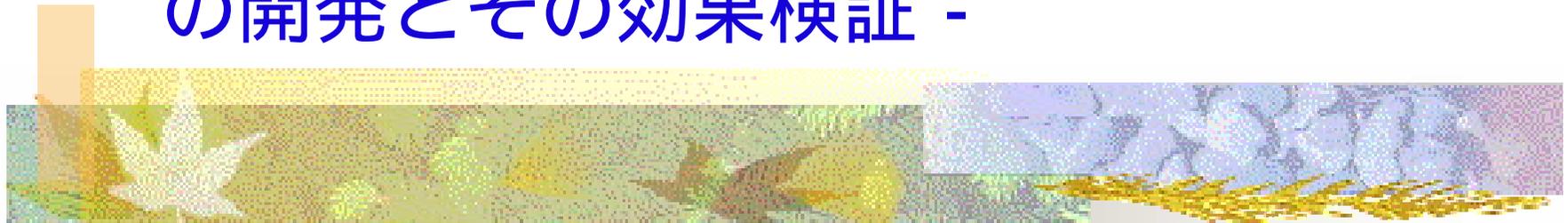


中小規模事業場における 主体的な健康職場づくりの 推進・普及に向けて

- 多様な地域資源を活用した支援モデル
の開発とその効果検証 -



東京産業保健推進センター相談員

錦戸 典子、飯島美世子、
上野美智子、小澤乃智子、
齋藤照代、土屋 譲、北條 稔

神奈川産業保健推進センター相談員

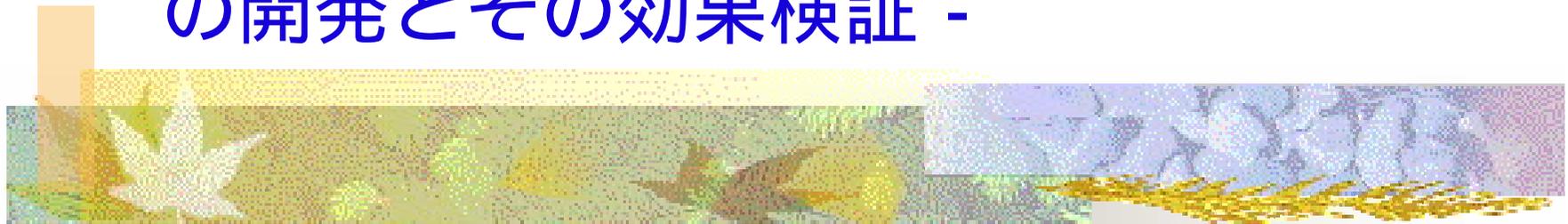
富山 明子

埼玉産業保健推進センター相談員

市原 千里

中小規模事業場における 主体的な健康職場づくりの 推進・普及に向けて

- 多様な地域資源を活用した支援モデル
の開発とその効果検証 -



東京産業保健推進センター相談員

錦戸 典子、飯島美世子、
上野美智子、小澤乃智子、
齋藤照代、土屋 譲、北條 稔

神奈川産業保健推進センター相談員

富山 明子

埼玉産業保健推進センター相談員

市原 千里

はじめに

本研究では、中小規模事業所における主体的な健康職場づくりの普及・推進に資することを期して、

・元気職場づくり推進者・支援者育成研修プログラムの検討と評価

・元気職場づくり推進・支援モデル事業の展開と評価

・元気職場づくり推進マニュアルの作成

を行った。今回は、 と について報告する。

東京産業保健推進センター

<用語の操作的定義>

本研究において用いる主要な用語を、以下のように操作的に定義した。

- ◆ 元気職場づくり： 職場が主体的・組織的に取り組む健康職場づくり
- ◆ 推進者： 事業所内で元気職場づくり活動を推進する役割をもつ者
(管理監督者、安全衛生担当者、リーダー的な従業員など)
- ◆ 支援者： 事業所での元気職場づくり活動や推進者を支援する
保健関連専門職など
- ◆ ファシリテーター： 元気職場づくり支援ツールを担当者や従業員に紹介し、事業所における取り組みや話し合いを進めるなど、推進者ならびに支援者のうち、元気職場づくり活動を直接的に促進する役割をもつ者

