

公式テキスト(第5版)

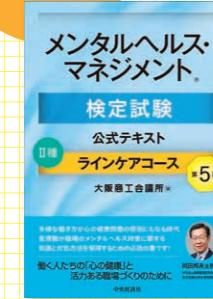
- 全国の主要書店で販売しています。(中央経済社刊)
- 10冊以上購入の場合、株式会社中央経済グループパブリッシングのホームページからもお申込みいただけます。
HP <https://www.chuokeizai.co.jp/mhm/>
- テキストに関する正誤表や出版後の法令改正等についてのお知らせは、公式ホームページにて隨時ご確認ください。
HP <https://www.mental-health.ne.jp/text/>

I種
マスター
コース



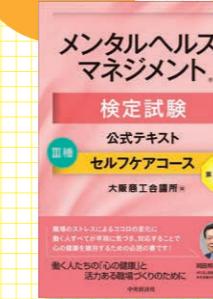
4,730円
(消費税10%込)

II種
ラインケア
コース



3,410円
(消費税10%込)

III種
セルフケア
コース



2,200円
(消費税10%込)

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、公式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る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
お問合せ先

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2023年2月現在のものです。

Certification Test for Mental Health Management

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!

ココロ、つながる。
職場が変わる。



公開試験

第35回
I種・II種・III種

2023年 11月 5日(日)

第36回
II種・III種

2024年 3月 17日(日)

コース
(受験料)

I種 マスターコース [11,550円(うち消費税 1,050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(うち消費税 680円)]

管 理 職 向 け

III種 セルフケアコース [5,280円(うち消費税 480円)]

一 般 社 員 向 け

※適用税率10%

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。

※適格請求書発行事業者登録番号T9120005004174(大阪商工会議所)

受験のおすすめ



鳥井 信吾
大阪商工会議所 会頭

職場における「心の健康」の増進に

ストレスチェック制度が企業に定着し、健康経営が具体的に実践されるなど、多くの企業において職場でのメンタルヘルス対策に関する取組が広がっています。一方でコロナ禍以降、テレワークなどの新しい働き方が浸透するなか、働く人たちがメンタルヘルス不調を引き起こす要因も多様化しています。

昨今、企業の競争力や企業価値を左右する要素の一つとして「人的資本の強化」への関心が高まっていますが、人への投資を進めるうえでは、その基盤ともいえるメンタルヘルス対策が欠かせません。企業においては、メンタルヘルス不調の予防や早期発見、不調者への対応など組織を挙げた取組が強く求められます。

大阪商工会議所では、企業の社会的責任や人事労務管理の観点から、職場での役割に応じて必要なメンタルヘルス対策の知識や対処方法を学んでいただくため、「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」を実施しています。試験開始当初の2006年度に年間1万人ほどであった受験申込者数は、ここ数年は年間4万5千人から5万人前後で推移し、累計では延べ60万人を超える受験申込をいただいております。

当検定試験の学習を通じて習得した知識や対処方法を現場で活用することで、職場における心の健康増進につなげていただければ幸いです。

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
デジタルメンタルヘルス講座
特任教授
一般財団法人淳風会 理事

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。一方、2020年からの新型コロナウイルス感染症の流行は、働き方に大きな変化をもたらし、労働者のメンタルヘルスへの影響が懸念されているところです。

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る。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。

激動の時代、メンタルヘルスケアは企業の経営戦略の一つ

企業を取り巻く環境は日々激動しています。経済的には「ショック」、健康面では、「パンデミック」とよばれる予測しがたい社会的変化が押し寄せてきました。これからもこのような問題が発生する可能性は高く、社会はその都度適切な解決方法を見出さなければならぬことになります。しかし、そこには、不安、心配、恐怖などの心理的ストレスが発生し、心身の不調がもたらされ、仕事に対する意欲の減少、労働生産性の低下などの企業リスクが発生します。その対処方法の一つが、生涯を通じたメンタルヘルスレベルの向上です。

