

# 平成18年度 健康指導員研修会開催

平成18年7月24日えひめ共済会館において、各所属所の健康指導員32名の出席を得て、平成18年度の健康指導員研修会を開催しました。

事務局長の開会のあいさつに続き、事務局職員による「平成18年度の保健事業の内容等について」、及び「短期給付の現況について」の説明の後、松山市総務部職員厚生課専門監 戸田恵理子氏より「心の健康づくり対策について」と題して講演していただきました。また、講演の後、保健事業について意見交換を行いました。



◎講師  
松山市総務部職員厚生課専門監  
戸田 恵理子氏

## 職員の体の健康を願う一人として

私は30年近く地域の保健活動に携わってきましたが、今から8年前に職員の健康管理を行う職員厚生課で仕事をすることになりました。当時は定期健康診断等の身体面の健康管理が主な業務でしたが、「うつ病」等の心の病で長期の療養休暇を取られている方がいることを知り、その方たちがどのような原因で心の病になってしまったのかとても気になりました。

松山市では、当時から心療内科の産業医による相談を行っていましたが、当初は、ほとんど利用されていない状況でしたので、まず、職場復帰をした人に対して個別に連絡をとり、復帰後の状況について様子をきかせてもらうというところで産業医との面談につながっていました。

その中で、休暇にいたった原因が何であったか、仕事のこと、人間関係のことなど、少しずつ分かるようになってきました。このことが、私がメンタルヘルスへ関わる第一歩となったわけです。

## いち早く取り組んできた 松山市

厚生労働省が「事業場における労働者の心の健康づくりのための指針」を策定したのは平成12年ですが、松山

市では平成3年には既に、心療内科の産業医による健康相談を開始して

ました。平成10年には、「松山市職員メンタルヘルス対策要領」を策定し、全職員にパンフレット「こころの健康」を配布しています。また、平成13年度からは、「メンタルヘルスケアプラン」を作成し、本人はもとより、職場・産業医・主治医・そして家族とも一体となってメンタルヘルス対策に取り組んできました。

昨年の合併により職員数も多くなり臨時非常勤等を含めると4,600人以上になりますが、その方たちのメンタルに係る問題は、私達職員厚生課の「ヘルスルーム」が窓口となり、対応しています。当初は保健師も私1人だったので、現在では4名が増え、産業医3名、産業カウンセラー1名という体制になっています。平成5年頃には年間20数件だった相談数が、昨年度には211件と年々増加してきています。潜在的な人を含めると心の悩みをもつ人はもっと多いと実感しています。

## お互いを思いやれる 心を持つ職場

松山市では、管理監督者に対しマニュアルを作成し、職員の日頃の様子、例えば遅刻や欠勤が多くなった、最近、元気がなくなってきたといったことに注意を払ってもらい、必要に応じて本人に「へ

ルスルーム」での相談を勧めてもらうようにしています。

その他、時間外勤務者の健康調査やVDT検査などの問診調査、管理監督者の心の健康診断を実施してメンタルな問題を抱えている職員の早期発見・早期対応に努めるとともに、新任の課長さんや新採職員を対象とした研修を実施し職員の心の健康づくりのための教育や啓発などの活動も行っています。

また、「心の健康づくり」で一番大切なのは、なんといっても、職場不適合の方や心が不健康な状態となった職員に対する職場での早期の対応です。松山市では、特に職場不適合の人には、人事課と連携し、適材適所の配置等で再発防止を図るようになっています。再発防止に関しては、療養休暇中に行っている試し出勤制度が効を奏していると思います。しかし、一方では、本人の性格が大きく影響している場合も多く、配置換え等の職場の調整だけでは解決できないこともあり、今後どのような関わっていけばよいのか、大きな課題が残されています。

最近では、自分のことで精一杯といった厳しい職場環境にあります。職員がお互いに相手のことを思い合う心を持つことが、一つの解決の道筋であり、メンタルな問題を抱えている職員の減少や療養休暇者の減少につながるものと思っています。