

職員の健康に向けての取り組み

社会福祉法人 恵の園（群馬県）

住 所 群馬県渋川市渋川 4418

TEL 0279-22-1730

URL <http://www.meguminosono.jp/>

経営理念 「自らを愛するようにあなたの隣人を愛しなさい」（聖書）という理念の下、人にとっての真の幸せや心の平安を考えつつ、「人間福祉」を目指し福祉の働きを推し進めています。

事業内容及び定員 障害者支援施設（50名、30名、80名）3カ所
障害福祉サービス事業所（40名、38名、20名、22名）4カ所
認知症対応型共同生活援助事業（9名）1カ所
心身障害者（児）デイサービスセンター（10名）1カ所

他、収益事業
相談支援事業
福祉用具貸与・販売事業
介護職員初任者研修事業

収 入 (法人全体) 平成26年度決算	① 社会福祉事業	1,570,405,799 円
	② 公益事業	23,405,435 円
	③ 収益事業	19,707,279 円
	合計	1,613,518,513 円

職員数 (法人全体) 184 名（非常勤含む）（8月1日現在）

当面する経営課題

- ・新規事業（特別養護老人ホーム開設）に向けての取り組み
- ・社会福祉法人制度改革で求められている課題への対処
- ・「中期ビジョン」の策定

取り組みに
着手した
理由、背景

近年、ストレスをコントロールできず、不調を訴える職員が見受けられるようになってきている。

職員の心の健康に向けての取り組みの必要性を感じ、安全衛生委員会等で検討を重ねた結果、職場のメンタルヘルスに関する専門性の高さ、実績等を有している外部機関との契約に至った。

取り組みの
現時点
での効果

- ・平成 20 年度より実施しているストレス診断テストにより、メンタルの健康についての自己意識を高めることができた。
- ・電話やメールで専門性を持った機関に直接相談することが出来るようになった。
- ・職場鬱等で不調を訴えた方 4 名のうち、3 名は休職し静養する事となった。その後、外部機関、産業医、主治医、事業所（施設長）が情報共有し、復職に向けた支援、カウンセリングを行ない、現在は、全員が職場への復帰を果たしている。
- ・本人だけでなく、家族などの問題にも対応し、一人で抱え込まなくてよい体制を整えることができたと考えている。

恵の園では、安全衛生委員会の取り組みとして、まず、平成 20 年度より毎年「職業性ストレス簡易調査表」を職員に配布、記入していただき、回収、集計し、「あなたのストレスプロフィール」をお渡しし、現在の、各個人のストレスの現状を把握してもらった上で、予防、改善に努めていただいています。

しかしながら、予防、改善に向けての取り組み姿勢は、各職員様々であり、また、その方法が分からず改善に至らないケースがありました。

そのため、安全衛生委員会等で検討を重ねた結果、相談やアドバイスをしていただくことができる職場のメンタルヘルスに関する専門性の高さ、実績等を有している外部機関と平成 25 年度より契約するに至りました。

平成 25 年に外部機関と契約後、以下の取り組みを開始した。

(1) 相談支援

外部機関の連絡先が記載されているカードを全職員に配布、メンタルに不調を訴える職員の相談(メールや電話での受け付けも可能)、また、本人以外にも、同僚や部下、家族の相談にも応じている。

(2) ストレス診断テスト

年 1 回、全職員を対象に実施。その結果を各個人に配布し、日々の健康管理や業務に役立てている。

(3) 職員研修

各個人の現在のストレス状態や特徴、診断テストの結果分析及び活用方法についての説明を、全職員を対象に実施した。

(4) ストレス診断テストの結果分析

2013 年度は、61.2%が正常範囲であったのに対して、要注意者が 38.8%に上った。一般企業の要注意者の平均が 20%台であるため、それと比較すると高い数値となっているが、人と接する職種の特異性との分析であった。2014 年度は、62.5%が正常範囲、要注意者が 37.5%と若干の改善が見られた。この分析結果は各事業所別、各業務別にもまとめられており、その傾向については管理職が周知し、指導、アドバイスに活用している。

職業性ストレス簡易調査票

A. あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	そう だ	そま うだ	ちや がや う	ちが う
1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない-----	1	2	3	4
2. 時間内に仕事が処理しきれない-----	1	2	3	4
3. 一生懸命働かなければならない-----	1	2	3	4
4. かなり注意を集中する必要がある-----	1	2	3	4
5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ-----	1	2	3	4
6. 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない-----	1	2	3	4
7. からだを大変よく使う仕事だ-----	1	2	3	4
8. 自分のペースで仕事ができる-----	1	2	3	4
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる-----	1	2	3	4
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる-----	1	2	3	4
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない-----	1	2	3	4
12. 私の部署内で意見のくい違いがある-----	1	2	3	4
13. 私の部署と他の部署とはうまが合わない-----	1	2	3	4
14. 私の職場の雰囲気は友好的である-----	1	2	3	4
15. 私の職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない-----	1	2	3	4
16. 仕事の内容は自分にあっている-----	1	2	3	4
17. 働きがいのある仕事だ-----	1	2	3	4