このような時代にあって、当研究会では、健康経営を深化させ、「人という資源を資本化し、企業が成長することで、社会の発展に寄与すること」が重要であると、関係団体と連携して提言しました。働く人の心の健康問題は、一人ひとりの「セルフケア」に関する知識の習得と実践が基本ですが、ストレス要因が複雑に絡み合った現代では、それのみでは限界があることから、管理監督者による「ラインによるケア」がますます重要となっています。また、系統だったメンタルヘルスケアの実践には、組織全体を俯瞰した「マスターコース」を習熟した人財も必要不可欠です。健康投資に対する結果を得るために、このような体系的な知識の習得を、長期的展望に立ち、組織的、計画的に実施することが必要です。

「メンタルヘルス・マネジメント検定試験」は、これら3つのコースを準備し、「すべての働く人が心豊かに働くことができるよう支援するためのものです。

「働く人の心身の健康が企業の成長を促し、社会の発展につながる」ことを実現するためにも、多くの人が、メンタルヘルスケアについて理解を深めていただきたいと思います。



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

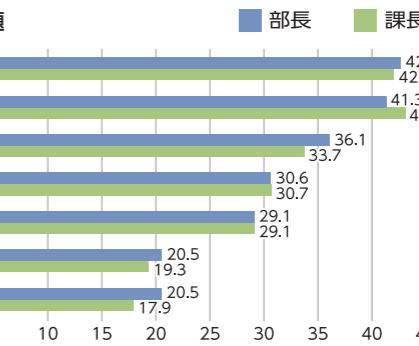
心の健康不調での休職、労災補償請求は増加傾向にあります。
大切な人財がいきいきと職場で働くよう、
メンタルヘルス対策を講じておくことは企業にとって重要な課題となっています。

メンタルヘルスを含む健康管理は管理職としての重要課題に

■ 2~3年前と比較して重要度が高まった業務課題

- 1位 業務のデジタル化(DX)への対応
- 2位 コンプライアンスの順守
- 3位 SDGsへの取り組み
- 4位 メンバーの健康管理(メンタル面を含む)**
- 5位 情報管理の徹底
- 6位 業務プロセスの標準化と自動化(RPA)
- 7位 脱炭素(温室効果ガスの排出抑制)への対応

(2021年「第6回上場企業の課長に関する実態調査」2022年「第2回上場企業の部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」こともあります。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 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社に申告しなかった事案で、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60万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發揮し、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。



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

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。

- (1)各コースの内容は、厚生労働省策定の「労働者の心の健康の保持増進のための指針」を参考に構築しています。
- (2)各コースの問題は、公式テキスト(第5版)の内容とそれを理解したうえでの応用力を問います。
なお、公式テキストに記載されている統計調査の最新の結果(公表済みのもの)などについて出題することがあります。
- (3)2023年4月1日時点で成立している法令に準拠して出題します。
- (4)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、公式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/>

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	①メンタルヘルスケアの意義と管理監督者の役割	①メンタルヘルスケアの意義
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	②ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識	②ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識
③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	③セルフケアの重要性
④人事労務管理スタッフに求められる能力	④個々の労働者への配慮	④ストレスへの気づき方
⑤メンタルヘルスケアに関する方針と計画	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)	⑤ストレスへの対処、軽減の方法
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	⑥社内外資源との連携	⑥社内外資源の活用
⑦相談体制の確立	⑦心の健康問題をもつ復職者への支援の方法	
⑧教育研修		
⑨職場環境等の改善		

