



基発第 0326002 号  
平成 21 年 3 月 26 日

都道府県労働局長 殿

厚生労働省労働基準局長  
(公印省略)

### 当面のメンタルヘルス対策の具体的推進について

職場におけるメンタルヘルス対策については、労働安全衛生法等の一部を改正する法律(平成 17 年法律第 108 号)、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(健康保持増進のための指針公示第 3 号。以下「指針」という。)等により、その充実を図るとともに、平成 20 年度を初年度とする労働災害防止計画においても「メンタルヘルスについて、過重労働による健康障害防止対策を講じた上で、労働者一人ひとりの気づきを促すための教育、研修等の実施、事業場内外の相談体制の整備、職場復帰対策等を推進することにより、メンタルヘルスケアに取り組んでいる事業場の割合を 50 %以上とすること。」を目標とし、重点施策として推進しているところである。

また、自殺予防の推進については、自殺対策基本法(平成 18 年法律第 85 号)に基づく自殺総合対策大綱を踏まえ政府一体となって取り組んでいるところであり、具体的には職場におけるメンタルヘルス対策を通じた自殺予防の一層の推進を図っているところである。

一方、経済情勢の悪化等の影響により、健康面において労働者を取り巻く状況は今後一段と厳しさを増すことが予想され、これに伴い自殺予防対策を含めた労働者のメンタルヘルス対策の推進は従前にも増して重要な課題となっているところである。

以上を踏まえ、当面のメンタルヘルス対策の具体的な進め方を下記のとおり定めたので、これに基づきメンタルヘルス対策を的確に推進されたい。

### 記

#### 第 1 基本方針

厚生労働省実施の平成 19 年労働者健康状況調査によると、職業生活等において強い不安、ストレス等を感じる労働者は約 6 割に上っており、また、メンタルヘルス上の理由により連続 1 か月以上休業し、又は退職した労働者がいる事業場は 7.6%であるという結果となっている。このような状況を背景に、精神障害等による労災支給決定件数は増加傾向にあり、平成 19 年度は 268 件と 3 年前に比べ倍増している。

さらに、警察庁調べによると、我が国における自殺者数は 10 年連続で 3 万人を超えており、そのうちの約 3 割が被雇用者・勤め人(会社役員等管理的職業を含む。)である。

このような状況に加え、経済情勢の悪化等の影響により、仕事の質・量、職場の人間関係を始めとした職場環境等の悪化、これに伴う心の健康問題を抱える労働者の増加が正規・非正規を問わず危惧されるところであり、特に、自殺者数の増加が憂慮される。このため、心の健康問題の未然防止に向けた事業場の取組を促進させる必要がある。

一方、メンタルヘルスケアに取り組んでいる事業場の割合は、平成 19 年労働者健康状況調査によると 33.6%と、5 年前と比較していずれの事業場規模でも向上しているものの、労働災害防止計画に掲げる目標達成に向けてより一層の取組が必要である。

以上を踏まえ、メンタルヘルス対策の一層の推進を図ることとし、とりわけ事業者の強いリーダーシップはもとより労働者も積極的に協力し組織的な取組を行わせること、具体的な取組に当たっては指針に基づき個々の事業場の実態に即した取組を着実に実施させることを基本とする。

また、メンタルヘルスに取り組んでいない事業場のその主な理由として「専門スタッフがいない」及び「取り組み方が分からない」が挙げられていることを踏まえ、事業者の取組に当たっては、メンタルヘルス対策支援センター事業を始めとする各種支援事業の積極的な活用を図ることとする。

## 第2 実施事項

### 1 事業場に対する指導等の実施

#### (1) 経営トップに対する指導等の実施

企業及び事業場のトップに対して、局署幹部から、様々な機会をとらえ、メンタルヘルス対策の重要性等について説明を行うとともに、率先して取り組むよう指導等を行うこと。

#### (2) 事業場の取組促進のための指導等の実施

管内の実情等を踏まえた上で、個別の事業場に対する指導等を行うこと。

事業場への指導等に当たっては、第3に示す「事業場におけるメンタルヘルス対策の具体的推進事項」について確認し、必要な指導等を行うこと。

#### (3) 精神障害等による業務上の疾病が発生した場合の再発防止対策の指導の実施

精神障害等による業務上の疾病が発生した事業場に対して、再発防止の措置を行うよう必要な指導を行うこと。

再発防止の措置に当たっては、衛生委員会等において労働安全衛生法（昭和47年法律第57号。以下「法」という。）第18条第1項第3号に基づき、「労働災害の原因及び再発防止対策」について調査審議を行わせること。

