

令和4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

小規模事業場は、種々のリソースの不足や配置換えができない等の構造的な限界から、メンタルヘルス対策が進んでいない。本研究は、これまで有効性が評価されてきた、構成員（労働者および経営者）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、利用者に参画してもらいながら（Patient and Public Involvement: PPI）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した。

研究方法

本研究では、小規模事業場の構成員に意見を聞きながらツール類を開発し、HP等を活用した広報活動への反応を見ながら、小規模事業場にメンタルヘルス対策を浸透させる方策を検討した。

令和4年度は、前年度までに開発したツールの有用性調査や自治体におけるアクション・リサーチを通じて、ツール類の完成と、それらを用いたメンタルヘルス対策を浸透させるための方策を整理した。

研究成果

フィンランドで開発・実装されている小規模事業場の事業者向けの自己記入式チェックリスト SYTY2000 を翻訳し、研究分担者・研究協力者の意見を踏まえ、わが国の小規模事業場の実情に即した形にした SYTY2000 日本語版が完成した。

小規模事業場向けセルフケア支援プログラム「うえるびの森」の実装にあたり、参加希望企業の雇用主・担当者への教育という実装戦略が、個人レベルの採用を高める可能性が示された。

小規模事業場経営者向けに、全15回で構成するトレーニング教材を開発した。小規模事業場経営者が従業員の健康を配慮するための知識や効力感を向上させることが期待できるトレーニング教材となった。

産業保健活動を社内のリソースでは十分に行えない小規模事業場でのメンタルヘルス対策を進める上で、地域産業保健センターの活用を念頭に置いた「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」の最終版を作成した。

フィージビリティ調査の結果、開発中の参加型職場環境改善のための遠隔プログラムの改善点をあきらかにした。

小規模事業場におけるメンタルヘルス対策を浸透させるために「手軽な取り組みをまとめた好事例集」、「中小企業における集団分析・職場環境改善の進め方についてのリーフレット」、「簡単な取り組みから本研究で開発するツールなどへ誘導する目録」を開発した。インタビュー調査に基づいて、「労働者が安心して心身の健康情報を伝えられる条件」を整理した。

地方の政令指定都市と協働したアクション・リサーチを通じて、地域・職域連携推進事業および健康経営推進事業を活用した中小規模事業場のメンタルヘルス支援の実装可能性について検討した結果、実施による成果の有効性は期待できるものの、研究にとどまらない実装化に向けては自治体の保健専門職における職場のメンタルヘルス支援に関する知識・向上が課題であることが示唆された。

社労士・税理士・中小企業診断士・商工会議所・業界団体・EAP 機関・保健師の団体によってはカバーされる範囲は大きいことが分かり、これらの支援団体と専門職が連携することで、メンタルヘルス対策の支援とする中小企業に必要な支援を届けやすくなることが考えられた。小規模事業場にとって身近な支援組織からの定期的な配信を継続すること、様々な支援機関と連携すること、およびホームページへのアクセスからツールのダウンロードに至るプロセスを改善することが、実装戦略の目的達成のためには重要であると考えられた。

結論

以上の研究成果を基に、小規模事業場の構成員を対象として情報やツールを提供するウェブサイト「小さな会社のための心の健康づくりお役立ちツール」を立ち上げた https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/u_tool/

今後の展望

小規模事業場の構成員を対象として情報やツールを提供するために、研究成果を基に作成したウェブサイト「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/) を公開した。想定利用者の意見を取り入れて開発したツール類は、小規模事業場の構成員に受け入れやすいものと期待される。今後、研究期間に構築したネットワークを用いて、さらに広報を行い、小規模事業場のメンタルヘルス対策のために活用いただければと希望している。