問題構成・時間

選択問題：2時間／論述問題：1時間

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。

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。

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

選択問題：2時間

100点

70点以上

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

選択問題：2時間

100点

70点以上

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7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アップ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っており、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29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 労働安全衛生法と安全配慮義務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。	Q 管理監督者がとるべき対応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。	Q 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労働安全衛生法は、安全衛生に関する規制の原則を定めるものであるが、これに違反した場合であっても刑事罰の対象とはならない。	①労働安全衛生法は、安全衛生に関する規制の原則を定めるものであるが、これに違反した場合であっても刑事罰の対象とはならない。	①メンタルヘルス不調の初期段階では、それが単なる一過性の心の反応なのか、それとも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。
②請負会社社員の過労自殺をめぐって、就業先(発注)企業が請負会社社員に対して直接業務上の指示を行うなど、両者の間に一定の指揮命令関係が認められるとの事実関係のもと、就業先企業に請負会社社員に対する安全配慮義務の存在を認め裁判例がある。	②請負会社社員の過労自殺をめぐって、就業先(発注)企業が請負会社社員に対して直接業務上の指示を行うなど、両者の間に一定の指揮命令関係が認められるとの事実関係のもと、就業先企業に請負会社社員に対する安全配慮義務の存在を認め裁判例がある。	②日常の職場においては、管理監督者は労働者の安全と健康を確保する義務があることから、労働者の体調不良に気付くことが求められている。
③従業員の健康管理問題に関する安全配慮業務の具体的な内容として、衛生教育実施義務や作業環境整備義務がある。	③従業員の健康管理問題に関する安全配慮業務の具体的な内容として、衛生教育実施義務や作業環境整備義務がある。	③ストレスは必ず、まず「気が乗らない」「少し落ち込んでいる」などの気分の面に強く現れ、次に微熱や食欲不振などの身体面に現れる。
④民事上の安全配慮義務の具体的な内容を検討するに際しては、労働安全衛生法上の諸規定を十分に考慮する必要がある。	④民事上の安全配慮義務の具体的な内容を検討するに際しては、労働安全衛生法上の諸規定を十分に考慮する必要がある。	④以前にはなかった心身の変調が起こっている場合、何が今のストレスの原因なのかも考えることもストレスになりえるので、必ず、自分で分析せずにまずは第三者の協力を求めることが必要である。

【答え】 I種：①、 II種：②、 III種：②



公開試験

■ 統一日に指定会場で実施します。

	第35回	第36回
試験日	2023年11月5日(日)	2024年3月17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 (うち消費税)	I 種: 11,550円(1,050円) II 種: 7,480円(680円) III 種: 5,280円(480円) ※適用税率10%	
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15日(金)~9月24日(日)	1月26日(金)~2月4日(日)
	一般受付: クレジットカード決済 9月15日(金)~9月28日(木)	1月26日(金)~2月8日(木)
	団体受付 8月28日(月)~9月8日(金)	1月9日(火)~1月19日(金)
受験票発送日	10月18日(水)	2月28日(水)
受験票未着問合せ期間	10月25日(水)~26日(木)	3月6日(水)~7日(木)
WEB成績票照会期間	II・III 種=12月8日(金)10:00~ 2024年1月9日(火)17:00 I 種=2024年1月5日(金)10:00~ 2024年2月2日(金)17:00	4月19日(金)10:00~5月17日(金)17:00
成績票郵送希望者受付期間	II・III 種=12月8日(金)~12月15日(金) I 種=2024年1月5日(金)~ 2024年1月11日(木)	4月19日(金)~4月25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15日(金) I 種=2024年1月10日(水)	4月25日(木)
合格証未着問合せ期間	II・III 種=12月25日(月)~26日(火) I 種=2024年1月22日(月)~23日(火)	5月13日(月)~14日(火)

※受験地ごとの受験申込者数に定員(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35回:2023年8月28日(月)~9月8日(金)、第36回:2024年1月9日(火)~1月19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ので、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「コンビニ店頭決済」もしくは「クレジットカード決済」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(495円:うち消費税45円 ※適用税率10%)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人以上の場合は、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。

公開試験
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
☎ 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



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 (うち消費税)	II 種: 5,980円(543円) III 種: 4,220円(383円) ※適用税率 10% ※団体申込に伴う一括支払の場合は、消費税額=一括支払総額×10/110(小数点以下切捨)となります。
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、公式ホームページ内の「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1コースにつき原則として10人以上です。
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」、「個人情報の扱いについて」、その他のご注意事項は、公式ホームページ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、上記公式ホームページ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ください。

<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事項をご入力のうえ、送信してください。

② 申込み受付

試験実施日の2週間前まで

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。

③ 受験料の入金

試験実施日の1週間前

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あります。

※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 試験資料の送付

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、試験資料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)
☎ 075-746-5307
(土・日・祝休日・年末年始を除く10:00~17:00)

