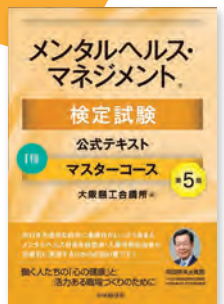


公式テキスト（第5版）

- 全国の主要書店で販売しています。（中央経済社刊）
- 大阪商工会議所内の売店でも販売しています。
宅配便でのお取り寄せをご希望の場合は、下記までお問い合わせください。
TEL&FAX 06-6944-6566（土・日・祝休日・8/15・年末年始を除く8:30～17:00）
- 10冊以上購入の場合、株式会社中央経済グループパブリッシングのホームページからもお申込みいただけます。
HP <https://www.chuokeizai.co.jp/mhm/>
- テキストに関する正誤表や出版後の法令改正等についてのお知らせは、ホームページにて随時ご確認ください。
HP <https://www.mental-health.ne.jp/text/>

I 種
マスター
コース



4,730円（税込み）

II 種
ラインケア
コース



3,410円（税込み）

III 種
セルフケア
コース



2,200円（税込み）

受験対策講座

★ 重要ポイントを短期間で確認・習得したい方におすすめ！

開催日・コースなど詳細につきましては、ホームページをご覧ください。
HP <https://www.mental-health.ne.jp/seminar/>

※なお、受験対策講座と検定試験受験のお申込みは別のものです。
検定試験受験のお申込みを忘れずと受験対策講座を受講されていても受験できませんのでご注意ください。

検定試験の
お問い合わせ先

メンタルヘルス・マネジメント検定試験センター

☎ 06-6944-6141（土・日・祝休日・年末年始を除く10:00～17:00）

🌐 <https://www.mental-health.ne.jp/>

✉ info@mental-health.ne.jp

※掲載者の所属・役職等は2022年2月現在のものです。

メンタルヘルス・マネジメント[®] 検定試験

"健康経営"推進企業として評価も！

チームで守るココロの健康
活力あふれる職場をめざして



公開試験

第33回
I種・II種・III種

2022年 11月6日（日）

第34回
II種・III種

2023年 3月19日（日）

コース
（受験料）

I 種 マスターコース（11,550円）	人事労務管理スタッフ向け
II 種 ラインケアコース（7,480円）	管 理 職 向 け
III 種 セルフケアコース（5,280円）	一 般 社 員 向 け

※表示価格はすべて税込みです。

受験地

札幌・仙台・さいたま・千葉・東京・横浜・新潟・浜松・名古屋・京都・大阪・神戸・広島・高松・福岡

団体特別試験

試験の日時・場所を企業・団体・学校が任意に設定し、随時試験を実施可能。（II種・III種）

主催：大阪商工会議所・施行商工会議所 / 後援：日本商工会議所

※“メンタルヘルス・マネジメント”は、大阪商工会議所の登録商標です。

ココロが健康だと
職場も元気です

推薦のメッセージ



川上 憲人さん

東京大学大学院
医学系研究科 教授

包括的かつ体系的に「職場のメンタルヘルス」を習得できるカリキュラム

ストレスチェック制度、働き方改革、さらに健康経営の広がりのもと、職場のメンタルヘルス対策の進展はめざましいものがあります。2020年からの新型コロナウイルス感染症の流行とこれによる働き方の変化も、職場のメンタルヘルス対策に新しい課題をもたらしました。

どのような状況であれ、職場のメンタルヘルス対策を効果的に進めるためには、事業者が継続的かつ計画的に推進することとともに、人事労務管理スタッフ、管理職、一般社員が自らの役割を認識し、メンタルヘルスに関する正しい知識を持つことが基本です。

メンタルヘルス・マネジメント検定試験は、働く人のメンタルヘルス不調を未然に防ぐために、産業保健の視点だけでなく人事労務管理の視点から基本、応用および最新の知識を包括的に学べるように構成されています。検定試験に取り組むことで、それぞれの立場に必要な知識を体系的に習得することができます。

この検定試験に合格された方からは、従業員の心の健康づくりに役立ったという声をたくさんいただいています。さらに多くの方にこの検定試験を受験いただき、わが国の職場のメンタルヘルスの一層の向上につながることを願っています。



岡田 邦夫さん

特定非営利活動法人
健康経営研究会 理事長
女子栄養大学大学院
客員教授

メンタルヘルスケアは 企業コミュニケーションの基盤

わが国が抱える多くの社会課題は、気候変動や自然災害などの多くの要因が複合的に絡み合い、将来の予測をより不確実・不透明にしています。このような状況下で発生する漠然とした不安感が私たちの心の中で大きく広がった結果、人、組織、さらには社会全体に対する不安が増幅し、多くのメンタルヘルス不調が発症することになるのです。

さて、従業員の心身の健康と企業の発展は、企業と従業員とが組織の安心・安全を共有することでもたらされるものと思います。特に心の健康問題は、なかなか「見える化」できないものであるが故に、多くの学びが必要となります。

