

従業員のメンタルヘルスは経営資源!

職場環境への ポジティブアプローチ

～職場活性化への5ステップ～



ツールの紹介と進め方(社内担当者向け)

平成28年度 厚生労働科学研究費補助金 労働安全衛生総合研究事業
「労働生産性の向上に寄与する健康増進手法の開発に関する研究」
(主任研究者: 島津 明人)

職場環境へのポジティブアプローチ ～職場活性化への5ステップ～

ツールの紹介と進め方(社内担当者向け)

目次

1. はじめに	2
2. 職場の強み(資源)チェックリストとは?	3
3. 参加型討議を用いた職場活性化の5ステップ	9
(1) ステップ1 参加型討議の企画	9
(2) ステップ2 開催準備, チェック実施・集計	11
(3) ステップ3 参加者への説明	16
(4) ステップ4 参加型討議の運営	16
(5) ステップ5 フォローアップと評価	20
4. 生き生き働ける職場づくりのために	21
(1) 経営者の理解を得た参加型活動の意義	21
(2) 参加者の関心を引き出す方法	21
(3) 活動計画の実現と継続のコツ	22
(4) 各種ツールや社外機関・専門職活用のススメ	23

添付資料

資料1:「職場の資源(強み)チェックリスト」	4
資料2:「職場の資源(強み) 集計結果」	6
資料3:職場活性化参加型討議「タイムテーブル」	12
資料4:職場活性化参加型討議「記録シート」	15
資料5:「ポジティブ版アクションチェックリスト」	18

1. はじめに

この冊子は、経営資源としても重要な、従業員の心の健康と労働意欲向上を目指して、職場活性化を進める方法と、活用できるツールを紹介しています。

職場を活性化することは、良い会社づくり・経営の視点からも重要です。活性化した職場とは、コミュニケーションが活発でチームワークの良い職場、健康に配慮しながら働ける職場、ワーク・ライフ・バランスを保てる職場、成長が実感できる職場、公正で適切な評価・報酬が得られる職場、などを指します。このような働きやすい職場環境を整えることにより、従業員がメンタルヘルス不調になるのを防ぐだけでなく、労働意欲を高く保ち心身ともに最大のパフォーマンスを発揮できるようになり、職場全体としての生産性が高まることが期待できます。

近年、経済産業省でも、「健康経営」、つまり、経営的視点も踏まえて戦略的に健康づくりに取り組んでいる企業を「健康経営銘柄」として表彰する取り組みを始めました。厚生労働省でも、2000年頃から職場のメンタルヘルス対策の推進に向けた指針を公表しています。産業医や産業保健師、産業心理職などの産業保健スタッフに支援を求めることもできますが、ここではそれらのスタッフからの支援が受けにくい職場を想定し、経営者や人事労務担当者などの協力・支援のもとに、従業員参加型で活動を進める方法をご紹介します。



職場活性化とは？

- コミュニケーションが活発
- チームワークが良い
- 健康に配慮しながら働ける
- ワーク・ライフ・バランスを保てる
- 成長が実感できる
- 公正で適切な評価・報酬が得られるなど



働きやすい職場環境を整えることで…

- 従業員がメンタルヘルス不調になるのを防ぐ
- 労働意欲を高く保つ
- 最大のパフォーマンスを発揮できる
- 生産性が高まる
- などが期待できる

2. 職場の強み(資源)チェックリストとは？

職場環境の強み(組織資源)を見出すためのチェックリストです(次ページ図参照)。まずは現状を知った上で対策を考えるため、事前調査が必要です。「強み(資源)チェックリスト」は、職場のコミュニケーションや公正性など、プラスの価値がある特性、すなわち強み(資源)を数値化しようとするものです。新職業性ストレス簡易調査票で取り上げられている22種類の組織資源(個人作業レベル6種類、部署レベル8種類、事業場レベル8種類)の各項目に関して、従業員が4段階(1.充実していない、2.やや充実している、3.充実している、4.とても充実している)で回答します。回答選択肢の表現は、従業員が各職場の弱みではなく強みに気づきやすくするために、肯定的な方向(どの程度充実しているか)に統一してあります。

組織資源	個人作業レベル	部署レベル	事業場レベル
1. 職場の雰囲気	1	2	3
2. 職場の設備	1	2	3
3. 職場の安全	1	2	3
4. 職場の衛生	1	2	3
5. 職場の教育	1	2	3
6. 職場の研修	1	2	3
7. 職場の福利厚生	1	2	3
8. 職場の健康経営	1	2	3
9. 職場のコミュニケーション	1	2	3
10. 職場の公正性	1	2	3
11. 職場の透明性	1	2	3
12. 職場の信頼性	1	2	3
13. 職場の柔軟性	1	2	3
14. 職場の創造性	1	2	3
15. 職場の学習性	1	2	3
16. 職場の成長性	1	2	3
17. 職場の安定性	1	2	3
18. 職場の持続性	1	2	3
19. 職場の競争力	1	2	3
20. 職場の社会貢献	1	2	3
21. 職場の環境意識	1	2	3
22. 職場の社会責任	1	2	3

