

## 「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」を実施します

福島労働局（局長 岡田 直樹）では、労働安全衛生法の改正により令和10年4月1日から労働者数50人未満の事業場に対し義務化されることになった「心理的な負担の程度を把握するための検査」（以下「ストレスチェック」という。）をはじめとする職場におけるメンタルヘルス対策の取組を広く呼び掛けるため、福島県や労働災害防止団体等の関係機関と連携・協力し、「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」（以下「キャンペーン」という。）を実施します。

なお、このキャンペーンは、当局独自の取組で、今年度から実施するものです。

【キャンペーン期間】 9月1日～11月30日

※キャンペーンの詳細については、別添1の実施要綱をご覧ください。



キャンペーン期間中は、関係機関の主催により各種説明会等が開催されることになっていますが、キャンペーンの開始に合わせて、当局、当局と共通の課題を有する全国健康保険協会福島支部（協会けんぽ福島支部）、メンタルヘルス対策の支援を行っている福島産業保健総合支援センターの三者共催により「職場のメンタルヘルス対策セミナー」を開催することとしています。

※協会けんぽ福島支部は、加入事業所の9割以上が労働者数50人未満の事業所で、所管する健康保険においては精神疾患に係る傷病手当金の請求割合が増加しているなど当局と共通する課題があることから、令和8年1月30日に、当局と協会けんぽ福島支部との間で、メンタルヘルス対策を含めた健康づくりの推進に関する包括的事業連携協定を締結しています。

### ●職場のメンタルヘルス対策セミナー

日時：令和8年9月3日（木） 14:00～16:00

場所：メグレスホール（郡山市向河原町4-159-1）

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」

国立大学法人福島大学名誉教授 五十嵐 敦氏 など

※詳細については、別添2のキャンペーンのリーフレット、別添3のセミナー次第をご覧ください。

○セミナーは報道機関による取材が可能であり、福島労働局健康安全課長（齋藤勝）が取材対応させていただきます。なお、このセミナーには、労働局長が参加することとしておりますので、ご要望に応じ労働局長も取材対応させていただきます。

○報道機関の皆さまには、出席者をあらかじめ把握させていただくため、8月28日（金）までに、[kenkouanzenka-fukushimakuyoku@mhlw.go.jp](mailto:kenkouanzenka-fukushimakuyoku@mhlw.go.jp) あてメールにより、①報道機関名、②出席者氏名（複数名の場合、代表者名及び人数）、③連絡先電話番号をお知らせ願います。

## <キャンペーン開催の趣旨>

- 職場におけるメンタルヘルス対策については、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止するため、**平成 26 年 6 月の労働安全衛生法の改正**により、ストレスチェック及びその結果に基づく医師による面接指導等を内容とする制度が創設され、平成 27 年 12 月より、労働者数 50 人以上の事業場においては義務、労働者数 50 人未満の事業場においては当面の間、努力義務とされました。
- しかしながら、厚生労働省が実施している「**労働安全衛生調査（実態調査）**」（令和 6 年）によると、現在の仕事や職業生活に関することで、「強い不安、悩み、ストレスとなっていると感じる事柄がある」という労働者の割合が 68.3%となっているほか、メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業場の割合は、労働者数 50 人以上の事業場で 94.3%、労働者数 30～49 人の事業場で 69.1%、労働者数 10～29 人の事業場で 55.3%となっていることから、特に労働者数 50 人未満の事業場におけるメンタルヘルス対策を推進させる必要があるとあります。