お互いを思いやる心がコミュニケーションを生み出し、その結果、私たちの心の中に安心感が醸成され、働きがい生まれ出てくるものなのです。

感染症の予防接種は組織の少数の人が受けるだけではその効果がないに等しいのと同じように、組織のメンタルヘルスを向上させるためには、組織を構成するすべての人がメンタルヘルスケアの知識を有することが必須となります。職場の活性化は労働生産性の向上につながりますが、その基盤には働く人の心身の健康がなくてはならないものです。

「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」は、このような時代にこそ必要なりテラシーであるといえます。これから就職して自らの心身の健康や働きいを求める若い世代の方は「セルフケアコース」、部下をお持ちの方は「ラインケアコース」、そして組織全体を鳥合の衆とせず、大きな組織力創造の中心的役割を担う方は「マスターコース」をそれぞれ学び、知識習得の確認のための受験と、職場での実践的活用をとあして、従業員が心身共に健康に働ける活力あふれる職場づくりに役立てていただきたいと思います。



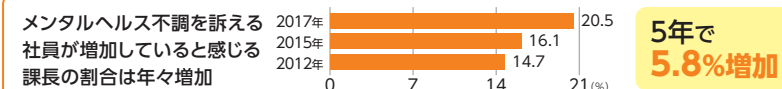
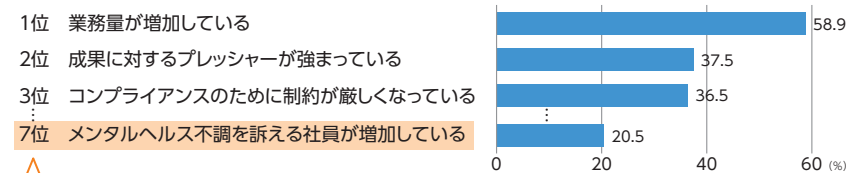
メンタルヘルス対策は、万全ですか

心の健康不調での休職、労災補償請求は増加傾向にあります。
大切な人財がいきいきと職場で働けるよう、
メンタルヘルス対策を講じておくことは企業にとって重要な課題となっています。



メンタルヘルス不調を訴える社員、業務量が増加

■ 3年前と比較した課長が感じる職場の状況の変化

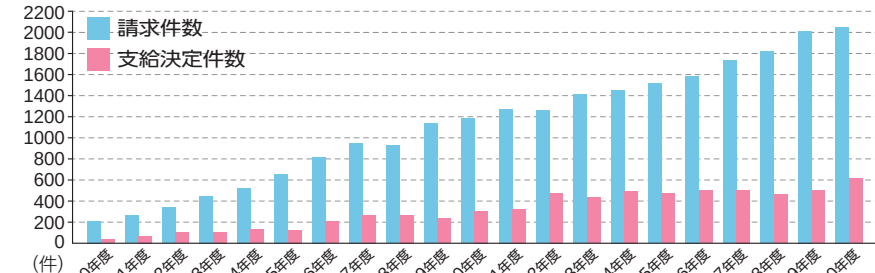


(2018年「第4回上場企業の課長に関する実態調査」学校法人産業能率大学)



精神障害などの労災申請は大幅に増加

■ 精神障害等の労災補償状況(厚生労働省)



安全配慮義務とは

労働契約法第5条は「使用者は、労働契約に伴い、労働者がその生命、身体等の安全を確保しつつ労働することができるよう、必要な配慮をするものとする。」と、使用者の労働者に対する安全配慮義務(健康配慮義務)を明文化しています。条文中の「生命、身体等の安全」には「心身の健康(メンタルヘルス)」も含まれるとされています。

企業がメンタルヘルス対策に取り組む意義・重要性

使用者が安全配慮義務を怠り、従業員がメンタルヘルスを悪化させると、「①生産性の低下や労働力の損失」を招くだけでなく、「②思わぬ事故等を起こし、営業・操業停止に伴う経済的損失」などが発生する可能性が増します。さらに、不幸にして従業員が過労死や自殺をしたような場合などは、「③多額の賠償金の支払いを命じられる」こともあり、このようなケースが生じて企業名が公表されると「④対外的なイメージダウン」は避けられません。

メンタルヘルス対策は、リスク管理という観点からも、企業が真剣に取り組むべき重要な問題です。

安全配慮義務に関する判例

A社 システム開発業務に就いていた労働者が過重労働の末、自殺した件について、出向先の会社の安全配慮義務違反が認められ、遺族に対して約8,000万円の支払いが命じられた。(東京地裁 平成20.12.8判決)

B社 うつ病発症までの約1年間にわたって月100時間超の時間外労働に従事させ、何の対策も講じなかった会社側に対し、自殺した労働者の遺族への慰謝料ほか約9,900万円の支払いが命じられた。(福岡地裁 平成21.12.2判決)

C社 過重労働が原因でうつ病になった労働者を不当解雇した事案で、原告がうつ病発症を会社に申告しなかったために高裁判決で賠償額が減額されたことに対し、最高裁は「労働者が自らの健康状態を申告しなかったことをもって過失相殺はできない」として、賠償額の審理を高裁に差し戻し。差し戻し審では、賠償額を増額し約6,000万円の支払いが命じられた。(東京高裁 平成28.8.31判決)



