

最良のエビデンスから 最良のメンタルヘルス対策を

ご案内

メンタルヘルス対策の重要性

- メンタルヘルス不調者の休業者が急増中
- メンタルヘルス関連疾患の労災認定
- 訴訟対策、企業防衛の側面
- コンプライアンス遵守
- 生産性の向上に寄与する対策

ご挨拶



皆様こんにちは。株式会社^{ディース}Ds'sメンタルヘルス・ラボ代表取締役の原と申します。

私はこれまで、精神科医として、病院やクリニックで様々な悩みを抱える方達の診療を行って参りました。いずれの外来もあふれかえり、次から次へと新しい方がお見えになり、まるで、底に大きな穴の開いたボートからコップで水を汲み出しているような、無力感を覚えることもありました。

ご縁をいただき、ある会社の産業医を拝命することになり、医師としてはじめて「病院に来る前」の方たちとお会いするようになりました。産業医の業務を通して、病気を未然に防ぐことの大切さや、不幸にも病気になったとしても、迅速かつ適切にサポートをすることで傷口を広げずにすむことができることを本当の意味で知りました。外来の現場で無力感に襲われていた一医師にとって、大きな転機となりました。

予防医学の重要性を改めて認識した私は、再び学徒に戻り、東京大学医学系大学院公衆衛生学専攻の門を叩きました。ここで出会ったのが、川上憲人教授率いる同大学精神保健学講座です。同講座では職場のメンタルヘルスに関する非公開のコース（東大MHコース）を設けていました。東大MHコースでは、職場のメンタルヘルスの専門家が集まり、ある時は知識の教授を行い、ある時は研究について意見交換し、またある時は国などへの提言を話し合ったりと、それぞれのメンバーが高いモチベーションを持って研鑽に努めています。そして、対策に役に立つ良質なエビデンス（研究成果）を出し、対策の中心を担う人材を育成することを目標としています。コースで議論を重ねるにつれ、各企業が抱えている難しい事例や企業のメンタルヘルス対策を担う外部機関（EAP）が困っていることなど、現在日本を取り巻く様々な問題点が浮き彫りになってきました。何より、情報が錯綜し、どのような対策をとるのがよいのかわかり難くなっている状況があります。また、対策が分かったとしてもどのような人が実務を行うかによっても得られる成果は変わってしまいます。

このような問題を解決するために、持てる知識や技術を全力で社会に還元していきたいという強いメンバーの想いがあり、この度会社を設立することになりました。「最良のエビデンス」を基に、「最良の人材」とともに、「最良の対策」を提供することを目標に、努力をし続けることをお約束致します。そして、より良い職場がより良い生活をもたらす、日本に、世界に笑顔が増えるよう、社員一同邁進する所存です。

（株）^{ディース}Ds'sメンタルヘルス・ラボ 代表取締役

原 雄二郎

顧問の言葉



川上憲人

株式会社 Ds's メンタルヘルス・ラボ 顧問

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野 教授

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野では週1回「職場のメンタルヘルスコース」を開催して、この領域の専門家の育成および新しい知識や技術の開発を行っています。

代表取締役の原雄二郎先生は大学院公共健康医学専攻に在学中にこのコースを受講され、職場のメンタルヘルスの基礎から応用まで多くを習得されました。このたび原先生が設立された「株式会社 Ds's (ディーズ) メンタルヘルス・ラボ」は、このコースの多様な成果を社会へと技術移転する初めての試みです。株式会社 Ds's メンタルヘルス・ラボを通じて、このコースが創出したノウハウをこれまで以上に広く、身近に活用していただけると期待しています。またわが国の職場のメンタルヘルスを巡るさまざまな新しい課題の解決を、株式会社 Ds's メンタルヘルス・ラボと本コースとの共同で進めてゆきたいと考えています。



島津明人

株式会社 Ds's メンタルヘルス・ラボ 顧問

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野 准教授

少子高齢化、労働力人口の減少、経済危機など、近年の労働環境は大きく変化しています。こうした社会経済状況の変化に伴い、職場のメンタルヘルスに求められるサービスも多様化してきました。メンタルヘルス不調による復職支援（三次予防）、早期発見・早期対応（二次予防）はもとより、未然防止（一次予防）がより重視されるようになってきました。さらに最近では、労働者一人ひとりがいきいきと働くことができる活性化対策も、職場のメンタルヘルスの新しい流れとして定着しつつあります。このような職場のメンタルヘルスにおけるまさに変革期に Ds's メンタルヘルス・ラボは設立されました。

