

9月にバイク(原付に毛が生えた程度の小さいものですが)で阿蘇に行ってきました。関東から九州までバイクで走るのは大変なので、フェリーを利用しました。途中、徳島に寄る便なので片道35時間かかります。

ネットは窓際に張り付いていれば、時々つながりますが、私がつまっていたベッドにカーテンがついているような部屋というより「寝床スペース」では、窓もなく全くつながりません。テレビもロビーでBSを流していましたが地上波は全く映りません。やることがないので、ただひたすらごろごろしているだけです。ネットもテレビもない二日間というのは、現代ではある意味貴重な体験だと思います。ただ、ネットのつながる可能性のある窓際にずっと陣取りパソコンをひたすらたたいていた人がいました。やはり、どこにいても仕事を絶対やるぞっていう人はいるんですね。働き方改革はいまだ道半ばです。(中山)

## 目次

### 1 令和5年度職場のメンタルヘルスシンポジウム 「中小企業におけるメンタルヘルス対策」

### 2 関連情報

#### 1 令和5年度職場のメンタルヘルスシンポジウム 「中小企業におけるメンタルヘルス対策」

令和5年度 職場のメンタルヘルスシンポジウム「中小企業におけるメンタルヘルス対策～労働者への支援が企業価値につながる～」を、2023年10月10日(火)にオンラインで開催されました。

[https://kokoro.mhlw.go.jp/mental\\_sympto/2023/](https://kokoro.mhlw.go.jp/mental_sympto/2023/)

基調講演 「中小企業のメンタルヘルス向上のために～経営者向けツール開発などの取り組み～」(一般財団法人京都工場保健会 理事 森口 次郎 氏)

において中小企業向けツールが取り上げられていますので紹介します。

[https://kokoro.mhlw.go.jp/wp-content/uploads/2023/10/mental\\_sympto\\_2023\\_2.pdf](https://kokoro.mhlw.go.jp/wp-content/uploads/2023/10/mental_sympto_2023_2.pdf)

● 小さな会社のための心の健康づくりお役立ちツール

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/index.html](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/index.html)

(上記ツールの紹介リーフレット)

○ 活力ある職場づくりの秘策教えます！心の健康づくりに役立ちます

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/file/leaflet.pdf](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/file/leaflet.pdf)

○ (紹介している5つのツール)

(1) 職場と健康に関する自己評価チェックリスト

– 産業医科大学の井上彰臣先生が作成

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/file/1\\_tool\\_check\\_list.pdf](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/file/1_tool_check_list.pdf)

(2) 経営者向けウェルビーイング・リーダーシップトレーニングプログラム

– 法政大学の小林由佳先生が作成

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/tool\\_2.html](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/tool_2.html)

(3) こころのセルフメンテ うえるびの森

– 東京大学の今村幸太郎先生が作成

<https://wellbeing-kokoro.com/>

(4) ウェブ版いきいき職場づくり職場環境改善ヒント集

– 労働安全衛生総合研究所の吉川徹先生、日本赤十字看護大学の吉川悦子先生が作成

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/tool\\_4.html](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/tool_4.html)

(5) 地域産業保健センターを活用した小規模事業場でのメンタルヘルス対応事例

– 産業医科大学の江口尚先生が作成

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/file/5\\_tool\\_book2.pdf](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/file/5_tool_book2.pdf)

○ (お役立ち情報として掲載されている情報)

・ 活力ある職場の秘けつ、教えます

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/file/leaflet\\_info1.pdf](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/file/leaflet_info1.pdf)

・ ストーリーで学ぶから超簡単！

ストレスチェックの ストレスチェックの“集団分析”

[https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u\\_tool/file/leaflet\\_info2.pdf](https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/file/leaflet_info2.pdf)

## 2 関連情報

(JILPT メールマガジン労働情報)

