動実績に基づき、精神科・神経科・心療内科を専門とする医師、臨床心理を専門とする教育者・研究者、メンタルヘルスについて事業場への支援を行う機関の職員その他であって、自殺予防対策について専門知識を有する者の中から、講師を選任する。

⑪ テキスト・資料等

労働者の自殺予防マニュアル(改訂版)をテキストとするほか、中災防及び講師の間で調整した資料等を使用する。

⑫ 参加者の募集

都道府県支部は、独自に研修会PR用のリーフレット等を作成・配布し、関係機関誌等に開催案内を掲載するなどの広報活動を実施することにより、参加者の募集を行う。

⑬ 事業効果の把握

事業効果の把握のため、参加者に対してアンケートを実施する。

カ 事業場に対する助言等

中災防は、メンタルヘルス対策を計画的に推進しようとする事業場に対し職員又は専門家（支援専門家）を派遣して助言指導を行う。

(ア) 支援実施者（支援専門家及び職員）

① 支援専門家

医師、臨床心理士、産業カウンセラー、指針に基づく心理相談専門研修修了者等の心理系専門職、社会保険労務士等のメンタルヘルス対策に必要な知識を有する専門家の中から、過去の実績及び専門分野等を考慮して適任者を選任する。

② 職員

中災防の職員のうち、指針に基づく心理相談専門研修修了者その他メンタルヘルス対策に関する助言指導を適切に実施し得る能力を有する者とする。

(イ) 対象事業場

① 支援専門家による支援の対象は、メンタルヘルス対策に新たに取り組む事業場又はこれまでの取組みをさらに拡充しようとする事業場等、メンタルヘルス対策を計画的に推進しようとする意欲のある事業場とする。

② 職員による助言指導の対象は、メンタルヘルス対策を推進する事業場のうち、a) 職員派遣による助言指導を求める事業場、b) メンタルヘルス対策を推進する事業場であって過去にメンタルヘルス対策支援事業の対象事業場であったもの等の中で、フォローアップ等の観点から具体的な取組内容の把握等のため選定する事業場、c) 相談窓口において、労務管理に関係が深い内容に関して、面談による助言指導を求める事業場とする。

(ウ) 実施時期

① 支援専門家による支援は、原則として平成22年6月から平成23年2月までの間とする。

② 職員による助言指導は、原則として平成22年4月から平成23年3月までの間において中災防が決定する期間とする。

(エ) 実施回数

支援の実施回数は、延べ2,000回以上（累計）を目処とし、原則として1事業場当たりの最大支援回数は概ね5回を限度とする。

(オ) 助言指導の内容

- ① 事業者による方針の表明及び事業場の意識高揚のための方策
- ② 現状の把握と評価及びその結果に基づく対策
- ③ メンタルヘルス対策を実施するための体制及び心の健康づくり計画の策定
- ④ 事業場内のメンタルヘルス対策推進体制の整備
- ⑤ 「セルフケア」、「ラインによるケア」、「事業場内産業保健スタッフ等によるケア」及び「事業場外資源によるケア」の進め方
- ⑥ 労働者及び管理監督者等に対する教育研修の進め方
- ⑦ 事業場内外への相談体制の構築のための手法
- ⑧ 職場環境等の評価と改善
- ⑨ メンタルヘルス不調への気づきと対応
- ⑩ 職場適応・職場復帰における支援
- ⑪ メンタルヘルスに関する個人情報の保護への配慮
- ⑫ その他メンタルヘルス対策を進める上で必要な事項

(カ) 実施方法等

- ① 本部
 - i リーフレットの作成
本事業に係る広報用リーフレットを150,000部作成する。
 - ii 事業の周知及び対象事業場の募集
中災防機関誌・各種広報誌への掲載、リーフレットの配布、ホームページ等の活用のほか、各種講習会や説明会等の機会をとらえ、本事業の内容を事業場及び関係機関に周知し、対象事業場の募集を行う。
 - iii メンタルヘルス対策支援委員会の設置
本事業の円滑な実施を図るため、学識経験者等により構成されるメンタルヘルス対策支援委員会を設置する。
 - iv 業務運営説明会等の開催
支援専門家（導入指導）及び地区センター等の職員を中災防本部へ参集し、業務運営のための業務運営説明会を開催する。
 - v 職員の派遣等
中災防本部は、事業場へ職員を派遣する等により助言指導を実施する。
- ② 地区センター等
 - i 支援専門家の登録
関係団体等の協力を得つつ、過去の実績等を踏まえ、以下の業務を行