メンタルヘルス・マネジメント[®]検定試験について

商工会議所法に基づき実施している検定試験です。
延べ55万人以上が受験申込み！
働く人たちの心の健康と活力ある職場づくりにお役立てください。

仕事や職業生活に強い不安や悩み、ストレスを抱える人は増加傾向にあり、心の不調による休職や離職もまた増加しています。働く人たちがその持てる能力を発揮し、仕事や職場で活躍するためには、心の健康管理(メンタルヘルス・マネジメント)への取り組みが一層重要になっています。

心の健康管理には、一人ひとりが自らの役割を理解し、ストレスやその原因となる問題に対処していくことが大切です。また、雇用する企業としても、社会的責任の履行、人的資源の活性化、労働生産性の維持・向上を図るうえで、社員のメンタルヘルスケアについて組織的かつ計画的に取り組む必要があります。

メンタルヘルス・マネジメント検定試験は、働く人たちの心の不調の未然防止と活力ある職場づくりを目指して、職場内での役割に応じて必要なメンタルヘルスケアに関する知識や対処方法を習得していただくものです。



各コースの内容

メンタルヘルス・マネジメント検定試験は、職位・職種別(対象別)に3つのコースを設定しています ※いずれのコースからも受験可能です。

コース	Ⅰ種【マスターコース】	Ⅱ種【ラインケアコース】	Ⅲ種【セルフケアコース】
対 象	人事労務管理スタッフ・経営幹部	管理監督者(管理職)	一般社員
目 的	社内のメンタルヘルス対策の推進	部門内、上司としての部下のメンタルヘルス対策の推進	組織における従業員自らのメンタルヘルス対策の推進
到達目標	自社の人事戦略・方針を踏まえたうえで、メンタルヘルスケア計画、産業保健スタッフや他の専門機関との連携、従業員への教育・研修等に関する企画・立案・実施ができる。	部下が不調に陥らないよう普段から配慮するとともに、部下に不調が見受けられた場合には安全配慮義務に則った対応を行うことができる。	自らのストレスの状況・状態を把握することにより、不調に早期に気づき、自らケアを行い、必要であれば助けを求めることができる。
出題内容	① 企業経営におけるメンタルヘルス対策の意義と重要性 ② メンタルヘルスケアの活動領域と人事労務部門の役割 ③ ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識 ④ 人事労務管理スタッフに求められる能力 ⑤ メンタルヘルスケアに関する方針と計画 ⑥ 産業保健スタッフ等の活用による心の健康管理の推進 ⑦ 相談体制の確立 ⑧ 教育研修 ⑨ 職場環境等の改善	① メンタルヘルスケアの意義と管理監督者の役割 ② ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識 ③ 職場環境等の評価および改善の方法 ④ 個々の労働者への配慮 ⑤ 労働者からの相談への対応(話の聴き方、情報提供および助言の方法等) ⑥ 社内外資源との連携 ⑦ 心の健康問題をもつ復職者への支援の方法	① メンタルヘルスケアの意義 ② ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識 ③ セルフケアの重要性 ④ ストレスへの気づき方 ⑤ ストレスへの対処、軽減の方法 ⑥ 社内外資源の活用
問題構成・時間	選択問題：2時間 / 論述問題：1時間	選択問題：2時間	選択問題：2時間
配 点	① 選択問題 100点 ② 論述問題 50点 ※論述問題は、実務を遂行するうえで必要な知識とその応用力、総合的判断力などを問います。	100点	100点
合格基準	①②の得点の合計が105点以上。 但し、論述問題の得点が25点以上。	70点以上の得点	70点以上の得点

学習内容の特徴

第一次予防
(疾病の未然防止
と健康増進)
に重点

ラインによるケア、
組織全体による
ケアを促進

産業保健だけでなく、
人事労務管理の
観点も重視



健康経営に積極的に 取り組む企業として評価

従業員の健康管理に経営的視点から戦略的に取り組む「健康経営」が広がっています。経済産業省等は、健康経営を実践している企業を毎年、「健康経営銘柄」や「健康経営優良法人」として選定する取り組みを進めています。

健康経営銘柄や健康経営優良法人(大規模法人／中小規模法人部門)の認定要件には、「ヘルスリテラシーの向上／管理職・従業員への教育」が挙げられており、これにはメンタルヘルスの保持・増進に関する教育・研修や検定試験の受験による知識の習得なども含まれます。

つまり、管理職・従業員教育の一環として、社内でメンタルヘルス・マネジメント検定試験を導入し、社員の受験を推奨・支援することは、職場のメンタルヘルス対策に資することはもとより、健康経営に積極的に取り組む企業として評価されることにもなります。

※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

ストレスチェック実施後の フォローアップに

「ストレスチェック制度」が義務化されてから6年が経過しました。こうした制度が定着しているいま、企業全体の方針として継続的にメンタルヘルス対策に取り組み、不調者を減少させていくことが求められます。

「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」は、ストレスチェック後のフォロー策としても活用可能です。一般社員はセルフケアの方法、管理職は部下への対応策を習得することで、職場全体でこころの不調を抑止する体制を強化できます。人手不足が叫ばれるなか、貴重な労働力をメンタルヘルス不調から守ることが職場の安定化につながります。

