



1 相談員の窓

メンタルヘルス相談

基幹相談員

シニア産業カウンセラー 渡嘉敷 新典



「職場における心の健康づくり（厚生労働省指針）」に4つのメンタルヘルスケアの推進が提唱されている。その4つのケアは、「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」、「事業場外資源によるケア」である。この4つのメンタルヘルスケアを有効に機能させる1つに「相談機能」がある。

その「相談」が機能するには、「相談者のニーズ」と「そのニーズへの相談対応」の適否によって決まる。つまり、相談では、相談者が何を求めているかを明確にしてその求めへの対応となる。これは、全ての相談業務のもつ一連の流れでもある。そして、その対応内容には、相談を受ける相談員の人柄、立場、経験、専門性が主体的に影響を与えていることが少なくない。

日頃の相談業務から気づくことで相談者が訴えていること（言いたいこと）には、大きく2つの違う意味がある。その1つは、知性的問題である。何らかの問題に直面しどうして良いか解らないという訴えである。例えば、日常生活で何らかのトラブルが発生して、それへの対応をどうすれば良いかという「ノウハウ的」な知性的問題である。この知性的問題の相談対応では情報提供等のコンサルテーションの知性的側面での対応となる。もう1つは、情緒的問題である。何らかの直面している問題から受ける不安、不満、葛藤等の悩みや困っ

ていること（心的影響）の情緒的（感情）問題の訴えである。相談者は、この2つの問題を同時に直面していることが少なくない。相談者が何を求めているか、それを理解するには、まず、はじめに相談者の話を聴くことから始まる。そして、相談者の話しを一通り聴いた後からの相談対応となる。知性的問題、又は情緒的問題の何れの対応になるかはいつに相談を受ける相談員の判断にゆだねられている。厚生労働省指針のなかで「メンタルヘルス不調とは、精神および行動の障害に分類される精神障害や自殺のみならず、ストレスや強い悩み、不安など労働者の心身の健康、社会生活および生活の質に影響を与える可能性のある精神的及び行動上の問題を幅広く含むものをいう。」と説明している。

これを分類してみると、メンタルヘルス不調とは、1心身症等のストレス性疾患、2うつ病等の精神疾患、3引きこもりや人間関係の築けない社会との不適応状態等、4アルコール（飲酒運転を含む）、賭博、薬物等の嗜癖をはじめDV、セクハラ、パワハラ等の反社会的行動等に区分できる。

メンタルヘルス相談での当事者からの相談では、情緒的問題（苦痛）を訴えるのがほとんどである。この場合、当事者からの話しは、身体・精神症状の健康のことから仕事を含めた日常生活上での不安、不満、戸惑い、憤り等の苦痛や生きづらさを訴える情緒的問題の話しであったりする。そして、家族や関係者からの相談では情緒的問題とともに知性的問題もあわせて相談を受ける。それは、当事者の奇異な行動や反社会的行動に当事者の本人が何らの問題認識を持っていない（認知と行動の問題）ことが語られることが多々ある。それに、どう理解し対応すれば良いかという質問もある。いずれにしても、相談対応として、知性的問題には知性的側面での対応が必要であり、情緒的問題には情緒的側面からの対応が必要になる。

労働者のメンタルヘルスの問題にどう取り組むかは企業の危機管理としても位置づけられる。それは、前記4つのメンタルヘルス不調状態には人命及び人権に関することが内包している。その人命及び人権問題からあらたな感情問題に発展することがある。その対応や取り組みに適切性が欠如していると責任追求の訴訟になることがある。これは、労働者のメンタルヘルス不調の要因が業務起因性の有無とは関係しない。何故なら、法的に事業主には安全配慮義務の考え方があからである。また、法人組織のコンプライアンスの問題は、反社会的行為をした個人や法人が社会の批判に曝され信頼性を失い結果的に取引停止等で排除されて倒産という形で淘汰されていくことも散見される。逆に、メンタルヘルス体制が整備され労働者のメンタルヘルス対策が適切になされていれば責任追求の訴訟になった場合等でも十分説明責任が可能となり得る。その結果、主張が認められることが考えられる。

「危機とは、何かを決定し行動する絶好の機会（チャンス・時期）」といわれている。目前のメンタルヘルス不調の実事例から教訓事項を汲み取り、労働者のメンタルヘルス対策に社会的視点から取り組むことをお勧めしたい。

相談業務には、守秘義務がある。個人のプライバシーに関する内容については保護されなければならない。4つのメンタルヘルスケアのなかで「相談体制の整備」と「相談対応」が提唱されている。その相談から知り得た「個人のプライバシーの保護」と「事業者の安全配慮義務を果たす」ことを両立させる必要がある。更に「労働者個人の認知や行動に起因する反社会的問題行動」と「法人組織のコンプライアンス」のあり方について双方の理念形成が必要でもある。

