

メンタルヘルスで変わる！

働きやすい職場づくりキャンペーン ふくしま



ーストレスチェックの実施と活用で職場環境改善をー



9月1日から11月30日まで

厚生労働省の調査によると、多くの方が仕事に不安や悩み、ストレスを抱えながら日々働いており、また、精神障害に係る労災支給決定件数は全国的に年々増加しています。こうした状況を背景に、令和10年4月からはすべての事業場でストレスチェックの実施が義務になるなど、職場のメンタルヘルス対策が急務となっています。

福島労働局では、9月1日から11月30日まで「メンタルヘルスで変わる！働きやすい職場づくりキャンペーン ふくしま ーストレスチェックの実施と活用で職場環境改善をー」を展開し、**キャンペーン期間中に、様々な機関や団体と共にメンタルヘルス対策を支援するためのイベントやセミナーを多数実施します。**

▼ 数字でみる職場のメンタルヘルスの現状

仕事や職業生活に「強い不安、
悩み、ストレス」があると回答
した労働者の割合

68.3%



メンタルヘルス不調による
平均休業期間

約3.5か月



メンタルヘルス不調により
連続1か月以上休職した
労働者がいる事業場の割合

10.2%

(約10事業場に1事業場)



メンタルヘルス不調により
退職した労働者がいる
事業場の割合

6.2%

(約16事業場に1事業場)



厚生労働省 令和6年「労働安全衛生調査(実態調査)」

メンタルヘルス不調は、誰にでも起こり得る身近な課題です

仕事上のストレスや人間関係の悩み、業務負担の増加、生活環境の変化などにより、誰もがメンタルヘルス不調を抱える可能性があります。メンタルヘルス不調になると、業務のミスや生産性の低下につながるほか、休職や離職が必要になってしまう場合もあります。

職場のメンタルヘルス対策を通じ、働く人一人ひとりが心身ともに健康な状態で安心して能力を発揮できるような働きやすい職場づくりに取り組みましょう。

主唱者：福島労働局、各労働基準監督署

協賛者：各労働災害防止団体((一社)福島県労働基準協会、各地区労働基準協会、建設業労働災害防止協会福島県支部、陸上貨物運送事業労働災害防止協会福島県支部、港湾貨物運送事業労働災害防止協会東北総支部福島県支部、林業・木材製造業労働災害防止協会福島県支部)、全国健康保険協会福島支部

協力者：福島県、(一社)福島県医師会、(独)労働者健康安全機構 福島産業保健総合支援センター、(一社)日本労働安全衛生コンサルタント会福島支部



厚生労働省

福島労働局

(R8.7)

福島労働局
協会けんぽ
福島産業保健
総合支援センター

職場のメンタルヘルス対策セミナー

参加費
無料

2026年

9月3日 木

14:00

16:00

日時

場所

メグレスホール（福島県郡山市向河原町4-159-1）

対象

企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

内容

「小規模事業場におけるメンタルヘルス対策の課題と展望」

他にも…

国立大学法人福島大学名誉教授 五十嵐 敦氏

○ 小規模事業場向けのマニュアルを活用したストレスチェックの義務化への対応手順

○ メンタルヘルス対策の取り組みに関する各種支援策 など
実務に役立つ情報を分かりやすく説明します

アクセス

星総合病院の駐車場を利用できますが、台数に限りがありますのでなるべく公共交通機関をご利用下さい。

定員

先着300名

お申込みはこちら



締切:8月21日(金)