ウィズコロナ時代に求められる メンタルヘルスケアの知識

新型コロナウイルス感染症の拡大によって企業の業績や労働環境が急激に変化し、それに伴う労働者の不安やストレスが高まる傾向にあります。またリモートワークの急速な普及によって、コミュニケーション不足や業務上の指示・指導の難しさなど新たなストレス要因が重なり、コロナ禍においては企業内でのメンタルヘルスケアの重要性が一層高まっています。

こうした背景もあって、「withコロナ時代に取得したい資格(ユークキャン調べ)」の第1位に「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」が選ばれています。【8ページ参照】

過去問題にチャレンジ (第27回公開試験問題より抜粋)

Ⅰ種【マスターコース】	Ⅱ種【ラインケアコース】	Ⅲ種【セルフケアコース】
Q 労働者へのセルフケアに関する教育研修やそ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 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(厚生労働省)では、事業者が「心の健康づくり計画」を策定するよう求めているが、その中の教育研修の実施については、時期、手法などを含む具体的な計画が含まれている。 ② ストレスへの対処には、生活習慣による方法、リラクゼーション法、認知行動療法、相談などがあり、それらの様々なストレス対処方法が活用できるよう教育していくことが望ましい。 ③ 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(厚生労働省)では、労働者への教育研修・情報提供を行う項目として、「事業場外資源との連携(ネットワークの形成)の方法」が含まれている。 ④ 教育研修を実施する際の講師は、事業場内の産業保健スタッフをできるだけ選ぶようにすると、労働者に産業保健スタッフの顔を覚えてもらえ、その後の相談にもつながりやすくなる。	Q 職場復帰において管理監督者の支援が必要な理由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 管理監督者による職場環境の調整は、自信を失っている労働者を支えることになる。 ② 管理監督者による職場環境の調整は、労働者の安心感が高まり職場へのコミットメントが低下することにつながる。 ③ 管理監督者による職場環境の調整は、職場にとっても人に優しい風土を醸成するための大きなきっかけになる。 ④ 管理監督者からの支援は、治療にも好ましい影響を与え、より早期の職場復帰に結びつく可能性がある。	Q 自己管理としてのメンタルヘルス不調の早期対処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 ストレスの現れ方は、まず「気分が乗らない」「少し落ち込んでいる」などの気分の面に現れ、次に微熱や食欲不振などの身体面に現れる。 ② メンタルヘルス不調は、心理的な分野であるだけに発症の状態が第三者に分かりやすいという面がある。 ③ メンタルヘルス不調の初期の段階では、それが単なる一過性の心の反応なのか、すでに病的レベルの問題であるのかの区別はつきやすい。 ④ メンタルヘルス不調については、独力で解決できる問題は多くないので、友人や家族、産業医など、第三者の協力を得ることが必要である。

【答え】Ⅰ種：③、Ⅱ種：②、Ⅲ種：④



公開試験

■ 統一日に指定会場で実施します。

		第33回	第34回
試験日		2022年11月6日(日)	2023年3月19日(日)
受験地		札幌、仙台、さいたま、千葉、東京、横浜、新潟、浜松、名古屋、京都、大阪、神戸、広島、高松、福岡 (上記の中から受験地を選択していただきます。)	
実施コース		I 種(マスターコース) II 種(ラインケアコース) III 種(セルフケアコース)	II 種(ラインケアコース) III 種(セルフケアコース)
受験料(税込み)		I 種:11,550円、II 種:7,480円、III 種:5,280円	
受験資格		学歴・年齢・性別・国籍に制限はありません。	
申込期間	一般受付: コンビニ店頭決済	9月16日(金)～9月25日(日)	1月27日(金)～2月5日(日)
	一般受付: クレジットカード決済	9月16日(金)～9月29日(木)	1月27日(金)～2月9日(木)
	団体受付	8月29日(月)～9月9日(金)	1月10日(火)～1月20日(金)
受験票発送日		10月19日(水)	3月1日(水)
受験票未着 問合せ期間		10月26日(水)・27日(木)	3月8日(水)・9日(木)
WEB成績票 照会期間		II・III 種=12月9日(金)10:00～ 2023年1月6日(金)17:00 I 種=2023年1月5日(木)10:00～ 2023年2月2日(木)17:00	4月21日(金)10:00～5月19日(金)17:00
成績票郵送希望者 受付期間		II・III 種=12月9日(金)～12月16日(金) I 種=2023年1月5日(木)～ 2023年1月11日(水)	4月21日(金)～4月27日(木)
合格証発送日 (合格者全員に発送いたします)		II・III 種=12月16日(金) I 種=2023年1月11日(水)	4月27日(木)
合格証未着 問合せ期間		II・III 種=12月26日(月)・27日(火) I 種=2023年1月23日(月)・24日(火)	5月15日(月)・16日(火)

※各受験地の会場における3密(密閉、密集、密接)を避けるため、受験地ごとの受験申込者人数に定員(コースごと)を設定いたします。申込期間に関わらず、定員に達した受験地・コースは申込受付を終了とさせていただきます。

※各受験地の会場は、受験票にてお知らせいたしますので、事前のお問い合わせはご遠慮ください。

※お身体に障がいがある方や妊娠中の方などで、受験に際して特別な配慮を希望される場合には、受験上の配慮申請期間(第33回:2022年8月29日(月)～9月9日(金)、第34回:2023年1月10日(火)～1月20日(金))に必ず公式ホームページの問合せフォームよりご連絡ください。受験上の配慮申請の手続き書類をお送りいたします。申請には、申請書に加えて、証明書類の提出が必要です。ご注意ください。