### 2 業界団体等の自主的活動の促進

#### (1) 団体における自主的活動の促進

業界団体・地域団体・労働団体・労働災害防止団体等に対して、例えば教育研修の合同実施など自主的活動を行うよう働きかけを行うとともに、これら団体の各種会議、行事、広報紙等の機会又は媒体を活用し、周知を行うこと。

#### (2) 啓発活動の促進

メンタルヘルス対策への取組についての社会的機運の醸成を図るため、地方労働審議会や労働災害防止に関する協議会等地域の関係労使等の代表者が参集する機会を活用する等により、メンタルヘルス対策の重要性等について説明を行い、例えばキャンペーンや合同宣言を行う等連携した取組への働きかけを行うこと。

### 3 支援事業の活用等

#### (1) 支援事業の活用促進

今後、以下の国の支援事業を実施する予定であるので、事業場に対する指導等に当たっては、事業場の取り組むべき課題に対応した支援事業を教示し、これらの活用を促すこと。

ア メンタルヘルス対策に関する専門のポータルサイトの開設やパンフレットの配布等によるメンタルヘルス対策に関する情報の提供及び周知

イ 産業保健スタッフ等関係者に対する研修の実施等

ウ 地域産業保健センターにおける労働者に対する相談窓口の設置等相談体制の整備

#### (2) メンタルヘルス対策支援センターとの連携

全国の都道府県に設置されているメンタルヘルス対策支援センターにおいては、今後、

- ア 事業場に対するメンタルヘルス対策の周知や情報の提供
  - イ 事業場からのメンタルヘルス対策・職場復帰支援に関する相談対応
  - ウ 事業場のメンタルヘルス対策への取組に対する支援
  - エ 事業場に対し上記（１）の支援事業及び登録相談機関やその他の事業場外資源の紹介・教示
  - オ 関係行政機関等とのネットワーク形成・連携
- 等を行い、地域におけるメンタルヘルス対策を支援するための中核的役割として担うこととしている。

このため、以下に留意すること。

- ア 文書要請、説明会の開催等メンタルヘルス対策の周知に当たっては、メンタルヘルス対策支援センターと連携を図ること。
- イ 事業場がメンタルヘルス対策・職場復帰支援に取り組むことに当たっての相談先として、メンタルヘルス対策支援センターの周知等を行うこと。
- ウ 事業場に対する指導等に当たっては、メンタルヘルス対策支援センターによる事業場への支援を受けるよう勧奨等を行うこと。

#### 4 関係行政機関等との連携

##### (1) 関係行政機関との連携

自殺予防を含むメンタルヘルス対策については、職域のみの取組では解決されないこと及び家族を含む地域での取組も重要であることから、その一体的推進を図るため、地方公共団体の地域保健主管課、自殺対策主管課、保健所、精神保健福祉センター等と連携した取組を行うこと。

##### (2) 関係機関との連携

(1)の行政機関はもとより、地域産業保健センター、都道府県産業保健推進センター、各医師会、精神科病院協会、精神神経科診療所協会等の関係団体、労災病院（勤労者メンタルヘルスセンター、勤労者予防医療センターを含む。）、その他医療機関や相談の専門機関等の事業場外資源とのネットワークづくりを行い、連携した取組を行うこと。

### 第3 事業場におけるメンタルヘルス対策の具体的推進事項

事業場における具体的なメンタルヘルス対策の推進に当たっては、特に以下に留意の上、指針に基づき、必要な指導等を行うこと。

#### 1 衛生委員会等での調査審議の徹底等

##### (1) 衛生委員会等での調査審議の徹底

衛生委員会又は安全衛生委員会（以下「衛生委員会等」という。）において、「労働者の精神的健康の保持増進を図るための対策の樹立に関すること」が労働安全衛生規則（昭和47年労働省令第32号。以下「規則」という。）第22条第10号に基づく付議事項とされているところである。

特に、「心の健康づくり計画」の策定に当たっては、衛生委員会等において十分調査審議を行うことが必要であることから、その調査審議の徹底について指導等を行うこと。

また、衛生委員会等で調査審議された議事概要については、規則第23条第3項に基づく労働者への周知が規定されているところであるが、労働者の積極的な協力を促す観点も含め、議事概要の周知の徹底について指導等を行うこと。

##### (2) 事業場における実態の把握

衛生委員会等における調査審議に当たっては、あらかじめ、メンタルヘルス上の理由による休業者の有無、人数、休業日数等心の健康問題に係る

事業場の現状を把握するよう指導等を行うこと。

(3) 「心の健康づくり計画」の策定

指針 4 に基づく「心の健康づくり計画」を策定するよう指導等を行うこと。

特に、「心の健康づくり計画」には「事業者がメンタルヘルスカケアを積極的に推進する旨の表明」、「事業場内メンタルヘルス推進担当者の選任」及び「教育研修の実施」について定めるよう指導等を行うこと。