### ●労災保険の特別加入の対象範囲拡大について議論／厚労省部会

厚生労働省は4日、労働政策審議会労災保険部会を開催し、特別加入制度の対象範囲の拡大について議論した。

特別加入の対象は、2021年以降、芸能、アニメーション制作、ITフリーランス等へ拡大されてきたが、今回の検討は、23年5月のフリーランス法制定の際の付帯決議等で、一定の要件を満たす希望するすべてのフリーランスを特別加入制度の対象とするとされたことを踏まえたもの。

論点としては、想定される業務等には営業、講師・インストラクター、デザイン・コンテンツ制作、調査・研究・コンサルティング等があるとしたうえで、既に特別加入の対象であるITフリーランス等との関係をどう考えるか、保険料率をどう設定するか、特別加入の前提である特別加入団体のあり方をどう考えるか、団体が担う災害防止措置の内容をどのように考えるか、などをあげた。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35572.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35572.html)

### ●運転手の長時間労働是正等へ向け、「トラックGメン」と連携強化／厚労省

厚生労働省は6日、国土交通省が2023年7月に設置した「トラックGメン」との連携強化について発表した。

厚労省は2022年12月に「荷主特別対策チーム」を編成し、トラック運転者の長時間労働是正のため、長時間の荷待ちを発生させないよう発着荷主等に要請するなど改善に向けた働きかけを行っている。

厚労省では、「トラックGメン」の設置に伴い、発着荷主等について、同省のメール窓口寄せられた情報や労働基準監督署が把握した情報等を国交省に提供するほか、「荷主特別対策担当官」がトラックGメンの「働きかけ」等に参加するなど、国交省との連携を強化し、トラック運転者の労働条件の改善と取引環境の適正化に努めていくとしている。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35659.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35659.html)

▽国土交通省サイト

[https://www.mlit.go.jp/report/press/jidosha04\\_hh\\_000283.html](https://www.mlit.go.jp/report/press/jidosha04_hh_000283.html)

### ●「過労死等防止対策推進シンポジウム」「過重労働解消キャンペーン」を実施／厚労

省

厚生労働省は11月を「過労死等防止啓発月間」と定め、全国48会場で「過労死等防止対策推進シンポジウム」を実施するほか、「過重労働解消キャンペーン」として、長時間労働の是正や賃金不払残業などの解消に向けた重点的な監督指導、全国一斉の無料電話相談などを行う。

「過労死等防止対策推進法」に基づき、過労死防止の重要性について理解を深める等を目的として毎年11月に実施している。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35661.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35661.html)

## ●職場で休職者の復帰を支える皆さまへ

### 第16回 うつ病休職者の職場復帰支援を考えるフォーラム

#### 職場のメンタルヘルス再考

働き方改革導入、ポストコロナの支援の在り方、考えてみませんか

労働者がそれぞれの事情に応じた多様な働き方を選択できる社会を実現するため、働き方関連法の改正が行われ、職場は変革を求められています。また、コロナ禍で急速にテレワークが普及し、多様な働き方実現の観点で様々なメリットがある一方で、コミュニケーションの取り方などにおいて新たな工夫が求められています。

このような状況を踏まえ、うつ病等メンタルヘルスの課題を抱えて休職する方の復帰支援や職場の配慮の在り方について考える際に役立てていただくため、本フォーラムを開催します。

#### 1 開催日時

令和5年10月25日（水曜日）午後1時00分から午後4時00分まで

#### 2 対象

職場のメンタルヘルス部門（健康・人事・総務）担当の方

産業医の方・産業保健師・心理職等の専門職の方

#### 3 定員

380名（会場180名、オンライン（Zoom）200名）

#### 4 会場

座・高円寺2（東京都杉並区高円寺北二丁目1番2号）

<https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/hodohappyo/press/2023/09/07/03.html>

## ●10月は「年次有給休暇取得促進期間」／厚労省

厚生労働省は、計画的付与制度の導入も含め、年次有給休暇を取得しやすい環境整備推進のため、10月を「年次有給休暇取得促進期間」に設定している。年休は、2025年までに取得率を70%とすることが目標に掲げられているが、21年は58.3%と過去最高となったものの、依然として70%とは乖離がある。

