

社会福祉施設等の管理者やチームリーダーの皆様へ

日頃から社会福祉施設等における利用者のケアの最前線でご尽力いただき、ありがとうございます。感染症の流行下では、どの組織においてもスタッフに大きな負担がかかります。特に、新型コロナウイルス感染症の患者が発生した高齢者や障害者等の入所施設では、なおさらです。そのため、**管理者やチームリーダーが中心となり、組織全体として、この状況下で頑張っているすべてのスタッフを慢性的なストレスや精神的健康の悪化から守ることが大切です。**

そうすることで、スタッフはより充実して、自分の仕事上の役割を発揮できるようになります。

♥ 管理者やチームリーダーにお願いしたいこと

◆スタッフの心身両面の健康を常に温かい目で見守ってください。そして、健康が悪化した場合に備えて、スタッフがあなたに伝えやすくなるような環境づくりに努めてください。特に、スタッフの**いつもと違うサイン**に気付いたら、声をかけてください。

- ・欠勤・遅刻・早退が増える
- ・表情に活気がなく、動作にも元気がない（あるいはその逆）
- ・仕事のミスが増えている
- ・対人関係のトラブルが増える
- ・仕事がかどらないが増える
- ・集中力が低下している
- ・人並み以上に頑張りすぎている

- ・身だしなみを気にしなくなる
- ・イライラした態度が目立ち、怒りっぽくなる
- ・気持ちが不安定になる
- ・報告や相談、口数、職場での会話が少なくなる（あるいはその逆）
- ・悲観的な言葉が増え、涙もろくなる・・・



「いつもと違う」
サインに注意！



最近忙しいけど、体調はどう？

疲れていない？・・・等々

◆休息は、身体的・精神的な健康にとって、とても大切です。職場のスタッフが、心と体を回復する休息をとれているのか、留意してください。この時期は特に、**スタッフ自身が、自分のケア（セルフケア）を十分に行えるように促してください。**

◆**正確で最新の情報が、すべてのスタッフに行き届くように配慮**をお願いします。情報が正しく行き届くことで、スタッフが抱える先行きの見えない不安を軽減したり、コントロール感を増したりすることに役立ちます。

◆早い時期にスタッフやその家族が発熱したり、濃厚接触者となった場合の対応方針を提示してください。**感染したスタッフには、直接電話やSNS等を通じて定期的に連絡**をしてください。自宅待機となったスタッフのストレスにも配慮し、待機中の給与等の扱いについても明確にしておくことが望まれます。

◆同僚同士で互いに支え合うピアサポートを奨励しましょう。
心理的な抵抗などから専門機関への相談はしにくい場合も、
身近な同僚であるバディには話せることも多いはずです。



◆職場全体のストレスの高まりから、経験や情報の差等による
意見の対立もあるかもしれません。コミュニケーションに配慮と工夫が必要です。
例えば、業務終了時に毎日、その日の出来事や感想を振り返る短時間のミーティングを
行うことで、スタッフは仕事の「荷下ろし」と、経験したことの共有ができます。

◆スタッフが自由に心配事を言葉にしたり、質問ができるように、定期的に管理者とス
タッフの間での話し合いの場を設定する等、風通しの良い職場環境が望まれます。

◆生活上の困難を抱えていたり、過去に精神的不調があったり、社会的サポートが少な
かったり、本人や家族が周囲の人たちから偏見や疎外を受けたりしているスタッフがいる場
合には、特に注意して見守ってください。

◆家族に対しても早いうちから、施設の感染予防対策、スタッフの身分保障、家族の相談
窓口の紹介等を行い、スタッフの良き理解者・支援者としてのアプローチが大切です。

◆スタッフに対して、必要な時には相談窓口に行ったり、信頼できる人にサポートを受け
るように促し、その機会を保障してください。部署間で調整が必要な時には、個人情報
の取り扱いには、十分に注意してください。

最後に

管理者やチームリーダーは、立場上、責任感から重い重圧がかかるため、場合によっ
てはスタッフ以上に、さまざまなストレスに直面します。管理者も、自分自身のケア
(セルフケア)を励行することがとても大切です。それでもストレスが増し、つらいと
感じる時は、信頼できる同僚や友人、専門家など、適切な人に連絡をとり、ご自身も支
援を受けるようにしてください。職場のためにも、管理者自身が自分のストレスを管理
する手本となるのが大切です。

岡山県精神保健福祉センターでは、クラスターが発生した施設職員の皆様の
メンタルヘルスの支援を行っています。
必要に応じて、管理者、チームリーダーの皆様が行う職員のメンタルヘルス
対策の助言等、お手伝いを行いますので、ご希望の場合は、保健所・支所、ま
たは直接センターにお問い合わせください。

【相談窓口】

施設職員のメンタルヘルスに関する相談窓口
岡山県精神保健福祉センター相談科 担当者
電話：086-201-0850 FAX:086-201-0851
E-mail: seishin@pref.okayama.lg.jp

なお、センターのホームページに職員配布用のリーフレットを掲載して
おりますので、ご活用ください。

岡山県精神保健福祉センターホームページ
<https://www.pref.okayama.jp/soshiki/189/>



【参考】

職員のメンタルヘルスに関する厚生労働省ホームページ
新型コロナウイルス感染症に対する介護施設等の職員のためのサポートガイドなど
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/tai sakumatome_13635.html

厚生労働省 コロナ 介護 まとめ

検索

作成：岡山県精神保健福祉センター（メンタルセンター岡山）