

平成26年度(第19回)産業保健調査研究発表会

職場におけるメンタルヘルス 向上のための調査研究 ～フォローアップ及び検証～

ソリッドスクエアホール(川崎市)

平成26年10月30日(木)【第1日目】14:30-14:50

鈴江 毅、平尾智広、小山文彦、森下立昭(香川産業保健総合支援センター)

藤岡秀夫、森 享子、徳田恒治、岡田恵子、根本幸子(メンタルヘルス対策支援センター)

片山はるみ(浜松医科大学) 岡田倫代(香川県立観音寺第一高等学校)

はじめに

- 我が国の自殺者数は、平成10年以降連続して3万人前後で推移しており、自殺予防は喫緊の課題になっている。特に中高年男性の自殺率の高さが問題となり、職場においても早急に対策が求められている。
- 香川産業保健推進センターでは平成24年に「**職場におけるメンタルヘルス向上のための調査研究**」を行った。
- まず①**コンピテンシー研究調査**において、自殺予防に向けたメンタルヘルスアップ・コーディネーターのコンピテンシー・モデルを構築し、カリキュラムを開発した。
- 次に②**養成講座効果研究調査**では、作成したカリキュラムを元にコーディネーター養成講座を開講した。これら講座の前後で活動評価を行い、現状把握と養成講座の効果を確認した。

今回の研究概要

- これらの研究調査の結果を踏まえ、今回は、まず③**コーディネーター養成講座の持続的効果研究調査**を行い、養成したコーディネーター(リーダー)のフォローアップ研修を行った。内容としては年2回の講座とし、毎回前半は講義、後半は実習形式(1回2時間)で行った。講座前後に活動評価を行い、養成講座の持続的効果を検証した。
- さらに④**サポーター養成講座の効果研究調査**として、リーダーが各職場においてサポーター養成を試みた。養成講座前と講座終了3か月後の活動状況を解析し、サポーター養成講座の効果および活動状況についての検証を行った。
- 最後に⑤**「自殺予防に向けた職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター養成講座実践マニュアル」**を作成した。

Ⅱ. 養成講座関係の研究

③コーディネーター養成講座の持続的効果 研究調査

1. 対象と方法

- 平成24年度に合計5回開催したメンタルヘルスアップ・コーディネーター養成講座に参加登録した61名の内、本人が3回以上講座に出席した44名を全対象者とした。
- 調査は第1,4,5回講座開催時に行い、それぞれ調査1,2,3とした。さらに今回平成25年度のフォローアップ研修時の調査を調査4とした(表1)。

表1 (調査日と回答者人数)

講座	調査	参加者人数	全対象者のうち回答者人数
本講座第1回 (平成24年9月13日)	調査1	61	44
本講座第2回 (平成24年10月18日)		51	
本講座第3回 (平成24年11月5日)		54	
本講座第4回 (平成24年12月13日)	調査2	47	37
本講座第5回 (平成25年2月7日)	調査3	61	31
フォローアップ第1回(平成25年9月18日)	調査4	14	13
フォローアップ第2回(平成26年1月29日)		7	6

方法

- 質問紙は、フェイスシートとして、性別、年齢、主な職業、所属する事業所の業種、労働者数、職場での役割の回答を求めた。
- また、コンピテンシーの評価には、前回作成した「職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター・コンピテンシー尺度」を用いた。本尺度は「イニシアティブ」「対人関係理解」「人間関係の構築」「チームワークと協調」「実務能力」の5つの大項目で構成されている。
- 分析としては1元配置分散分析を行い、有意水準を0.05とした。

2. 結果

- コンピテンシー得点は、「イニシアティブ」「対人関係理解」「チームワークと協調」の3項目において、調査1に比較して、調査3の時点で**有意に上昇**、調査4も同様の結果であった。
- 一方「人間関係の構築」と「実務能力」については、上昇傾向は認められたものの、有意なものではなかった。
- 最終的には全項目において、当初の目標である得点が達成された(図1～5)。