第 2 表 メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）別事業所割合

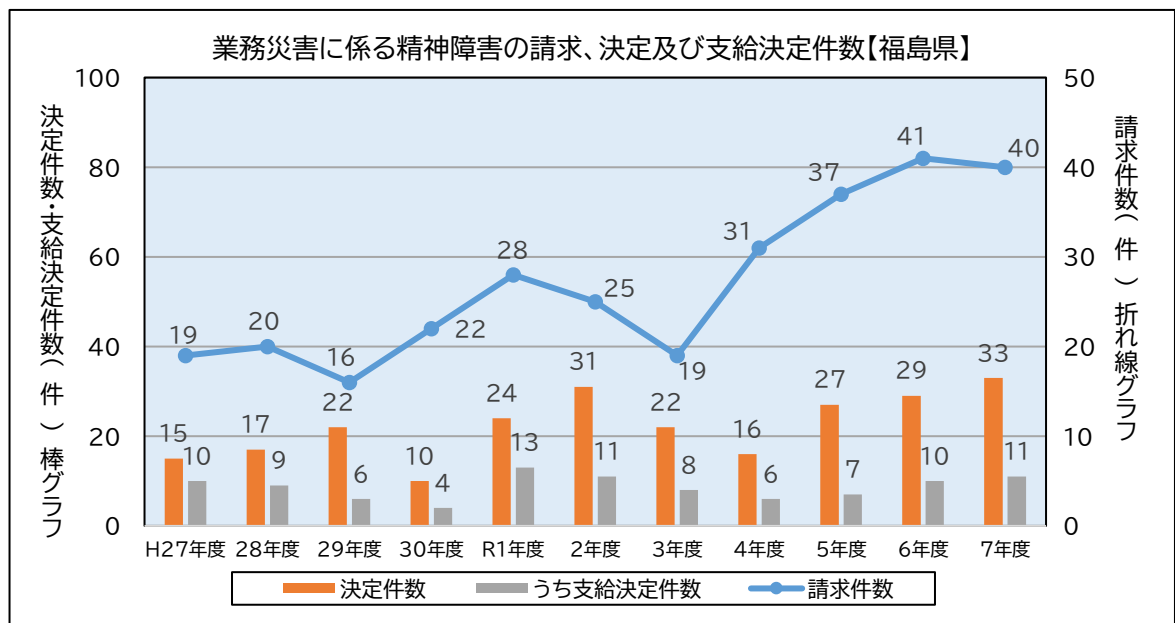
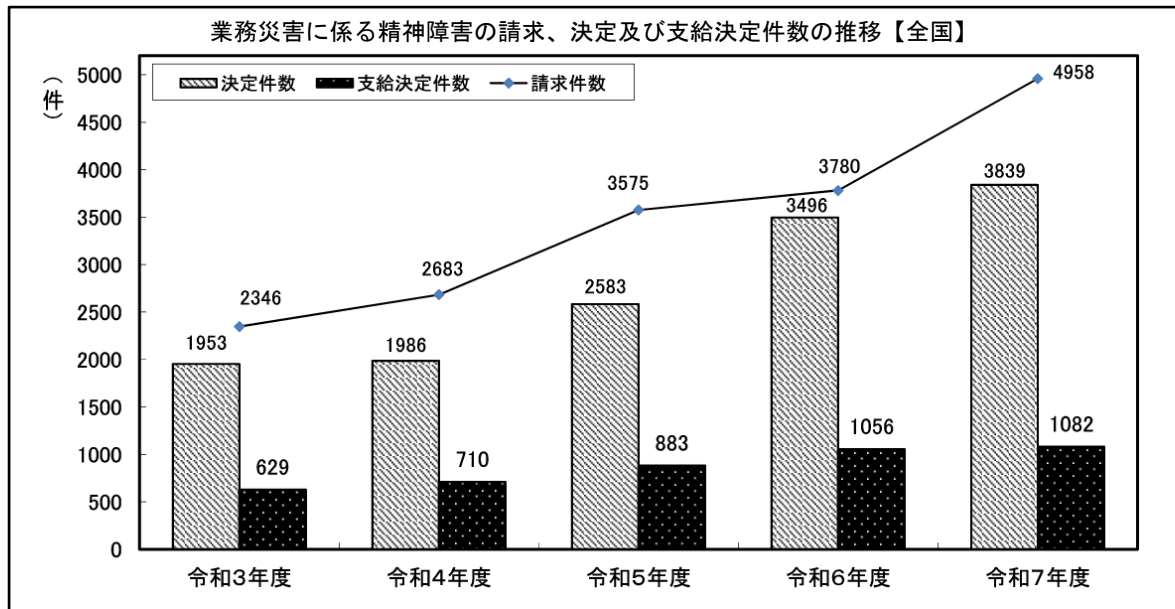
| 令和6年                   |                                     | メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）               |                                 |                       |                              |                                |                                        |                                        |                                        |                                            |                                        | （単位：％） |  |
|------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------|--------|--|
| 区 分                    | メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所計 <sup>1)</sup> | メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）               |                                 |                       |                              |                                |                                        |                                        |                                        | 職場環境等の評価及び改善（ストレスチェック結果の集計（部、課など）ごとの分析を含む） | 健康診断後の保健指導等を通じた産業保健スタッフによるメンタルヘルス対策の実施 |        |  |
|                        |                                     | メンタルヘルス対策について、衛生委員会又は安全衛生委員会での調査審議 | メンタルヘルス対策に関する課題を解決するための計画の策定と実施 | メンタルヘルス対策の実務を行う担当者の選任 | メンタルヘルス対策に関する労働者への教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する管理監督者への教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 |                                            |                                        |        |  |
| 合 計<br>（事業所規模）         | [ 63.2 ]                            | 100.0                              | 27.7                            | 18.7                  | 34.5                         | 36.8                           | 29.0                                   | 12.7                                   | 54.7                                   | 31.1                                       |                                        |        |  |
| 1,000 人以上              | [100.0]                             | 100.0                              | 86.4                            | 73.5                  | 76.1                         | 84.1                           | 78.4                                   | 63.2                                   | 97.5                                   | 68.3                                       |                                        |        |  |
| 500 ～ 999人             | [ 99.9 ]                            | 100.0                              | 73.6                            | 50.4                  | 68.7                         | 77.0                           | 69.5                                   | 48.5                                   | 88.7                                   | 57.3                                       |                                        |        |  |
| 300 ～ 499人             | [ 98.3 ]                            | 100.0                              | 53.1                            | 43.9                  | 54.7                         | 57.4                           | 55.3                                   | 33.7                                   | 86.0                                   | 56.2                                       |                                        |        |  |
| 100 ～ 299人             | [ 97.1 ]                            | 100.0                              | 57.4                            | 27.2                  | 51.7                         | 47.2                           | 41.4                                   | 25.2                                   | 80.8                                   | 41.7                                       |                                        |        |  |
| 50 ～ 99人               | [ 92.2 ]                            | 100.0                              | 48.9                            | 22.3                  | 39.2                         | 43.6                           | 38.6                                   | 17.6                                   | 70.8                                   | 42.5                                       |                                        |        |  |
| 30 ～ 49人               | [ 69.1 ]                            | 100.0                              | 24.7                            | 16.5                  | 34.8                         | 36.7                           | 28.3                                   | 10.4                                   | 47.1                                   | 27.7                                       |                                        |        |  |
| 10 ～ 29人               | [ 55.3 ]                            | 100.0                              | 19.1                            | 16.5                  | 30.5                         | 33.2                           | 24.6                                   | 9.7                                    | 49.0                                   | 27.4                                       |                                        |        |  |
| （再掲）50人以上              | [ 94.3 ]                            | 100.0                              | 53.0                            | 26.3                  | 45.2                         | 46.9                           | 41.6                                   | 22.2                                   | 75.6                                   | 43.6                                       |                                        |        |  |
| 令和5年<br>合 計<br>（事業所規模） | [ 63.8 ]                            | 100.0                              | 27.9                            | 19.0                  | 33.1                         | 33.3                           | 30.5                                   | 13.9                                   | 48.7                                   | 31.5                                       |                                        |        |  |
| 50人以上                  | [ 91.3 ]                            | 100.0                              | 54.6                            | 32.4                  | 49.5                         | 45.0                           | 41.2                                   | 21.8                                   | 73.6                                   | 39.3                                       |                                        |        |  |
| 30 ～ 49人               | [ 71.8 ]                            | 100.0                              | 26.3                            | 17.1                  | 35.5                         | 32.4                           | 28.5                                   | 12.9                                   | 43.1                                   | 31.2                                       |                                        |        |  |
| 10 ～ 29人               | [ 56.6 ]                            | 100.0                              | 19.4                            | 15.0                  | 27.0                         | 29.6                           | 27.4                                   | 11.5                                   | 41.9                                   | 29.1                                       |                                        |        |  |