なお、常時 50 人未満の労働者を使用する事業場については、衛生委員会等の調査審議に代え、規則第 23 条の 2 に基づく関係労働者の意見を聴くための機会を利用して、メンタルヘルス対策について労働者の意見を聴取するように努め、その意見を踏まえつつ「心の健康づくり計画」を策定するよう指導等を行うこと。

(4) 調査審議の充実

心の健康問題に係る事業場の現状の把握、心の健康づくり計画の実施状況の評価及び計画の見直し等について、衛生委員会等において調査審議し、審議の充実を図るよう指導等を行うこと。

2 事業場内体制の整備

(1) 事業場内メンタルヘルス推進担当者の選任

指針 5(3) に基づき、衛生管理者、衛生推進者等から事業場のメンタルヘルスカケアの推進の実務を担当する「事業場内メンタルヘルス推進担当者」を選任するよう指導等を行うこと。

(2) 専門スタッフの確保

法に基づき選任が義務づけられている産業医、衛生管理者、衛生推進者及び安全衛生推進者については、指針 5(3) に基づく役割を担うよう指導等を行うこと。

必要に応じ、担当者の育成が必要と認められる事業場に対しては、委託事業や都道府県産業保健推進センター等で実施する所要の研修への参加勧奨を行うこと。

また、衛生管理者については、管内で「労働災害の防止のための業務に従事する者に対する能力向上教育に関する指針」（能力向上教育指針公示第 1 号）に基づく衛生管理者能力向上教育（初任時、定期又は随時）が実施されている場合には、必要に応じ、その受講を促すこと。

なお、産業医にあつては規則第 14 条第 1 項各号において、衛生管理者にあつては法第 12 条第 1 項において、衛生推進者及び安全衛生推進者にあつては法第 12 条の 2 において、各々行うべき職務が規定されているところであり、当該規定に基づき、メンタルヘルスカケアに関する事項を含めた職務を徹底するよう指導等を行うこと。

3 教育研修の実施

指針 6(1) に基づき、メンタルヘルスカケアを推進するための教育研修を実施するよう指導等を行うこと。

特に、管理監督者（ラインによるケアを行う上司その他労働者を指揮命令する者をいう。）は、日常的に労働者の状況や職場環境等を把握しうる立場にあり、ラインによるケアを適切に行う上で重要な位置づけであることから、管理監督者への教育研修を実施するよう指導等を行うこと。

なお、規則第 35 条に基づき衛生のための教育の実施に当たっては、パンフレットを活用する等により、メンタルヘルスカケアを推進するための教育研修についても実施するよう指導等を行うこと。

また、衛生教育の実施計画の作成に関しては、規則第 22 条第 4 号に基づき衛生委員会等において調査審議しなければならないことから、その徹底を図るよう指導等を行うこと。

#### 4 職場環境等の把握と改善

指針 6(2)に基づき、職場環境等を把握し、評価することにより問題点を把握し、それに対する改善を行うよう指導等を行うこと。

なお、職場環境等の評価と問題点の把握に当たっては、指針に示すストレスに関する調査票のほか、必要に応じ、快適職場調査(ソフト面)の活用もあること。

#### 5 メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応の実施

##### (1) 相談体制の整備

指針 6(3)に基づき、相談体制を整備するとともに、整備された相談体制が正規・非正規を問わず全ての労働者に活用されるよう、相談体制の周知を行うよう指導等を行うこと。

相談体制の整備に当たっては、必要に応じ、事業場外資源の活用を促すこと。

なお、メンタルヘルス不調者を把握した場合には、必要に応じ医療機関やメンタルヘルス相談の専門機関に迅速に取り次ぐことが重要である。今後、メンタルヘルス対策支援センターにおいて地域にある事業場外資源とのネットワーク化を図ることとしているので、その活用を促すこと。

##### (2) 長時間労働者に対する面接指導の実施の徹底

法第 66 条の 8 又は法第 66 条の 9 に基づく長時間労働者等に対する面接指導にあつては、メンタルヘルス面のチェックも行うこととしていることから、これら長時間労働者に対する医師による面接指導及び事後措置を徹底するよう指導等を行うこと。