う 2 種類の支援専門家を登録する。

- ・ 支援専門家（事業場指導）：対象事業場への助言指導を行う。
- ・ 支援専門家（導入指導）： a) 対象事業場への導入指導、 b) 「支援専門家（事業場指導）」と事業場との連絡調整、 c) 関係機関・団体等への周知・広報・説明等の付帯業務等、 d) その他本企画書において定める事業を推進するために必要な事項を行う。

ii 事業の周知及び対象事業場の募集

リーフレット配布のほか、各種講習会や説明会等の機会をとらえ、本事業の内容を事業場及び関係機関に周知し、対象事業場の募集を行う。

iii 申込みの受理及び支援専門家の派遣

対象事業場からの申込み（都道府県支部で受け付け地区センター等に回報されたものを含む。）があった場合、これを受理するとともに、求める指導助言の内容等を聴取し、事業場の求めに応じた適任の支援専門家を派遣する。なお、具体的な支援の内容は、対象事業場、支援専門家及び地区センター等で調整する。

iv 都道府県支部に対する説明の実施

支援専門家（事業場指導）、都道府県支部の担当者をブロック別に参集し、又は都道府県支部へ個別訪問し、業務運営のための必要事項の説明を行う。

v 職員の派遣等

地区センター等は、事業場へ職員を派遣する等により助言指導を実施する。

③ 都道府県支部

i 事業の周知及び対象事業場の募集

リーフレット配布のほか、各種講習会や説明会等の機会をとらえ、本事業の内容を事業場及び関係機関に周知し、対象事業場の募集を行う。

ii 申込みの受理

対象事業場からメンタルヘルス支援の申込みがあった場合、これを受理し、地区センター等へ回報する。

(キ) 取組状況の把握分析

事業場に対する支援を通じて事業場のメンタルヘルスに関する取組状況を把握するとともに問題点の分析を行う。

(2) 事業者等向け資料の作成、配布

ア メンタルヘルス対策の取組事例集の作成及び配布

事業場におけるメンタルヘルス対策について、取組みの事例を集めた事例集（50,000部以上）を作成し、全国の事業者団体等を通じて配布する等により周知・啓発する。

(ア) 内容

- ① 事例は、業種、地域、事業場規模をできる限り広く集めるとともに、イラストを用いるなど分かりやすい表現にする。
- ② 事例の内容としては以下のものが考えられる。
 - ・ 「心の健康づくり計画」の策定
 - ・ 相談体制の整備
 - ・ 職場環境等の改善
 - ・ 職場復帰支援
 - ・ 事業場外資源の活用等
- ③ 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。

(イ) 周知・配布方法

関係事業者団体、都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通じて配布するとともに、中防災のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

(ウ) 作成・配布計画

概ね、平成22年度第3四半期までを目処に作成配布する。

イ 「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」に関する資料の作成・配布

平成20年度に改定された「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」の周知を図るためのパンフレット（100,000部以上配布）を作成し、全国の関係事業者団体を通じて配布する等により周知・啓発する。なお、本パンフレットの作成に当たっては、イラストを用いるなど分かりやすい表現にする。

(ア) 内容

以下の項目を内容とする。

- ① 心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引きについての解説

- ② 職場復帰のケース（事例）
- ③ 職場復帰の社内規程（例示）
- ④ 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。

（イ）周知・配布方法

関係事業者団体、健康診断機関の団体、都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

（ウ）作成・配布計画

概ね、平成22年度第3四半期までを目処に作成、配布する。

ウ 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に関する資料の作成・配布

（ア）一般事業者向け

事業場の経営トップに対する意識啓発を重点に、率先した取組みを促進するための指導用資料（100,000部以上作成・配布）を作成し、全国の事業者団体等を通じて配布する等により周知・啓発する。なお、本資料作成に当たっては、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に沿ったものとするとともに、イラストを用いたり例示を示すなど分かりやすい表現にする。