お申込み方法

インターネットでお申込み

メンタルヘルス・マネジメント検定試験公式ホームページ <https://www.mental-health.ne.jp/> からお申込みください。
(受験料のお支払い方法は「クレジットカード決済」もしくは「コンビニ店頭決済」のいずれかです。)

- 受験料のほかに申込システム利用手数料(470円:税込み)が必要です。
- 成績の確認方法はWEB照会となります。WEB成績票を見られない方は「成績票郵送希望者受付期間」内に受験者ご本人がメンタルヘルス・マネジメント検定試験センターにご連絡ください。WEB成績票と同一内容の成績票を普通郵便で発送します。
- 本試験を申込まれた方は、上記公式ホームページ(受験要項)に記載されているすべての事項について同意しているものとみなします。

【団体で公開試験にお申込み(団体受験)の場合】

企業・団体・学校などで申込人数が10人以上の場合、公開試験をまとめてお申込みいただけます。ご担当者は団体受験申請書の提出(登録)が必要となります。ご希望の際は上記団体受付期間にメンタルヘルス・マネジメント検定試験センターまでお申出ください。

- 受験票、合格証(合格者のみ)は受験者ご本人にお送りします。 ■ 団体受験ご担当者には、受験者成績一覧表をお送りします。



団体特別試験

団体特別試験とは、企業・団体・学校が、所属する従業員や職員、学生を対象に、メンタルヘルスケアに関する教育・研修の一環として、メンタルヘルス・マネジメント検定試験を実施する制度です。

- 企業・団体・学校のご都合にあわせて、日時、場所を設定できます。
- 所定の手続きにもとづいて、受験のお申込みをされた企業・団体・学校が試験を実施します。
(試験監督者の派遣はございません)

日時・場所	任意に設定できます(配布・説明・回収などを含め、1回の試験で所要時間は約2時間半です)。試験会場は日本国内に限ります。
受験申込受付	随時(試験実施日の3週間前までにお申込みください。)
実施コース	II 種(ラインケアコース) III 種(セルフケアコース)
受験料(税込み)	II 種:5,980円 III 種:4,220円
対象者	お申込みをされる日本国内の企業・団体・学校に所属している従業員、職員、学生の方 ※試験の実施に関与する方は受験できません。受験した場合は無効になります。 ※詳しくは、公式サイト内の「受験申込みにあたって」(注)をご確認ください。
受験資格	学歴・年齢・性別・国籍に制限はありません。※但し、お申込みは原則として各コースの受験者10人以上とします。
成績票・合格証発送	解答用紙返送後、2～3週間(担当者様宛てに受験者全員分を一括送付します)

(注)「受験申込みにあたって」、「個人情報の取扱いについて」、その他のご注意事項は、公式サイトにてご案内しています。

<https://www.mental-health.ne.jp/guide/group.html>

お申込み前に必ずこれらをご確認、ご同意のうえお申込みください。

本試験の受験を申込まれた企業・団体・学校は、上記公式サイトのご案内に記載されているすべての事項について同意しているものとみなします。

団体特別試験の手続き

① 試験のお申込み

試験実施日の3週間前まで

- インターネットでお申込みの場合
<https://www.mental-health.ne.jp/apply/group.html>
申込方法 ➡ 団体で申し込む ➡ **団体特別試験のお申込みはこちら** ボタンをクリック
申込みフォームに必要な事項をご入力の上、送信してください。

- 専用の受験申込書でFAXでお申込みの場合
所定の申込書(上記「申込方法(団体で申し込む)」画面からダウンロードできます)に必要な事項をご記入のうえ、メンタルヘルス・マネジメント検定試験センター(団体特別試験係)へFAXで送信してください。

ご担当者様宛てに申込み内容の確認のご連絡をした後に、受験料の請求書等をお送りいたします。

② 申込み受付

③ 受験料の入金

試験実施日の2週間前まで

- 指定の銀行口座へ受験料をお振り込みください。
※期日までにご入金いただけない場合、試験実施日までに試験問題などの資材が届かないこともございます。
※ご入金後の申込人数変更や受験料の返金、次回試験への繰り越し、試験日の変更はできません。
※新型コロナウイルス感染症の影響を含め、理由の如何にかかわらず、上述のとおりです。
お申込みいただいた場合は、ご同意いただいたものとさせていただきます。

④ 試験資材の送付

試験実施日の1週間前

- 受験料の入金確認後、問題・解答用紙や実施手順など必要資材一式をお送りします。
※複数日に分けて試験を実施する場合、合計申込者数に変更がなくとも、試験資材発送後に試験日毎の申込(受験)人数の内訳を変更することはできません。

⑤ 試験実施

各企業・団体・学校にて実施手順にもとづき、適正に試験を実施していただきます。

⑥ 解答用紙の返送

試験実施後3日以内

試験実施後、解答用紙をメンタルヘルス・マネジメント検定試験センターにご返送いただきます。

⑦ 結果通知

メンタルヘルス・マネジメント検定試験センターに解答用紙が到着してから、2～3週間で、受験者個別成績票(合格者には合格証を添付)、受験者成績一覧表をご担当者様宛てにお送りします。