代表取締役の原雄二郎先生は、精神科専門医・精神保健指定医であり、メンタルヘルス不調となった一人ひとりにきめ細かいケアを提供するための高度な知識とスキルを有しています。また、産業医として、事業場内でのケース対応や組織対応にも豊富な経験を有しています。さらに、公衆衛生の視点から労働者を取り巻く職場環境や組織全体にも目を向け、予防を中心とした対策も得意としています。このように、原先生は臨床と職場、治療と予防、個人と組織の双方に対応できる大変バランスの取れた視点を持っておられます。

これからの社会の目標は、一人ひとりのこころの健康を向上させることであり、この実現が社会全体の幸福度の上昇につながる、との認識が世界的に広まっています。職場のメンタルヘルスにおいても、労働者一人ひとりがいきいきと働くワーク・エンゲイジメントの向上に向けて、これまで以上に積極的な取り組みが必要になってきました。こうした変革期こそ、原先生のような多様かつ革新的な視点を持つ専門家を必要としていると言えるでしょう。

「D」の想い

Ds's メンタルヘルス・ラボの「D」には強い想いがこめられています。

Diagnosis 診断

医師が治療の前に診断を行うように、職場のどこに問題があるのか、何が問題なのかを正確に「診断」することが対策の第一歩となります。

Design デザイン

何から手をつけて、どのタイミングで次の手を打つかなど、対策を「デザイン」する力がものを言います。

Development 発展

対策を発展させること。それは単に時々刻々と変化する職場の状況に合わせるだけでなく、大学直結の利点を生かし、日進月歩の医療の情報を up to date で現場に還元すること。日々進化した対応が可能となります。

Drs 人材

東京大学内にある職場のメンタルヘルスコースを母体としており、研鑽を積んだ医師や博士号をもつ医療職など、臨床家、研究家として専門性の高い人材が中心に実務を担当致します。

技術顧問として、東京大学医学系研究科精神保健学分野・川上憲人 教授、同・島津明人 準教授にご指導を頂いております。

Desire 望み

最終的には、ご依頼いただいたクライアント様の「望み」を叶えること。

- ・本気でメンタルヘルス対策に取り組みたい
- ・難しい事例を抱えて困っているので何とかしてほしい

このような「望み」を一つでも叶えたい、ひいては、日本中を元気付けること、それが弊社が一番の「望み」でもあります。

近年メンタルヘルス対策のサービスを提供する事業者が急速に増えました。正に玉石混合状態です。

弊社は混沌とした情報の中で確かな研究成果と実務経験をもとに、メンタルヘルス対策のゴールデンスタンダードを提供致します。さらに、研究成果を生み出す側である、大学に直結している強みを活かし、次世代型のサービスをご提案致します。

弊社の特徴

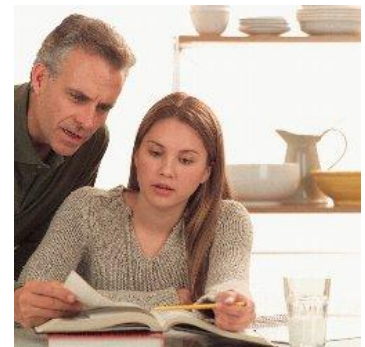
◆Ds's はチーム制

Ds's メンタルヘルス・ラボは、様々な「メンタルヘルス」問題について経験豊富な【産業医】を中心としたチームにより、職場のあらゆるメンタルヘルスの対策を担う、専門家集団です。

「難事例」への対応を得意としており、東京大学発の最新・最良のエビデンス（研究成果）をもとに、予防医学・精神医学を専門的に学んだ産業医を中心に、博士の学位をもつ心理職や保健師、ソーシャルワーカーなど多職種の高度専門家が知恵を出し合い、一枚岩の「チーム」として対応をします。

◆よくあるご相談

- ・どこから対策をしてよいかわからない
- ・体制はあるのに、うまくいっているように感じない
- ・産業医がいないが、どのように選んだらよいかわからない
- ・産業医の専門が違い、メンタルヘルスの相談ができない
- ・EAP を契約しているが、あまり使っておらず、役に立っているか分からない
- ・EAP と産業医の連携がとれていない
- ・ハラスメント対策に悩んでいる
- ・困った事例を正に今抱えており、何とかしたい
- ・メンタルヘルス対策義務化でどうすればよいかわからない
- ・メンタルヘルス対策義務化をチャンスに変えたい
- ・効果的な研修を依頼したい



