

(書評者)
キョクシア(株)四日市工場
総務部安全健康担当参事・保健師
高崎正子

『職場のメンタルヘルスケア入門』

宮岡 等＝編集代表
淀川亮、田中克俊、
鎌田直樹、三木明子＝編

2023年発行
3,400円＋税 医学書院



実践対応に役立つ職場のメンタルヘルスケア入門書

本書は、産業医として活動している精神科医を中心に、適切な精神医学知識と最新知見をベースとしてQ & A形式の平易な表現で執筆された、職場のメンタルヘルスケアにかかわる全ての人に向けた新しい入門書となっている。その特長は「まさに今、現場で起こっている本当に知りたい問題」に対して、「実践的でわかりやすい解説書」となっているところにあり、日々現場で対応に困っている事例から事業場での予防活動へのスムーズな展開に向けてなど、かなり広範囲かつ体系的に問題が取り上げられている。

それともそのはず、産業医・精神科医として職域のメンタルヘルス問題に長年対応されてきている宮岡等先生を編集代表として、産業医経験を持ちつつ産業精神医学が専門の田中克俊先生、精神科をベースにして産業医として活動している鎌田直樹先生の3名がタッグを組んで企画検討する中で、現場で最前線に立つ産業医・産業保健スタッフにあらかじめアンケート調査を実施したという。目次にそのような工夫が凝らされていることもあり、現場担当者にとって知りたい内容が即座に検索しやすい構成となっている。

さらに、この3名の先生方ならではの「職域の現場では、産業保健スタッフの協力が不可欠である」「場合によっては、メディカルな知識よりもリーガルな考え方のほうが重要になる」といった観点から、職

域のメンタルヘルスを専門とする看護師・保健師である三木明子先生、職域の法的问题に造詣の深い弁護士である淀川亮先生の2名が編集に加わることで、職場の悩み解決につながる、多面的な視点での対応例が豊富に示されていることも本書の魅力であろう。

本書の序文でも指摘されていたように、メンタルヘルス問題は、ネット上に多くの情報があふれる中で、ともすると一般常識だけで理解・対応できるようになり、最新知見と適切な精神医学知識をアップデートしないままでは、不適切な対応につながる可能性がある。それによりメンタルヘルス問題を抱える従業員本人だけでなく、上司や同僚、人事労務担当者にとって、望ましくない結果を引き起こすこともあるのが現実でもある。

現場の最前線で実務にかかわるものとして、より良い活動の実践に向けた知識のアップデートには一苦労するが、まずは自分の知りたい情報に目次から触れてみるのも、知識の体系化や問題解決のヒントにつながるのではないだろうか。メンタルヘルス問題に苦手意識をもつ産業医・産業保健スタッフはもちろんのこと、メンタルヘルスにかかわる全ての人にお薦めしたい良書であり、ぜひ手に取って読んでほしい一冊である。

精