団体特別試験
お問い合わせ先

メンタルヘルス・マネジメント検定試験センター(団体特別試験係)

TEL 075-746-5307 FAX 075-746-5308

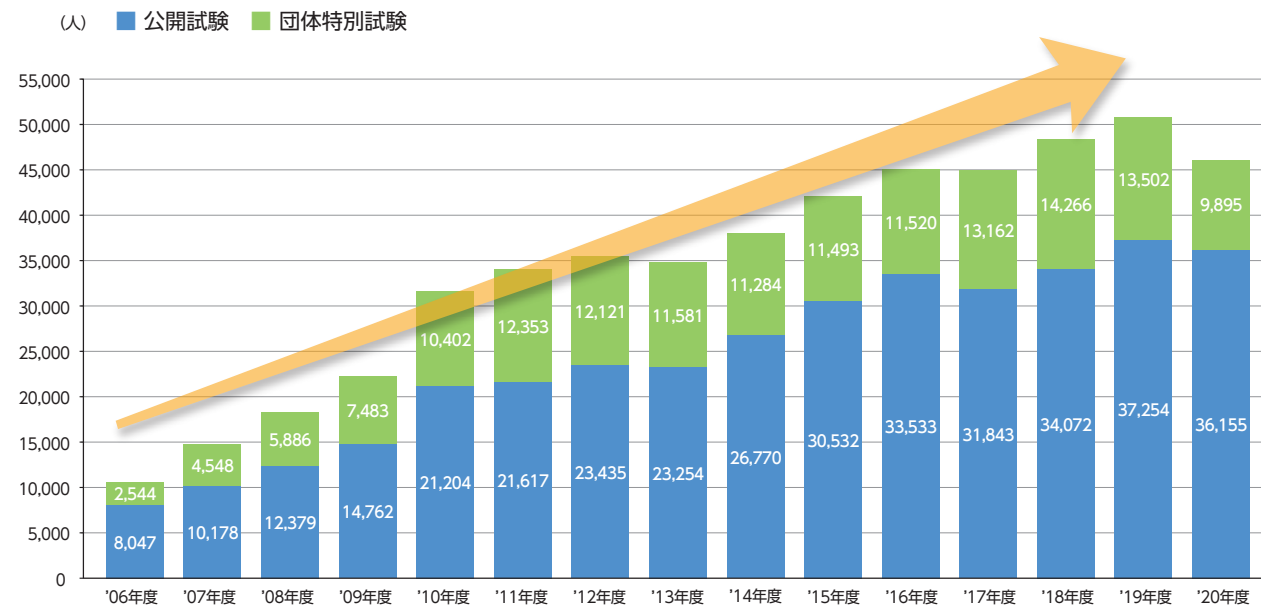
(土・日・祝休日・年末年始を除く10:00～17:00)



試験結果・受験者データ

受験申込者数の推移 ※公開試験、団体特別試験の合計

メンタルヘルス対策に取り組むため、「検定試験」を導入・推奨する企業・団体が増加しています。



2021年度 公開試験(第31回)&団体特別試験(2021.4.1～2021.12.31) コース別受験申込者数等

	コース	受験申込者数(人)	実受験者数(人)	合格者数(人)	合格率(%)
第31回 公開試験 (2021年11月7日実施)	I 種(マスターコース)	1,866	1,521	301	19.8
	II 種(ラインケアコース)	11,046	10,053	4,664	46.4
	III 種(セルフケアコース)	5,849	5,371	3,824	71.2
	計	18,761	16,945	8,789	—
団体特別試験	II 種(ラインケアコース)	4,012	3,789	1,620	42.8
	III 種(セルフケアコース)	1,992	1,914	1,350	70.5
	計	6,004	5,703	2,970	—

お役立ち資格ランキング

◎日経キャリアマガジン、日経新聞社等が、2015年11月に、20～40歳代のビジネスパーソンに対してアンケートを共同で実施し、903人が回答。

順位	資格名	合計	業務上	自主的
1位	管理業務主任者	100%	25.0%	75.0%
1位	プロジェクトマネージャ	100%	55.6%	44.4%
3位	メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅱ種	92.9%	21.4%	71.4%
4位	TOEFL®テスト	91.3%	17.4%	73.9%
5位	データベーススペシャリスト	90.0%	30.0%	60.0%
6位	証券アナリスト(CMA®)	87.5%	37.5%	50.0%
7位	ITIL®ファンデーション	85.7%	57.1%	28.6%
8位	二種外務員	82.2%	55.6%	26.7%
9位	ネットワークスペシャリスト	81.8%	18.2%	63.6%
10位	TOEIC®テスト(Bレベル、730～860点未満)	78.8%	22.4%	56.5%

★自主的に取得した資格ランキングでも3位となりました

2022年 武器になる資格ランキングTOP10

順位	資格名
1位 (5位)	簿記
2位 (2位)	ファイナンシャルプランナー (FP)
3位 (1位)	TOEIC® L&Rテスト
4位 (7位)	ITパスポート
5位 (3位)	マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト(MOS)
6位 (8位)	メンタルヘルス・マネジメント®検定
7位 (—)	医療事務
8位 (—)	調剤薬局事務
9位 (4位)	行政書士
10位 (10位)	宅地建物取引士(宅建士)