| 令和6年                   |                                     | メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）               |                                 |                       |                              |                                |                                        |                                        |                                        |                                        |                                        |
|------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|
| 区 分                    | メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所計 <sup>1)</sup> | メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）               |                                 |                       |                              |                                |                                        |                                        |                                        | メンタルヘルス対策の実施                           |                                        |
|                        |                                     | メンタルヘルス対策について、衛生委員会又は安全衛生委員会での調査審議 | メンタルヘルス対策に関する課題を解決するための計画の策定と実施 | メンタルヘルス対策の実務を行う担当者の選任 | メンタルヘルス対策に関する労働者への教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する管理監督者への教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 | メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供 |
| 合 計<br>（事業所規模）         | 65.3                                | 23.1                               | 46.1                            | 2.9                   | 3.0                          | 9.2                            | 14.3                                   | 47.9                                   | 2.8                                    |                                        |                                        |
| 1,000 人以上              | 100.0                               | 78.6                               | 92.1                            | -                     | 7.5                          | 25.9                           | 49.5                                   | 81.7                                   | 9.4                                    |                                        |                                        |
| 500 ～ 999人             | 99.4                                | 69.3                               | 80.9                            | 0.1                   | 7.5                          | 23.0                           | 29.3                                   | 77.5                                   | 4.7                                    |                                        |                                        |
| 300 ～ 499人             | 98.0                                | 56.6                               | 70.6                            | 0.1                   | 5.1                          | 20.0                           | 36.6                                   | 75.5                                   | 1.5                                    |                                        |                                        |
| 100 ～ 299人             | 96.7                                | 40.4                               | 56.7                            | 0.4                   | 5.1                          | 18.2                           | 17.3                                   | 57.6                                   | 2.1                                    |                                        |                                        |
| 50 ～ 99人               | 84.7                                | 24.5                               | 55.2                            | 0.9                   | 3.0                          | 13.9                           | 16.2                                   | 51.3                                   | 2.8                                    |                                        |                                        |
| 30 ～ 49人               | 57.8                                | 22.3                               | 43.5                            | 4.4                   | 1.7                          | 8.5                            | 12.8                                   | 44.2                                   | 2.9                                    |                                        |                                        |
| 10 ～ 29人               | 58.1                                | 19.7                               | 42.6                            | 3.4                   | 3.0                          | 6.8                            | 13.2                                   | 46.1                                   | 2.9                                    |                                        |                                        |
| （再掲）50人以上              | 89.8                                | 33.1                               | 57.6                            | 0.7                   | 3.9                          | 16.0                           | 18.3                                   | 55.6                                   | 2.6                                    |                                        |                                        |
| 令和5年<br>合 計<br>（事業所規模） | 65.0                                | 25.1                               | 45.0                            | 3.6                   | 2.8                          | 10.0                           | 11.1                                   | 49.6                                   | 1.9                                    |                                        |                                        |
| 50 人以上                 | 89.6                                | 34.1                               | 60.3                            | 1.0                   | 3.5                          | 13.3                           | 14.3                                   | 59.3                                   | 1.5                                    |                                        |                                        |
| 30 ～ 49人               | 58.1                                | 28.3                               | 47.1                            | 4.4                   | 2.9                          | 10.5                           | 12.2                                   | 48.7                                   | 3.1                                    |                                        |                                        |
| 10 ～ 29人               | 58.6                                | 21.3                               | 39.4                            | 4.2                   | 2.5                          | 8.8                            | 9.7                                    | 46.6                                   | 1.7                                    |                                        |                                        |