① 内容

- i 労働者の心の健康の保持増進のための指針の分かりやすい解説
- ii 労働者の心の健康への気づきの方法及び職場環境等の改善に関する簡単な解説
- iii 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。

② 周知・配布方法

関係事業者団体、中災防都道府県支部（以下「都道府県支部」という。）、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通して配布するとともに、中災防のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

③ 作成・配布計画

概ね、平成22年度第II四半期までを目処に作成配布する。

（イ）派遣元、派遣先事業者向け

派遣元・派遣先事業者等に対し、派遣労働者に係るメンタルヘルス対策についての留意点等をまとめた資料（50,000部以上）を作成し、全国の関係事業者団体を通じて配布する等により周知・啓発する。なお、本資料作

成に当たっては、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」の内容に沿ったものとし、イラストを用いたり例示を示すなど分かりやすい表現にする。

① 内容

- i 労働者の心の健康の保持増進のための指針に記載されている事業者が行うことが望ましい実施事項について、項目ごとに派遣先事業者・派遣元事業者・双方の事業者が行うことが可能な事項を抽出し、これに対する分かりやすい解説
- ii 派遣先事業者及び派遣元事業者が行うことが望ましい事項や相互の連絡調整、派遣元事業者における衛生委員会等における調査審議に関する事項
- iii 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。

② 周知・配布方法

派遣元及び派遣先の関係事業者団体、都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

③ 作成・配布計画

概ね、平成22年度第3四半期までを目処に作成配布する。

エ 労働者向けのセルフケアの促進のための資料の作成、配布

(ア) 一般労働者向け

労働者が自らのストレスに早期に気づくとともに、必要な場合は適切な相談機関を知ることができるようにすることを目的として、定期健康診断実施時等に使用できる労働者向けパンフレット（100,000部以上）を作成し、全国の事業者や健康診断機関の団体を通じて配布する等により周知・啓発する。なお、本パンフレットの作成に当たっては、イラストを用いるなど分かりやすい表現にする。

① 内容

以下の事項について分かりやすく記述する。

- i ストレスのセルフチェックのための資料
- ii ストレスに対処するための方法、ストレスマネジメントの方法
- iii 事業場外で労働者がメンタルヘルスに関して相談できる公的機関等に関する情報

- iv 長時間労働等を行った労働者に対する医師等による面接指導制度
- v 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。

② 周知・配布方法

関係事業者団体、健康診断機関の団体、都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

③ 作成・配布計画

概ね、平成22年度第3四半期までを目処に作成配布する。

(イ) 派遣労働者向け

派遣労働者自身が自らのストレスに早期に気づくとともに必要な場合は適切な相談機関を知ることができるようにすることを目的として、定期健康診断実施時等に使用できる労働者向けパンフレット（250,000部以上配布）を作成し、全国の事業者や健康診断機関の団体を通じて配布する等により周知・啓発する。なお、本パンフレットの作成に当たっては、イラストを用いるなど分かりやすい表現にする。

① 内容

- i ストレスのセルフチェックのための資料
- ii 事業場外で労働者がメンタルヘルスに関して相談できる公的・私的な機関等に関する情報
- iii 長時間労働等を行った労働者に対する医師等による面接指導制度
- iv 他のメンタルヘルス関連の委託事業の広報を可能な範囲で行う。
- v 雇用の安定性の不安を解消するための各種支援制度（セーフティネット：雇用保険、生活保護、公的な職業訓練制度等）に関する関係諸機関の簡単な紹介

② 周知・配布方法

派遣元及び派遣先の関係事業者団体、健康診断機関の団体、都道府県支部、都道府県労働局・労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター等の関係機関等を通じて配布するとともに、中災防のWebサイトにてPDFファイルを公開する。

③ 作成・配布計画

概ね、平成22年度第Ⅲ四半期までを目処に作成配布する。

オ 過重労働による健康障害防止に関する資料の作成、配布

平成21年度に厚生労働省が作成した「過重労働による健康障害防止対策の手引き」を基に、衛生委員会の活用、医師による面接指導の希望の申出をしやすい環境の整備、医師による面接指導等の実施、適切な事後措置の実施等の事業者が留意すべき事項等の内容、平成19年労働者健康状況調査の関係部分を図表化した手引きを、平成22年度第2四半期を目処に60,000部、またその簡略版を150,000部作成し、関係事業者団体等を通じて配布する。なお、本手引きの作成に当たっては、イラストを用いるなど分かりやすい表現にする。