図1～5

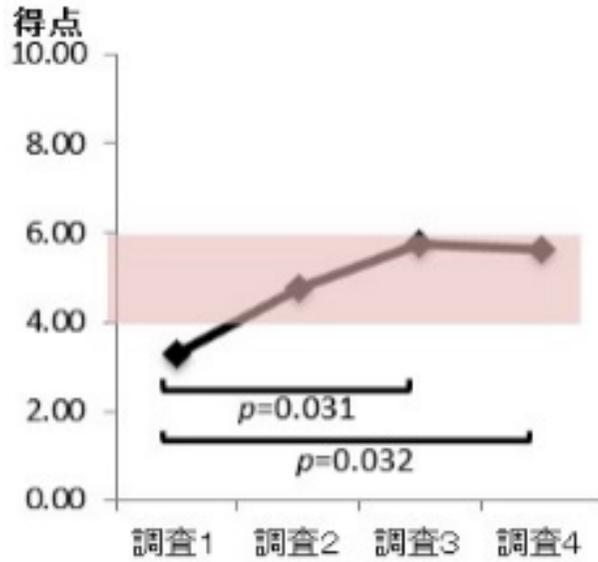


図1. イニシアティブ

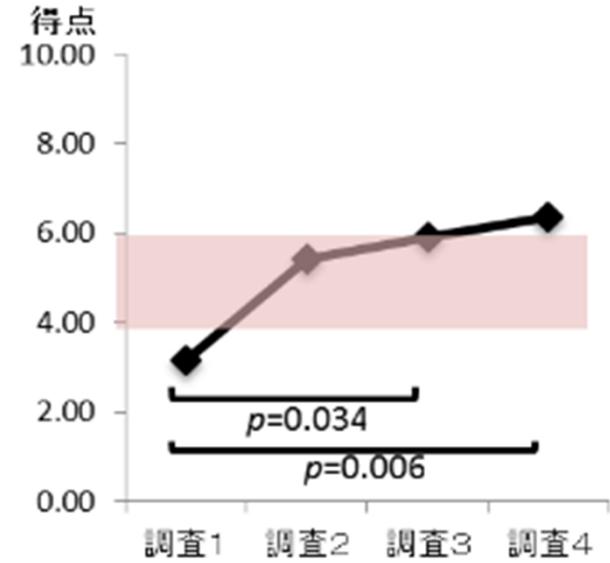


図2. 対人関係理解

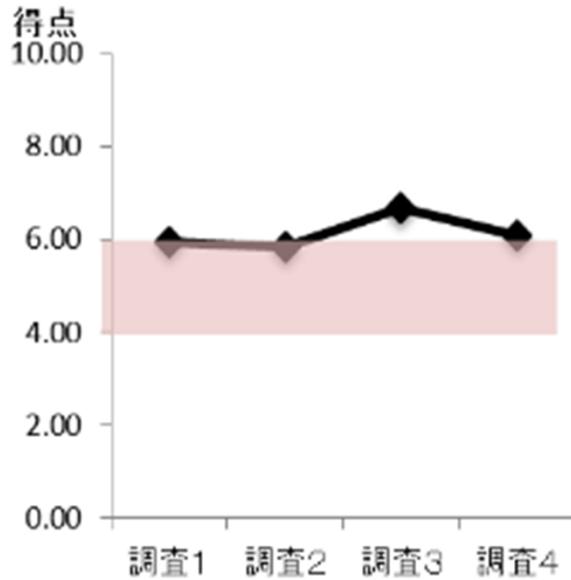


図3. 人間関係の構築

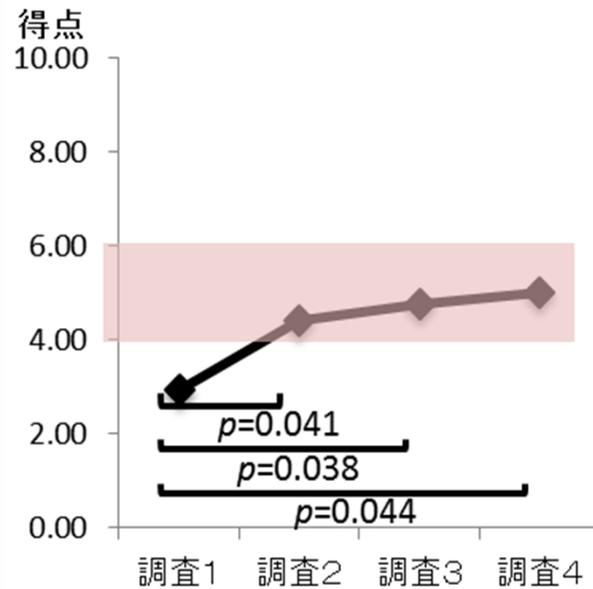


図4. チームワークと協調

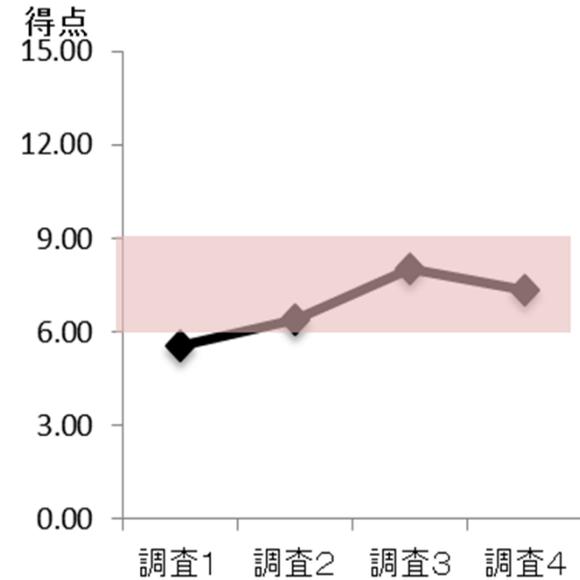


図5. 実務能力

3. 考察

- これらの結果より、フォローアップ研修講座の有効性が認められ、コーディネーター養成システム全体の有効性および持続的効果が確認された。

④サポーター養成講座の 効果研究調査

1. 対象と方法

- 平成25年度に5つの職場において合計24名を対象にサポーター養成講座を各コーディネーター(リーダー役)の主催で開講した。
- 養成講座の直前と講座後3か月の時期に調査を行い、前後を比較した。

方法

- 質問紙は、フェイスシートとして、性別、年齢、主な職業、所属する事業所の業種、職場での役割などの回答を求めた。
- またコーディネーターのコンピテンシー尺度から、サポーター活動に必要と思われる、「**自発的努力**」「**他人を理解する力**」「**他人の話を良く聴く力**」「**人間関係の緊密度**」「**チームへの貢献**」の5つの小項目を抽出し、これらについて調査した。
- 分析は、講座前後で対応のあるt検定を行い、有意水準は0.05とした。

2. 結果

- 24名の対象者の内訳は、男性16名、女性8名、主な職業は、専門技術職、管理職、事務職、生産労務職などであった。
- サポーターのコンピテンシー得点は活動前に比較してすべての項目において平均値は**わずかに上昇**したが、いずれも**有意なものではなかった**。

3. 考察

- 各職場でのコーディネーター（リーダー役）の活動として、サポーター養成講座開催によるサポーター養成を試みたが、十分な効果が認められなかった。