同省では、2019年4月に義務化された「年5日の年休の確実な取得」の観点からも、計画的付与制度の一層の導入も含めて、年休を取得しやすい環境整備が図られるよう、周知広報に努めていくとしている。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_13665.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_13665.html)

●理想の先輩上司、「仕事について丁寧な指導」がトップ／民間調査

日本能率協会は3日、「2023年新入社員意識調査」結果を発表した。

同会が提供する新入社員向け公開教育セミナーの参加者を対象に、仕事や働くことに対する意識について調査。

理想だと思う上司・先輩は、「仕事について丁寧な指導をする」(79.0%)がトップで、

「言動が一致している」(53.2%)、「部下の意見・要望を傾聴する」(47.3%)などの順。

第5位の「仕事だけでなく、プライベートも大事にする」については、男性38.1%、女性52.1%で、女性の方がより重視している傾向にあると指摘している。

<https://jma-news.com/archives/6230>

▽詳細

[https://jma-news.com/wp-content/uploads/2023/10/20231003\\_New-employee-survey\\_release.pdf](https://jma-news.com/wp-content/uploads/2023/10/20231003_New-employee-survey_release.pdf)

(厚生労働省)

●労働基準関係法令違反に係る公表事案

(令和4年9月1日～令和5年8月31日公表分)

<https://www.mhlw.go.jp/content/001150620.pdf>

●石綿対策に係る全国一斉パトロールを実施します

厚生労働省は、国土交通省、環境省と合同で、石綿対策に係る全国一斉パトロールを令和5年10月頃～11月頃まで実施します。

今後、石綿含有建材を使用する建築物等の解体工事等が増加することが想定される中、令和5年10月1日から、建築物および船舶（鋼製の船舶に限る）の石綿含有の事前調査については、厚生労働大臣が定める資格者が行うことが義務付けられます。解体工事に伴う石綿等の粉じんの発散の防止など、これまで以上に現場における法令の遵守徹底が重要になっています。

このため、厚生労働省では、石綿対策に係る全国一斉パトロールを実施し、労働者への石綿等のばく露防止対策の徹底や再生砕石への石綿含有産業廃棄物の混入防止の徹底について国土交通省、環境省と連携し、現場指導や監視の徹底を図ります。

【概要】

1. 実施期間 令和5年10月頃～11月頃まで  
※上記は概ねの期間であり、都道府県・市区町村により実施期間は異なります。

2. 実施機関 各都道府県労働局の労働基準監督署が、各都道府県および特定行政庁の建設リサイクル法担当部局および環境部局と合同で実施

### 3. 実施内容

【労働基準監督署】労働安全衛生法、石綿障害予防規則の遵守状況の確認および周知徹底

【建設リサイクル法担当部局】建設リサイクル法の遵守状況の確認および周知徹底

【環境部局】廃棄物処理法、大気汚染防止法およびフロン排出抑制法の遵守状況の確認および周知徹底

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35474.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35474.html)

(ヨミドクター)

●うつ状態でダウン、課長には向いていないと訴える…選んだのは治療的配置転換

<https://yomidr.yomiuri.co.jp/article/20230920-OYTET50002/>

(保健指導リソースガイド)

●うつ病は「7つの生活スタイル」により低減できる ソーシャルメディアの有効活用もメンタルに良い影響

<https://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2023/012553.php>

●コロナ禍で妊娠を延期した女性の半数以上に強い孤独感 32%が心理的苦痛 危

機時のメンタルヘルスケアが必要

<https://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2023/012552.php>

小野田 富貴子 (両立支援担当)

fukiko-onoda@honbu.johas.go.jp

中山 篤 (メンタルヘルス担当)

atsui78natsu@gmail.com

菅野 由喜子 (メンタルヘルス担当)

yukikan28@gmail.com