注：1) [ ]は、全事業所を100としたメンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合である。

2) 「他の外部機関」とは、精神保健福祉センター、中央労働災害防止協会などの心の健康づくり対策を支援する活動を行っている機関、メンタルヘルス支援機関などをいう。

- また、厚生労働省が発表した[令和7年度「過労死等の労災補償状況」](#)によると、業務災害に係る精神障害等の労災支給決定件数は全国的に年々増加しており、令和7年度は1,082件と過去最多を更新している状況となっているほか、業務災害に係る脳・心臓疾患の労災支給決定件数についても近年は増加傾向にあり、過重労働は心身の健康に重大な影響を与えることは広く知られていることから、メンタルヘルス対策と併せて過重労働対策についても取り組むことが重要と考えられます。



- こうした状況の中、[令和7年5月の労働安全衛生法の改正](#)により、令和10年4月より労働者数50人未満の事業場に対してもストレスチェックの実施が義務化されることになりました（別添4）。
- 福島労働局では、以上のような状況を踏まえ、ストレスチェックをはじめとする職場のメンタルヘルス対策をより一層推進するため、「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」を別添1の実施要綱に基づき展開し、ストレスチェックをはじめとする職場におけるメンタルヘルス対策を推進していくこととしたものです。

「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」実施要綱

1 趣旨

労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止するため、平成 26 年 6 月の労働安全衛生法の改正により、心理的な負担の程度を把握するための検査（以下「ストレスチェック」という。）及びその結果に基づく医師による面接指導等を内容とする制度が創設され、平成 27 年 12 月より、労働者数 50 人以上の事業場においては義務、労働者数 50 人未満の事業場においては当面の間、努力義務とされたところである。

