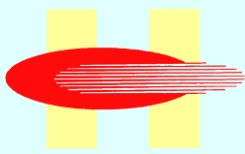




2011-2012年度



千葉東ロータリークラブ 週報



会長 穴倉 壽夫
幹事 加藤 隆

国際ロータリー会長 カヤン・パネルジー
2790 地区ガバナー 山田 修平
第3分区Aガバナー補佐 高山 正孝

第918回例会 2011.11.28(月)

本日のお客様

中央労働災害防止協会メンタルヘルス支援専門家
産業カウンセラー 家族相談士 心理相談員
内藤 恵子 様

会長挨拶

穴倉 壽夫 会長



今月は地区大会にはじまり、千葉駅前花壇の清掃、そして、分区ゴルフといろいろな行事がありました。今日、久しぶりに顔を合わせる方もいます。まず、地区大会では当クラブが会員維持に努力したということでR・I事務総長からの表彰を受けました。これは神田年度の大きな功績であります。14日の社会奉仕委員会の事業である千葉駅前清掃の後の炉辺会合では、クラブ研修リーダーの吉田さんから活動計画書の最初の4ページについて勉強させていただきました。さらに、分区の親睦ゴルフ大会では44名の参加者がありました。武田親睦委員長には大会実行委員長として活躍していただき、ありがとうございました。このような

活動からは各委員会の活動が本格化してきたという実感を持っており、今後の活発な委員会活動に期待していきたいと思います。

また、先週の金曜日の25日には小川会員が深く関わっている「命の大切さを考える私の未来の会」主催の東日本大震災復興支援講演会が千葉市文化ホールで開催されました。千葉と相馬との歴史的な関係がパネラーによるディスカッションが開かれました。クラブとしても支援していることから私も参加しましたが大変盛況でした。会員が自らできる範囲内で社会奉仕活動をするのはまさにロータリアンらしい活動であると思っています。小川会員には大変ご苦労様でした。

本日はゲスト卓話の日ですが、卓話者に内藤恵子様をお迎えしています。内藤様は、心理相談員として実務に携わっておられ方であり、今日は我々自身や従業員のメンタルヘルスについてお話しいただくこととしております。

さて、恒例の一口メモです。

1910年に全米で16クラブまでロータリー・クラブが拡大したという話を前回いたしました。

その背景として、ポールハリスは親睦・互惠派と袂を別ち、他の地域でのロータリーの拡大に取り組みました。1908年にサンフランシスコを皮切りにニューヨーク、ボストンなどに拡大していきました。そして、1910年8月15日に全米ロータリー・クラブ連合会の第1回会合が開かれました。1908年にシカゴ・クラブに入会したアーサー・フレデ

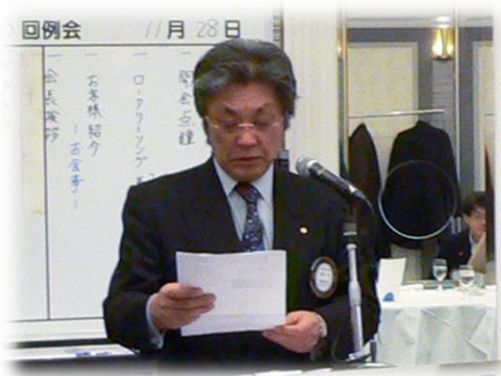
リック・シェルドンが公式の場・・・第1回全米ロータリー・クラブ連合会総会・・・で20世紀の実業人を成功に導く方法は、利益を他人とシェアするというサービス学を順守することであると説き、その理念を端的に表す言葉として He profits most serves his fellows best というモットーを発表しました。

翌年の1911年第2回年次総会では his fellows・・・自分の関係者・・・を取った He profits most who serves best が採択されました。

