

# ストレスチェック制度 共同実施のご提案

～ワンストップでサービス提供できる静岡県内唯一の専門会社～

**Fuji  
EAP Center**

We will provide  
professional EAP service



株式会社 フジEAPセンター



- 社名：株式会社フジEAPセンター
  - ◆ Employee Assistance Program/従業員支援プログラム
  - ◆ カウンセリング・研修を中心とした企業・団体向けサービス
- 本社：静岡市葵区伝馬町9-14 桜館ビル3階（JR静岡駅北口より徒歩5分）
- 事業所：静岡・浜松・沼津・名古屋
- 事業内容
  - ◆ EAPカウンセリング（外部相談窓口）事業
  - ◆ 教育研修事業
  - ◆ ストレスアセスメント事業
  - ◆ コンサルティング事業
- 顧問・スタッフ
  - ◆ 顧問医3名（産業医・精神保健指定医）、顧問弁護士・社会保険労務士
  - ◆ カウンセラー12名（臨床心理士、精神保健福祉士・シニア産業カウンセラー等）
- 実績
  - ◆ 静岡県内大手企業を中心に約65社のEAP導入実績
  - ◆ 年間2,500件程度のカウンセリング、研修・講演は過去3年間で約300回実施

- ◆ 「ストレスチェック」のみならず「カウンセリング」フォローが可能
- ◆ 「医師による面接指導」サービス提供予定



＜浜松カウンセリングオフィス＞  
浜松市中区中央1-6-1 松野ビル3階

#### ＜EAPカウンセリング（外部相談窓口）＞

##### ●面談カウンセリング（Face to face counseling）

フジEAPセンターのカウンセリングオフィスに直接お越しいただき、面談カウンセリングを行います。なお、面談カウンセリングはすべて事前予約制です。

【直営】静岡・浜松・沼津・名古屋

##### ●電話カウンセリング（Telephone counseling）

フリーダイヤルにてご連絡をいただき、お電話にてカウンセリングを行います。なお、通話料は一切かからず全国どこからでもご利用いただけます。また携帯電話からの利用も可能です。

##### ●Eメールカウンセリング（E-mail counseling）

時間を気にせず、いつでもご利用いただけます。専用ホームページの相談フォームより必要事項を記入の上、送信いただきます。

- ◆ 「労働安全衛生法の一部を改正する法律」が第186回国会で成立し、平成26年6月25日に公布されました。（平成26年法律第82号）
- ◆ 職場のメンタルヘルス対策に関しては、新たにストレスチェック制度が創設され、**施行日が平成27年12月1日**となったことから関心が高まっています。

\*平成27年12月1日から1年間の間に1回目を実施

|        |    |    |    |    |    |    |     |     |     |    |    |    |
|--------|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|
| 平成27年度 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|        |    |    |    |    |    |    |     |     | ←   |    |    |    |
|        |    |    |    |    |    |    |     |     | 施行  |    |    |    |
| 平成28年度 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|        |    |    |    |    |    |    |     |     |     |    |    |    |
|        |    |    |    |    |    |    |     |     | →   |    |    |    |

- ◆ 厚生労働省の下記情報も合わせてご確認ください。
  - ◆ 省令・告示・**指針**（19ページ）は平成27年4月15日に公表されました。
  - ◆ **説明会資料**（64ページ）は平成27年4月22日に公表されました。
  - ◆ **実施マニュアル**（171ページ）が平成27年5月7日に公表されました。



- ◆ 厚生労働省 産業保健支援室長 井上仁氏 (H26.7.26 日本EAP協会講演会)
  - ◆ 単にストレスチェックだけやれば良い、という主旨ではない
  - ◆ **メンタルヘルス対策全体の中にストレスチェックを組み込んで、PDCAを回していくことが重要**