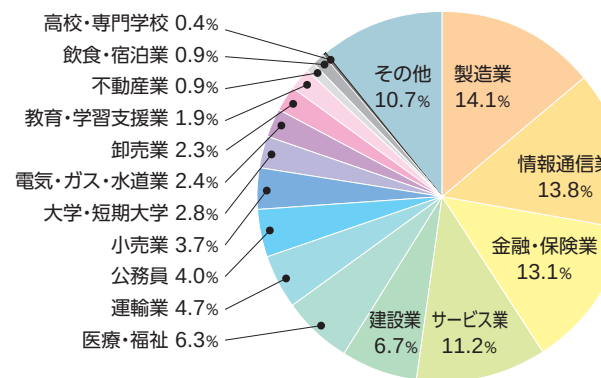
※ユーキャン「働き方と学び方に関する意識調査」より
対象：10～50代の男女591名／()内は2021年ランキング

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う社会の変化の中、今後取得すべきだと思う資格

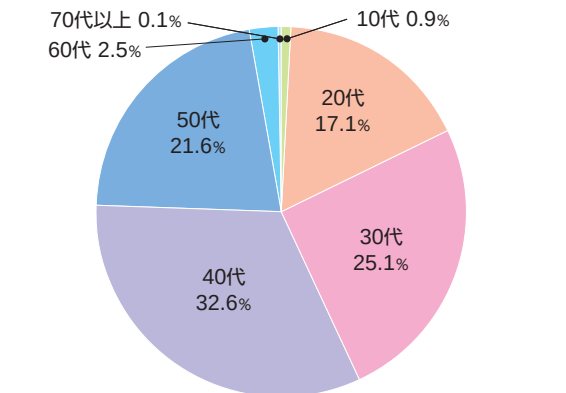
順位	資格名	割合
1位	メンタルヘルス・マネジメント®検定	14.0%
2位	ITパスポート	13.5%
3位	マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト(MOS)	13.5%
4位	ファイナンシャルプランナー	11.9%
5位	TOEIC®テスト	11.9%
6位	簿記	10.5%
7位	食生活アドバイザー®	9.3%
8位	ケアマネジャー(介護支援専門員)	8.8%
9位	アンガーマネジメント	8.8%
10位	社会福祉士	8.4%

※ユーキャン「2021年のトレンド予測とwithコロナ時代の働き方と学び方に関する意識調査」より(首都圏一都三県の20～50代の男女430名を対象に2021年11月に調査実施)

業種別 ※第31回公開試験・実受験者全体



年代別 ※第31回公開試験・実受験者全体



※四捨五入により各項目の合計は100%とはならない。



2020年度・受験申込者数上位法人のご紹介

(法人名五十音順)

大規模法人部門 20社

	法人名	本社所在地	受験申込者数 (人)	順位 ※()内は 2019年度順位
あ行	朝日生命保険相互会社	東京都新宿区	140	18 (－)
	アライ興産株式会社	大阪府大阪市	150	16 (－)
	NTTコミュニケーションズ株式会社	東京都千代田区	250	8 (9)
	株式会社NTT東日本・南関東	東京都港区	792	1 (4)
	大阪ガス株式会社	大阪府大阪市	169	15 (8)
	大阪信用金庫	大阪府大阪市	120	19 (－)
か行	関西ビジネスインフォメーション株式会社	大阪府大阪市	116	20 (－)
	川田建設株式会社	東京都北区	246	9 (－)
	川田工業株式会社	富山県南砺市・東京都北区	285	7 (－)
さ行	埼玉縣信用金庫	埼玉県熊谷市	216	12 (－)
	山九株式会社	東京都中央区	383	5 (7)
	関彰商事株式会社	茨城県筑西市・茨城県つくば市	229	11 (－)
た行	大同生命保険株式会社	東京都中央区・大阪府大阪市	232	10 (3)
	大和ハウス工業株式会社	大阪市北区	150	16 (16)
	高砂熱学工業株式会社	東京都新宿区	409	4 (－)
	デクセリアルズ株式会社	栃木県下野市	193	14 (6)
な行	日本郵便株式会社	東京都千代田区	288	6 (－)
ま行	三菱電機ビルテクノサービス株式会社	東京都千代田区	216	12 (11)
	明治安田生命保険相互会社	東京都千代田区	484	3 (1)
わ行	YKK AP株式会社	東京都千代田区	607	2 (2)

中小規模法人部門 10社

	法人名	本社所在地	受験申込者数 (人)	順位 ※()内は 2019年度順位
あ行	株式会社アウトソーシングビジネスサービス	東京都千代田区	52	6 (4)
	新家工業株式会社	大阪府大阪市	27	10 (－)
	SBアットワーク株式会社	東京都港区	29	8 (7)
	株式会社エフタイム	東京都新宿区	28	9 (－)
	株式会社オネスト	東京都豊島区	100	2 (－)
な行	日東グラスファイバー工業株式会社	福島県郡山市	62	3 (－)
は行	富士通クラウドテクノロジーズ株式会社	東京都中央区	179	1 (1)
	ホシザキ沖縄株式会社	沖縄県那覇市	40	7 (－)
ま行	株式会社ムツミ	大阪府吹田市	54	5 (4)
や行	四日市合成株式会社	三重県四日市市	58	4 (－)