▼ 協賛者主催イベント 非会員事業場も参加できます。詳細については各団体にお問合せください。

（一社）会津労働基準協会

ストレスチェック制度説明会

2026年

日時 11月25日 水

（時間未定）

場所 アピオスペース
（会津若松市インター西90）

参加費 無料 定員 100名

問い合わせ 0242-27-8511

（一社）喜多方労働基準協会

労務管理研修会

2026年

日時 11月19日 木

（時間未定）

場所 喜多方プラザ文化センター
第2会議室
（喜多方市字押切2-1）

参加費 無料 定員 約50名

問い合わせ 0241-22-4146

陸災防 福島県支部

（仮称）陸上貨物運送事業労働災害防止協会

職場のメンタルヘルス対策セミナー

2026年

日時 12月7日 月

13:30～

場所 県中研修センター
（郡山市喜久田町卸3-5）

参加費 無料 定員 100名
※会員優先

問い合わせ 024-558-9011

▼ 各団体会員向けイベント

（一社）福島労働基準協会（TEL:024-522-4834）

労働衛生週間実施要綱説明会

日時 2026年 9月14日 13:00～

場所 ウィル福島アクティおろしまち
（福島市鎌田卸町10-1）

（一社）白河労働基準協会（TEL:0248-24-0961）

全国労働衛生週間準備期間説明会

日時 2026年 9月29日 13:30～

場所 白河労働基準協会 1階大会議室
（白河市十三原道上3-17）

建災防 福島県支部（TEL:024-522-2266）

職場のメンタルヘルスに係る研修会

日時 2026年 10月（日付未定）

場所 福島建設センター
（福島市五月町4-25）建設業労働災害防止協会

▼ その他関連イベント

厚生労働省 過労死等防止対策推進シンポジウム福島

日時 2026年11月20日(金) 13:30～15:30

場所 キョウワグループ・テルサホール（福島テルサ）
3階大会議室「あぶくま」（福島市上町4-25）

内容 過労死や過重労働、ハラスメントなどの労働問題
について現状や課題、防止対策を考えます

お問合せ 03-6264-6433
（受託事業者:（株）プロセスユニーク）



このほかにもキャンペーン中にはオンラインによる説明会の開催を予定しています
福島労働局公式Xでお知らせしますので、是非フォローしてお待ちください♪



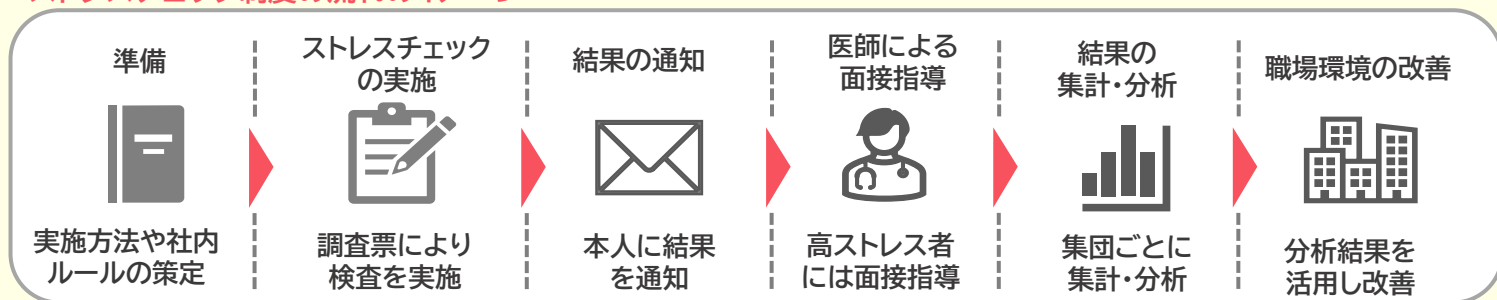


労働者数50人未満の事業者も

ストレスチェックの実施が義務になります

ストレスチェックとは、事業者による職場のメンタルヘルス対策の取組です。労働者にストレスの状況についての検査を実施し、本人のストレスへの気付き・セルフケアを促すとともに、検査結果の集団ごとの集計・分析を通じて、職場のストレス要因の改善につなげることで、メンタルヘルス不調の未然防止を図る仕組みです。これまで、労働者数50人以上の事業場にのみ実施が義務付けられていましたが、令和10年4月より労働者の人数を問わず、すべての事業場に対して義務化されます。

ストレスチェック制度の流れのイメージ



【各種支援事業の紹介】

小規模事業場向けマニュアル

厚労省の「小規模事業場ストレスチェック制度実施マニュアル」は、労働者数50人未満の事業場に即した、労働者のプライバシーが保護され、現実的で実効性のある実施体制・実施方法を示したマニュアルです。



厚労省HP

サポートダイヤル

ストレスチェック制度サポートダイヤルでは、ストレスチェック制度の導入・実施についてのご相談に専門スタッフがお答えします。

電話番号：(全国統一ナビダイヤル)

0570-031050

受付時間：平日10:00～17:00
(土日祝日、年末年始は除く)

※運営は厚労省所管の
独立行政法人労働者健康安全機構

「こころの耳」

厚労省が運営するメンタルヘルスポータルサイト「こころの耳」では、ストレスチェック制度の実施に役立つ情報(メンタルヘルス対策の学習動画や、中小企業における取組事例など)を掲載しています。



ポータルサイト「こころの耳」

▼ ストレスチェックサービスを提供する機関の一例

このほかにもサービスを提供しているところは様々あります。サービス内容を確認し、自社に適した機関を選定してください。

小規模事業場向け中災防ストレスチェックサービス

※中央労働災害防止協会は、労働災害防止団体法に基づき国の認可により設立された機関です。

小規模事業場向け中災防ストレスチェックサービスは、労働者数50人未満の小規模事業場においてストレスチェック制度を円滑に実施できるように、中央労働災害防止協会が提供する支援サービスです。