B. 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	なほ かど った	と きど き あ った	し ば あ った	ほ と ん ど い つ も あ った
1. 活気がわいてくる-----	1	2	3	4
2. 元気がいっぱいだ-----	1	2	3	4
3. 生き生きする-----	1	2	3	4
4. 怒りを感じる-----	1	2	3	4
5. 内心腹立たしい-----	1	2	3	4
6. イライラしている-----	1	2	3	4
7. ひどく疲れた-----	1	2	3	4
8. へとへとだ-----	1	2	3	4
9. だるい-----	1	2	3	4
10. 気がはりつめている-----	1	2	3	4
11. 不安だ-----	1	2	3	4
12. 落ち着かない-----	1	2	3	4
13. ゆううつだ-----	1	2	3	4
14. 何をするのも面倒だ-----	1	2	3	4
15. 物事に集中できない-----	1	2	3	4
16. 気分が晴れない-----	1	2	3	4
17. 仕事が手につかない-----	1	2	3	4
18. 悲しいと感じる-----	1	2	3	4

	な か つ た	ほ と ん ど	と き ど き あ つ た	し ば あ つ た	ほ と ん ど い つ も あ つ た
19. めまいがする -----	1	2	3	4	
20. 体のふしぶしが痛む -----	1	2	3	4	
21. 頭が重かったり頭痛がする -----	1	2	3	4	
22. 首筋や肩がこる -----	1	2	3	4	
23. 腰が痛い -----	1	2	3	4	
24. 目が疲れる -----	1	2	3	4	
25. 動悸や息切れがする -----	1	2	3	4	
26. 胃腸の具合が悪い -----	1	2	3	4	
27. 食欲がない -----	1	2	3	4	
28. 便秘や下痢をする -----	1	2	3	4	
29. よく眠れない -----	1	2	3	4	

C. あなたの周りの方々についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	非 常 に	か な り	多 少	全 く な い
次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？				
1. 上司 -----	1	2	3	4
2. 職場の同僚 -----	1	2	3	4
3. 配偶者、家族、友人等 -----	1	2	3	4

あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？

4. 上司 -----	1	2	3	4
5. 職場の同僚 -----	1	2	3	4
6. 配偶者、家族、友人等 -----	1	2	3	4

あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか？

7. 上司 -----	1	2	3	4
8. 職場の同僚 -----	1	2	3	4
9. 配偶者、家族、友人等 -----	1	2	3	4

D. 満足度について

	満 足	満 ま あ 足	不 や 満 足	不 満 足
1. 仕事に満足だ -----	1	2	3	4
2. 家庭生活に満足だ -----	1	2	3	4

あなたのストレスプロフィール

〇〇〇〇 殿

社員No. 〇〇〇〇

【ストレスの原因と考えられる因子】

- 心理的な仕事の負担(量)
- 心理的な仕事の負担(質)
- 自覚的な身体的負担度
- 職場の対人関係でのストレス
- 職場環境によるストレス
- 仕事のコントロール度★
- あなたの技能の活用度★
- あなたが感じている仕事の適性度★
- 働きがい★

【ストレスによっておこる心身の反応】

- 活気★
- イライラ感
- 疲労感
- 不安感
- 抑うつ感
- 身体愁訴

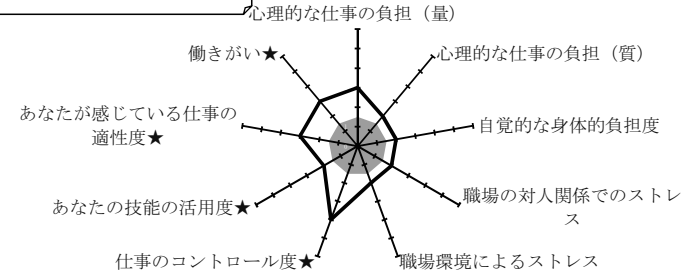
【ストレス反応に影響を与える他の因子】

- 上司からのサポート★
- 同僚からのサポート★
- 家族や友人からのサポート★
- 仕事や生活の満足度★

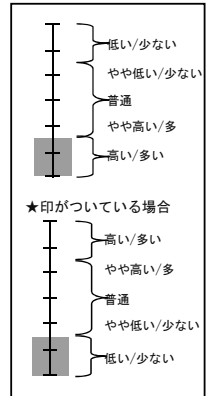
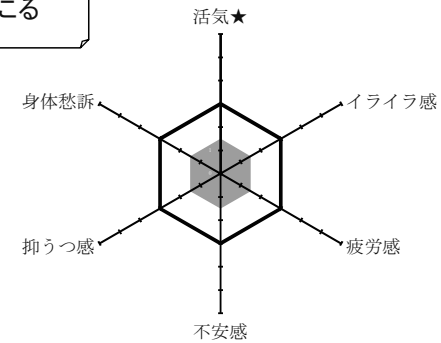
低い/少ない やや低い/少ない 普通 やや高い/多い 高い/多い

	低い/少ない	やや低い/少ない	普通	やや高い/多い	高い/多い
心理的な仕事の負担(量)			○		
心理的な仕事の負担(質)				○	
自覚的な身体的負担度				○	
職場の対人関係でのストレス				○	
職場環境によるストレス				○	
仕事のコントロール度★				○	
あなたの技能の活用度★		○			
あなたが感じている仕事の適性度★			○		
働きがい★			○		
活気★			○		
イライラ感			○		
疲労感			○		
不安感			○		
抑うつ感			○		
身体愁訴			○		
上司からのサポート★				○	
同僚からのサポート★			○		
家族や友人からのサポート★			○		
仕事や生活の満足度★			○		

ストレスの原因と



ストレスによっておこる



ストレス反応に影響を

