

平成27年12月から

# ストレスチェックの実施が義務 になります

## ストレスチェック制度とは

労働者数50人未満の事業場は当分の間努力義務です。

平成26年6月25日に公布された労働安全衛生法の一部を改正する法律により、**ストレスチェック**と**面接指導**の実施等を義務づける制度が創設されました(平成27年12月1日施行)。

**ストレスチェック制度**は、

定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気づきを促し、**個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減**させるとともに、検査結果を集団ごとに集計・分析し、職場におけるストレス要因を評価し、職場環境の改善につなげることで、ストレスの要因そのものも低減させるもの

であり、さらにその中で、メンタルヘルス不調のリスクの高い者を早期に発見し、**医師による面接指導**につなげることで、**労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止する取組**です。

### 背景

- ・ 職業生活で強いストレスを感じている労働者の割合は高い状況で推移
- ・ 精神障害の労災認定件数が3年連続で過去最多を更新 等

### 目的

- ・ 一次予防を主な目的(労働者のメンタルヘルス不調の未然防止)
- ・ 労働者自身のストレスへの気づきを促す
- ・ ストレスの原因となる職場環境の改善につなげる

## ポイント

常時使用する労働者に対して、**医師、保健師等**による心理的な負担の程度を把握するための検査(ストレスチェック)を実施することが**事業者の義務**となります。(労働者数50人未満の事業場は当分の間努力義務)

検査の実施者は、医師または保健師のほか、厚生労働大臣が定める一定の研修を修了した看護師または精神保健福祉士。

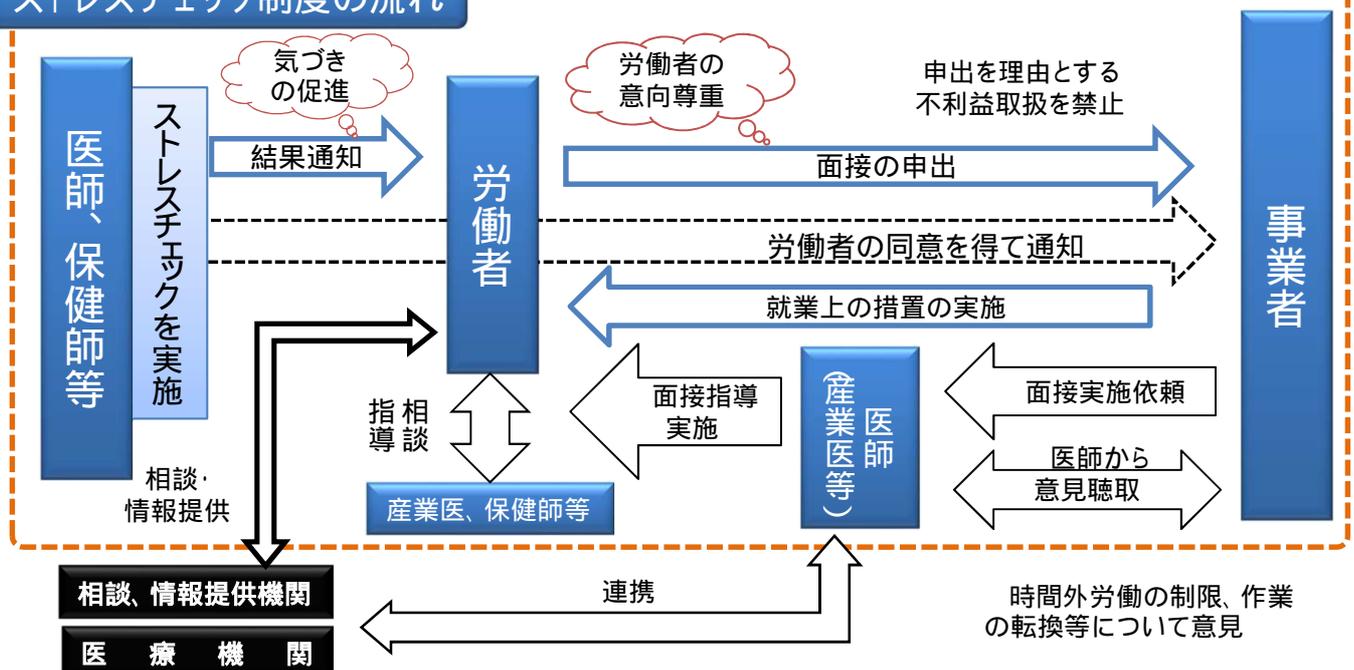
検査結果は、検査を実施した医師、保健師等から直接本人に通知され、**本人の同意なく事業者**に提供することは**禁止**されます。

