

メンタルヘルス対策 チェックポイント

このチェックポイントは、メンタルヘルス対策で取り組むと良い内容をリストにしたものです。

まずは、リストを参考に会社（組織）の取り組みについて振り返ってみましょう。



Check!

各項目の解説動画（約4分半）も併せて、ご参考にしてください ⇒



大項目	小項目	★は50人以上の事業場は必須	チェック
会社（組織） の取り組みとして	メンタルヘルスに関する会社（組織）方針を示し、従業員へ周知を行う		<input type="checkbox"/>
	衛生委員会★や管理監督者の会議等でメンタルヘルス対策に関して話し合いを行う		<input type="checkbox"/>
	メンタルヘルスにおける会社（組織）の方針や取り組みなどを明記した計画書の策定（心の健康づくり計画）		<input type="checkbox"/>
	休職から復職までの流れを整備する		<input type="checkbox"/>
会社（組織） の体制整備	会社（組織）内でのメンタルヘルスに関する役割担当を決める		<input type="checkbox"/>
	相談窓口の設置		<input type="checkbox"/>
	外部機関との連携		<input type="checkbox"/>
働きやすい 職場環境の実現	各種データの活用（勤怠データ・環境測定・アンケート調査等）		<input type="checkbox"/>
	ストレスチェックの実施★		<input type="checkbox"/>
	従業員間のコミュニケーション促進のための対策		<input type="checkbox"/>
研修	定期的な社内研修の実施		<input type="checkbox"/>
	相談窓口担当者等の必要スキル習得のため研修会参加		<input type="checkbox"/>

実際に取り組まれる際は、会社（組織）にあった対策が大切です。どこから始めたらいいのかわからない、不安な事や疑問がありましたら、当センターでは、メンタルヘルス対策に係る導入支援を無料で行っていますので、お気軽にお問合せ下さい。

