



## ストレスチェック制度とメンタルヘルス対策

皆様こんにちは。今年も 10 月 1 日から「全国労働衛生週間」が開催され、9 月は準備期間となっています。労働衛生の分野は広範囲に及びますが、この機会に整備状況を確認しましょう。今回は、「ストレスチェック制度」と「メンタルヘルス対策」についてご案内します。

### 【ストレスチェック制度とは】

ストレスに関する質問票（選択式）に回答し、検査結果から、働く人自身がストレスの状態を把握し、セルフケアにつなげる制度です。その意味では、メンタルヘルス不調者を発見するための制度ではなく、不調の未然防止のための制度となります。

検査結果については、個人のプライバシー保護の観点から、労働者本人にのみ通知され、基本的に事業者には提供されません（但し、高ストレス者については、本人の申告により、医師の面接指導を受けさせ、医師の意見により必要な就業上の措置を講ずる体制が必要です）。

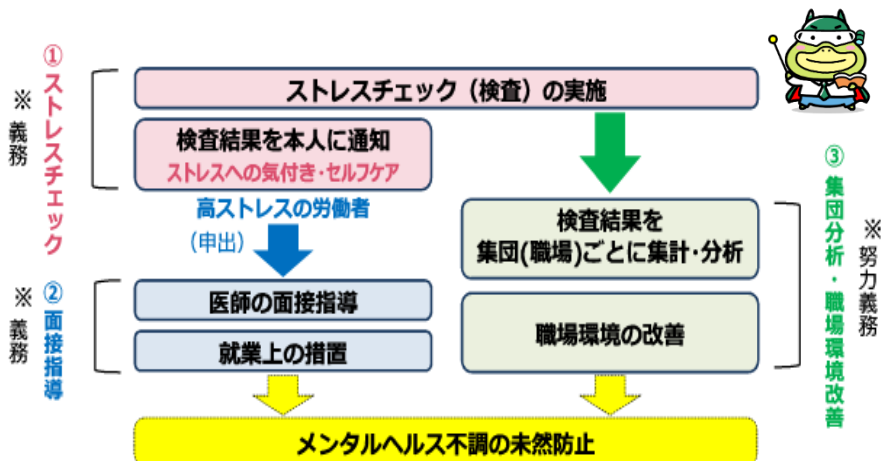
### 【ポイント 1】～すべての規模の事業場で義務化～

ストレスチェックは、現在は労働者数 50 名以上の事業場が行う必要がありますが、令和 10 年 4 月以降はすべての規模の事業場で義務化されます。これまで実施したことがない事業場では、施行前に概要を把握し、準備を進めておく必要があります。

### 【ポイント 2】～集団分析の活用～

ストレスチェックの実施結果が基本的に労働者本人のみに通知されることから、自社の社員がどれくらいのストレスを感じ、全国の平均と比べてどうなのか等を把握し、職場環境改善につなげていくためには、努力義務となっている集団分析の実施をセットで考える必要があります（※分析単位が 10 名未満の場合は個人が特定される恐れがあるため、特定の方法を除き、原則として集団分析はできません。）。

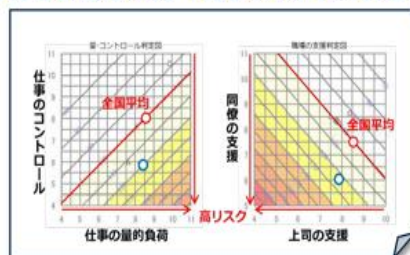
なお、法改正により、集団分析を行う際に「特定の個人を識別することができない方法で行うこと」が明文化されました（令和 9 年 4 月 1 日施行）。



#### 集団分析・職場環境改善

事業者には、個人が特定されないように、**個人結果を集団(事業場、職場等の単位)ごとに集計・分析した結果**が提供されます。

#### 集団分析結果の例「仕事のストレス判定図」



集団分析結果を活用して、**職場環境の改善**に組織的に取り組みましょう。



50名以上の事業場向け  
のストレスチェックマ  
ニュアル等掲載ページ



50名未満の事業場向け  
のストレスチェックマ  
ニュアル等掲載ページ



### 【ポイント3】～ストレスチェック制度とメンタルヘルス対策～

繰り返しになりますが、ストレスチェック制度は、社員個人がストレスの状況に気づくための未然防止の制度であり、メンタルヘルス対策の一つではありますが、すべてではありません。社内におけるメンタルヘルス対策は、4つのケア（以下※）を土台に制度を整え、運用することが必要になります。取組がまだという事業場におかれましては、この機会に制度構築の検討をお願いいたします（※セルフケア・ラインケア・事業場内産業保健スタッフ等によるケア、事業場外資源によるケア）。

制度を構築すると、社内で周知することができ、働く人の安心につながり、また、対応する労務担当者の迷いも少なくなります。働きやすい職場環境を構築することは、今後さらに進展が予想される人手不足時代において、益々重要性が高まっていくものと思われます。

職場におけるメ  
ンタルヘルス対  
策パンフレット



働く人のメンタ  
ルヘルスポータ  
ルサイト「ここ  
ろの耳」



メンタルヘルス対  
策取組の支援機関  
（利用料無料）



## ハローワークからのお知らせ

求人への応募を増やすための一工夫をしませんか？

応募前職場見学



会社説明会



企業から出される求人内容と、仕事を探している方の希望条件が合わない「求人と求職のミスマッチ」により、求人への応募がない（少ない）という企業は少なくありません。

また、就労経験が少ない方や、未経験の職種への就職を検討している方は、求人へ応募することを躊躇するケースがあります。

そこで、求人票だけでは分からない「**企業のアピールポイント**」や「**働いていただく職場のこと**」などを事前に知ってもらい、企業に対する理解を深めて求人への応募を増やすため、ハローワークでは「**応募前職場見学の受入**」や「**会社説明会の開催**」を勧めています。

この一工夫により、企業に必要な人材確保の可能性が高まりますので、事業主の皆さま、ぜひハローワークへご相談ください。

|       |           |                  |
|-------|-----------|------------------|
| お問合せ先 | ハローワーク川内  | TEL 0996-22-8609 |
|       | ハローワーク出水  | TEL 0996-62-0685 |
|       | ハローワーク宮之城 | TEL 0996-53-0153 |