

# 「松本市職員 心の健康づくり計画」より抜粋 施策の展開図

※ 展開図【段階別対策】

新規事業

段階	一次予防	二次予防	三次予防
<b>4つのケア</b>  <b>セルフケア</b> <b>【職員による】</b>	<b>【心の健康づくりと予防的対策】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・セルフケアの重要性及び心の健康に関する基礎知識や正しい理解のための<b>階層別研修</b></li> <li>・ストレス耐性向上の研修</li> </ul>	<b>【早期発見と早期対策】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスの気づきと対処等について</li> </ul>	<b>【職場復職支援と再発防止】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・復帰に関する心構えと再発前の気づき等のリワーク研修</li> <li>・産業保健スタッフとの連携</li> </ul>
<b>ラインによるケア</b> <b>【管理監督者による】</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ラインケアの重要性及び心の健康に関する基礎知識の習得のための<b>階層別研修</b></li> <li>・管理監督者の役割についての周知</li> <li>・職場環境等の評価・改善</li> <li>・出前研修の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不調者の気づきと対応について</li> <li>・職場環境の改善について</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職場復職への支援の方法</li> <li>・産業保健スタッフとの連携</li> </ul>
<b>産業保健スタッフによるケア</b> <b>【産業医・衛生管理者等による】</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンタルヘルスケアに関する専門的知識の習得</li> <li>・職場環境等の評価・改善方法</li> <li>・職員からの相談対応</li> <li>・事業所外資源に関する情報提供と連携</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各産業保健スタッフによる本人及び管理監督者に対する相談対応等ケアの拡充</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・療休、休職中職員への支援</li> <li>・復職後のサポート</li> </ul>
<b>市役所外資源によるケア</b> <b>【市役所外機関、専門家】</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンタルヘルス関係機関との連携、活用</li> <li>・ネットワークの形成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相談窓口、地域資源情報の等の職員への周知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職場復職及び職場適応への支援</li> </ul>

職員の階層別研修

心の健康に関する問診  
セルフチェックの実施

管理者向け手引きの作成・配布

精神保健医による面談の開設  
カウンセリングの増設

職場復職及び職場適応  
への支援システムの構築

医療機関等各種専門機関との連携、市役所外資源の情報周知