

**中小企業のメンタルヘルス対策に役立つウェブサイト  
「中小企業のための健康経営ゼミナール」を公開**  
産業医科大学産業生態科学研究所森晃爾教授が監修・執筆

一般財団法人あんしん財団では、中小企業のメンタルヘルス対策に取り組むため「こころの“あんしん”プロジェクト」を展開しています。

本プロジェクトでは、学校法人産業医科大学の精神保健学研究室と当法人が 3 年間の共同研究を経て開発した「8 つのメンタルヘルス対策支援ツール」をもとに 2015 年 9 月に専用ウェブサイトオープン。現在もメンタルヘルスに関する様々なコンテンツを発信し、多くの方にご利用いただいています。

専用ウェブサイトオープンから 3 年が経過し、さらなるコンテンツの充実を図るべく、今年 10 月 1 日より新たなコンテンツを追加します。【中小企業のための健康経営ゼミナール】と題し、共同研究者の一人でもある、健康経営・産業保健マネジメントに関する研究の第一人者である産業医科大学産業生態科学研究所の森晃爾教授が監修および執筆。

### <新コンテンツ概要>

「健康経営」において、経営者が知っておくべき考え方や取り組み方を、毎月 1 テーマずつ取り上げていきます。第一回では、中小企業にとっての健康経営の重要性をわかりやすく解説します。

森教授から「健康経営」を通じて、中小企業にとっての経営上の様々な課題を解決するためのヒントをお伝えします。

■更新日:毎月 1 日

■URL:[http://www.anshin-kokoro.com/health\\_and\\_productivity\\_management-1.html](http://www.anshin-kokoro.com/health_and_productivity_management-1.html)

### <こころの“あんしん”プロジェクト概要>

あんしん財団では、十分な対策が浸透していない中小企業のメンタルヘルス問題解決のため、その原因を明らかにし、中小企業に対する実効性のある対応策を提案すること目的に、平成 20 年から産業医科大学の森晃爾教授を中心とする研究班（現研究代表：柴田喜幸准教授）と共同研究を開始しました。

平成 24 年からは廣尚典教授（産業医科大学精神保健学研究室）を中心とする研究班とも共同研究を開始し、以来現在に至るまで 2 つの研究班との共同研究を継続し、中小企業に向けたメンタルヘルス対策支援についての研究を続けています。

その産業医科大学との共同研究の成果を活用し、中小企業の経営者や管理監督者・人事労務担当者に対して、メンタルヘルス対策に関する情報を発信するために立ち上げたのが、『こころの“あんしん”プロジェクト』です。

## <専用ウェブサイト概要>

URL : <http://www.anshin-kokoro.com/>

産業医科大学精神保健学研究室との共同研究で開発した『8つのメンタルヘルス対策支援ツール』を中心にスタートし、どなたでも無料で利用できます。現在も共同研究のメンバーを中心とした各分野の専門家に執筆いただいたコンテンツを取り揃え、さらに充実を図っていきます。

### ■8つのメンタルヘルス対策支援ツール紹介

#### ・メンタルヘルス対策の理解

- ①メンタルヘルスケア理解のためのアニメ
- ②週めくりセルフケアカレンダー（職場用・家庭用）

#### ・メンタルヘルス不調者が発生したら

- ③心の健康問題を持つ従業員への対応手順マニュアル
- ④心の健康についての相談窓口
- ⑤受診・相談時メモ用紙

#### ・不調を防ぐために

- ⑥こころの健康度チェックリスト（職場用・家庭用）
- ⑦心の健康づくり対策充実度診断（導入編・実践編）
- ⑧こころとからだを守るためのセルフチェック&アクションチェックシート

一般財団法人あんしん財団は、中小企業向けに特定保険業、事業場における労働災害防止と福利厚生充実のための事業を行なっている一般財団法人で、東日本、九州を中心に約16万事業所が会員になっています。

#### 本件に関するお問い合わせ先

一般財団法人 あんしん財団経営企画部広報課

〒160-0016 東京都新宿区信濃町 34 番地 JR 信濃町ビル 5 F

Tel 03-5362-2323 Fax 03-5362-2070 （担当：片岡）

e-mail: [y-kataoka@anshin-zaidan.or.jp](mailto:y-kataoka@anshin-zaidan.or.jp)