

職員のメンタルヘルスケア

5年間の経過と考察

伊豆中央ケアセンター
衛生委員会

<発表の動機>

「労働安全衛生法」に沿って



◇腰痛・健康診断後
の再検査100%

◇メタボリック
シンドローム

◇メンタルケア

◇労 災

職員の健康管理・職場環境管理
に力を入れてきた

心ココロの問題はたやすくはない！！

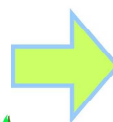
当施設でも以前より深刻になって
きているように感じる・・・。



職員のストレスが原因で利用者様に
不利益となる介護は出来ない。

そこで・・・

専門家へカウンセリング依頼



問題解決やストレス
の軽減に繋がる事が
わかった。

<目的>

職員の不安・悩み・ストレスを
解消し、心理的負荷の少ない働
きやすい職場を目指すため取り
組みました。

<方法>

- ◆職員のストレスを把握するため
ストレス調査を実施
- ◆福祉職場の職員意識調査（E式モラ
ール・サーベイ）を実施し、仕事に対する
意識の変化を知る（5年前との比較）
- ◆自己を知りストレス対処法を学ぶため
カウンセリング希望者を募り実施

では・・・
“ストレス”とは何でしょう？
 ストレスとは…

三つの脳機能のバランスがくずれ
 保たれなくなった状態

<経過>
 心の健康づくりのための指針による当施設の体制
 (平成18年度作成)