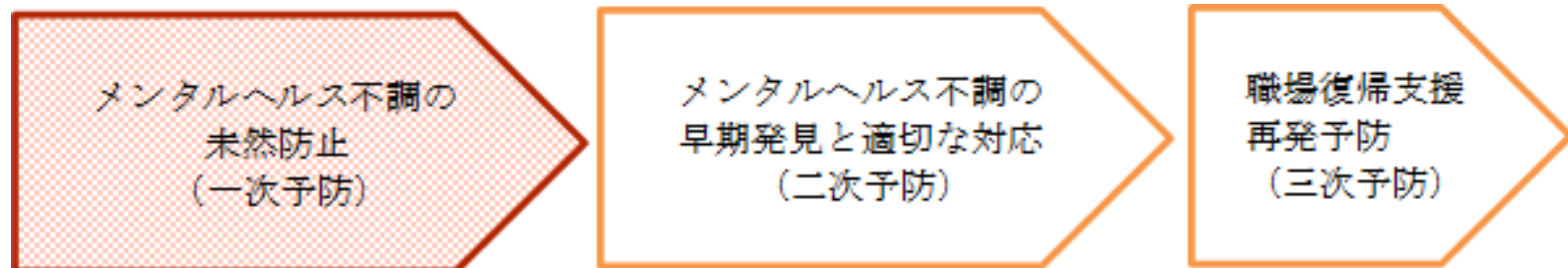
ストレスチェック制度は、特にメンタルヘルス不調の未然防止の段階である一次予防を強化するため（指針P2より）

### A セルフケア

定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気づきを促し、個々の労働者のストレスを低減させると共に

### B 職場環境改善

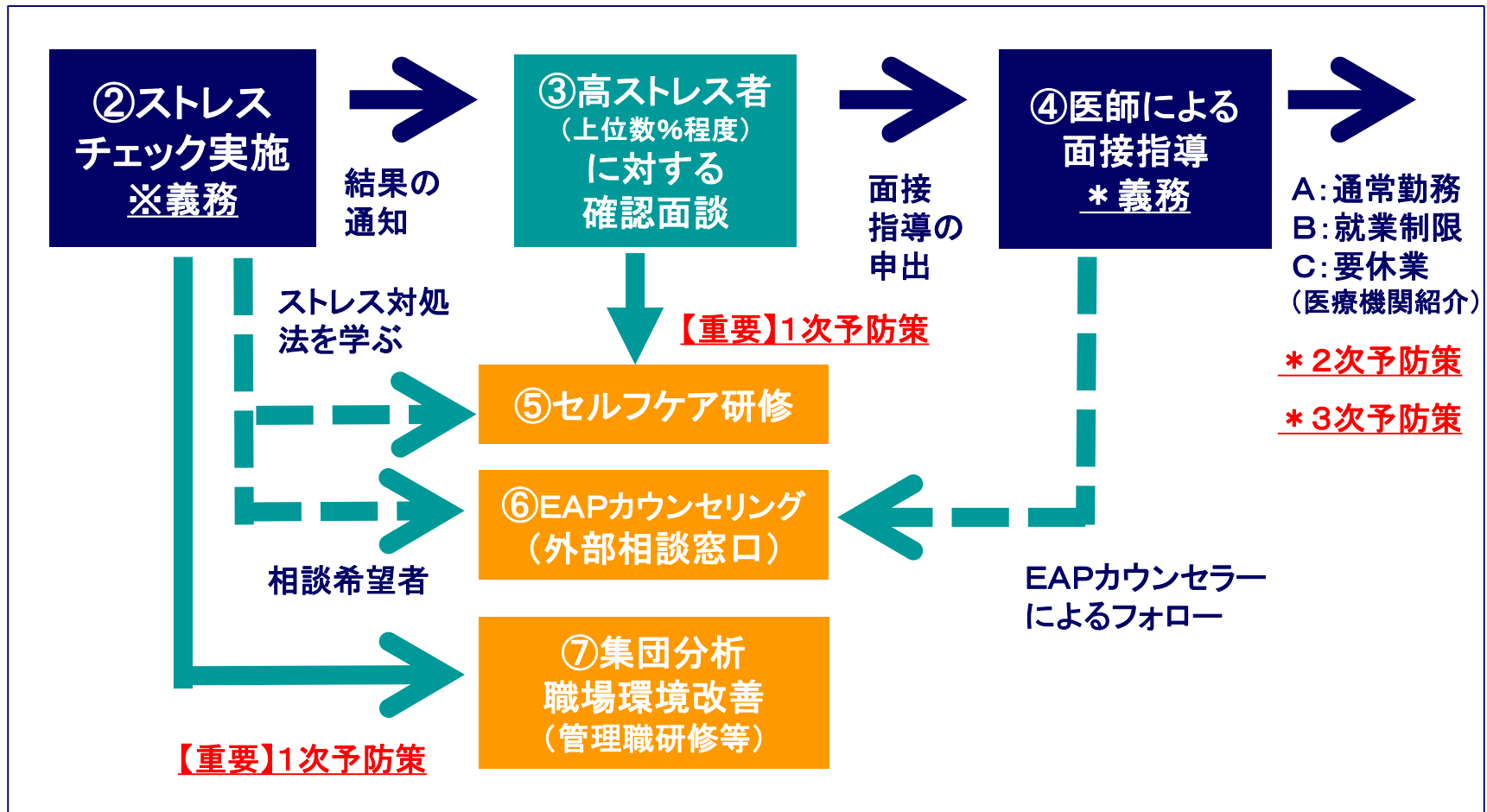
検査結果を集団ごとに集計・分析し、職場におけるストレス要因を評価し、職場環境の改善につなげることで、ストレスの要因そのものを低減するよう努めることを事業者に求めるものである。





