

群馬県総務部総務事務管理課

# メンタルヘルス対策

# 背景・現状

- ▷ 「群馬県職員の心の健康づくり計画」に基づき、体系的な取組を実施
- ▷ メンタルヘルス不調による長期病休者は増加傾向
- ▷ メンタルヘルス理由の長期病休者は全体の約7割を占め、増加傾向
- ▷ ストレスチェック受検率
  - 2022年度：91.4%
  - 2023年度：93.2%（上昇）

# 心の健康づくり取組体系

## 一次予防（未然防止）

ストレスの気づきと対処

心の健康状態等の把握と  
職場環境づくり

心の健康づくりに関する  
正しい知識の普及啓発

## 二次予防（早期発見）

相談窓口の活用及び相談  
体制の整備

過重労働対策

## 三次予防（再発防止）

円滑な職場復帰と再発の  
防止

# 一次予防

職員自身がストレスに気づき、主体的に心の健康管理を行うとともに、職場環境の改善によりメンタルヘルス不調の発生を未然に防止する

## 主な取組

- 全職員を対象としたストレスチェックを継続的に実施し、ストレスへの気づきを促進
- ストレスチェック職場分析によるラインケア研修
- 「職場のメンタルヘルス」動画を作成し、職員に限定配信
- 新規採用職員に対する産業医面談
- 各種相談事業（精神科医師、臨床心理士、過重、高ストレス者、無料カウンセラー）

## 期待される効果

- ✓ 職員のセルフケア意識の向上
- ✓ ストレス要因の可視化と職場環境の改善
- ✓ メンタルヘルス不調の未然防止

# 二次予防

メンタルヘルス不調の兆候を早期に把握し、適切な対応につなげることで重症化を防止する

---

## 主な取組

- 管理監督者を対象とした労働安全衛生セミナー（動画配信）、ゲートキーパー養成研修（対面及び動画配信）
- 職場内において身近で安心して相談できる体制づくりの推進
- 職場ごとの実情に応じた研修実施（令和7年度県土整備部研修）



## 期待される効果

- ✓ 不調の早期発見・早期対応
- ✓ 管理監督者による適切な初期対応の定着
- ✓ 長期病休への移行防止

# 三次予防

メンタルヘルス不調からの円滑な職場復帰と、復帰後の安定した就労の継続を図る

## 主な取組

- 「群馬県職員の職場復帰支援に関する指針」に基づき支援

### <復帰支援の流れ>

1. 病休職中の療養経過の把握
2. 職場復帰開始の目安を参考に復帰時期を主治医と相談
3. 職場復帰支援会議を開催し、試し出勤の可否を協議
4. 試し出勤最終週に職場復帰支援会議を開催し、復帰の可否を判断
5. 復職後の就業制限措置決定

### 期待される効果

- ✓ 円滑な職場復帰の実現
- ✓ 再発リスクの低減
- ✓ 安定した就労継続と職場定着

# ご意見をいただきたいこと①

## ①相談窓口案内や研修動画の周知方法

健康情報や相談窓口について、職人に対しイントラネットや講習で案内していても、実際には利用や認知につながりにくいと感じています。

どのような工夫が「実際に使われる周知」につながるのでしょうか。

特に、次の点についてお考えや実例があれば教えてください。

- ・周知方法（媒体・タイミング・頻度）
- ・「知っている」から「使える」への転換
- ・管理職・現場の巻き込み方

健 職員のための健康・安全衛生サイト 通知等 編集 ★フォ

+ 新規 ▾ レベル上げ ⓘ ページの詳細 🖼️ プレビュー 🗨️ イマーシブリーダー 📊 分析 発行日 2025/8/26

### メンタルヘルスに関する動画

★職場でのメンタルヘルス対応動画（R5年度作成）

動画について...総務事務管理課と県立精神医療センターがメンタル不調と思われる職員に対する基本的な対応を知っていただくために作成したものです。所属のラインケアに活用してください。

※動画URLの外部への公開及び目的外利用のないようお願いいたします。

▶目次

メンタル不調と思われる職員への対応を章立てて紹介しています。

- 00:15 ①オープニング（動画の使い方）
- 01:00 ②メンタル不調者に『きづく』
- 07:09 ③話を『きく』
- 13:47 ④すれ違いを『ふせぐ』
- 24:09 ⑤支援に『つなげる』
- 32:47 ⑥まとめ
- 36:02 ⑦エンディング（おまけ）

動画を再生する (YouTube)

# ご意見をいただきたいこと②

## ②若年層職員のメンタルヘルスの特徴及び対策

---

若年層のメンタルヘルスが注目される中で、若い職員と接する際に気を付けたほうがよい接し方や伝え方について、ご意見を伺いたいです。

特に、次の点についてご経験や事例があれば教えてください。

- ・ 良かれと思ってかけた言葉が、逆に負担になるケース
- ・ 世代差を意識したコミュニケーションの工夫
- ・ 管理職や先輩社員が意識するとよいポイント

# ご意見をいただきたいこと③

## ③健康管理情報のDX化

現在は職員の健康情報管理を紙媒体中心で行っています。

今後、健康情報のDX化を安全に、かつ段階的に進めていくにあたり、設計上、最初に押さえておくべき考え方についてご意見を伺いたいです。

特に、次の点についてご経験や事例があれば教えてください。

- ・業務効率化とリスク管理（個人情報・健康情報保護）をどのように整理して設計するのが現実的か
- ・健康情報DXにおいて最低限守るべきガバナンス設計（権限管理・運用ルール等）はどのような点か
- ・長期的に安全で使いやすい仕組みとするため、ベンダー選定時に注意すべき点
- ・導入事例があれば、
  - 想定外に苦勞した点
  - 導入後の実際の使用感や「こうすればよかった」という点