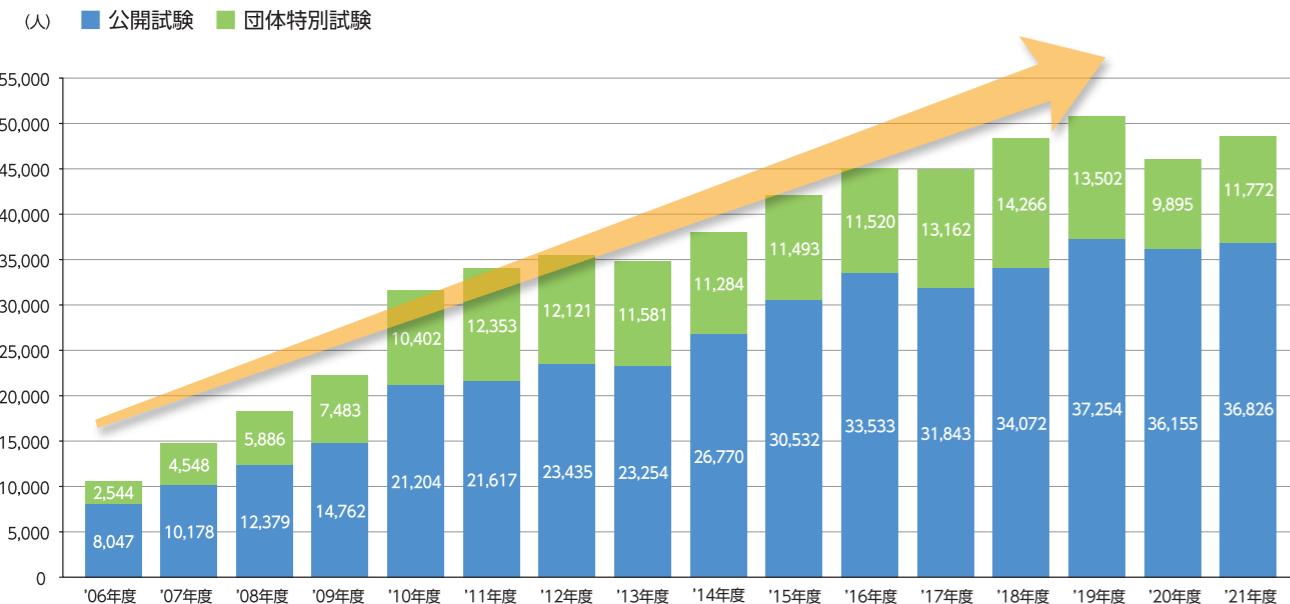


試験結果・受験者データ

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。



2022年度 公開試験(第33回)&団体特別試験(2022.4.1~2022.12.31) 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33回 公開試験 (2022年11月6日実施)	I 種(マスターコース)	2,000	1,628	287	17.6
	II 種(ラインケアコース)	12,175	10,998	6,401	58.2
	III 種(セルフケアコース)	6,002	5,458	3,787	69.4
	計	20,177	18,084	10,475	—
団体特別試験	II 種(ラインケアコース)	4,499	4,230	1,833	43.3
	III 種(セルフケアコース)	2,273	2,100	1,103	52.5
	計	6,772	6,330	2,936	—

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% ★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
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%

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)

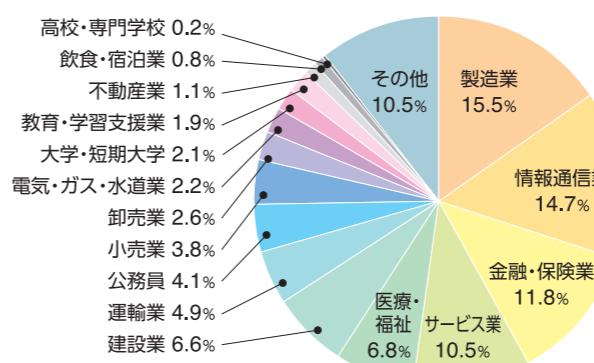
※ユーキヤン「働き方と学び方に関する意識調査」より
対象: 10~50代の男女591名 / ()内は2021年ランキング