ストレスチェックは、労働者のストレスの程度を把握し、労働者自身のストレスへの気づきを促すとともに、職場環境改善につなげ、働きやすい職場づくりを進めることによって、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止することを主な目的とする制度であるが、業務災害に係る精神障害等の労災支給決定件数は年々増加しており、毎年過去最多を更新している状況となっている。

また、過重労働は心身の健康に重大な影響を与えることは広く知られているが、業務災害に係る脳・心臓疾患の労災支給決定件数についても増加傾向にあることから、メンタルヘルス対策と過重労働対策を併せて取り組むことが重要と考えられる。

このような状況の中、令和 7 年 5 月に労働安全衛生法が改正され、令和 10 年 4 月よりストレスチェックの実施が労働者数 50 人未満の事業場に対しても義務化されることになったところである。

以上のような状況を踏まえ、ストレスチェックをはじめとする職場のメンタルヘルス対策をより一層推進するため、本キャンペーンを展開することとしたものである。

2 期間

9 月 1 日から 11 月 30 日までとする。

3 主唱者

福島労働局、各労働基準監督署

4 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、林業・木材製造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）、全国健康保険協会福島支部

5 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

## 6 主唱者の実施事項

- (1) 職場のメンタルヘルス対策に資するセミナー等の開催
- (2) 本キャンペーンを効果的に実施するための取組
  - ア 本キャンペーンを周知するためのリーフレット・ポスター等の作成
  - イ ホームページやSNSを活用した本キャンペーンの周知及び職場のメンタルヘルス対策に係る情報の提供
  - ウ 協賛者が実施する職場のメンタルヘルス対策に資するセミナーの案内
- (3) 本キャンペーンの各種団体等への協力要請及び連携の促進
- (4) 労働局、労働基準監督署による事業場への啓発・指導
- (5) その他本キャンペーンを効果的に推進するための事項

## 7 協賛者の実施事項

- (1) 会員事業場等に対する本キャンペーン及び職場のメンタルヘルス対策の周知啓発
- (2) 会員事業場等に対する職場のメンタルヘルス対策に資するセミナー等の開催、教育支援
- (3) 会員事業場等に対する職場のメンタルヘルス対策に資する資料等の提供
- (4) 会員事業場等に対するメンタルヘルス対策に関する指導援助
- (5) その他本キャンペーンを効果的に推進するための事項

## 8 協力者への依頼

主唱者は、上記6の主唱者の実施事項の実施及び上記7の協賛者の実施事項の実施に係る支援のため、協力者に対して、支援、協力を依頼する。



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

## 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♪



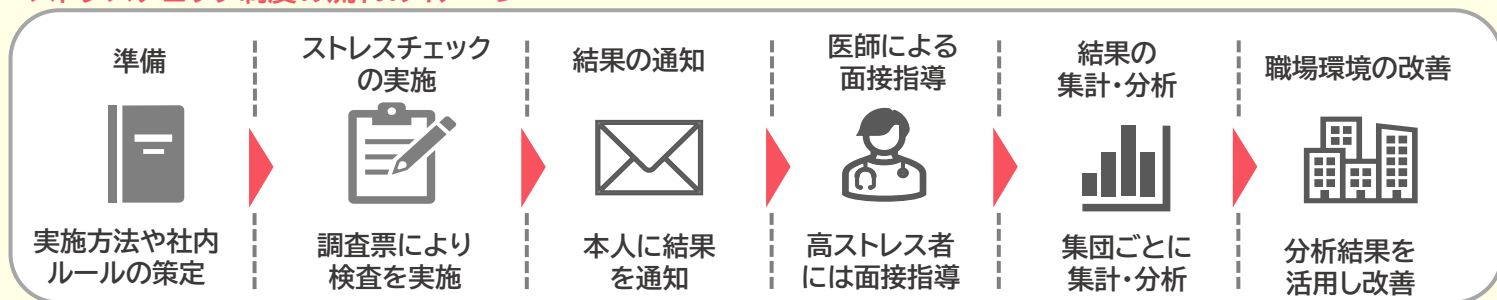


労働者数50人未満の事業者も

## 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、労働災害防止団体に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



県内各地域産業保健センター所在地・お問合せ先一覧

福島地さんぽ

|                   |                                  |                                              |                    |
|-------------------|----------------------------------|----------------------------------------------|--------------------|
| 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<br>福島市太平寺字古内8-5<br>プレシアサイトウ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<br>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<br>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<br>会津若松市インター西33-5<br>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<br>喜多方市字御清水東7244-2<br>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<br>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<br>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<br>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<br>双葉郡富岡町中央1丁目110 双葉郡医師会内          | TEL: 070-8783-0563 |

