

**月例会ダイジェスト【42】**

ストレスチェック制度が施行されてから間もなく2年が経とうとしている今、各社それぞれに実施後の課題を抱えている。今回のさんぽ会は、「職場環境改善とストレス対策～“個人でも金”と“団体でも金”は可能か?」というテーマで開催された。コーディネーターは、坂本侑香氏(株式会社日建設計 保健師)、白田千佳子氏(協会けんぽ千葉支部 保健師)、武藤剛氏(順天堂大学医学部衛生学講座 産業医)の3名。

はじめに、講師の酒向雄介氏(株式会社構造計画研究所 人事室長)が話題提供として、産業保健師不在という環境下でのストレス対策・職場改善の方法について講演した。同社では、過去2回ストレスチェックを実施しており、初回の実施の際にはマネージャー向け説明会に加えて対象者向けにセルフケアの必要性についてのセミナーを実施する等独自に工夫したことを紹介し、「ストレスチェックは教育である」と述べた。さらに2回目の実施の際には、ポジティブなアウトカムでのフィードバックをするためと、マンネリ化を避けるために新職業性ストレス簡易調査を取り入れ、ハンドブックを配布することでセルフケアを促したという。「会社に説明する時は“健康リスクが高いのでリスク対策が必要”というよりも“組織を活性化させるワークエンゲージメントを高めていくことで健康リスクが下がる”とした方が伝わりやすい」と酒向氏が話すように、同社には他社にあまり見られないストレス対策への取り組み事例が多数ある。

例えば、年に1回社外への情報発信の場を社員が作り、働く意味を再確認することができる「社内外の知の交流」、仕事やミーティングの他、休憩や勉強会等に使えるカフェを設置した「ワークプレイス(場づくり)」、また新しい取り組みとして非喫煙手当を導入する等の健康支援強化や1日1回現場に足を運ぶ「顔の見える人事総務部」等も実施している。酒向氏は「こうした様々な事例からも分かるように、ストレス対策に拘らずワークエンゲージメントで働きがいを高めることにより、良い環境や働きやすい職場が生まれ、結果としてストレスも軽減できるという考えで職場の環境づくりを進めている」と語った。こうしたオリジナリティに富んだポジティブなストレス対策の進め方に、講演後は参加者から驚きと共にたくさんの称賛の声が上がった。

次に、臨床心理士の立場から専門職にできるストレス対策について、指定発言の坂井一史氏(住友商事グループSCGカウンセリングセンター センター長付)が「ワーク・

ライフ・マネジメント施策から見たストレスチェック制度活用」というテーマで述べた。坂井氏が所属するカウンセリングセンターはグループ内EAPに位置づけられる。同社では、2016年の相談件数が1,232件にのぼり、累計すると5～6名に1名は相談室を利用しているという。また、同社のカウンセリングセンターは相談者の守秘義務遵守を徹底することを基本方針にしており、ストレスチェックの実施者や実施事務従事者的な立場には立たないことも特徴的で、職場内の問題や課題を明確化するという意味合いでのコンサルテーションを実施している。

さらに、一次予防としてセルフケアセミナーやラインケアセミナーも実施しており、セルフケアセミナーでは「NIOSH 職業性ストレスモデル」に基づいて、「DCSモデル」や「DCモデル」について詳しく説明し、ラインケアセミナーでは課題を設定する際に担当者と事前に話し合いをして事例検討をしていると述べた。最後に、坂井氏は「ストレスチェックの範囲内ではできることが限定されてしまうが、経営理念や行動指針をどう実現していくかを意識すると同時に、従業員にどう実現してもらおうかを考えていけば、できることは増えてくる。高ストレス者に対してはいざという時の種まきとして面談を実施していくことで日々の活動が意味のあるものになっていく」と結んだ。さらに、発言後にあったイキイキと働ける良い職場の特徴についての質問には、「組織が求めているものと個人が望んでいるものが共有されている組織。テーマにもある“個人でも金”“団体でも金”は成り立つと思う」と語った。

最後に福田氏は、「医学モデルとヘルスプロモーション(健康増進)のモデルはかなり違うものだが、メタボ健診もストレスチェックも、行政の施策は医学モデル寄りの施策が多いと思う。バランスよく社員にアドバイスができる人材はこれからますます必要になり、医学モデルとヘルスプロモーションモデルの両方がうまく組み合わせられ実践されるのが望ましい」と締めくくった。会の終了時には、参加者それぞれが独自の受け止め方により、何かヒントを発見できたことを感じさせる前向きな空気に包まれた。



酒向雄介氏



坂井一史氏

さんぽ会の詳細は下記サイトをご覧ください。

- ホームページ <http://sanpokai.umin.jp/>
- FB ページ <http://www.facebook.com/sanpokai>