

## 2019 年度資格更新研修の振り返り『働き方改革におけるメンタルヘルスの課題』

「働き方改革」には、効果的に進めるための多くの課題があります。多くの方が幅広く論述されていました。中にはユニークな視点でとらえているものもあり、興味深く読ませていただきました。更新研修検討委員会として一例を挙げましたのでご参考にしてください。

更新研修検討委員会より

\*\*\*\*\*:

### 1 皆様がとらえた課題の一例

#### ① 長時間労働の是正

- ・ 業務の見直しによる仕事量の削減にまで踏み込んで取り組めるかも成功のカギになる。
- ・ 実務能力や関連知識の研修等の強化による生産性向上を図る。

#### ② 働く人が自分自身のこととしてとらえる

- ・ 全員がそれぞれの立場でアクションを起こしていく事が効果的に進めていく近道であり働く人の心健康につながる。

#### ③ テレワーク、在宅勤務

- ・ 離れていても心の距離を感じさせない取り組みが必要。

#### ④ マネジメントの質、組織の質の向上

- ・ 一人ひとりの適性をきちんと把握し、スキルや才能が発揮できる適材適所の人材配置をする。
- ・ 常に部下一人ひとりの仕事量・負荷を確認し、力量に応じた仕事の配分を心がける。

#### ⑤ 有給休暇の取得促進

- ・ 有給休暇への罪悪感を払拭し、取得が当たり前となる企業文化を作っていく。

#### ⑥ 同一労働同一賃金

- ・ 正社員の労働条件の引き下げではなく、非正規労働者の労働条件の底上げになるならば、労働者の経済的基盤の強化・充実となる。

#### ⑦ 高度プロフェッショナル制度

- ・ 本人の同意が必要であり、企業側の押し付けにならないような仕組みも必要である。
- ・ 健康面の配慮を企業側は明確にすべきである。

#### ⑧ 働きやすい環境づくり、職場環境の改善

- ・ 一人ひとりに合わせた多様な働き方が出来る体制づくりや、仕事量・仕事内容の見直しを行い、個々の能力が最大限発揮できるような仕組みに。
- ・ 日頃から良好な人間関係を築くことが、今後は尚一層重要になってくる。

### ⑨ メンタルヘルス対策の併用

- ・メンタルヘルスケアを行うために必要な人材を確保し、セルフケアやラインケア、ハラスメントの等の講習会の実施などを積極的に開催する。
- ・益々、個人のレジリエンスを高める支援が必要になってくる。

### ⑩ 経営トップによる健康経営の推進

- ・誰もが安心して活躍できるよう援助体制も同時に充実させる。ソフト面の充実を図ることにより、心身ともに健康で働ける社員が育つ。そのことが生産性の向上に繋がる事をトップから宣言し健康経営の取り組みを継続して実施する。

## 2 皆様がとらえたユニークな視点

### ① 自らの自己実現

- ・仕事以外も含めた人生におけるすべての活動を通じて自己実現をはかり、真に豊かな生活をおくるといふ、自らの課題と認識し、取り組む。

### ② 企業と従業員がともに成長する

- ・経営目的と従業員の働く目的を出来るだけ一致させ、企業も従業員も一緒になって成長していく。

### ③ 職場のコミュニケーションの充実

- ・従業員同士が“お互いさま”の精神を醸成する施策が必要である。

## 3 更新研修検討委員会として追加しておきたい課題

### ① 副業、兼業

- ・専門性を新たに作る、または今の専門性をより高めるための副業や兼業と考える。

### ② 高度プロフェッショナル

- ・セルフケアがより重要になる。より強いストレス耐性が必要になる。
- ・上司が安全配慮義務(危険予見義務、結果回避義務)を理解し、本人任せにせず、上司の役割を果たす。

### ③ テレワーク

- ・上司は、部下を信頼し部下は最大限努力していくものだと考、放任、または過干渉になり過ぎてストレスを増大させることなく、進めることが必要である。
- ・上司がメリットをしっかりと認識し、職場が一体となり他者を思いやる意識を持つことが一番重要である。

#### 4 更新研修検討委員会からのコメント

##### ① 問題点と課題の違いを意識することが大切です

今回の更新研修のテーマは「働き方改革におけるメンタルヘルスの課題」です。したがって問題点ではなく課題を論じる必要があります。問題点を踏まえて必要な課題を考え、表している方がいらっしゃる一方、問題点の指摘が中心になっている方もいらっしゃいました。

問題点を指摘することはもちろん、取り組むべきことを課題として考え言葉にすることも、講師にとって大切なことです。

##### ② 文章を丁寧に書くことが大切です

誤変換や誤字、句読点の間違いが散見されます。また、主部と述部が合わないなど精度の低い文章も見られました。講師は知識や思いを言葉で受講者に伝えます。自分の言葉を大切にして言葉を磨いていくことも、講師として研鑽を積む上で大切なことです。

以上