

メンタルヘルス・マネジメント検定試験 問題例

I 種（マスターコース）問題例

メンタルヘルスカケアを進めるために必要な体制整備の内容に関する次の記述のうち、最も不適切なものを一つだけ選び、解答用紙の所定欄にその番号をマークしなさい。

- ① 事業者の機能：メンタルヘルスカケアの重要性を認識し、自らリーダーシップを発揮するとともに推進に必要な人的・金銭的資源の提供を行うこと。
- ② 安全衛生委員会の機能：労働者の代表が参加し、事業場内で実施する心の健康づくり計画を審議するとともに、計画の実施状況を確認すること。
- ③ 管理監督者の機能：働きやすい職場環境の形成を行うとともに、上司として部下の健康状態の把握を行い、必要に応じて事業場内外の産業保健スタッフへの紹介を行うこと。また、休業者の職場復帰の支援手順を理解して、休業者に対する適切なサポートを行うこと。
- ④ 産業保健スタッフの機能：事業場内の専門家として、心の健康づくり計画の企画・立案・決定を行うとともに、従業員教育、管理監督者・事業者への必要な教育を行うこと。

【解答】④

II 種（ラインケアコース）問題例

「ラインによるケア」において管理監督者に求められる役割に関する次の記述のうち、最も適切なものを一つだけ選び、解答用紙の所定欄にその番号をマークしなさい。

- ① 職場環境がメンタルヘルス不調の原因である場合には、第二の不調者が出現しないように、しばらく様子を見る必要がある。
- ② 職場環境などの改善には、物理的な職場環境のみならず、労働時間、仕事の量と質、職場の人間関係、職場の文化や風土などに関する問題点を改善することも含まれる。
- ③ 部下からの相談に対応する場合には、まず問題解決を目的として、適切な情報を提供することが最も大切である。
- ④ 休職者が職場復帰する際の職場の環境整備は、標準化された職場復帰支援プログラムに則って行わなければならない。

【解答】②

Ⅲ種（セルフケアコース）問題例

メンタルヘルス不調への早期対処に関する次の記述のうち、最も不適切なものを一つだけ選び、解答用紙の所定欄にその番号をマークしなさい。

- ① メンタルヘルス不調は、本人の判断能力も低下していることがあるため、第三者の指摘によって初めて気づくという場合も少なくない。
- ② ストレスの健康面での現れ方としては、微熱、腰痛、頭痛や食欲不振などの身体面に現れるよりも、「気分が乗らない」、「少し落ち込んでいる」などの気分の面に出る。
- ③ メンタルヘルス不調は、多くの場合、独力で解決できる問題ではない。
- ④ メンタルヘルス不調について周りの人に自発的に相談していくという行動自体に問題を解決する力が備わってくる。

【解答】②

以 上