

## 令和2年度労災疾病臨床研究事業費補助金

### 「小規模零細事業場の構成員に必要な支援を効率的に提供するツールと仕組みを通してメンタルヘルス対策を浸透させることを目指す実装研究」(200401-01)

研究代表者：堤 明純（北里大学医学部公衆衛生学単位）

#### 研究の目的

本研究では、これまで有効性が評価されてきた、労働者および管理監督者向け教育や職場環境改善手法等の職場のメンタルヘルス対策手法に、メンタルヘルス不調発生時の相談先や好事例集等、現場で活用できる情報を加えたツール類を、小規模事業場の構成員（労働者、経営者）向けに開発して実装を図り、それらを地域・職域で運用するモデルを提案することを目的とする。

#### 研究方法

メンタルヘルス不調の予防方策については、インターネット認知行動療法のうつ病予防効果等がすでに確立されつつある。本研究では、これら知見を応用して、小規模事業場の経営者や従業員の意見なども反映させたプログラムを作成し、メンタルヘルス対策の実装が困難な小規模事業場への浸透を目指す。すなわち、Patient and Public Involvement (PPI) の考え方を取り入れ、研究当初から、目指す成果物と研究方法について小規模事業場の当事者の意見を取り入れ、現場に受け入れやすい支援ツールを開発する。

小規模事業場の支援は、広く産業保健サービスのなかにメンタルヘルスも位置づけられることで、持続性があるものを提唱できる。産業保健総合支援センター、地域産業保健センターと労働衛生機関等の外部機関によるチームとしての対策の重要性が指摘されており、これらと産業医、保健師、社労士といった地域資源の連携方法を調査し、小規模事業場におけるニーズの把握と支援源とのリンクを効率的に行う枠組みを提案する。

#### 研究成果

PPI の枠組みで、研究成果の将来の受益者として研究に参画いただいた研究協力者、および、労働者や事業者向けを対象とした調査から、小規模事業場の構成員が求めるメンタルヘルス教材の内容や配信方法についての情報を得た。これらの情報を基に構成員（小規模事業場の労働者および経営者）向けの IT を用いた支援ツールのプロトタイプを作成した。

メンタルヘルス不調者発生時の対応マニュアルを開発するために、神奈川産業保健総合支援センターの支援活動の実績を分析し、メンタルヘルス支援についての事業場のニーズを検討した。加えて、地域産業保健センターのコーディネーター等からメンタルヘルスに関する対応例をヒアリングし、事例集の作成を開始した。

小規模事業場における職場環境改善方策を検討するため好事例の収集を行った。個人情報保護をはじめ、小規模事業場で職場環境改善を実施する際の工夫についても情報収集

した。小規模事業場における職場環境改善を遠隔で実施する際の課題を整理し、IT ツールの作成を開始した。

地域産業保健センター、労働衛生機関、全国健康保険協会等へのヒアリング調査、経営者・人事総務担当者向け質問紙調査、経営者と商工会議所等の支援団体を対象としたヒアリング調査を実施し、事業場の情報を効率的に拾い上げ必要な支援につなげるための支援源の連携方策、小規模事業場におけるメンタルヘルス対策の現状や実施を困難にしている課題、対策を実施するための支援のニーズについて検討した。

## 結論

PPI の枠組みを活用して、事業者や労働者および支援団体から得られた情報を参考に、①フィンランドで実装されている事業者向けのセルフアセスメントツールの翻訳版、②労働者向け IT 教材、③事業者向け IT 教材、および、職場環境改善を支援するための IT ツールのプロトタイプを作成した。地域における小規模事業場のメンタルヘルス支援および連携の実際について情報を得た。

## 今後の展望

新型コロナウイルス感染症の流行のため、当初計画していた実際の事業場で改善活動等を行いながらの情報収集が不可能となった。一方で、小規模事業場への遠隔支援が、あらためてニーズとして把握されたため、小規模事業場の構成員（労働者および経営者）向け IT 教材とともに、職場環境改善についても IT を利用したツールの開発を目標とすることとした。今後は、本年度に作成したツールのプロトタイプを用いたトライアルを、現場フィールドで実施し、参加者、参加事業場からのフィードバックを得て、ツールの改良を行う予定である。