

国立大学法人宮崎大学における心の健康づくり計画

平成26年 3月 3日
安全衛生管理委員会決定

1 心の健康づくり活動方針

(1) 位置づけ

心の健康づくり計画は、「国立大学法人宮崎大学職員安全衛生管理規程」に基づき、厚生労働省「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に添って本学職員の心の健康の保持増進活動に取り組むための具体的事項を定めたものである。

(2) 心の健康づくりの目標

職員の心の健康は、職員とその家族の幸福な生活のために、また、元気で活気ある職場づくりおよび活力ある大学運営のために重要な課題である。

本学では、職員全員が心の健康問題について理解し、心の健康づくりにおける各々の役割を果たすことにより、早期発見・早期対応ができること、また、メンタルヘルス不調への対応だけでなく、明るく働きやすい職場づくりを目指し、職場でのコミュニケーションの活性化などを含めた広い意味での心の健康づくりに取り組むこととする。

(3) 推進体制

「職員」、「管理監督者」、「産業保健スタッフ」、「人事担当者」、「安全衛生委員会」がそれぞれの役割を果たす。

2 心の健康づくりの推進体制

「職員」、「管理監督者」、「産業保健スタッフ」、「人事担当者」の役割を以下のとおりとし、各人が役割を果たすとともに、適切に連携を図りながら、以下のメンタルヘルスケアを組織的かつ継続的に実施する。

(1) セルフケア【職員】

職員は、ストレスや心の健康について理解するとともに、自身のストレスに対処し、必要に応じてメンタルヘルス相談を利用する。

(2) 管理監督者によるケア【管理監督者】

管理監督者は、職場の管理監督者として、職場環境の改善を通じたストレスの軽減、所属職員からの相談への対応を行う。また、管理監督者も必要に応じてメンタルヘルス相談を利用する。

(3) 宮崎大学のスタッフによるケア

① 【産業保健スタッフ】

産業保健スタッフは、産業医および衛生管理者、保健師等として、安全衛生保健センタースタッフと連携し、管理監督者を含む職員の活動を支援し、職員の心の健康の保持増進

と心の健康問題の発生予防のために専門的な立場から関わる。

② 【人事担当者】

人事担当者は、職員、管理監督者からの相談があればその対応を行う。また、管理監督者だけでは対応が困難な問題（人事異動、労働時間等）の改善を行う。

（4） 宮崎大学外の機関・専門機関によるケア

心の健康づくり活動においては、必要に応じて医療機関等の専門的なサービスを提供する機関、宮崎県精神保健福祉センター等を利用し活動を推進する。

3 心の健康づくりのための実施事項

心の健康づくりを推進するために、以下の対策を重点事項として実施する。

（1）メンタルヘルス相談体制の充実

職員が気軽に相談できるように管理監督者、産業保健スタッフが協力のもと担当する。

また、相談体制においては、産業保健スタッフが相談窓口となり、安全衛生保健センター（清武分室を含む）と連携する。

① 管理監督者による対応

職員は、心の健康問題や不調を感じた場合には、管理監督者に相談することができる。

管理監督者は、職員の相談に対応し、必要に応じて産業保健スタッフ、安全衛生保健センターの医師等に相談するように勧める。

なお、相談対応にあたっては、プライバシーに配慮し、個人から得られた情報については、原則、本人の了解を得た上で他者に伝えるものとする。

② 産業保健スタッフによる対応

職員は、心の健康問題や不調を感じた場合には、相談窓口を利用し産業保健スタッフ、安全衛生保健センターの医師等に相談することができる。また、管理監督者も職員の心の健康問題について相談窓口を利用し、産業保健スタッフ、安全衛生保健センターの医師等に相談することができる。

産業保健スタッフは、職員の相談に対応し、必要に応じて専門機関（専門医）への紹介などの情報提供を行う。また、法令および学内規程に基づく守秘義務に従い、相談者のプライバシーに配慮しながら対応するものとする。

（2）職場環境等の把握と改善

管理監督者、産業保健スタッフ、人事担当者は、職場におけるストレス要因の軽減・除去と職場環境等の向上に継続的に取り組むものとする。

（3）職員および職場のストレス評価

職員は、自身によるストレスへの気づきを促すため、産業保健スタッフが提供するストレスチェック等を利用し、心の健康状態のセルフチェックを行う。また、結果に応じて、産業保健スタッフによる保健指導を受けることができる。

（4）心の健康づくりに関する教育研修・情報提供

職員、管理監督者、産業保健スタッフがそれぞれの役割を理解し、状況に応じて適切

な活動を推進できるように教育研修および情報提供を図るものとする。

(5) 心の健康問題による病気休暇・病気休職者への支援

病気休暇・病気休職で療養中の職員が、職場復帰への不安を軽減し、円滑に職場復帰を行うことができるよう、管理監督者、産業保健スタッフ、人事担当者は連携を図りながら、支援を行うものとする。

職場復帰支援のためのプログラムである「宮崎大学復職支援に関する指針」は別に定める。

4 プライバシーの配慮

職場環境等の評価のための調査や、ストレスチェックを実施するにあたっては、個人のプライバシーの保護に留意する。また、職員からの相談対応にあたった者は、そこで知り得た個人情報の取り扱いについては、関連する法令を遵守し、他者に漏らしてはならない。

5 心の健康づくりのための目標評価

心の健康づくりを推進するための年次目標実施計画については、各事業場における安全衛生管理活動計画により別に定め、その目標の達成状況について評価見直しを行うこととする。