育成研修プログラムの検討と評価

1. 目的

中小規模事業所の主体的な健康職場づくり(元気職場づくり)を推進・支援できる人材の育成方策に関する示唆を得るために、

◆多機関・多職種を対象とする育成研修会のあり方や具体的な研修プログラムの内容・方法を検討すること、

◆その評価を行うこと
を目的とした。

2. 対象と方法

1) 対象者:

推進者として、事業所の職場リーダー、労働組合関係者
支援者として、健保組合、保健所、労働衛生機関、等の
保健師・看護師・医師・栄養士・事務職など

2) 方法: 研究班メンバーのうち7名が講師役となり、10回の研修会を企画・実施・評価した。事前に、各々の対象者層の背景や準備状態に適した研修目的・内容・実施場所・形式などを、担当者を中心に検討し、研究者間で相互に情報を共有しながら、具体的なプログラムを作成した。

研修終了後に参加者へのアンケート調査(内容の理解度や実施への自信、等)を実施した。また、参加者の反応をもとに、各研修担当者がプロセス評価を行った。それらを踏まえて、研究班全体で、育成研修会の効果的なあり方について討議した。

3 . 結果・考察

研修会は、計10回、延べ約360名を対象に実施した。

1) 研修場所・周知方法

産業保健推進センター内にて3回、

外部機関で7回(事業所・労働組合等3回、保健所2回、労働衛生機関2回)

2) 研修時間、形式

1日研修:120分5回、その他、180分、90分、60分が各1回、

2日研修:180分×2日間(計360分)、180分+120分(計300分)

講義のみが5回、グループワークを組み合わせたものが5回



3) 研修内容

共通： 中小規模事業所支援の必要性と多機関連携の意義、
元気職場づくり支援ツールの紹介、
支援ツールを活用した事業所支援の方法

機関別： 保健所等・・・産業保健の基礎知識、地域・職域連携
の必要性、中小規模事業所の特徴・支援ニーズ

医療保険者・労働衛生機関

・・・ハイリスクアプローチとポピュレーション
アプローチの連動の必要性、
健診や事後指導等の個別支援以外の
職場支援方法

事業所・労働組合・・・メンタルヘルス対策の進め方
と活用できる地域資源



元気職場づくり推進者・支援者育成研修会は、次の2つのレベルに分けられると考えられた。

元気職場づくりモデル紹介研修会

多くの関係者に、中小規模事業場における元気職場づくりの必要性や意義、多機関の連携の必要性についての理解を促し、活用

できる支援ツールの情報等を広く普及して、支援ネットワークを形成するための研修会

ファシリテーター育成研修会

推進者または支援者の立場で、直接的に元気職場づくり活動を促すための支援技術について習得し、ファシリテーターとして活動する準備を行う研修会

それぞれの適切な対象者や研修内容について、次のような示唆が得られた。

元気職場づくりモデル紹介研修

- 研修時間： 1～2時間程度
- 人数： 30～100名程度
- 内容： 他テーマとの組み合わせが可能であるが、
元気職場づくり活動の意義、支援ツールの紹介、
支援ツールを活用した元気職場づくりの活動方法、
活動の成功事例や具体的な効果、などを伝えると
有効
- 対象： 事業所関係者、および事業所をとりまくあらゆる
機関(職域保健機関、地域保健機関、事業者団体、
労働者団体、等)の多職種に対する研修が可能

ファシリテーター育成研修

- 研修時間： 2日程度の一連の研修として展開することが望ましい(2～3時間×2日)
- 人数： グループワークが可能となる6～30名程度が適切
- 対象： 実際に事業所支援をしている・あるいはこれから支援する予定が明確な、事業所担当者・産業保健スタッフ、労働衛生機関等の専門職、等
- 内容： 前述の「元気職場モデル紹介研修」の内容に加えて、支援ツールを用いた元気職場づくりの課題抽出
など、活動・支援方法の具体的なシミュレーションを、グループワークやロールプレイを通して体験すると理解が深まる可能性が示唆された。
また、職場内での話し合いの促進方法に関する支援技術も、研修内容として取り入れることが望ましいと考えられた。

. 元気職場づくり推進マニュアルの作成

1. 元気職場づくり推進マニュアル 「推進者用」

中小規模事業所が元気職場づくり活動に取り組む際、活動の推進者である事業主や管理監督者・担当者自身が、活動の流れや元気職場づくり支援ツールの活用方法などを十分理解し、主体的な活動を展開できることを目的に作成した。