なお、労働者が面接指導の申出を行いやすくする観点に立って、平成 18 年 3 月 17 日付け基発第 0317008 号(一部改正平成 20 年 3 月 7 日付け基発第 0307006 号)「過重労働による健康障害防止のための総合対策について」別紙 1「過重労働による健康障害防止のための総合対策」別添「過重労働による健康障害を防止するため事業者が講ずべき措置」中に示す 5(2)イ「面接指導等を実施するための手続き等の整備」について指導等を行うこと。

##### (3) 健康診断実施時におけるメンタルヘルス不調の把握

法第 66 条第 1 項及び規則第 43 条から第 45 条の 2 までの規定に基づく健康診断実施時に、メンタルヘルス不調を把握した場合には、法第 66 条の 5 第 1 項の規定に基づく事後措置及び法第 66 条の 7 第 1 項の規定に基づく保健指導の実施を徹底するよう指導等を行うこと。

##### (4) 心身両面にわたる健康保持増進対策 (THP) の活用

メンタルヘルス不調の未然防止として、必要に応じ、「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」(健康保持増進のための指針公示第 1 号)に基づく取組を促すこと。

#### 6 職場復帰支援

##### (1) 職場復帰支援プログラムの策定

指針 6(4)に基づき、あらかじめ当該事業場の実態に即した職場復帰支援プログラムの策定、策定された職場復帰支援プログラムの事業場内での周知を行うよう指導等を行うこと。

なお、職場復帰支援プログラムの具体的策定に当たっては、「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」の活用を促すこと。

##### (2) メンタルヘルス対策支援センターの活用

今後、メンタルヘルス対策支援センターにおいて事業者等からの職場復帰支援に関する相談対応、相談内容に応じた適切な助言、職場復帰支援を行う事業や事業場外資源の教示を行うこととしているので、その活用を促すこと。

## 労働者の心の健康の保持増進のための指針（概要）

## 1 趣旨

本指針は、労働安全衛生法第70条の2第1項の規定に基づき、同法第69条第1項の措置の適切かつ有効な実施を図るための指針として、事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の心の健康の保持増進のための措置（以下「メンタルヘルスケア」という。）が適切かつ有効に実施されるよう、メンタルヘルスケアの原則的な実施方法について定めるものである。

事業者は、本指針に基づき、各事業場の実態に即した形で、メンタルヘルスケアの実施に積極的に取り組むことが望ましい。

## 2 メンタルヘルスケアの基本的考え方

事業者は、事業場におけるメンタルヘルスケアを積極的に推進するため、衛生委員会等において十分調査審議を行い、「心の健康づくり計画」を策定するとともに、その実施に当たっては、関係者に対する教育研修・情報提供を行い、「4つのケア」を効果的に推進し、職場環境等の改善、メンタルヘルス不調への対応、職場復帰のための支援が円滑に行われるようにする必要がある。

また、事業者は、心の健康問題の特性、個人の健康情報の保護への配慮、人事労務管理との関係、家庭・個人生活等の職場以外の問題等との関係に留意する必要がある。

## 3 衛生委員会等における調査審議

メンタルヘルスケアの推進に当たっては、事業者が労働者の意見を聴きつつ事業場の実態に即した取組を行うことが必要である。「心の健康づくり計画」の策定はもとより、その実施体制の整備等の具体的な実施方策や個人情報の保護に関する規程等の策定等に当たっては、衛生委員会等において十分調査審議を行うこと。

## 4 心の健康づくり計画

事業者は、メンタルヘルスケアに関する事業場の現状とその問題点を明確にするとともに、それぞれの事業場の実態と必要性に応じて、その問題点を解決する具体的な取組事項等についての基本的な計画（「心の健康づくり計画」）を策定すること。

## 5 4つのメンタルヘルスケアの推進

メンタルヘルスケアは、「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「4つ

のケア」が継続的かつ計画的に行われることが重要である。

なお、事業者は、メンタルヘルスケア推進の実務を担当する事業場内メンタルヘルス推進担当者を選任するよう努めるものとする。

## 6 メンタルヘルスケアの具体的進め方

### (1) メンタルヘルスケアを推進するための教育研修・情報提供

事業者は、4つのケアが適切に実施されるよう、それぞれの職務に応じ、メンタルヘルスケアの推進に関する教育研修・情報提供を行うものとする。

なお、労働者や管理監督者等に対する教育研修を円滑に実施するため、事業場内に教育研修担当者を計画的に育成することも有効である。

### (2) 職場環境等の把握と改善

事業者は、職場環境等の改善に積極的に取り組むとともに、管理監督者等や事業場内産業保健スタッフ等に対し、職場環境等の把握と改善の活動を行いやすい環境を整備するなどの支援を行うものとする。