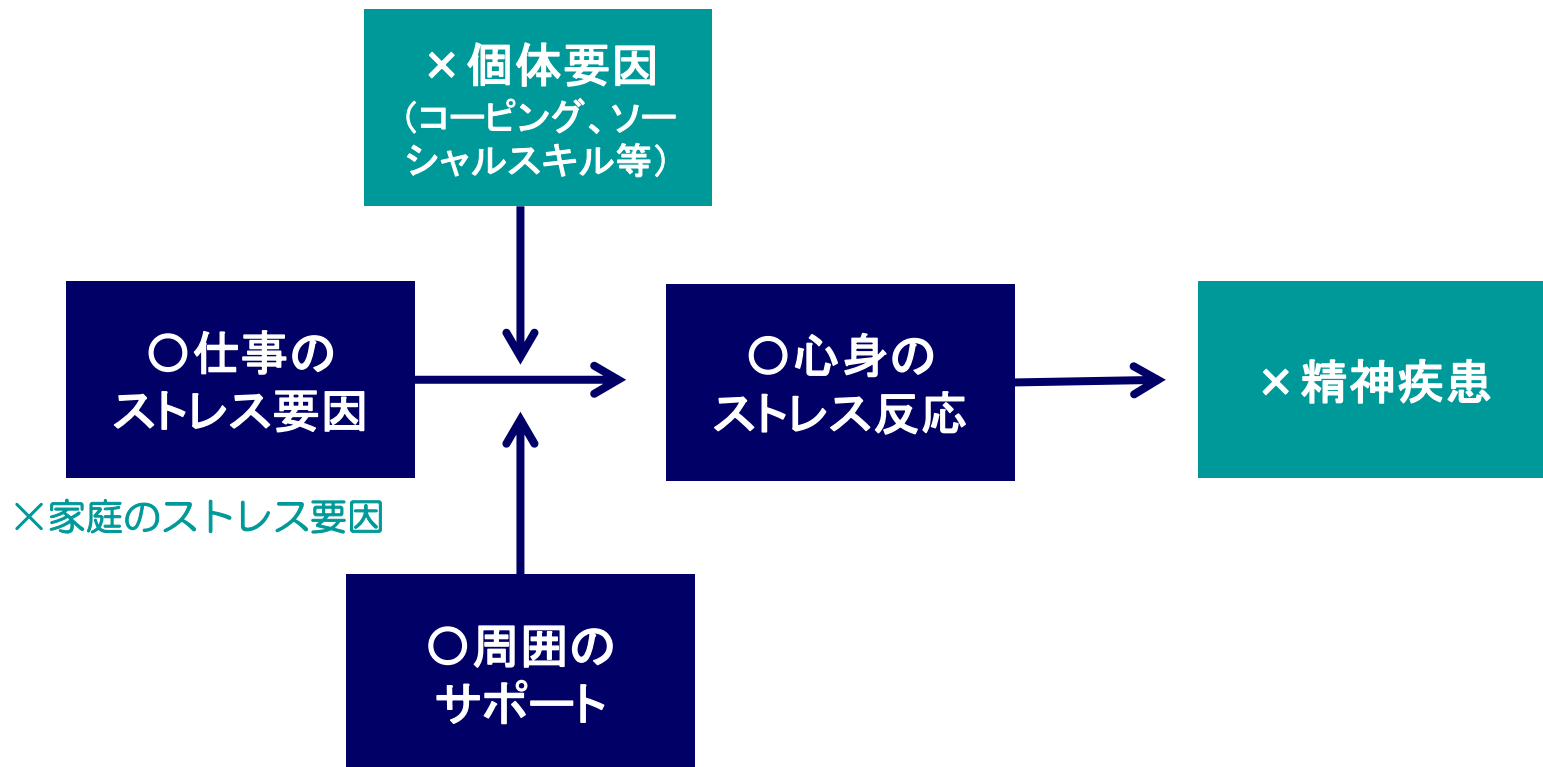
## ① ストレスチェック制度全般に関するコンサルティング & サポート

(実施計画・規程の作成支援、衛生委員会における調査審議の支援、共同実施者としての運営支援等)