今日はここまでとします。

幹事報告

加藤 隆 幹事



- ◆ 千葉西RC忘年家族例会案内
12月17日(土) 18:00～ 東天紅
会費 10,000円/人
- ◆ 千葉若潮RC忘年例会案内
12月15日(木) ホテルニューオータニ幕張
詳細については後日連絡
- ◆ 地区大会参加登録のお礼状が山田ガバナーおよび大会実行委員長名で来ております。
- ◆ 6クラブ合同例会、今年度は+新千葉RCで7クラブとなり、1月17日(火)にあります。当クラブは振替例会となりますので登録料7,000円のうち3,600円は例会費を充填するため参加者は3,400円の負担となります。登録についての詳細は後日連絡いたします。
- ◆ 地区広報IT委員会よりRIからの補助金を活用したロータリーの活動を紹介した一般市民向けの動画を作成し、千葉テレビで放映予定しているそうです。何か要望がありましたら地区委員会までご連絡ください。

ゲスト卓話

メンタルヘルスの現状と対策

中央労働災害防止協会メンタルヘルス支援専門家
産業カウンセラー 家族相談士 心理相談員

内藤 恵子 様



「メンタルヘルス対策支援センター」は、こんなご相談に対応させていただきます。

- ・メンタルヘルス対策の取り組みがよくわからない。
- ・メンタルヘルス不調と思われる者がいるが、どう対応し向き合っていけば良いのか。
- ・職場復帰させるにはどんな手順で進めていけば良いのか。コミュニケーションをどんな風にとれば良いのか。
- ・社内にメンタルヘルス対策の体制を作りたいが、どうすれば良いのか。
- ・メンタルヘルスについて、働く人たちの意識を高めようとする良い方法はないか。
- ・社内スタッフへの教育・研修、特に管理職への教育研修はどうすればよいのか。

まずは、現在の状況をセルフチェックしてみましょう。

①衛生委員会等での調査審議の徹底

- ・メンタルヘルス対策を審議する場(衛生委員会等)がある はい いいえ
- 『はい』の場合、その議事内容を労働者に周知徹底している はい いいえ

②事業場における実態の把握

- ・メンタルヘルス上の理由による不調の休業者がいる はい いいえ
- ・休業者がいる場合は、人数を把握している はい いいえ

③心の健康づくり計画の策定

- ・「心の健康づくり計画」という吉葉を矢口っている
はい いいえ
- ・事業者がメンタルヘルス対策を積極的に推進する旨を表明している
はい いいえ

④参事業場内体制の整備

- ・産業医がいる（50人以上の事業場）
はい いいえ
- ・職場にメンタルヘルスの推進担当者がいる
はい いいえ

⑤教育研修の実施

- ・メンタルヘルスに関する研修会を開催した事がある
はい いいえ
- ・管理監督者（上司その他労働者を指揮命令する者）への教育研修を実施している
はい いいえ

⑥職場環境等の把握と改善

- ・職場環境に関するアンケートを実施している（作業内容、労働時間、仕事量、人間関係等）
はい いいえ

⑦メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応の実施

- ・メンタルヘルス不調者の相談体制がある
はい いいえ
- ・メンタルヘルス不調者に対し、医療機関等に取り次ぐ体制がある
はい いいえ
- ・長時間労働者に対し、面接指導を行う仕組みがある
はい いいえ

⑨軒職場復帰支援

- ・メンタルヘルス不調で休業した人の職場復帰支援プログラムがある
はい いいえ

次に、この結果を踏まえ今後の対策等についてご説明します。

①衛生委員会での調査審議の徹底

メンタルヘルスケアの推進に当たっては、事業者が労働者等の意見を聴きつつ事業場の実態に即した取組を行うことが必要です。まずはできるところから始めましょう。そのメンタルヘルス対策の実施内容と体制を整備するための進め方、また、個人情報の保護に関

する規定の策定等も、衛生委員会等において十分調査審議を行うことが重要です。

②事業場における実態の把握

まずは担当部署等での実態把握や支援がなされていることを前提に、衛生委員会等における調査審議を行うに当たっては、個人情報や踏まえ、メンタルヘルス不調による休業者の有無、人数や休業日数等、心の健康問題に係る事業場の現状を把握しましょう。

③「心の健康づくり計画」の策定

メンタルヘルスケアは、中長期的視野に立って、継続的かつ計画的に行われるようにすることが重要です。

「心の健康づくり計画」に盛り込むべきこと

- ア 事業者がメンタルヘルスケアを積極的に推進する旨の表明に関すること
- イ 事業場におけるメンタルヘルスに対する体制整備に関すること
- ウ 事業場における問題点の把握及びメンタルヘルスケアの実施に関すること
- エ メンタルヘルスケアを行うために必要な人材確保及び事業場外資源の活用に関すること
- オ 労働者の健康情報の保護に関すること
- カ 心の健康づくり計画の実施状況の評価及び見直しに関すること
- キ その他（労働者の心の健康づくりに必要な措置に関すること）