### (3) メンタルヘルス不調への気づきと対応

事業者は、個人情報の保護に十分留意しつつ、労働者、管理監督者等、家族等からの相談に対して適切に対応できる体制を整備するものとする。さらに、相談等により把握した情報を基に、労働者に対して必要な配慮を行うこと、必要に応じて産業医や事業場外の医療機関につないでいくことができるネットワークを整備するよう努めるものとする。

### (4) 職場復帰における支援

メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、就業を継続できるようにするため、事業者は、その労働者に対する支援を適切に行うものとする。

## 7 メンタルヘルスに関する個人情報の保護への配慮

メンタルヘルスケアを進めるに当たっては、健康情報を含む労働者の個人情報の保護に配慮することが極めて重要である。

事業者は、健康情報を含む労働者の個人情報の保護に関し、個人情報の保護に関する法律及び関連する指針等を遵守し、労働者の健康情報の適正な取扱いを図るものとする。

## 8 小規模事業場におけるメンタルヘルスケアの取組みの留意事項

小規模事業場においては、事業者は、セルフケア、ラインによるケアを中心として、実施可能なところから着実に取組みを進めるとともに、地域産業保健センター等の事業場外資源の提供する支援等を積極的に活用することが望ましい。

# 第11次労働災害防止計画の概要

(平成20年3月19日公示)

## 1 労働災害防止計画

○ 労働災害防止のための主要な対策に関する事項その他の労働災害の防止に関し重要な事項を定めた計画

○ 第11次労働災害防止計画の期間：平成20年度～24年度

※（労働安全衛生法第6条）

厚生労働大臣は、労働政策審議会の意見をきいて、労働災害の防止のための主要な対策に関する事項その他の労働災害の防止に関し重要な事項を定めた計画を策定しなければならない。

## 2 労働災害をめぐる動向

○ 死亡者数：H14年 1,658人→H19年 1,310人（速報値）

○ 定期健康診断における有所見率：

H14年 46.7%→H18年 49.1%

○ 化学物質による職業性疾病：年間約300件

○ 過重労働による健康障害、精神障害の労災認定件数：

年間300件、200件超

## 3 第11次労働災害防止計画の目標

○ 死亡者数について対平成19年比で20%以上減少させること。

○ 死傷者数について対平成19年比で15%以上減少させること。

○ 労働者の健康確保対策を推進し、定期健康診断における有所見率の増加傾向に歯止めをかけ、減少に転じさせること。



## 4 第11次労働災害防止計画の概要

### 1 自主的な安全衛生活動の促進

- (1) 「危険性又は有害性等の調査等」の実施の促進
- (2) 労働安全衛生マネジメントシステムの活用等
- (3) 自主的な安全衛生活動促進のための環境整備等
- (4) 情報の共有化の推進等

### 2 特定災害対策

- (1) 機械災害防止対策
- (2) 墜落・転落災害防止対策
- (3) 交通労働災害防止対策
- (4) 爆発・火災災害防止対策

### 3 労働災害多発業種対策

- (1) 製造業対策
- (2) 建設業対策
- (3) 陸上貨物運送業対策
- (4) 林業対策
- (5) 第三次産業対策
- (6) その他の業種対策

### 4 職業性疾病等の予防対策

- (1) 粉じん障害防止対策
- (2) 腰痛予防対策
- (3) 振動・騒音障害防止対策
- (4) 熱中症予防対策及び酸素欠乏症等防止対策
- (5) その他職業性疾病等の予防対策

### 5 石綿障害予防対策

- (1) 全面禁止の徹底等
- (2) 解体作業時におけるばく露防止対策の徹底
- (3) 離職者の健康管理対策の推進

### 6 化学物質対策

- (1) 化学物質による労働災害の防止対策
- (2) 化学物質管理対策

### 7 メンタルヘルス対策及び過重労働による健康障害防止対策

- (1) メンタルヘルス対策
- (2) 過重労働による健康障害防止対策

### 8 産業保健活動、健康づくり及び快適職場づくり対策

- (1) 産業保健活動の活性化
- (2) 健康づくり対策
- (3) 快適職場づくり対策

### 9 安全衛生管理対策の強化について

- (1) 安全衛生教育の効果的な推進等
- (2) 中小規模事業場対策の推進
- (3) 就業形態の多様化等に関する対策
- (4) 高年齢労働者対策等の推進
- (5) グローバル化への対応

### 10 効率的・効果的な施策の推進について

- (1) 労働安全衛生研究の促進
- (2) 地域における労働災害多発業種等対策の推進
- (3) 関係機関との連携等
- (4) 各対策の効果の分析・評価等