

**メンタルヘルス対策チェックリスト**  
～メンタルヘルス対策の現状を把握しましょう～

当てはまる場合・・・○ 当てはまらない場合・・・×

**■メンタルヘルス問題の現状について**

		点検項目	チェック
A	メンタルヘルスの現状	この1年の間に、心の健康問題が理由で従業員が欠勤したり、退職した事例はありますか。	
		現在、社内にメンタルヘルスケアが必要だと思われる従業員の方はいらっしゃいますか。	

**■御社のメンタルヘルスに対する体制について**

B	社内メンタルヘルス対策の推進	メンタルヘルスの推進担当者は選任されていますか。	
		メンタルヘルスを推進するための社内ガイドライン(心の健康づくり計画)を策定していますか。	
C	社外のメンタルヘルス機関(事業場外資源)との連携	人事労務担当者、管理監督者のためのメンタルヘルスの相談窓口を外部に持っていますか。	
		外部の相談機関をお持ちの場合、その機関の有用性を評価していますか。	

**■メンタルヘルス対策の取組について**

D	従業員自身によるメンタルヘルス対策(セルフケア)の取組	従業員に対して、メンタルヘルスに関する情報提供を行っていますか。	
		従業員に対して、定期的にセルフケアに関連した教育研修を行っていますか。	
		ストレスチェックの実施など、従業員が自身のストレス状態を気付くための対策を行っていますか。	
		ストレスチェックの結果が思わしくない人に対してフォローをしていますか。	
		心の問題が生じたときに従業員が自主的に相談できる窓口(カウンセリング等)がありますか。	
		相談窓口は従業員に周知され、有効に活用されていますか。	
E	管理監督者によるメンタルヘルス対策(ラインによるケア)の取組	管理監督者に対して、定期的にラインによるケアに関する教育研修を実施していますか。	
		管理監督者が部下からの相談を受ける体制を整えていますか。	
		定期的に職場環境等の評価を実施していますか。	
		職場環境の評価結果に対して、改善を行っていますか。	
F	事業場内産業保健スタッフ等によるケア	事業場内に心の健康に対応する専門の保健スタッフはいますか。	
		事業場内の保健スタッフに対して、心の健康づくりに関する教育研修を実施していますか。	
G	事業場外資源によるケア	事業場外資源について、どのようなものがあるか知っていますか。	
		事業場外資源を活用していますか。	
H	復職支援	現在、心の健康問題が理由で退職中の従業員はいますか。	
		復職復帰支援プログラムがありますか。	
		休職・復職のルールは例外無く、運用されていますか。	
I	個人情報保護	メンタルヘルスに関する従業員の個人情報の保護のための規定を定めていますか。	