検査の結果、一定の要件に該当する労働者から申出があった場合、**医師による面接指導**を実施することが**事業者の義務**となります。また、**申出を理由とする不利益な取扱いは禁止**されます。

「検査の結果、ストレスの程度が高い者」で、「検査を行った実施者が面接指導の実施が必要と認めた場合」。

**面接指導の結果に基づき、医師の意見を聴き、必要に応じ就業上の措置を講じることが事業者の義務**となります。

## ストレスチェック制度の流れ



# ストレスチェック制度の概要

## ストレスチェックの実施

☑ 常時使用する労働者に対して、医師、保健師等による心理的な負担の程度を把握するための検査(ストレスチェック)を実施することが事業者の義務となります。(労働者数50人未満の事業場は当分の間努力義務)

☑ 以下の3項目について、毎年1回定期的に検査  
 1 職場におけるストレスの原因に関する項目  
 2 ストレスによる心身の自覚症状に関する項目  
 3 職場における他の労働者による支援に関する項目

☑ 検査結果は、検査を実施した医師、保健師等から直接本人に通知され、本人の同意なく事業者に提供することは禁止されます。

## 面接指導の実施

☑ 検査の結果、一定の要件に該当する労働者から申出があった場合、医師による面接指導を実施することが事業者の義務となります。

☑ 面接指導の結果は記録し5年間保存しておかなくてはなりません。

☑ 面接指導の結果に基づき、医師の意見を聴き、必要に応じ就業上の措置を講じることが事業者の義務となります。

## 集団分析の実施

☑ 職場の一定規模の集団(部、課など)ごとのストレス状況を分析し、その結果を踏まえて職場環境を改善することが事業者の努力義務となります。

## 労働者に対する不利益取扱いの防止

☑ 面接指導の申出を理由として労働者に不利益な取扱いを行うことは法律上禁止されます。

☑ このほか、ストレスチェックを受けないこと、事業者へのストレスチェックの結果の提供に同意しないこと、高ストレス者として面接指導が必要と評価されたにもかかわらず面接指導を申し出ないことを理由とした不利益な取扱いや、面接指導の結果を理由とした解雇、雇止め、退職勧奨、不当な配転・職位変更等も行ってはいけないとすることが必要です。

## 労働基準監督署への報告

☑ 常時50人以上の労働者を使用する事業者は、検査、面接指導の実施状況等について、毎年1回定期的に、所轄労働基準監督署長に報告しなければなりません。

労働安全衛生法(法)

第66条の10

労働安全衛生規則(則)