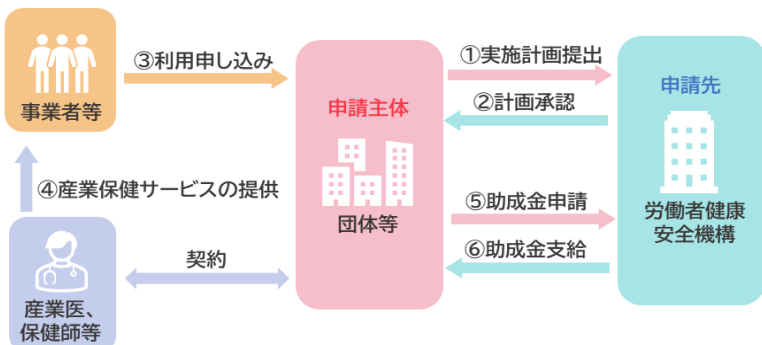
## 【助成金のお知らせ】

### 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 労働者医療・産業保健部 産業保健業務指導課

## 職場のメンタルヘルス対策セミナー

【日 時】 令和8年9月3日(木) 14:00～16:00

【会 場】 メグレスホール

(星総合病院隣ポラリス保健看護学院内)

### セミナー次第

● 開 会

● 挨 拶

福島労働局 挨拶

全国健康保険協会福島支部 挨拶

福島産業保健総合支援センター 挨拶

局長

支部長

所 長

岡田 直樹

遠藤 隆男

中野 新一

● 説 明

「ストレスチェック義務化に向けた対応について」

福島労働局健康安全課 産業安全専門官 高橋 貴大

「メンタルヘルス対策の取組に関する各種支援策について」

福島産業保健総合支援センター 副所長 渡邊 孝之

● 講 演

「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

ーストレスチェック義務化を踏まえてー」

国立大学法人福島大学 名誉教授

五十嵐 敦



● 閉 会

労働者数50人未満の事業者も

# ストレスチェック が義務になります！

令和10年  
4月1日  
スタート

ストレスは見えません。  
チェックしましょう。

ストレスチェックは、2015年から、労働安全衛生法において実施が義務付けられています。

2025年の労働安全衛生法の改正により、これまで努力義務とされていた労働者数50人未満の事業者にもストレスチェックの実施が義務化されました。

## ストレスチェックって何ですか？

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（ストレスチェック）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。



ひと、くらし、みらいのために

厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

# ストレスチェック制度に取り組む意義

労働者のメンタルヘルス不調の未然防止が重要です。ひとたびメンタルヘルス不調にさせると、その病休期間は平均で約3か月、復職後に再び病休になる割合も約半数と、特に小規模事業場にとっては、**大きな人材の損失**となるほか、**経営上のリスク**につながってしまいます。

また、ストレスチェック制度をはじめとした職場のメンタルヘルス対策に取り組むことで、働きやすい職場の実現を通じて、**生産性の向上や人材の確保・定着、企業価値の向上**といった持続的な経営につながります。特に、人材不足が課題となっている小規模事業場においてメリットも大きいと思います。

こうした視点も踏まえて、事業者は、**職場のメンタルヘルス対策を経営課題として位置付け**、ストレスチェック制度にしっかり取り組んでいくことが重要です。



## 小規模事業場向けマニュアルに沿って、ストレスチェック制度を始めましょう

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、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。（令和8年2月公表）

まずは、厚労省ホームページをチェックしましょう。  
※**マニュアルの概要版(スタートガイド)**もあります



厚労省HP  
(ストレスチェック)

### 専門スタッフの支援

厚労省が設置する都道府県の**産業保健総合支援センター**では、メンタルヘルス対策の専門スタッフ（社労士、心理職、保健師等）による、研修、相談、**事業場への訪問による制度導入支援**等の支援メニューが無料で受けられます。



都道府県  
さんぽセンター



### 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）を広く掲載しています。



ポータルサイト  
「こころの耳」