そのためには、個と集団（労働者と事業体）の対極的及び個別的視点からではない双方の共益的目的意識の合意形成が必要と考えている。



2 研修案内（7月～9月）

※どの研修も、どなたでもお受けいただけます。
電話、FAX、Eメールでお申込みください。

産業医研修	産業保健セミナー	衛生管理者等研修
「粉じん職場の環境改善と作業関連性肺疾患」 日時:22. 7. 2(金)18:30～20:30 会場:④ 講師:基幹相談員 青野 裕士	「ストレスと健康」 日時:22. 8. 19(木)14:00～16:00 会場:⑥ 講師:センター所長 三角 順一	「リラクゼーション」 日時:22. 8. 24(火)14:00～16:00 会場:① 講師:特別相談員 佐用 禎子
「自殺予防と事後対策」 日時:21. 7. 9(金)18:30～20:30 会場:② 講師:特別相談員 影山 隆之	「ストレスと健康」 日時:22. 9. 15(水)14:00～16:00 会場:③ 講師:センター所長 三角 順一	「保護具の着用及び管理について(実習)」 日時:22. 8. 27(金)14:00～16:00 会場:① 講師:特別相談員 田吹 光司郎
	カウンセリング研修	
「個人情報保護法と健康情報」 日時:22. 7. 15(木)18:30～20:30 会場:⑥ 講師:特別相談員 油布 文枝	「事例検討(うつ病)」 日時:22. 7. 13(火)18:30～20:30 会場:⑦ 講師:基幹相談員 渡嘉敷 新典	「働く女性の更年期障害を考える」 日時:22. 9. 3(金)14:00～16:00 会場:① 講師:大分労働衛生管理センター所長 宮川 勇生
「局所排気装置の基礎知識」 日時:22. 7. 24(土)13:00～15:00 会場:⑤ 講師:基幹相談員 田口 信康	「積極的傾聴のグループワーク」 日時:22. 8. 10(火)18:30～20:30 会場:① 講師:基幹相談員 渡嘉敷 新典 特別相談員 佐用 禎子	「脳・心臓疾患における労災認定」 日時:22. 9. 8(水)14:00～16:00 会場:① 講師:特別相談員 和田 秀隆
「粉じん職場の環境改善と作業関連性肺疾患」 日時:22. 7. 24(土)15:00～17:00 会場:⑤ 講師:基幹相談員 青野 裕士	「事例検討(アルコール依存症)」 日時:22. 9. 14(火)18:30～20:30 会場:① 講師:基幹相談員 渡嘉敷 新典	「職場とエイズ」 日時:22. 9. 29(木)14:00～16:00 会場:① 講師:基幹相談員 細川 隆文
	衛生管理者等研修	
「職場のストレスとメンタルヘルスケア」 日時:22. 8. 25(水)18:30～20:30 会場:① 講師:基幹相談員 上野 徳美	「精神障害と労災認定」 日時:22. 7. 6(火)14:00～16:00 会場:① 講師:特別相談員 寺尾 岳	
「これからの喫煙対策」 日時:22. 9. 17(金)18:30～20:30 会場:① 講師:特別相談員 大和 浩	「心の健康と病」 日時:22. 7. 7(水)14:00～16:00 会場:① 講師:基幹相談員 上野 徳美	
	産業看護職研修	
「職場におけるメンタルヘルス対策」 日時:22. 7. 28(水)18:30～20:30 会場:① 講師:センター所長 三角 順一	「生活習慣病の予防」 日時:22. 8. 12(水)14:00～16:00 会場:① 講師:特別相談員 油布 文枝	
「職場のストレスとメンタルヘルスケア」 日時:22. 9. 1(水)18:30～20:30 会場:① 講師:基幹相談員 上野 徳美	「事務所の温度、換気対策」 日時:22. 8. 17(火)14:00～16:00 会場:① 講師:基幹相談員 田口 信康	

- ① 大分産業保健推進センター
② 別府市医師会
③ 中津市医師会
④ 佐伯市医師会
⑤ 日田市医師会
⑥ 豊後大野市医師会
⑦ アイネス 大会議室

3 TOPICS

1 メンタルヘルス対策支援センターを設置しています

大分産業保健推進センターでは厚生労働省から委託を受け、当センター内に「メンタルヘルス対策支援センター」を設置し、無料で支援を行います。

メンタルヘルス対策支援センターでは専門家を配置し、①メンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援までのメンタルヘルス対策全般についての総合相談 ②職場のメンタルヘルス対策の支援を希望する事業場への個別訪問 ③事業場における管理監督者教育研修 ④メンタルヘルスに関する情報の提供等を行います。

お気軽にご相談ください。

窓口相談・電話相談は月曜日から金曜日 午後1時から午後5時迄です。

TEL・FAX 097-533-8300

E-mail: mental@oita-sanpo.jp

2 熱中症のポスター・パンフレット作成しました

ポスター

パンフレット

熱中症のポスターとパンフレットを作成しました。
必要な方は当センターに連絡下さい。

- ※ 郵送の場合は着払いとなります。
- ※ 数に限りがあります。



独立行政法人 労働者健康福祉機構



大分産業保健推進センター

〒870-0046

大分市荷揚町3番1号 第百・みらい信金ビル7F

TEL 097-573-8070

FAX 097-573-8074

ホームページ <http://www.oita-sanpo.jp/>

Eメール info@oita-sanpo.jp

★写真★ (大分県豊後大野市) 写真撮影/大分産業保健推進センター 岩崎 泰三

発行者 独立行政法人 労働者健康福祉機構 大分産業保健推進センター 所長 三角 順一