< 主な特徴 >

- 1) 元気職場づくり活動7つのステップを図示
- 2) 事業所外資源を紹介し、活用を奨励
- 3) 推進者の姿勢と役割を説明
- 4) 効果的な話し合いのコツを説明
- 5) 成功事例を紹介

元気職場づくり推進 マニュアル 「推進者用」

元気職場づくり 推進マニュアル

〔推進者用〕

事業所の方はこちらをお読みください



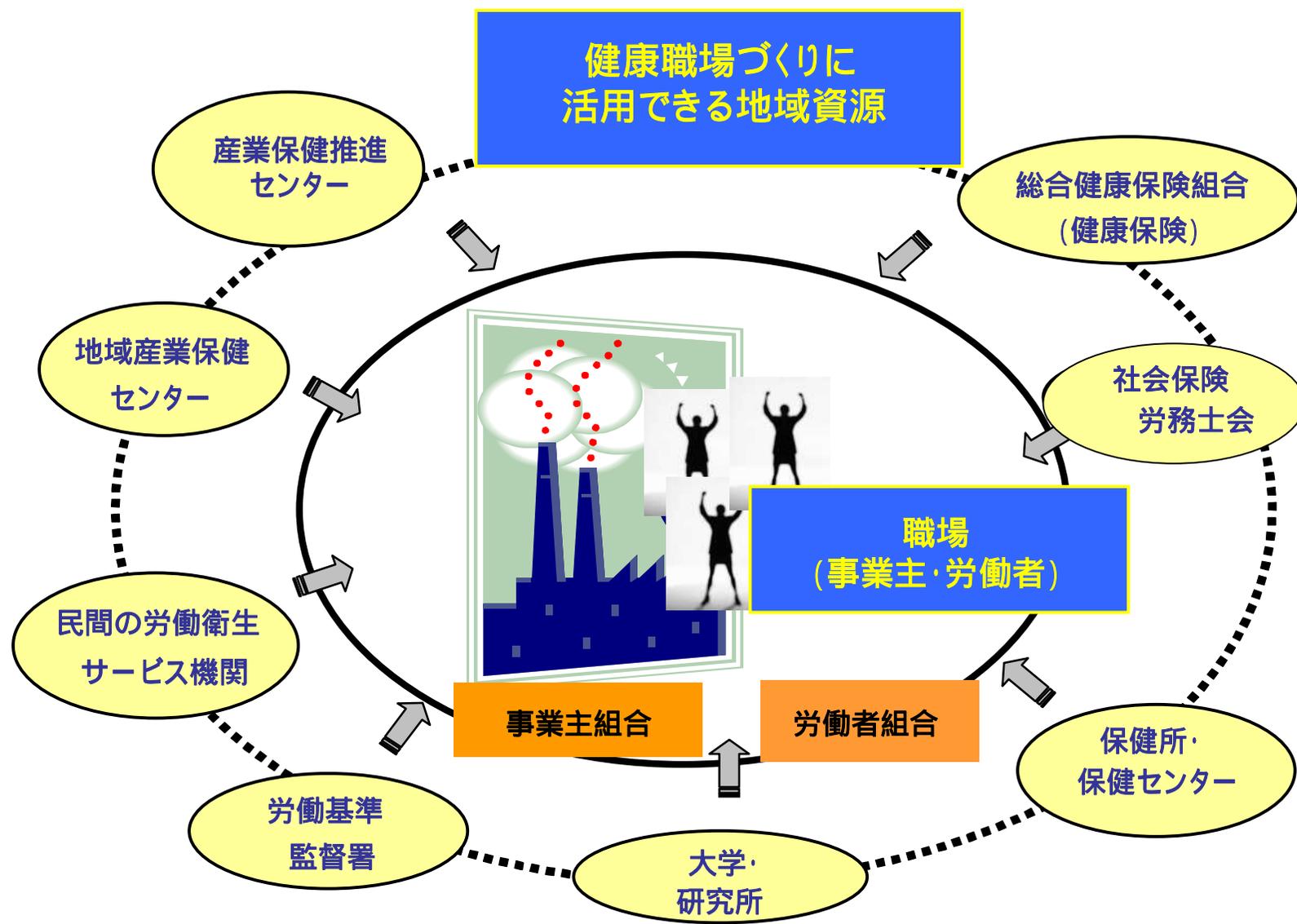
東京産業保健推進センター

元気職場づくり活動 の7つのステップ (推進者用マニュアルより)