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

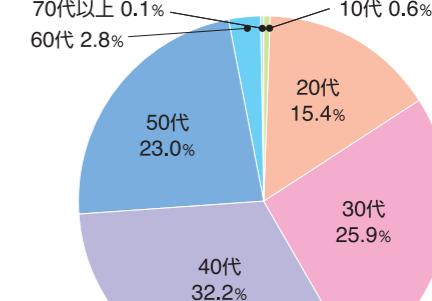
順位	資格名	割合
1位	メンタルヘルス・マネジメント®検定	14.0%
2位	ITパスポート	13.5%
3位	マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト(MOS)	13.5%
4位	ファイナンシャルプランナー	11.9%
5位	TOEIC®テスト	11.9%
6位	簿記	10.5%
7位	食生活アドバイザー®	9.3%
8位	ケアマネジャー(介護支援専門員)	8.8%
9位	アンガーマネジメント	8.8%
10位	社会福祉士	8.4%

※ユーキヤン「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2020年11月に調査実施)

業種別 ※第33回公開試験・実受験者全体



年代別 ※第33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。



2021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 昨年度順位)
あ行	株式会社エヌ・ティ・ティ・エムイー	東京都豊島区	180	14 (-)
	NTTコミュニケーションズ株式会社	東京都千代田区	229	9 (8)
	株式会社NTT東日本-南関東	東京都港区	543	4 (1)
	大阪ガス株式会社	大阪府大阪市	142	18 (15)
か行	株式会社快活フロンティア	神奈川県横浜市	170	15 (-)
	川田建設株式会社	東京都北区	167	16 (9)
	川田工業株式会社	富山県南砺市・東京都北区	194	12 (7)
	株式会社建設システム	静岡県富士市	321	7 (-)
さ行	山九株式会社	東京都中央区	334	6 (5)
た行	大同生命保険株式会社	東京都中央区・大阪府大阪市	507	5 (10)
	高砂熟学工業株式会社	東京都新宿区	139	19 (4)
な行	日本情報通信株式会社	東京都中央区	208	10 (-)
	日本郵便株式会社	東京都千代田区	661	2 (6)
は行	株式会社日立ソリューションズ・クリエイト	東京都品川区	196	11 (-)
ま行	三菱電機ソリューションズ株式会社	東京都千代田区	145	17 (12)
	水戸証券株式会社	東京都文京区	238	8 (-)
	明治安田生命保険相互会社	東京都千代田区	667	1 (3)
や行	ヤマトシステム開発株式会社	東京都中央区	191	13 (-)
ら行	ローム株式会社	京都府京都市	136	20 (-)
わ行	YKK AP株式会社	東京都千代田区	601	3 (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 昨年度順位)
あ行	SBアットワーク株式会社	東京都港区	40	3 (8)
	株式会社エムステージ	東京都品川区	37	4 (-)
か行	株式会社光邦	東京都千代田区	34	6 (-)
た行	株式会社東京久栄	東京都千代田区	36	5 (-)
	道路建設株式会社	北海道札幌市	27	9 (-)
	トヨタエルアンドエフ神奈川株式会社	神奈川県横浜市	25	10 (-)
な行	日東グラスファイバー工業株式会社	福島県福島市	61	1 (3)
は行	富士通クラウドテクノロジーズ株式会社	神奈川県川崎市	32	7 (1)
ま行	株式会社ムツミ	大阪府吹田市	51	2 (5)
や行	四日市合成株式会社	三重県四日市市	29	8 (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(2021年度は延べ230団体が団体特別試験を実施)。

Certification Test for Mental Health Management

企業・合格者の声



村上 由香さん
YKK AP株式会社
執行役員 人事部長



横山 昌彦さん
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



大石 さおりさん
NTTアドバンス
テクノロジ株式会社
総務部

YKK AP株式会社

全ての従業員が心身ともに健康で働き続けることを目指して

YKK AP株式会社は、従業員の健康を会社の重要な財産であると考え、全ての従業員が心身ともに健康で働き続けることを支援し、生活習慣病の減少やメンタル疾患の抑制など、従業員と一緒に健康づくりに取り組んでおり、2019年度以降、連続して「健康経営優良法人」にも認定されています。当社は、2021年度より定年を廃止しておりますので、今後より一層、安心して長く働き続けられる職場環境づくり、従業員の心身の健康づくりへの取組が重要となります。

