

心理的苦痛を感じている者の減少：ロジックモデル

第3段

＜こころの健康増進＞

自殺者の減少

第2段

＜危険因子の低減・基礎的病態＞

心理的苦痛を
感じる者の減少

第1段

＜生活習慣・社会環境等の改善＞

メンタルヘルス
対策を
している職場の
増加

心の
サポーター数
の増加

子ども期
逆境体験の
減少

孤独感を
抱える人の
割合の減少

就業率の
格差の縮小

教育支援セン
ター設置
自治体数の増加

心理的苦痛を感じている者の減少：アクションプラン

介入のはしご	自治体	職 域	学 校	関係団体：医療、産業保健、運動指導の専門家、民間企業、NPOなど
レベル1 選択できなくする				
レベル2 選択を制限する				
レベル3 逆インセンティブ				
レベル4 インセンティブによる選択の誘導	面談実施にインセンティブ（経済的支援等）	産業保健職との面談実施にインセンティブ（健康ポイント等） 健康経営の認定		
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導	精神疾患を持つ人への就労・社会参加・出産・子育て等に関する支援 地域の資源を活用した精神疾患を持つ人や単身者等への声かけ	職場環境改善（従業員参加型、ストレスチェックの集団分析結果を活用したもの） 長時間残業対策	通常カリキュラム内で行われるSOSの出し方教育等の実装・充実 スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー等の配置・活用促進	
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	各種相談窓口の設置と周知、相談体制の充実	既存のインターネット認知行動療法の提供	子どものメンタルヘルス問題の早期発見と支援 （世代間交流の活用促進）	周産期医療機関と自治体の母子保健事業との連携により妊産婦のうつ病の早期発見と受療支援による重症化予防等 アプリ等の新規開発と社会実装
レベル7 情報提供、教育	広報誌やホームページ、リーフレット等による啓発 好事例の収集・情報交換 中小企業等への出前講座 心のサポーター養成	ストレスチェックの集団分析結果のフィードバック 職場でのメンタルヘルス講習会等 自治体と連携して企業で心のサポーター養成	学校でのメンタルヘルス講習会等 自治体と連携して大学等で心のサポーター養成	商工会議所等と自治体とが連携して健康経営関連のセミナー開催
レベル8 モニタリング	国民生活基礎調査、自治体が行う健康調査	ストレスチェックの実施	調査・研究	調査・研究