【サービスの特徴】

事務負担を軽減

調査票によるストレスチェックの実施、個人結果の提供、集団分析結果の作成までを一括して行うため、事業場の事務負担を大幅に軽減することができます

職場環境改善を支援

集団分析結果をもとに職場環境改善のための参考資料が提供されるため、職場の課題を把握し、働きやすい職場づくりに向けた改善活動を進めやすくなります

セルフケアを促進

受検者一人ひとりに自身のストレス状況などをまとめた個人リポートが提供されるため、セルフケアに取り組むきっかけとして活用できます

資料請求や見積もり依頼、お問合せは中災防HPをチェック

業務提携を行っている協賛者団体の会員であれば割引価格になります

詳しくは各団体にお問い合わせ下さい

(労働基準協会(会津、白河、喜多方)、陸災防福島県支部など)



福島産業保健総合支援センター・地域産業保健センター

福島産業保健総合支援センターは、事業者や衛生管理者、人事労務担当者などを対象に、産業衛生に関する職場全体の仕組みづくりや担当者のスキル向上を無料で支援しています。

- ・ 専門スタッフ(社会保険労務士、心理職、保健師等)による相談対応
- ・ 事業場訪問によるストレスチェック制度の導入・活用支援
- ・ メンタルヘルス対策に関する研修・情報提供 など



福島
さんぽセンター

地域産業保健センター(地域窓口)では、主に労働者数50人未満の小規模事業場を対象に、健康相談や面接指導などの産業保健サービスを無料で提供しています。

- ・ ストレスチェックに係る高ストレス者の面接指導
- ・ メンタルヘルス不調の労働者に対する健康相談 など



福島地さんぽ

県内各地域産業保健センター所在地・お問合せ先一覧

福島地域産業保健センター	福島市・二本松市・伊達市・伊達郡・相馬郡飯館村	〒960-8151 福島市太平寺字古内8-5 プレシアイトウ2階	TEL: 024-572-5708
郡山地域産業保健センター	郡山市・田村市・本宮市・田村郡・安達郡	〒963-8071 郡山市富久山町久保田字久保田232-1 2階	TEL: 024-924-1280
いわき地域産業保健センター	いわき市	〒970-1151 いわき市好間町下好間字大館50 塩澤ビル1階	TEL: 0246-85-0216
会津地域産業保健センター	会津若松市・大沼郡・南会津郡・耶麻郡(猪苗代町・磐梯町)・河沼郡	〒965-0059 会津若松市インター西33-5 会津若松医師会内	TEL: 0242-85-6075
会津地域産業保健センター(喜多方)	喜多方市・耶麻郡(西会津町・北塩原村)	〒966-8601 喜多方市字御清水東7244-2 喜多方市保健センター1階	TEL: 0241-23-5340
須賀川地域産業保健センター	須賀川市・岩瀬郡・石川郡	〒962-0848 須賀川市弘法坦19 須賀川医師会内	TEL: 070-2197-8611
白河地域産業保健センター	白河市・西白河郡・東白川郡	〒961-0054 白河市字北中川原313 白河医師会内	TEL: 0248-23-3701
相馬地域産業保健センター	相馬市・南相馬市・相馬郡新地町	〒975-0002 南相馬市原町区東町1-82 相馬郡医師会内	TEL: 0244-23-6806
双葉地域産業保健センター	浪江町・双葉町・大熊町・富岡町・楡葉町・広野町・葛尾村・川内村	〒979-1112 双葉郡富岡町中央1丁目110 双葉郡医師会内	TEL: 070-8783-0563

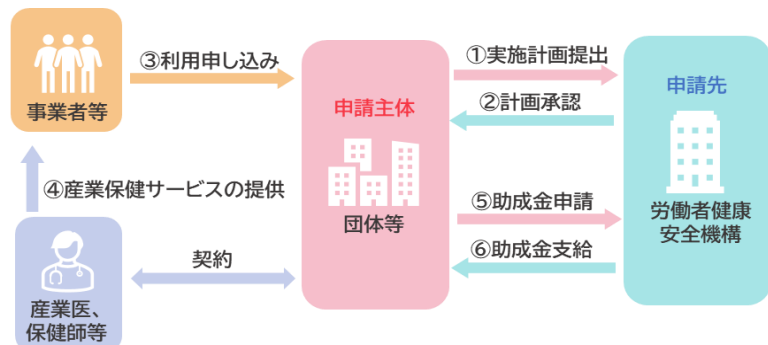
【助成金のお知らせ】

団体経由産業保健活動推進助成金

事業主団体等が産業医等と契約し、傘下の中小企業等に対して産業保健サービスを提供する場合に、その費用の一部を助成するものです。ストレスチェックの実施に関するものの場合、費用総額の90%(上限60万円(一定の要件を満たす団体の場合120万円))を助成します。

助成のイメージ

対象：一定の要件を満たす事業主団体、共同事業主、労災保険の特別加入団体



※令和8年度の助成金は、7月10日で予算上限に達したため受付を終了しました。



詳細はこちら

労働者健康安全機構勤労者医療・産業保健部産業保健業務指導課