

# メンタルヘルス対策に関する計画（例）の概要

## 計画（例）の構成

- 令和4年度研究会の地方公共団体委員が所属する当該団体の計画等を中心に、令和4年度アンケート調査において収集した地方公共団体の実際の計画等を参考にして作成。
- 地方公共団体の実情に応じて活用できるよう、「本編」「別冊」「簡易版」の3部で構成。

### 【本編】

- ・地方公共団体の規模に関わらず、自主的な策定が可能となるよう、基本的・普遍的な内容をまとめた。
- ・4つのケアのうち「セルフケア」、「ラインケア」及び「職場内産業保健スタッフ等によるケア」の3つのケアを中心にまとめた。

### 【別冊】

- ・【本編】には記載していない、4つのケアの残りの「職場外資源によるケア」の取組内容や、地方公共団体が実際に取り組んでいる特定の課題に応じた具体的な取組例等を掲載。
- ・地方公共団体の状況に応じて計画等に追記することを想定。

### 【簡易版】

- ・小規模地方公共団体等が計画策定に着手しやすいよう、計画の形式によらず各取組を網羅的に一枚の表に整理。
- ・各予防段階に応じたケアの項目ごとの実施者・関与者を、記号で記載し、一目で凡例が確認可能。4つのケア・3つのケアの2パターンあり。

#### (I) 本編

“〇〇〇(団体名)”メンタルヘルス対策に関する計画  
～ 職場における心の健康づくり ～  
(例)

令和〇年〇月〇日 制定

\*この計画(例)は、令和4年度の「総合的なメンタルヘルス対策に関する研究会」に参画する地方公共団体委員が所属する埼玉県、東京都、福島県いわき市における計画等を中心に、総務省において調査した地方公共団体が実際に策定している計画や「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(厚生労働省策定)等を参考に作成したものです。  
\*この「(I) 本編」では、地方公共団体において取り組んでいただくべき普遍的なメンタルヘルス対策として、4つのケアのうち「セルフケア」「ラインケア」「職場内産業保健スタッフ等によるケア」の3つのケアを記載しています。  
\*4つのケアのうち一つ「職場外資源によるケア」の取組内容やさらなる取組事例などは、本編とは別に作成した「(II) 別冊」に掲載しており、地方公共団体の状況に応じて計画等に追記することを想定しています。  
\*例えば「1.基本方針」では地方公共団体独自の基本方針を明記していただくため、具体的に記載していませんが、「(II) 別冊」には参考例を掲載しています。

#### (II) 別冊

「メンタルヘルス対策に関する計画  
～ 職場における心の健康づくり～」  
のさらなる充実に向けた方策及び取組事例等

\*この「(II) 別冊」には、「(I) 本編」には記載していない、4つのケアの残りの「職場外資源によるケア」の取組内容やさらなる取組事例などを掲載しており、地方公共団体の状況に応じて計画等に追記することを検討してください。  
\*「(I) 本編」の該当箇所を【 】表記するとともに、さらなる取組等を追記したイメージを掲載しています。  
\*関連するトピックスのほか、例えば「(I) 本編」の「1.基本方針」では地方公共団体独自の基本方針を明記していただくため、具体的に記載していませんが、この「(II) 別冊」では参考例を掲載しています。

予防段階	セルフケア	ラインケア	職場内産業保健スタッフ等によるケア	職場外資源によるケア	〇〇〇(例)
1. 基本方針	メンタルヘルス対策の推進に関する方針(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する方針(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する方針(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する方針(例)	〇〇〇(例)
2. 体制	メンタルヘルス対策の推進に関する体制(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する体制(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する体制(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する体制(例)	〇〇〇(例)
3. 実施	メンタルヘルス対策の推進に関する実施(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する実施(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する実施(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する実施(例)	〇〇〇(例)
4. 評価	メンタルヘルス対策の推進に関する評価(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する評価(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する評価(例)	メンタルヘルス対策の推進に関する評価(例)	〇〇〇(例)

① 職場外での相談の実施   
管内の医療機関等において、職場外での相談を実施する。

② 職場内相談窓口との連携   
職場外資源の主治医等と、管理監督者や職場内産業保健スタッフ等は、必要に応じ、休務者の了承を得て面談や連絡をとるなどし、治療方針や職場に求められる配慮内容などについて主治医から助言を受ける。