

## 産業看護職がメンタルヘルス不調者に対して行う1～3次予防活動の特徴

岡本萌美、和田直子、宇田優子  
新潟医療福祉大学 看護学科

【背景・目的】今日、裁量労働制、フレックスタイム制など、労働形態は多様である。これはメンタルヘルス不調の原因の一つとなる。本研究の目的はメンタルヘルス不調者に対する産業看護職の1～3次予防活動の特徴を明らかにし、役割を考察することである。

メンタルヘルス不調の定義はうつ病やうつ状態、長期休業者の心の不調とした。予防活動の定義として、1次予防活動は心身の健康の保持増進を図ること、2次予防活動は早期発見・早期治療、3次予防活動は再発予防・重症化予防とした。

【方法】文献研究。キーワードを「メンタルヘルス」「産業看護」「予防」「長期休業」で検索し、原著論文10編を選んだ。理由は、より看護実践が明確で、具体的にケアを実施していると考えたからである。医学中央雑誌を用いて行った。検索期間は2018年4月2日～6月2日とした。文献は研究の目的、結果、考察等の内容を尊重し熟読して、理解に努めた。

【結果】1次予防活動は28項目、2次予防活動は21項目、3次予防活動は35項目抽出した。1～3次予防活動の特徴を、活動頻度の多かった上位10項目を表1にまとめた。表中の( )は文献中に記載された活動数、片カッコはその内容が入っていた文献番号である。

【考察】1次予防活動は集団全体に定期的な講習会、ポスターを張る等を行い、健康を意識付けすることで予防の啓発、リスクの軽減につながっていたと考える。2次予防活動は、日常活動の中で個別に声をかけることで早期発見につながっていたと考える。3次予防活動はメンタルヘルス不調者や家族の不安を傾聴支援し、療養生活や就労、職業生活のあり方を確認し、企業と本人を切れ目なく支援することが重要だと考える。

【結論】産業看護職はそれぞれの段階（1次予防、2次予防、3次予防）で組織と連携し、適切な時期に予防活動を行う必要があり、働いている時から、休業中、休業後の社会復帰した後でも切れ目ない支援が必要であることが明らかとなった。

### 【文献】

1) 池田千聖子, 左伯和子, 平野美千代: 健診機関に勤務す

	1次予防活動	2次予防活動	3次予防活動
多	広報・パンフレットで啓発(4) 1)4)7)9)	医師による心の健康相談(4) 1)4)5)7)	職場復帰支援・自立支援(10) 1)2)3)4)5)6)8)
	集団・組織へ情報提供・健康教育(4) 4)9)11)	看護職による健康相談(4) 1)4)5)7)	復帰後の継続支援(3) 1)2)4)
	システム構築(4) 8)9)	問診票(4) 3)4)7)9)	重症化予防(3) 1)4)5)
	相談体制・窓口相談(3)3)4)5)	カウンセリング(2) 3)7)	再発予防(3) 1)4)5)
	人事労務担当者・健康管理者に対する研修(1) 7)	職場関係者間との連携、情報交換(1) 5)	職場適応に対する上司や同僚への支援(3) 4)5)7)
	管理職に対する講習会による集合教育(1) 8)	受診機関につなげる(1) 9)	産業保健体制(医師との情報共有)(3) 5)9)10)
	信頼関係を築く(1) 8)	社内外の専門職につなげる(1)9)	社内外の相談窓口(3) 5)9)10)
	ストレス調査の実施(1) 1)	健康診断の事後指導(1) 1)	信頼関係の構築(2) 2)9)
	職場巡視(1) 9)	ハイリスク者のフォロー(1) 4)	家族・主治医・産業医との連携(2) 2)4)
	少	企業風土を培う(1) 3)	上司や同僚への支援(1) 4)

る看護職によるストレスチェック実施状況と実施への自信, 産業衛生学雑誌, 58: 89-99, 2016.

2) 池上和範, 江口将史, 大崎陽平: メンタルヘルス不調の若年労働者への対応と課題ーメンタルヘルス不調により休業した労働者の事例を用いた調査ー, 産業医科大学雑誌, 38: 185-197, 2016.

3) 石川真子, 錦戸典子: 新人期の産業看護職における職場のメンタルヘルス活動の実施状況, 困難感, および知識・技術の保有感, 産業衛生学雑誌, 56: 1-15, 2014.

4) 河原田まり子: 管理監督者の行う心の健康問題を持つ職員への対応ー管理監督者を支援する産業看護職の役割ー, 看護総合: 3-13, 2004.

5) 太平泰子, 石川浩, 芦原睦: 事業場におけるメンタルヘルス予防活動ー定期健康診断を活用したメンタルヘルス対策の有用性ー, 第51回日本心身医学会総会ならびに学術講演会, 51: 236-244, 2010.

6) 畑中純子: うつにより休業した従業員の職場復帰における産業看護職の支援の構造, 産業衛生学雑誌, 58: 109-117, 2010.

7) 難波克行: メンタルヘルス不調者の入社継続率が91.6%に改善した復職支援プログラムの効果, 産業衛生学雑誌, 54: 276-285, 2010.

8) 淵野由夏: 職場のストレス対策における産業看護職の役割ー文献を通してー, 山口県立大学看護学部紀要: 65-74, 2001.

9) 山田淳子, 斉藤由美: 中規模偉業場における産業看護職によるメンタルヘルス支援システム構築過程の活動内容の特徴, 千葉看会誌, 18: 37-44, 2012.

10) 湯川裕美, 長谷川珠代, 蒲原真澄ら: メンタルヘルス不調者の復職支援に必要な事業場内外資源の連携における産業看護職の役割, 日健医誌, 24: 138-144, 2015.