東京産業保健推進センター





. 元気職場づくり推進マニュアルの作成

2. 元気職場づくり推進マニュアル 「支援者用」

地域産業保健センターや保健所・保健センター、医療保険者（健康保険組合など）、労働衛生サービス機関などのスタッフが、元気職場づくり活動の意義や内容や取り組みの流れを理解し、適切な事業所支援ができるようになることを目的に作成下。

< 主な特徴 >

- 1) 7つのステップに対応する支援者の具体的な支援内容を提示
- 2) 事業所に働きかける際の留意点として、「1. 活動を始めるとき」、「2. 活動を継続・発展させるとき」の2段階に分けて、効果的な働きかけを行うためのポイントを提示

3) 機関別支援方法

各関係機関の各々の職種の立場に応じて、中小規模事業所への支援の必要性を理解でき、実際に事業所に働きかける際に参考になる事項について記載

元気職場づくり推進 マニュアル 「支援者用」

元気職場づくり 推進マニュアル

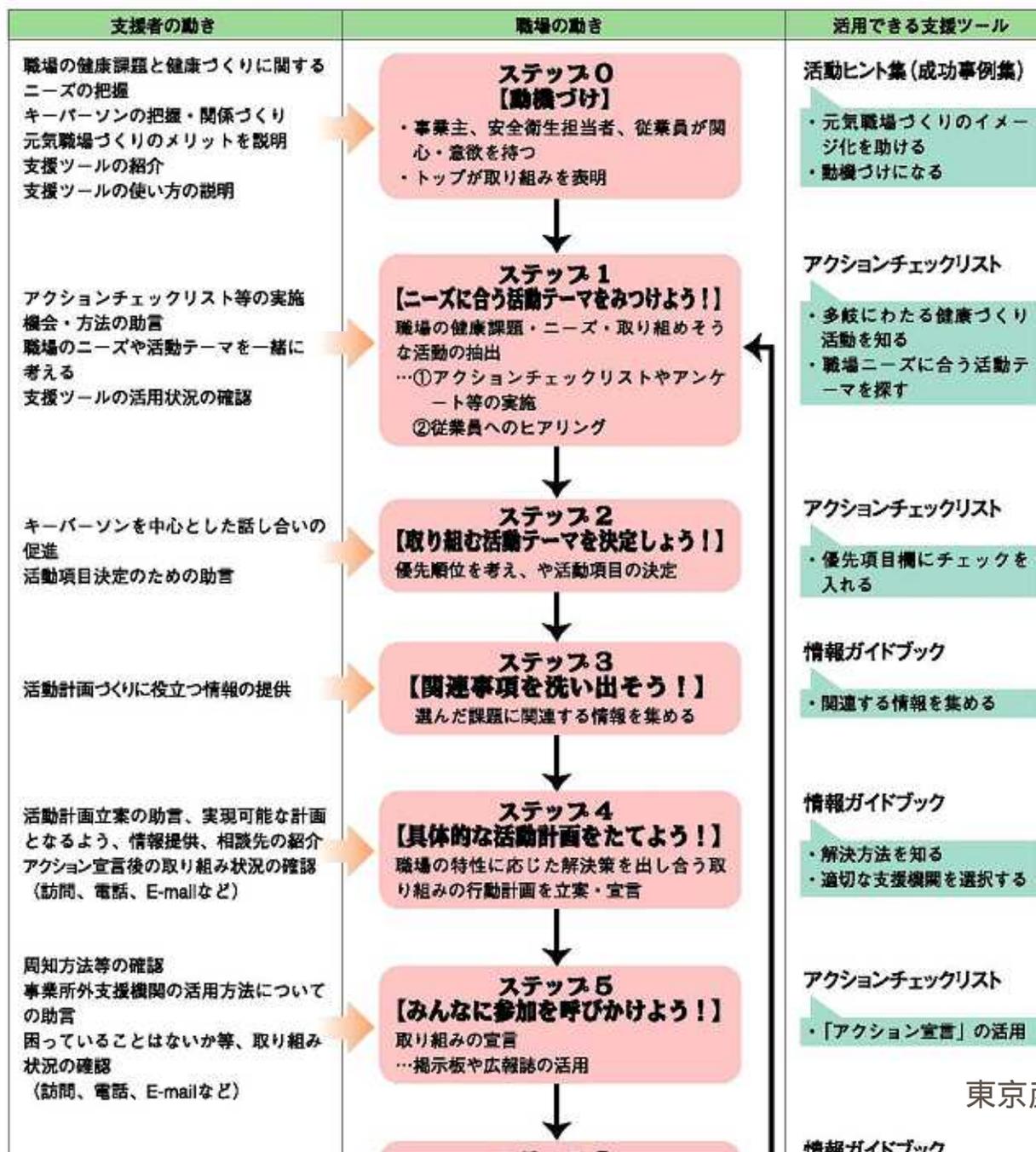
〔支援者用〕

支援者の方はこちらをお読みください



東京産業保健推進センター

元気職場づくり活動 取り組みの流れ



アクションチェックリスト等の実施
機会・方法の助言
職場のニーズや活動テーマを一緒に
考える
支援ツールの活用状況の確認

キーパーソンを中心とした話し合いの
促進
活動項目決定のための助言

活動計画づくりに役立つ情報の提供

活動計画立案の助言、実現可能な計画
となるよう、情報提供、相談先の紹介
アクション宣言後の取り組み状況の確認
(訪問、電話、E-mailなど)

周知方法等の確認
事業所外支援機関の活用方法について
の助言
困っていることはないか等、取り組み
状況の確認
(訪問、電話、E-mailなど)

取り組み状況の確認
(訪問、電話、E-mailなど)

活動に対する評価
活動計画の修正・継続のための助言
とフォローアップ

ステップ1
【ニーズに合う活動テーマをみつけよう！】
職場の健康課題・ニーズ・取り組めそう
な活動の抽出
…①アクションチェックリストやアンケ
ート等の実施
②従業員へのヒアリング

ステップ2
【取り組む活動テーマを決定しよう！】
優先順位を考え、や活動項目の決定

ステップ3
【関連事項を洗い出そう！】
選んだ課題に関連する情報を集める