- その理由として、**講座内容が不十分、調査項目がサポーター活動を正確に評価するには不適當、メンタルヘルスに関する同僚からの反発、などの可能性が考えられ、主な原因について今後検証していきたい。**
- 今後のコーディネーター養成については、メンタルヘルス対策支援センターの促進員の協力を得て、講座を全県に広げていくとともに、コーディネーターの活動内容などに関しては、**職場全員をサポーターにするなど、さらなる工夫・検討が必要と考えられた。**

Ⅲ. 実践マニュアル作成

⑤「自殺予防に向けた職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター養成講座実践マニュアル」

- 平成24年度に開催した「職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター」養成講座の内容を吟味・修正したうえで、職場のメンタルヘルス対策関係者がコーディネーター養成講座を開催できるように、実際の講師陣との共同執筆でマニュアルを作成した。
- 香川県内の主な事業所に配布し、今後の持続的な活動支援に資することとした。
- さらに産業保健推進センターにおいても**ガイドブック**等を作成し、啓発活動を同時に行いたい。

IV. まとめ

1. 「職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター」フォローアップ研修講座の有効性が認められ、コーディネーター養成システム全体の有効性および持続的効果が確認された。
2. コーディネーター(リーダー)が各職場で**サポーター養成講座**を行った結果、有効性は確認できなかった。
3. コーディネーターの各職場での活動方法について、職場全員をサポーターにするなど、さらなる工夫・検討が必要と考えられた。
4. 「自殺予防に向けた職場におけるメンタルヘルスアップ・コーディネーター養成講座実践マニュアル」を作成し、調査研究終了後の持続的な活動支援に繋ぐことができた。

おわり