# 7 ストレスチェックに用いる調査票の選択

- ◆ ストレスチェックに用いる調査票としては「**職業性ストレス簡易調査票（57項目）**」を用いることが望ましいが、実施者の意見及び衛生委員会等での調査審議を踏まえて、**事業者の判断により選択することができる**ものとする。（指針P6より）



注) 職業性ストレス簡易調査票は、上記3領域（○の部分）しかカバーされない





まずは以下の6項目を社内で  
検討し、計画を立てます

\*コンサルティングでは弊社で全て  
作成支援致します。

- ◆ 目的
- ◆ 位置付け
- ◆ 現状把握
- ◆ 実施体制
- ◆ スケジュール
- ◆ 予算

## ストレスチェック制度 実施計画 (案)

～「ストレス状況の改善」及び「働きやすい職場の実現」を目指して～

株式会社 ○○○

### CONTENTS

|          |     |
|----------|-----|
| 1…目的     | P.2 |
| 2…位置付け   | P.3 |
| 3…実施体制   | P.4 |
| 4…スケジュール | P.5 |
| 5…概算     | P.6 |

Fuji  
EAP Center  
We will provide  
professional EAP service

株式会社フジEAPセンター  
〒420-0858  
静岡県東区浜馬町9-14 桜館ビル3階  
Tel. 054-251-6500 fax. 054-251-0501  
担当: 坂部善久 [sakabe@fuji.eap.jp](mailto:sakabe@fuji.eap.jp)



- ◆ 既に実施している大手企業においてすら、ストレスチェック制度の目的はメンタルヘルス不調者の早期発見（2次予防）という誤解が未だにある。
- ◆ ストレスチェック制度の趣旨・目的はメンタルヘルス不調の未然予防（1次予防）。しかし社員にはどのように伝えるべきか・・
- ◆ 指針より（P2より）  
事業者は、ストレスチェック制度が、メンタルヘルス不調の未然防止だけでなく、従業員のストレス状況の改善及び働きやすい職場の実現を通じて生産性の向上にもつながるものであることに留意し、事業経営の一環として、積極的に本制度の活用を進めていくことが望ましい。

目的：未然予防

目指す方向：働きやすい職場の実現



### ◆ 指針より（P2より）

事業者は、メンタルヘルス指針に基づき各事業場の実態に即して実施される二次予防及び三次予防も含めた労働者のメンタルヘルスケアの総合的な取組の中に本制度を位置付け、メンタルヘルスケアに関する取組方針の決定、計画の作成、計画に基づく取組の実施、取組結果の評価及び評価結果に基づく改善の一連の取組を継続的かつ計画的に進めることが望ましい。