ステップ4
【具体的な活動計画をたてよう！】
職場の特性に応じた解決策を出し合う取
組みの行動計画を立案・宣言

ステップ5
【みんなに参加を呼びかけよう！】
取り組みの宣言
…掲示板や広報誌の活用

ステップ6
【みんなで活動に取り組もう！】
取り組みの実施

ステップ7
【活動を振り返り、次の活動につなげよう！】
達成度の評価
…報告会、話し合い
(宣言から3ヶ月～1年後)

アクションチェックリスト
・多岐にわたる健康づくり
活動を知る
・職場ニーズに合う活動テ
ーマを探す

アクションチェックリスト
・優先項目欄にチェックを
入れる

情報ガイドブック
・関連する情報を集める

情報ガイドブック
・解決方法を知る
・適切な支援機関を選択する

アクションチェックリスト
・「アクション宣言」の活用

情報ガイドブック
・実施に必要な情報と収集
先を知る
・相談先などの支援機関を
選択する

アクションチェックリスト
・「アクション宣言」の活用



中小規模事業場
における
元気職場づくり
推進モデル

話し合いの実施

支援ツールの活用

多様な機関・職種
の活用



東京産業保健推進センター

結論

1. 元気職場づくり推進者・支援者育成研修プログラムの検討と評価をおこなった結果、適切なトレーニングを受けることによって、事業所内メンバーを始め、地域の多機関・多職種が元気職場づくりの推進者・支援者となりうること、ならびにそのための育成方法についての、貴重な示唆が得られた。
2. 元気職場づくり支援モデル事業の展開と評価を行った結果、適切なトレーニングを受けた推進者・支援者が支援ツール等を用いて働きかけることにより、中小規模事業所への動機付けや具体的な活動の推進につながる可能性が示された。

結論(つづき)

3. 以上の成果を踏まえて、元気職場づくりに関わる推進者と支援者の活動の参考となる、実践的な「元気職場づくり推進マニュアル(推進者用、支援者用)」を作成した。
4. 本研究で開発した「元気職場づくり推進マニュアル」を用いた事業所内・外の人材育成研修会等を広く開催していくことにより、多様な地域資源を活用した中小規模事業場における主体的な健康職場づくりの実質的な推進・普及につながることを期待できる。



本研究にご協力をいただきました皆様に
心より感謝申し上げます。

ご清聴ありがとうございました