第66条の10

実施者  
第52条の10

附則第4条

検査項目  
第52条の9

第66条の10

結果通知  
第52条の12

同意取得  
第52条の13

結果保存  
第52条の13

第66条の10

一定の要件に  
該当する労働者  
第52条の15

第66条の10

保存  
第52条の18

第66条の10

意見聴取  
第52条の19

第66条の10

集計・分析  
第52条の14

第66条の10

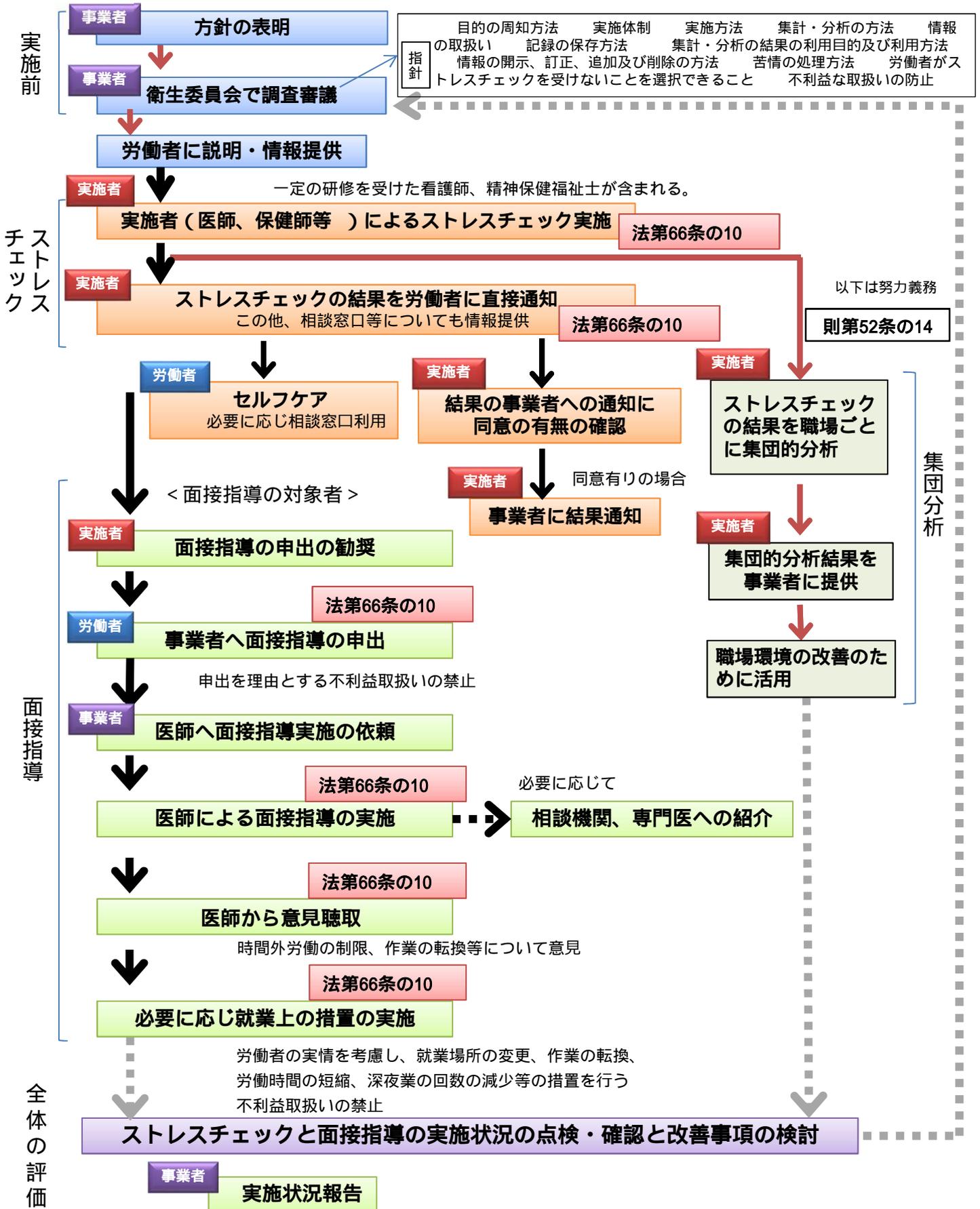
禁止されるべき  
不利益な取扱い

第52条の21

心理的な負担の程度を把握するための検査及び面接指導の実施並びに面接指導結果に基づき事業者が講ずべき措置に関する指針(指針)

調査票  
57項目が望ましい

# ストレスチェックと面接指導の実施に係る流れ



## (参考)「職業性ストレス簡易調査票」の項目(57項目)

### A あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに を付けてください。

1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない
2. 時間内に仕事が処理しきれない
3. 一生懸命働かなければならない
4. かなり注意を集中する必要がある
5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ
6. 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない
7. からだを大変よく使う仕事だ
8. 自分のペースで仕事ができる
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない
12. 私の部署内で意見のくい違いがある
13. 私の部署と他の部署とはうまが合わない
14. 私の職場の雰囲気は友好的である
15. 私の職場の作業環境(騒音、照明、温度、換気など)はよくない
16. 仕事の内容は自分にあっている
17. 働きがいのある仕事だ