5 事業の効果の把握と改善等

(1) から (4) の業務を実施する上で、その効果を把握し、適宜、契約の範囲内で必要な改善を行うものとする。また、事業の進捗状況を四半期ごとにとりまとめ委託者に報告するものとする。

6 事業終了時には、事業結果を取りまとめた結果報告書を書類にて10部、その内容を記録したDVD-R又はDVD-RWを8部、それぞれ委託者に納入する。

平成22年度「労働者の健康の保持増進対策事業」スケジュール表

中央労働災害防止協会

事業の内容	第1四半期	第2四半期	第3四半期	第4四半期
1 介護分野等における腰痛等の疾病予防の促進 (1) 事業者向け取組の手引きの作成(2種類、各3,000部以上) (2) 研修会の実施(2業種、各28回以上、参加者各1,400人以上)		手引き作成(委員会) (~9月)	腰痛予防研修会の実施 (9~2月)	
2 業務の特性に応じた労働者の健康の改善に対する支援 (1) 事業者向け取組の手引きの作成(2種類、各3,000部以上) (2) 専門家による事業場に対する支援(延べ1,000事業場以上)		手引き作成(委員会) (~9月)	専門家による事業場支援 (10~2月)	
3 メンタルヘルス不調の防止のためのストレス対処等に関する取組への支援 (1) ストレス対処等の指導用テキストの作成(2種、各500部)		委員会により指導用テキストの検討、作成 (~2月)		
4 その他 (1) THP指針の周知 ① THP指針の啓発用資料の作成・周知(50,000部以上)	資料作成 (~6月)	配布・周知 (6~3月)		
② THP研修会の開催(25回以上、延べ2,500人以上)	THP研修会の開催 (6~2月)			
(2) 事業場内メンタルヘルス教育研修担当者養成研修の実施 ① メンタルヘルス教育研修担当者能力向上研修(1日間・7回)			研修会の実施 (8~2月)	
② メンタルヘルス教育研修担当者等養成研修(3日間・1回)			研修会の実施 (9~2月)	
(3) 派遣元事業者等に対するメンタルヘル研修会の開催(1回)			研修会実施 (9~2月)	
(4) 心の健康づくりシンポジウムの開催(1回)	内容検討 (~7月)	案内書作成・周知 (8~10月)	申込受付 (11~1月)	シンポジウム開催 (1月)
(5) 自殺対策に関する研修会の開催等 ① 自殺予防マニュアルの作成・周知(50,000部)	マニュアル作成 (~6月)	配布・周知 (6~3月)		
② 自殺予防セミナーの開催(25回以上、延べ2,500人以上)		セミナーの開催 (6~2月)		
(6) メンタルヘルス対策に関する事業場への助言等(延べ2,000回以上)	案内書作成(~6月)	助言指導実施 (4~3月)		取組状況の把握 (1~3月)

事業の内容	第1四半期	第2四半期	第3四半期	第4四半期
(7) 事業者等向け資料の作成、配布				
① メンタルヘルス対策取組事例集(50,000部以上)		事例収集 (~10月)	事例集作成 (11~12月)	配布 (1~3月)
② 職場復帰支援の手引き(100,000部以上)		手引き・事例集作成 (~12月)		配布・周知 (1~3月)
③ メンタル指針一般事業者向け資料(100,000部以上)		資料作成 (~7月)	配布・周知 (7~3月)	
④ 同派遣元・派遣先事業者等向け資料(50,000部以上)		資料収集・作成 (~10月)	配布・周知 (10~3月)	
⑤ 一般労働者向けセルフケア促進資料(100,000部以上)		パンフ作成 (~10月)	配布・周知 (10~3月)	
⑥ 派遣労働者向けセルフケア促進資料(250,000部)		資料収集・作成 (~10月)	配布・周知 (10~3月)	
⑦ 過重労働による健康障害防止に関する資料(60,000部)		手引きの作成 (~8月)	配布・周知 (9~3月)	
⑦ 過重労働対策の簡易版資料(150,000部)		手引きの作成 (~8月)	配布・周知 (9~3月)	