④事業場内体制の整備

メンタルヘルス対策を行うには、事業場内の体制整備が必要です。

- 産業医等
- メンタルヘルス推進担当者
- 衛生管理者等
- 保健師等
- 専門スタッフ
- 人事労務管理

※メンタルヘルス推進担当者～事業場内の産業保健スタッフ等からの選任が望ましい

⑤教育研修の実施

管理監督者（上司その他労働者に指揮命令する者）、その他全ての労働者に対して教育研修、情報提供を行うことが必要です。

また、産業保健スタッフの職務に応じた教育研修、育成、知識修得等の機会を図る。

- メンタルヘルスケアに関する事業場の方針
- メンタルヘルスケアの意義
- ストレス及びメンタルヘルスケアに関する基礎知識
- セルフケア、ストレスの気づき方
- 自発的な相談の有用性
- 労働者からの相談対応の仕方
- 事業場内産業保健スタッフ等の連携の方法など

⑥職場環境の把握と改善

労働者の心の健康には、職場環境、心身疲労回復のための施設および設備、労働時間、仕事の質と量、ハラスメントを含む人間関係が超因します。そこで、メンタルヘルス不調の未然防止を図る観点から職場環境等の改善に積極的に取り組む必要があります。このため事業者は、日常の職場環境等を評価し、問題点を把握することで、職場環境の改善を図らなければなりません。そのためにストレスチェックリスト等を用いて現状を把握するなどの方法があります。

⑦メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応

- メンタルヘルス不調者を早期発見するために・・・
- 労働者、管理監督者、家族等からの相談に対し適切に対応出来る体制づくり
 - ストレスに関する調査票や自分でチェックできる機会の提供
 - 自発的な相談につながるよう意識を高める
 - メンタルヘルス不調者に対する、医療機関等への相談や受診の体制づくり
 - 労働者の家族に対する気づきや支援の促進(家族に対してメンタルヘルス基礎知識等情報提供)
 - 過重労働者に対する面接指導の体制づくり健康診断実施時の活用
 - 個人情報の保護への十分な配慮

⑧職場復帰支援

メンタルヘルス不調により休業した労働者が円滑に職場復帰し、再発を防止するために・・・

- 衛生委員会等において、産業医等の助言を受けながら職場復帰支援プログラムを策定する。
- 職場復帰支援プログラムについて、労働者に周知を図る。
- メンタルヘルス不調者に応じた事業場内(産業保健スタッフ等)・事業場外資源(医療機関、相談機関)を活用する。

メンタルヘルス支援センターでは対面、電話、ファクシミリ、メールによりメンタルヘルス対策全般についての相談に応じます。又、事業所を訪問して、メンタルヘルス対策の実施について専門家がアドバイスします。



穴倉 会長 内藤様ありがとうございました。メンタルヘルスの重要性を認識し、今後の職場環境の改善に役立てたいと思います。

池田 会員 東日本大震災復興支援につきまして会員皆様には多大なご支援、実行委員の一人として感謝申し上げます。

佐藤 会員 11月13日に開催した稲毛新聞創刊15周年祝賀会はお蔭様で盛会裏に終わることが出来ました。穴倉会長はじめ会員の皆様のご出席ありがとうございました。

松澤 会員 ゴルフ大会、駅前清掃に参加出来ず申し訳ございませんでした。卓話いただいた内藤様ありがとうございました。

計 20,000円

累計 ¥575,000円+50\$(Singapore)

発行 千葉東ロータリークラブ 会報委員長 吉田 宏一

創立：1991年1月21日

認証：1991年3月6日

例会場：ホテルニューオータニ幕張

点鐘：毎月曜日 18:30～

事務局：千葉市稲毛区穴川3-5-27上総ビル 303 TEL 043(251)2790 FAX 043(251)2726

HP <http://www.chiba-higashi.jp/>

Email chiba-higashi_rc@jazz.odn.ne.jp