また、当社では人材育成におけるキャリア形成支援、また、エンプロイアビリティ向上に向けた個人の能力開発のベースとして「資格取得奨励制度」を設けており、通信教育費用の全額補助、資格取得奨励一時金の支給などを行っています。その対象の一としてメンタルヘルス・マネジメント検定を設定しておりますが、特に「Ⅱ種(ラインケアコース)」の知識は職場リーダーが身につけておくべき共通知識の一つであると位置づけ、係長クラスへの昇格時の推薦要件として当該検定の合格を求めております。現在は累計3,000名以上が試験に合格し、検定試験の学習を通じて身につけた知識・対処方法を役立てて業務に取り組んでいます。

今後も従業員と家族の心と身体の健康保持・増進を図ってまいります。これにより、従業員一人ひとりの個性や能力が最大限に発揮され、企業の発展や社会への貢献に繋がると考えています。

東京海上日動火災保険株式会社

メンタルヘルス対策は企業の経営上の重要課題！

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。

(写真はメンタルヘルスセミナーの様子)

NTTアドバンステクノロジ株式会社

学んだ知識を活かし、メンタルヘルスの必要性を社内に広めたい

当社では健康経営宣言のひとつとして、「従業員の健康保持・増進に積極的に取り組み、健康づくりをサポートします」と掲げており、特に「メンタルヘルス不調者の再発&未然防止」に重点を置いて取り組んでいます。

また、総務部に所属している私は、全従業員に向けて積極的にメンタルヘルスの重要性を発信していかなければならない立場にあります。現在は新型コロナウイルス感染拡大もあり、従業員のメンタルヘルスには從来にも増して会社としての配慮と対策が重要だと考えています。

メンタルヘルス対策は何か問題が起きてからでは遅く、健康増進と未然防止のための一次予防が何よりも重要となりますので、まずは関連する知識を習得するために、Ⅱ種(ラインケアコース)を取得しました。

しかし、それだけではメンタルヘルスの重要性を社内に浸透させるには不十分を感じ、より積極的に活動するために、社内のメンタルヘルス対策の推進を到達目標としているⅠ種(マスターコース)の取得が不可欠であると考え受験しました。本検定試験は職位・職種別にⅠ種～Ⅲ種の3つのコースに分かれしており、年齢に関係なく従業員一人ひとりが職場内での自らの役割に応じたメンタルヘルスケアに関する知識を習得することができる点がポイントだと思います。

Ⅱ種については、上司の立場から部下のメンタルヘルス不調の未然防止とメンタル不調に陥った部下への適切な対応を中心に実務で即実践できる内容となっているため、管理監督者にとって欠かせない知識が習得できます。誤解されやすい精神疾患に関する知識についても正しく理解することが可能です。

Ⅰ種については、組織レベルでメンタルヘルス問題を解決するために必要な知識を広く学ぶことができます。一個人としてではなく、企業の視点からメンタルヘルスを考える力を身につけることができるため、学んだ知識を応用しながら自社のメンタルヘルス対策に適用していくことが可能になると思います。

なお、Ⅰ種の学習にあたっては、大阪商工会議所が主催する「受験対策WEB講座(全4回)」を受講しました。重要なポイントを押さえながら理解することができるとても分かりやすい講義のため、効率的な学習に繋がりました。

今後、本検定で学んだ知識を活かして、メンタルヘルスの重要性と必要性を社内に広く浸透させていきたいと考えています。従業員一人ひとりが個々や職場のメンタルヘルスに正しく向き合うきっかけをつくるため、メンタルヘルスの取組を全社に浸透させることで、従業員の健康増進と安全確保に努め、今後も「活気ある職場づくり」と「ワーク・ライフバランスの向上」を後押ししていきたいと思っています。