特殊な医療業界、教育業界などでも対策をお受けしております。
また、中小の EAP 機関へのサポートも行います。

職場のメンタルヘルス対策でお困りでしたら、まずは、弊社にご相談ください！

メンタルヘルス対策 パッケージ A

産業医の選任あり

①産業医による月一度の訪問

弊社所属の産業医を選任して頂き、産業医業務を行います。

月 1 回 1～2 時間の訪問

- ・安全衛生委員会への参加 ・職場巡視 ・健康相談 ・健康診断の事后面談
- ・長時間労働者面談など ・産業医業務に関連する文書の発行
- ・1 ヶ月 10 往復までの産業医によるメール、電話相談
(面談者個人ではなく、人事担当者や産業保健スタッフを通じての対応です)

②メンタルヘルス対策の診断・デザイン・発展

産業医を中心に、御社にあった対策をご提案致します。

随時見直しを行い、発展させていきます。

③カウンセリングサービス

カウンセラー※による月に 1 度の訪問(2 時間)またはメールによる相談**を行います。
守秘義務に配慮しつつ、産業医と緊密に連携をとることで適切な対処を行います。

※事業所ごとの担当カウンセラー制です。

※※ご契約時にどちらか選択ができます。メールの場合、15 往復までが対象となります。それを越える際には別途費用が発生致します。

④各種割引※

パッケージでのご契約を頂いている場合、管理監督者研修、セルフケア研修などの研修講師費用やオプションサービスの費用が割引されます。

※パッケージの種類により、割引額が異なります。

メンタルヘルス対策 パッケージ B

産業医の選任なし

①顧問医とのご契約

医師による定期的な訪問はございません。

すでに産業医が選任されており、必要に応じてメンタルヘルス対応に長けた医師のアドバイスがほしい場合などに適します。弊社所属の医師と顧問医としての契約を結び、対象者との面談や意見書の作成などを行います。

1 ヶ月 10 往復までの産業医によるメール、電話相談も含まれます。

②※③④※※

パッケージ A と共通です。

※顧問医を中心とした指導になります ※※パッケージの種類により、割引額が異なります。

各種研修・講演

メンタルヘルス対策義務化を活かす業績アップ講習

各企業様にご好評いただいている講習会です。メンタルヘルス対策義務化時代の今取り組むべきこと、そして、メンタルヘルス対策義務化をうまく活かして業績アップにつなげるための、次世代のメンタルヘルス対策について解説致します。

講習 60 分+質疑応答 30 分（実際にお困りの事例など）：15 万円～
ご予算、ご要望にあわせてアレンジが可能です。

これから対策をされる、対策が行き詰っている、経営層に理解を求めたい、といったニーズにぴったりの講習です。

管理監督者（ライン研修）・従業員向け研修など

対策上、メンタルヘルスに関連する研修は必須とも言えます。ご希望の研修を弊社所属顧問、産業医など、経験豊富な講師陣が請け負います。講師により価格が異なります。パッケージのご契約を頂いている場合、単発でのご依頼の費用より割引がございます。

スペシャルケア

発達障害者支援パッケージ

近年相談が急増している、発達障害者へのサポートプランです。
発達障害についての管理者向け講習、当該従業員と上司に対する、職場におけるジョブコーチがパッケージングされています。

働く女性のケア

働く女性が増えましたが、育児と仕事の両立など、働く女性を取り巻くストレスはまだまだ強いのが現実です。女性を対象にしたグループセッションなどを行います。

ハラスメント対策

ハラスメント対策は、メンタルヘルスの予防対策のみならず、訴訟対策という企業防衛の観点からも極めて重要です。一般に、ハラスメントの事例は公表を嫌い、外部への相談を敬遠されるケースが多いです。ご相談いただいた場合は、守秘義務を持つ医師が責任を持って情報を管理致します。

いずれの費用につきましても、ご依頼いただいた事業所の特性などによって異なります。ご予算に応じて柔軟に対応が可能ですので、まずは気軽にお問い合わせください。

お問い合わせについて

お問い合わせ先 otoiawase@mhlabo.jp

お問い合わせの際は下記事項をメールにてお知らせください。折り返し担当がお返事致します。なお、全ての情報は守秘義務に配慮して適切に対処致します。

①事業所について

社名や団体名など、業種、従業員数、事業所数、産業医の有無、その他

②御担当者様のご所属、お名前、ご連絡先

③お困りごとの簡単な内容について

例：・困った事例がある ・今の体制をチェックしてほしい ・メンタルヘル스에強い産業医を選任したい など

弊社ホームページ：<http://mhlabo.jp/>

「日本の人事部」サイトに弊社の情報がございます。併せてご覧ください。：<http://jinjibu.jp/corporate/mentalhealth/>