### ■ 経営理念・会社方針（事業経営の一環）

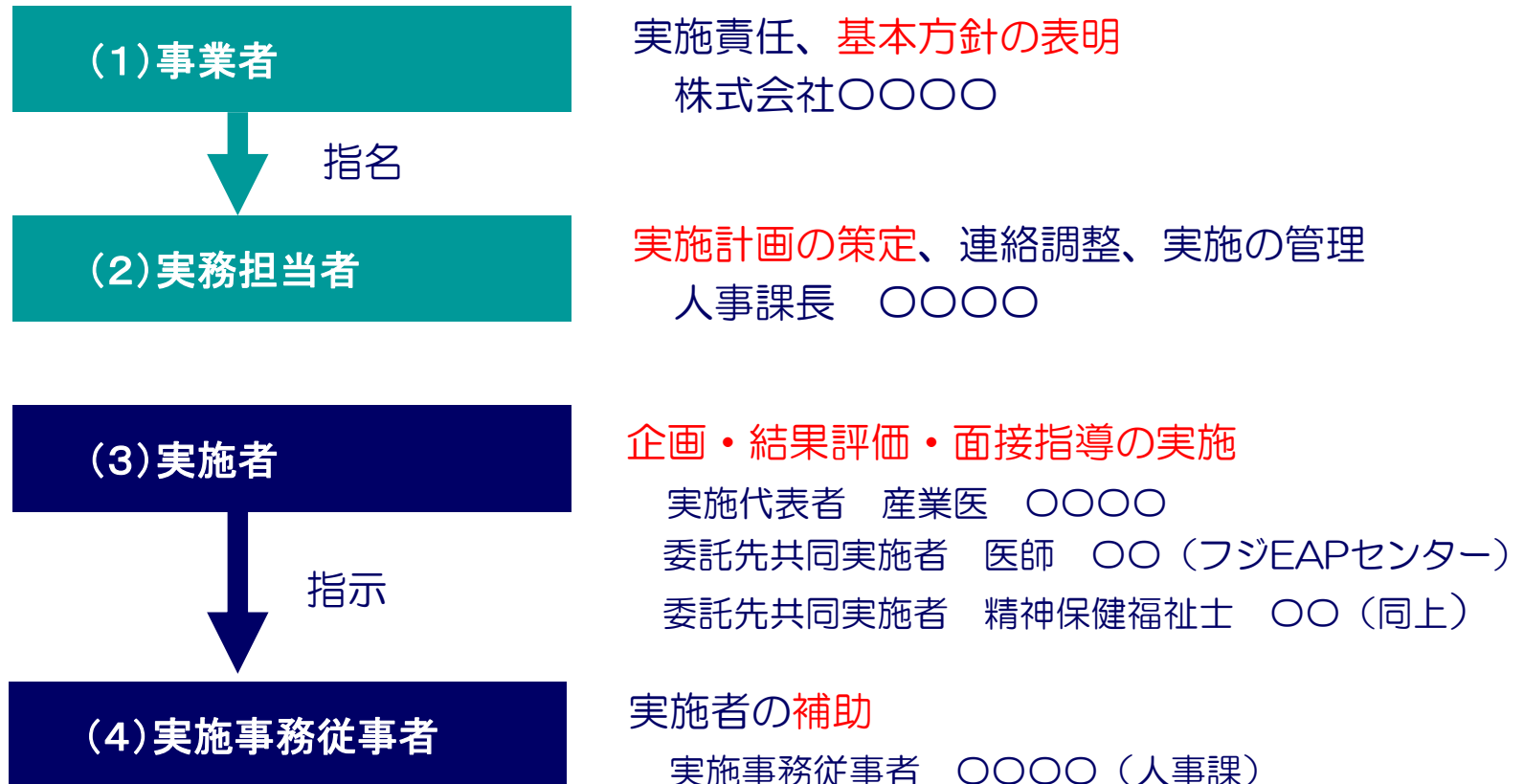
→ ■ 安全衛生管理計画

→ ■ 心の健康作り計画（総合的なメンタルヘルスケア）

→ ■ ストレスチェック制度 実施計画

「安全衛生管理計画」「心の健康作り計画」も合わせて作成しましょう

◆ ストレスチェック制度の実施体制の整備（指針P5～6他）

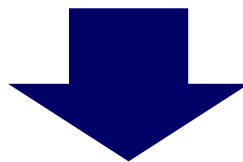




## ◆ ストレスチェック制度全般に関するコンサルティング&サポート

\*専属産業医がない事業所で、嘱託産業医に依頼することが難しい場合

嘱託産業医には  
「**実施代表者**」として  
関与していただく



フジEAPセンターは  
「**共同実施者**」として  
企画立案、運営を  
全面的に請け負う

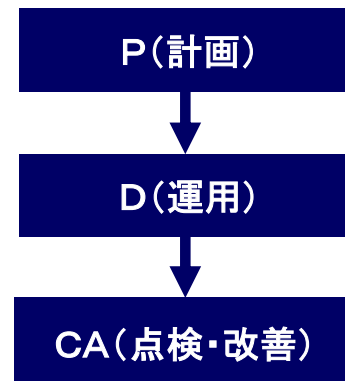
## ◆ フジEAPセンターがお手伝いします

\*実施者になることが可能な医師、精神保健福祉士が在籍しております。

注) お受けできる企業数等には限度があることから、ご期待に沿えない場合もあります。

## ◆ サービス概要

- ◆ ①ストレスチェック制度 **企画立案会議**の司会進行役
- ◆ ②ストレスチェック制度 **実施計画、実施規程**の作成支援
- ◆ ③**衛生委員会**における**調査審議**の支援（資料準備を含む）
- ◆ ④従業員向け説明会配布資料の提供
- ◆ ⑤共同実施者としての業務遂行（企画、**結果評価**）
- ◆ ⑥実施後の点検・確認、及び改善事項の検討支援





