

## 平成27年度労災疾病臨床研究事業費補助金

### 「メンタルヘルス不調による休職者に対する科学的根拠に基づく新しい支援方策の開発」

(14070101-01)

研究代表者 堤 明純 北里大学医学部公衆衛生学教授

#### 研究目的

本研究では、メンタルヘルス不調により療養を要する労働者のセルフケアや家族によるケア、療養面、労務管理面等において、労働者本人、家族、主治医、事業場者及び人事労務担当者、ライン、産業医を含む産業保健スタッフ等の関係者がどのように関与すべきかについて、産業医と臨床医のネットワークを活用した複数の事業場でのモデル事業や臨床研究（効果評価研究）を取り入れて、臨床面と職場において科学的根拠をもった、実効性のある、メンタルヘルス不調労働者の休業中のセルフケア、円滑な復職、再発予防を総合的に支援する新しい制度とツールを含む対策を提案することを目的とする。

#### 研究方法

以下6つの課題に関して、平成26年度に情報を収集し、平成27年度に各種方策を実行するためのガイドラインやマニュアル等のツール類を試作して、有効性評価のため比較対照研究もしくはモデル事業を開始し、平成28年度にガイドライン、マニュアルを完成させることを計画している。平成26年度には、先進国等における制度や実例の情報収集、関連課題に関する文献及びガイドラインレビュー、簡便な調査を行った。専門施設・専門グループの協力関係を樹立し、研究遂行に当たり必要な体制を整えた。2年目にあたる平成27年度には、平成26年度の成果を基に、メンタルヘルス不調に陥った労働者を、復職前、復職時、復職後の再発予防の、それぞれの段階で支援する方策を運用するための、ガイドラインやマニュアル等のツールを開発し、最終年度に効果評価を行う準備を整えた。

1. メンタルヘルス不調による休業者のセルフケア支援方策の開発
2. 主治医と事業場スタッフの円滑な連携を目的としたフィットノートシステムの開発
3. 生活記録表による復職支援の開発
4. リワーククリニックのスタッフによる職場訪問型復職支援プログラムの開発
5. 復帰後の再発予防のための管理監督者教育及び職場環境改善の手法の開発
6. 職場復帰後のメンタルヘルス不調労働者の再発予防のための産業保健スタッフ・上司・本人が情報交換するシステムの開発

#### 研究成果

1. メンタルヘルス不調による休業者のセルフケア支援方策の開発

メンタルヘルス不調により休業中の労働者のセルフケアの支援方策について、産業保健スタッフ向けガイドラインの素案と、ウェブを利用したセルフケア支援ツールを作成した。

2. 主治医と事業場スタッフの円滑な連携を目的としたフィットノートシステムの開発

日本型フィットノートシステムの素案とシステム構築のためのツールとマニュアルを作成し、ワーキンググループや専門家から、制度、運用上の課題、および法的な問題点等について意見を心得て改善した。

### 3. 生活記録表による復職支援の開発

産業医並びに精神科医によるフォーカスグループディスカッションの結果に基づいて、標準的な生活記録表と生活記録表を用いた復職判定マニュアル（暫定版）を作成した。

### 4. リワーククリニックのスタッフによる職場訪問型復職支援プログラムの開発

復職支援プログラムを整理し、リワークスタッフによる職場訪問型支援のガイドライン案を、実際に事業場で活用できるツール類とともに作成した。これらを基にリワークスタッフのトレーニングを行うためのプログラム案を作成し、パイロット的に試行した。

### 5. 復帰後の再発予防のための管理監督者教育及び職場環境改善の手法の開発

管理監督者向けのマネジメントスキルに対応したメンタルヘルス不調の部下の復職対応スキル研修の基本プログラムを完成させ、試行により有効性が示された。従来から行われている産業保健上の就業上の配慮以外にも、多様な視点による改善を盛り込んだ「職場復帰時の職場環境改善の手法（暫定版）」を作成した。

### 6. 職場復帰後のメンタルヘルス不調労働者の再発予防のための産業保健スタッフ・上司・本人が情報交換するシステムの開発

産業保健職および精神科医等の意見を聞き、システムの運用、手順、掲載する情報等の範囲等を決定し、情報交換システムのパイロット版を作成した。また、既存の情報交換システムとの互換性を確認した。

## 結論

メンタルヘルス不調により療養を要する労働者の包括的な支援方策を検討するに当たり、本年度は、各分担研究班で、それぞれの支援方策を実施するためのツール類を開発し、最終年度における効果評価研究の準備を整えた。

## 今後の展望

メンタルヘルス不調による休職者の支援方策の有効性の検証は海外でも少数であり、臨床医及び産業医とのネットワークを活用した効果評価研究及びモデル事業を実施する本研究は、これまで本邦で行われていなかった方策について、根拠に基づく実効可能な方策を提案できる。さらに、開発するガイドラインとマニュアルは、実務で容易に使用される指針として活用できる。