

職場におけるメンタルヘルス対策 ～労働行政における取組み～

澤井 泰宏

独立行政法人 労働者健康安全機構 熊本産業保健総合支援センター 副所長



略 歴

1998年
旧労働省 入省
2020年
熊本労働基準監督署 安全
衛生課長
2022年
熊本産業保健総合支援セン
ター 副所長(現職)

近年、経済・産業構造が変化する中で、仕事や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスを感じている労働者の割合は、50%以上と高い割合で推移しており、業務による心理的負荷を原因として精神障害を発症し、あるいは自殺したとして労災認定が行われる件数は年400件以上と年々増加しています。また、自殺者総数が2万人を超えている中で、労働者の自殺者数も6千人を越えて推移しています。

メンタルヘルス不調は必ずしも個人の性格や考え方に起因するものではなく、その背景には、職場における長時間労働やハラスメント行為、人間関係等の職場環境が要因となっている場合があります。また、行政に寄せられる、「職場のいじめ・嫌がらせ」といった相談件数の割合は増加傾向が見られます。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、個人での取組みとともに、職場において、より積極的に心の健康の保持増進を図ることが重要な課題となっています。

厚生労働省では、国、事業者、労働者をはじめとする関係者が一体となって、総合的かつ計画的に労働者の安全と健康を守り、労働災害防止対策に取り組むことができるよう、「第13次労働災害防止計画」を策定しています。その中の重点施策の一つとしてメンタルヘルス対策の推進があり、「労働者の心の健康の保持増進のための指針(メンタルヘルス指針、平成18年3月策定、平成27年11月改正)」を定め、職場におけるメンタルヘルス対策を推進しています。平成27年には労働安全衛生法が改正され、常時50名以上の労働者を使用する事業場に対して、医師、保健師等によるストレスチェックの実施を義務付けています。また、ポータルサイト「こころの耳」を設置し、働く方やそのご家族、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方などに向けて、メンタルヘルスケアに関するさまざまな情報や相談窓口を提供しています。

事業場における労働者の自殺、メンタルヘルス不調を防ぐため、企業において事業者が取組むべきメンタルヘルスの具体的な内容、その取組事例についてご紹介したいと思います。