■ 団体特別試験導入実績

製造業(電機・電子機器・機械・自動車・船舶・化学製品・医薬品・紙製品・食料品ほか)、通信・情報サービス業、建設業、不動産業、金融・保険業、電気・ガス業、鉄道業、運輸・倉庫業、家電量販店、医療・福祉・介護サービス業のほか、農業協同組合、労働組合、大学・短期大学、専門学校、行政機関など多数(2020年度は延べ284団体が団体特別試験を実施)。



企業・合格者の声

「明るく風通しのよい、各人が生き生きと活躍できる職場環境へ」の取り組みの一環として



日本ハムシステムソリューションズ株式会社 代表取締役社長 田口 稔さん

弊社では、会社方針のひとつとして、「明るく風通しのよい、各人が生き生きと活躍できる職場環境へ」をあげています。その一環として、社員の「心の健康」の保持・増進も非常に重要と考え、2016年より、役員・管理職・リーダーを対象に、メンタルヘルス・マネジメント検定試験(Ⅱ種)ラインケアコースの受験を推奨しており、就業時間内に団体特別試験の受験を実施しております。2021年末時点で役員4名含む計39名が合格しています。合格者を、その他IT資格の合格者と同様に社内掲示で表彰し、メンタルヘルスケアの取り組みを従業員にも知ってもらえるよう工夫しています。私を含めた役職員が、企業の社会的責任や人事労務管理の観点から、職場に必要なメンタルヘルス対策の知識や対処方法をしっかりと整理・

理解することは、これからの企業経営にとって、非常に重要であると考えており、より良い職場環境作りのため、引き続き取り組んでいきたいと思っています。

メンタルヘルス対策は企業の経営上の重要課題！



東京海上日動火災保険株式会社 広域法人部 シニアマイスター 横山 昌彦さん

労災事故が発生した場合、企業は一般的に「刑事責任」「民事責任」「労基法上の災害補償責任」「行政責任」「社会的責任」の5つの責任を問われます。精神障害の労災請求件数が過去最高水準にある中、企業がメンタルヘルス対策に取り組む意義は、従業員に対する福利厚生はもちろん、上記5つの責任に対するリスクマネジメントといった観点でも重要です。また、社員のメンタルヘルスに不調が発生すれば、生産性や職場のモチベーションの低下等、企業経営にも影響が出ることになります。メンタルヘルス対策は、企業の経営上の重要課題であると考え、私は全国の企業、団体からの依頼に基づき、メンタルヘルスに関する各種リスクマネジメントセミナーを実施しています。そして、メンタルヘルス・マネジメント検定試験の存在を知り、自身もⅠ種及びⅡ種に合格しました。本検定試験は、基礎から応用、実践、対策に至るまで、体系的にメンタルヘルスに関する素養を身につけることが可能です。企業の経営者、人事労務管理者はもちろんのこと、ラインの管理監督者や一般従業員の方々も、それぞれの立場や役割に応じたコースで受験されることをお奨めしたいと思います。弊社でも、人事企画部が推奨検定としており、受験を奨励しています。

メンタルヘルスセミナーの様子

メンタルヘルスについて自信をもって適切なアドバイスができるよう受験



大和ハウス工業株式会社 人事部 シニアエキスパート(専任課長) 平田 雅子さん

弊社では、健康経営方針として「家づくり、街づくりの基本は健康から。社員とその家族がイキイキと活動できる生活環境づくりを支援します」をトップメッセージとして発信し、全国の事業所で働く社員の健康維持・増進のための様々な取り組みを支援しています。その旗振り役を担う人事部員としてメンタルヘルスについても、自分自身がしっかり学び、率先垂範しなければならなかったと考えていました。知識習得の機会を模索していたところ、社外のセミナーでご縁があった友人から「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」を勧められたことが、受験のきっかけとなりました。

まずは、心の不調の未然防止と活力ある職場づくりへの近道として、Ⅱ種ラインケアコースを受験。合格後は、同じ職場で働く部員にもメンタルヘルスについて理解を深めてもらいたいとの思いから、人事部内でメンタルヘルス・マネジメント検定試験の「団体特別試験」を企画・実施しました。その結果、必要な知識や対処方法等の情報を共有できたと感じています。

今回合格したⅠ種マスターコースの受験は、事業所からの相談が急増する中、「自信をもって適切なアドバイスをしていきたい」という強い気持ちで原動力となりました。そして、自ら学んで深めた知識を様々な場面で活かし、事業所の“縁の下の力持ち”として、現場を支えていきたいと考えています。

弊社の健康促進活動は、健康促進セミナーの開催や体力測定会、スポーツ大会等様々あり、社員間の心の絆を深めるコミュニケーションツールとしても効果的です。心と身体のバランスのとれた快適な職場環境を目指し、「健康経営」を意識しながら、これからも前向きに取り組んでいきます。