- ◆ ストレスチェックと連動した研修
- ◆ ストレスチェック制度の目的である**1次予防を強化**することが可能
  
- ◆ 対象：全従業員または受講希望者
- ◆ 時間：90分または2時間
- ◆ タイトル：「**ストレスコーピング**研修」
- ◆ プログラム概要
  - ◆ ストレスが生まれるメカニズム
  - ◆ ストレス反応、コーピングとは何か？
  - ◆ ストレスチェックの解説
  - ◆ **ストレスマネジメントの具体的な方法**
    - ◆ 困りごとのリストアップ、優先順位の決定、対処方法の実行
  - ◆ 新しいEAPカウンセリング（ピットイン面談）のご案内
- ◆ 期待される効果
  - ◆ 「**予防効果**」 「**プロモーション**（窓口広報）効果」 「**ES効果**」

- ◆ 事業者は相談対応を行う体制を整備することが望ましい（指針P8より）
- ◆ ストレスチェック実施時のみならず、**年間を通じて利用可能**
- ◆ 静岡県内に**3拠点**、**カウンセラー12名**による充実した支援体制



プライバシーを守る防音カウンセリングルーム。

- EAPカウンセリングの方法  
面談（静岡・浜松・沼津・名古屋）、電話、Eメール
- EAPカウンセリングのニーズ  
「是非利用したい」「できれば利用したい」約4割
- 利用者の声  
「話すことでスッキリする」「自分の考えや思いが整理される」「社外なので安心して話せる」「専門家の意見を聞くことができる」「病院ではないので行きやすい」
- ピットインプログラム紹介（予防教育型）
  - \* 睡眠改善プログラム
  - \* イライラマネジメントプログラム
  - \* 認知行動トレーニング
  - \* アサーショントレーニング
  - \* 子育て支援プログラム 等



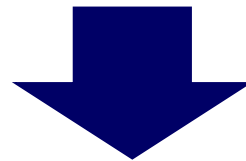
## ◆ 面接指導の実施者

事業者が面接指導の実施を依頼する医師としては、当該事業所の産業医が望ましいが、**外部機関の医師に委託することも可能**

## ◆ 外部の医師に委託する場合

**業務の状況や職場環境等を勘案した適切な面接指導が行われることが重要**

スポット(単発)で  
引き受けるのは困難



職場環境や  
仕事内容の理解  
が不可欠

## ◆ 「メンタルヘルス顧問医」として別途契約を交わし、継続的な支援を行う

\* 産業医との役割分担を以下のように規定する (案)

| 産業医   | 【新設】メンタルヘルス顧問医   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>健康診断事後措置、保健指導</li> <li>安全衛生委員会への出席</li> <li>職場巡視</li> <li>過重労働面談の実施</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>ストレスチェック後の面接指導</li> </ul> |



### ◆ 【研修方式】 職場環境改善検討会の実施

- ◆ 全管理職が対象、半日（例：13時～16時/3時間）
- ◆ 集団的分析データの解説
- ◆ 職場のストレス要因について、職場環境改善策の検討
- ◆ チーム毎による発表、まとめ

\*3カ月後に「職場環境改善レビュー会議」を実施する方法もある

\*上記検討会終了後に、管理職慰労会を合わせて実施する方法もある

### ■ 【座談会形式】

- ◆ 部門単位の管理職（例：部長＋課長3名等）が対象
- ◆ 部門の責任者から実施希望があった場合に行う
- ◆ 率直な意見交換、建設的な問題解決につながるファシリテーション

この部分をいかに自社に合った形で行うか、最大のポイントです。



- ① コンサルティング&サポート  
\*ストレスチェック制度 立ち上げ支援コンサルティング  
\*実施者の引き受け（企画・結果評価）
- ② ストレスチェック（Web方式、マークシート方式）  
\*57問、57問+α、独自質問
- ③ 高ストレス者に対する確認面談
- ④ 医師による面接指導（静岡、浜松、沼津で実施予定）
- ⑤ セルフケア研修
- ⑥ EAPカウンセリング（年間を通じた外部相談窓口）
- ⑦ 集団分析、職場改善ワークショップ

\*サービス内容の詳細、見積のご依頼は個別にご連絡下さい。

### <問合せ先>

株式会社フジEAPセンター 坂部・森川・鈿持

〒420-0858 静岡市葵区伝馬町9-14 桜館ビル2・3階

電話 054-251-6500（代表）

Eメール [sakabe@fujieap.com](mailto:sakabe@fujieap.com)

HP <http://www.fujieap.com>