### B 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまるものに を付けてください。

1. 活気がわいてくる
2. 元気がいっぱいだ
3. 生き生きする
4. 怒りを感じる
5. 内心腹立たしい
6. イライラしている
7. ひどく疲れた
8. へとへとだ
9. だるい
10. 気がはりつめている
11. 不安だ
12. 落ち着かない
13. ゆうつだ
14. 何をしても面倒だ
15. 物事に集中できない
16. 気分が晴れない
17. 仕事が手につかない
18. 悲しいと感じる
19. めまいがする
20. 体のふしづしが痛む
21. 頭が重かったり頭痛がする
22. 首筋や肩がこる
23. 腰が痛い
24. 目が疲れる
25. 動悸や息切れがする
26. 胃腸の具合が悪い
27. 食欲がない
28. 便秘や下痢をする
29. よく眠れない

### C あなたの周りの方々についてうかがいます。最もあてはまるものに を付けてください。

次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？

1. 上司
2. 職場の同僚
3. 配偶者、家族、友人等

あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？

4. 上司
5. 職場の同僚
6. 配偶者、家族、友人等

あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいいきいてくれますか？

7. 上司
8. 職場の同僚
9. 配偶者、家族、友人等

### D 満足度について

1. 仕事に満足だ
2. 家庭生活に満足だ

調査票には「ストレス要因」「心身のストレス反応」「周囲のサポート」の3領域を含む必要があります

#### 【回答肢(4段階)】

- A そうだ / まあそうだ / ややちがう / ちがう  
 B ほとんどなかった / ときどきあった / しばしばあった / ほとんどいつもあった  
 C 非常に / かなり / 多少 / 全くない  
 D 満足 / まあ満足 / やや不満足 / 不満足

## 「ストレスチェック」実施促進のための助成金

### < 従業員数50人未満の事業場の事業主の方へ >

従業員数50人未満の事業場は、当分の間努力義務となりますが、この「ストレスチェック」実施促進のための助成金は、従業員数50人未満の事業場が合同で、医師・保健師などによるストレスチェックを実施し、また、ストレスチェック後の医師による面接指導などを実施した場合に、事業主が費用の助成を受けることができる制度です。

従業員のメンタルヘルス不調の未然防止のために、ぜひご活用ください。

この助成金は、厚生労働省の産業保健活動総合支援事業の一環として行われています。

#### 助成金に関するお問い合わせは

労働者健康福祉機構 産業保健・賃金援護部 産業保健業務指導課

電話番号：044-556-9866 受付時間：平日 9時15分～18時(土曜、日曜、祝日休み)

所在地：神奈川県川崎市幸区堀川町580番地 ソリッドスクエア東館17階

福岡産業保健総合支援センター

電話番号：092-414-5264 受付時間：平日 8時30分～17時15分(土曜、日曜、祝日休み)

## ストレスチェック制度サポートダイヤル

### < ストレスチェック制度にお悩みの実施者、事業者、制度担当者の皆様へ お電話ください >

「ストレスチェック制度サポートダイヤル」 電話番号：全国統一ナビダイヤル 0570-031050 通話料がかかります。

開設日：平成27年5月20日(水)

受付時間：平日10時～17時(土曜、日曜、祝日、12月29日～1月3日は除く)

産業医、保健師等ストレスチェックの実施者、事業者、衛生管理者等ストレスチェック制度担当者等からのストレスチェック制度の実施方法、実施体制、不利益な取扱いなどに関する相談にお答えします。

福岡産業保健総合支援センターでは、事業場におけるストレスチェック制度の実施のための研修・セミナーの開催、事業場へのストレスチェック制度の導入等に対する個別訪問支援等を通じて、ストレスチェック制度の円滑な運用のための支援を行っています。併せてご活用ください。

ストレスチェック制度をはじめとするメンタルヘルス対策の詳細は 次のアドレスをご覧ください。

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」 <http://kokoro.mhlw.go.jp>

○ 福岡労働局HP <http://fukuoka-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>

○ 厚生労働省HP <http://www.mhlw.go.jp>

こころの耳 検索



福岡労働局(健康課 ☎092-411-4798)・各労働基準監督署