

図書の実費頒布 一覧表

●価格は税込価格です。●ホームページにて各冊子の内容を紹介しています。➡https://www.jalsha.or.jp/pub_index/



おすすめの
一冊

冊子名	発行年月	体裁	価格
職場の健康づくりシリーズ			
職場の発達障害対応事例集 ～管理職と同僚のための実践ガイド～	R7. 12	B5. 29頁	220
ハラスメント・ゼロの職場を目指して	R6. 12	B5. 29頁	220
メンタルヘルス不調による休業者のための職場復帰ハンドブック	R6. 1	B5. 29頁	220
基本のヘルスケア 働くためのこころの健康管理	R5. 9	B5. 29頁	220
こんな時どうする? ～職場のメンタルヘルス困難事例集～	R5. 2	B5. 29頁	220
新入・若手職員のためのメンタルヘルスハンドブック	R4. 9	B5. 29頁	220
管理監督者向け メンタルヘルス・マネジメントの手引き	R4. 2	B5. 29頁	220
守ろう健康 はじめよう歯の健康づくり	R3. 9	B5. 29頁	220
依存症からの脱却をめざして	R3. 2	B5. 29頁	220
コミュニケーション活性化による風通しのよい職場づくり	R2. 9	B5. 29頁	220
ハラスメントの加害者・被害者にならないために	R2. 2	B5. 29頁	220
健診結果の見方・活かし方 ～健康づくりは食生活の見直しから～	R1. 9	B5. 29頁	220
職場復帰支援	H31. 2	B5. 29頁	220
新入職員のための健康づくりハンドブック	H29. 10	B5. 29頁	220
管理監督者のためのストレスチェック制度の活かし方	H29. 2	B5. 29頁	220
がんと就労～自分らしく働き続けるために～	H27. 10	B5. 29頁	220
職場の腰痛予防対策	H27. 3	B5. 29頁	220
すっきり疲れをとるための快眠法	H26. 11	B5. 29頁	220
管理監督者のための傾聴法 ～職場のメンタルヘルス対策のために～	H24. 10	B5. 29頁	220
災害時の心の健康法 ―セルフケアと組織対策―	H23. 12	B5. 29頁	220
講 演 集			
産業医研修会講演集(令和7年度) 職場の健康管理と産業医の役割について／若手職員のメンタルヘルス／リスクアセスメント	R8. 3	B5. 89頁	330
産業医研修会講演集(令和6年度) 職場の健康管理と産業医の役割について／メンタル不調の休職中及び職場復帰後の産業医の対応／職場巡視の重要性と進め方	R7. 3	B5. 89頁	330
テキスト			
地方公共団体の安全衛生管理(第11版)	R1. 12	B5. 169頁	550
地方公共団体のための安全衛生推進者ハンドブック(第5版)	R1. 12	B5. 177頁	550

おすすめの冊子



職場の健康シリーズ84

メンタルヘルス不調による 休業者のための職場復帰ハンドブック

監修:宇佐見 和哉
新宿ゲートウェイクリニック 副院長

メンタルヘルス不調により休業する地方公務員は年々増加しています。メンタルヘルス不調の再発率は高く、いったん復職しても再休業となるケースも少なくありません。円滑に復職し、また再休業しないためには、休業期間をどのように過ごすかが鍵になります。

本書ではメンタルヘルス不調により休業された方々のために、復職までの全プロセスを示しつつ、休業前から休業中、復職後の職場定着まで、各段階での適切な過ごし方や気をつけることなどを具体的に解説しています。

また、休業された方のみならず、ご本人を支えるご家族や職場関係者がサポートするうえで留意すべき点なども解説するとともに、職場の休業制度を書き込める様式や生活リズムを整えるための生活リズム表など、復職準備に活用できる様式も掲載しました。

休業者の休業前の配布資料や、ご本人を支える周りの方々のための参考資料などとして、ぜひご活用ください。



冊子名	発行年月	体裁	価格
職場の安全シリーズ			
読んで実践 教職員の安全衛生ハンドブック	R7. 12	B5. 29頁	220
職場のリスクアセスメント～みんなで守る安全と健康～	R6. 12	B5. 29頁	220
よくわかる職場巡視の進め方	R5. 9	B5. 29頁	220
安全・衛生委員会運営サポートブック	R4. 9	B5. 29頁	220
新任安全衛生担当者のための手引き ～基礎から実践まで～	R3. 9	B5. 29頁	220
高齢労働者の安全対策 誰もが働きやすい職場に向けて	R2. 9	B5. 29頁	220
公務災害を防ぐ! ヒューマンエラー対策	R1. 9	B5. 29頁	220
防ごう! 熱中症	H30. 7	B5. 29頁	220
ヒヤリ・ハット事例の活かし方 実践のてびき	H29. 10	B5. 29頁	220
すぐに役立つ 消防職員の安全衛生活動	H28. 10	B5. 29頁	220
屋外作業安全ガイドブック～安全衛生管理のポイント～	H27. 10	B5. 29頁	220
みんなで防ごう! 交通災害～安全運転管理と現場での取り組み～	H25. 10	B5. 29頁	220
すぐに役立つ 教育職員の安全衛生活動	H24. 12	B5. 29頁	220
墜落 転落 転倒 災害ゼロに向けて	H23. 9	B5. 29頁	220