

健康診断時のメンタルチェックを始めるにあたって

昨年度は定期職員健康診断の際に、各自によるメンタルヘルスチェックを始めようと試みましたが、個人情報にかかわることではいかなものかとのクレームがありましたので、ご要望によりチェックシートの内容（セルフチェック表（簡易版）と職場ストレスチェックシート）をサイボウズ（2011.6.21）に公表し、一応昨年度のメンタルヘルスチェックの採用は中止しました。

職場環境をよりよくするためにも、働く皆さまの心の自己管理状態をチェックされてはいかがでしょうか。まずは自分のために、今年度から手始めにセルフチェック表（簡易版）によるメンタルチェックを職員健診時に行います。これは労働基準監督局よりの要望でもありますが、まずは自分で自分をチェックしてみてもいいですか。自分を知ってはじめて他人への思い遣りが生まれ、コミュニケーションがとれた職場環境が醸成されるのではないのでしょうか。

セルフチェック（簡易版）が受け入れられるようになれば、職場ストレスチェックシートへ進みたいと思います。 ご協力下さい。

平成24年5月16日

理事長 市丸 喜一郎