- 1.セルフケア
 - ・自身が気付くこと
- 2.ラインによるケア
 - ・所属長を中心とした責任者の対応

相談者

- 直属の副主任・主任
- 介護課長・事務主任
- 衛生委員会

3.産業医・保健スタッフによるケア

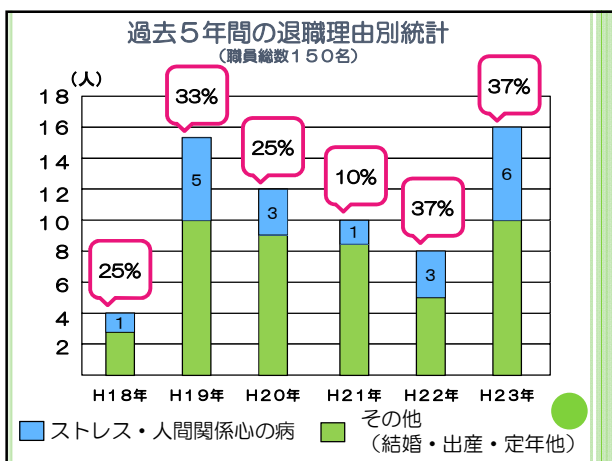
産業医による研修会 保健師による生活指導

4.施設外資源によるケア

専門医の紹介・カウンセラーによる相談事業

平成23年度の取り組み

H23年度
 「社会福祉振興のための助成金」
 (静岡県社会福祉協議会)
 を申請し、専門カウンセラーによる
 メンタルヘルスを実施



<方法1>
 <<伊豆中央ケアセンター職員のストレス調査>>

【伊豆中央ケアセンター】

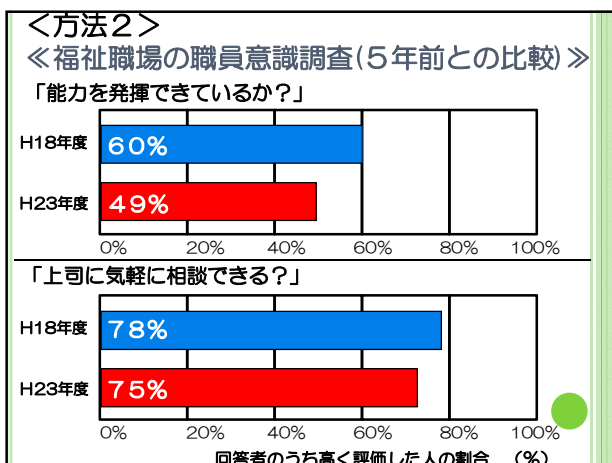
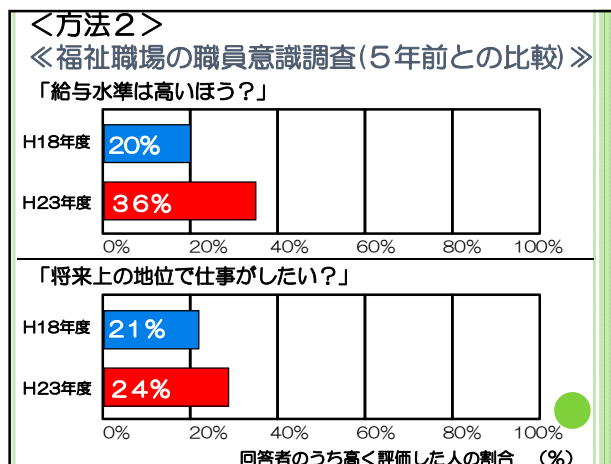
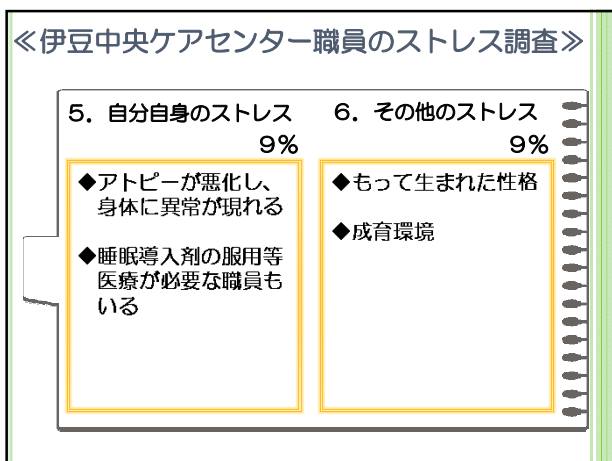
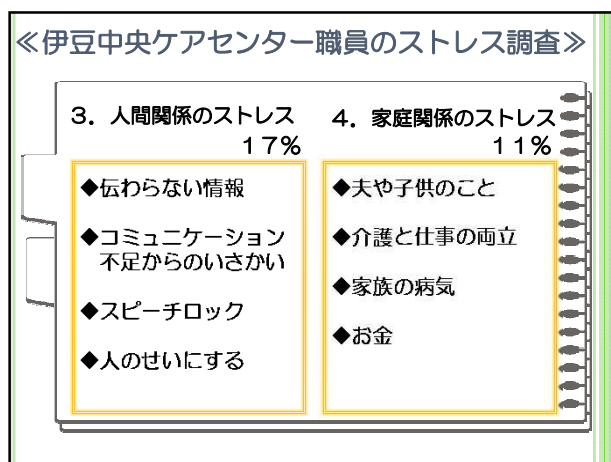
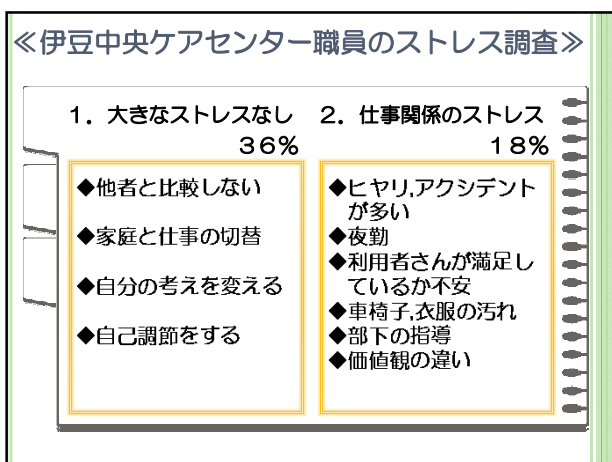
ストレスがある 64%	ない 36%
----------------	-----------

アンケート回収131名

【国】近年の統計

ストレスがある 58%	ない 42%
----------------	-----------

↑



＜方法3＞ 《カウンセリング受講》

期間 : H23年7月～H24年2月の8ヶ月間

日時 : 毎月 第2・4火曜日
13:30～16:00

講師 : 産業・教育カウンセラー
2級キャリアコンサルティング技能士
丹澤 潔 氏

方法 : 個人カウンセリング 1人40分
グループカウンセリング 2.5時間


<方法3>
 <<カウンセリング受講>>

相談概要

1. 職場におけるコミュニケーション
2. 仕事を達成するための種々の悩み
3. 家庭環境などが仕事に与える影響
4. 個人的問題（不眠・イライラ・ストレス）

カウンセリングの様子と内容

個人



個人カウンセリング 35名実施
 悩みに対し、カウンセラーが傾聴を行うことで、苦痛が解消され安堵感や安心感を得ることができた。
 コミュニケーション・キャリアアップの考え方など

主任以上

副主任

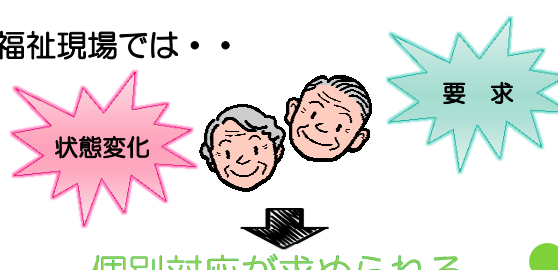


グループワーク 主任12名 副主任12名
 ワークショップを行い、パーソナリティの活かし方
 気づきなどのリーダー育成研修を実施

<考察>

職員のストレスは
 よい仕事がしたいための悩み

福祉現場では・・・



個別対応が求められる

<考察>

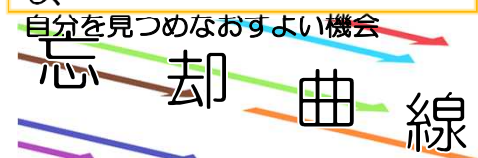
よい仕事をするための、
 カウンセリングからの気づき

- * 上司・同僚との上手なコミュニケーション
- * 能力発揮のための職員間の信頼関係
- * 作業環境・人事労務などの環境改善
- * 職員を取り巻く家庭環境への配慮

<考察>

カウンセリングによって自己分析し、
 自分を見つめなおすよい機会

忘却曲線



平成24年度は部署ごとの
 グループカウンセリングに
 取り組みます。

グループカウンセリングの様子



衛生委員会による 車椅子ピカ運動



当施設の心の健康づくりの体制
をもとに衛生委員会は、

“**早期発見と適切な対応**”

により心身両面からサポートの
継続します。

ご静聴ありがとうございました。

伊豆中央ケアセンター 衛生委員会