

厚生労働省
東京労働局発表
令和8年3月6日

担当	東京労働局 労働基準部 健康課 課長 木村 恭巳 主任労働衛生専門官 鈴木 基泰 電話 03(3512)1616
----	---

メンタルヘルス対策等自主点検実施結果について

東京労働局（局長 増田 嗣郎）は、職場におけるメンタルヘルス対策等の自主的な取組を促すため、「メンタルヘルス対策等自主点検」を実施し、このほどその結果を取りまとめましたので公表します。

自主点検は、東京労働局管内の事業場のうち、常時使用する労働者 10 人以上の事業場から無作為抽出した 3,269 事業場を対象とし、955 事業場から有効な回答を得ました（回答率 29.2%）。

【メンタルヘルス対策自主点検結果】

- メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業場の割合は 91.9%
（令和 6 年度：91.7%、令和 5 年度：89.4%、）
* 第 14 次東京労働局労働災害防止計画におけるアウトプット指標（以下同じ）
2027 年までに 80%以上とする。
- 50 人未満の小規模事業場においてストレスチェックを実施している事業場の割合は 50.3%
（令和 6 年度：51.2%、令和 5 年度：47.2%）
* 2027 年までに 50%以上とする。
- 必要な産業保健サービスの提供を行っている事業場の割合は 90.6%
（令和 6 年度：88.1%、令和 5 年度：87.8%）
* 2027 年までに 80%以上とする。

【今後の取り組み】

東京労働局では、労働災害防止対策や労働者の健康確保対策の推進を図るために 2023 年度を初年度とする「第 14 次東京労働局労働災害防止計画」を策定し、5 年間にわたり重点的に取り組む事項を定めています。

本計画では、重点事項の取組の成果として、事業者において実施する事項をアウトプット指標として定め、当局はその達成を目指して取り組んでおり、今回の自主点検の実施結果では「労働者の健康確保対策の推進」の項目に定めているアウトプット指標（上記（１）～（３））はすべて達成されておりますが、さらなる向上を目指して、以下の取組を行ってまいります。

- ・改正労働安全衛生法（令和 7 年 5 月 14 日公布）に基づく、労働者数 50 人未満の事業場におけるストレスチェックの実施が義務化（公布後 3 年以内に政令で定める日から施行）されることから、集団指導、個別指導等あらゆる機会をとらえ、全ての事業場においてストレスチェック制度が導入されるよう必要な支援を行ってまいります。

- ・メンタルヘルス対策を行うためには、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づく取り組みを行う必要があることから、引き続き集団指導、個別指導等あらゆる機会をとらえ、指針の周知を図ります。特にメンタルヘルス対策においては、ストレスチェックの実施のみならず、職場環境改善に対する取り組みが必要であることから、ストレスチェック結果の集団分析等に基づく取組を促進するため、産業保健総合支援センターによるメンタルヘルス対策に係る支援（研修、訪問支援等）の利用勧奨や 50 人未満の小規模事業場に対する地域産業保健センターの利用勧奨など、引き続き取り組みの支援を行ってまいります。

- ・事業場における産業保健活動をより効果的に行うためには、「事業場における労働者の健康保持増進を図るための指針」に基づく取り組みを行う必要があることから、引き続き集団指導、個別指導等あらゆる機会をとらえ、指針の周知を図ります。なお、取組を推進するにあたっては、産業保健総合支援センター及び地域産業保健センターによる、中小規模事業場を中心とする産業保健活動への支援サービスについて、引き続き周知を行ってまいります。

別添資料：メンタルヘルス対策等自主点検実施結果について(調査の概要)

メンタルヘルス対策等自主点検実施結果について（調査の概要）

1 目的

第14次東京労働局労働災害防止計画(※1)の「労働者の健康確保対策の推進」の項目に定めているアウトプット指標(※2)の状況を把握するため、また、各事業場の自主的な取組を促すため、管内の事業場に対して自主点検を実施したものの。

2 自主点検対象事業場

(1) 自主点検対象事業場

東京労働局管内の常時使用する労働者数10人以上の事業場から3,500事業場を抽出。(このうち、事業場廃止・移転等を除き3,269事業場対象)

(2) 回答事業場

回答事業場955事業場について分析を行いました。(有効回答率29.2%)
(令和6年度は回答事業場579事業場、有効回答率20.0%)

3 実施期間

令和7年9月30日から令和7年10月31日まで

※1. 第14次東京労働局労働災害防止計画

令和5年3月に厚生労働省が策定した「第14次労働災害防止計画(全国計画)」を踏まえ、管内の労働災害の更なる減少に向けて、2023年度から5年間にわたり重点的に取り組む事項を定めたもの。

本計画では、計画期間中に、死亡災害及び休業4日以上之死傷災害を5%以上減少させることを基本目標とし、事業場が取り組むべきアウトプット指標、及び同指標に定める項目を実施した結果として期待される事項をアウトカム指標として設定している。

※2. アウトプット指標（「労働者の健康確保対策の推進」の項目に定めているもの）

- (1)メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を2027年までに80%以上とする。
- (2)50人未満の小規模事業場におけるストレスチェック実施の割合を2027年までに50%以上とする。
- (3)必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合を2027年までに80%以上とする。

4 自主点検実施結果について

(1) アウトプット指標の状況

アウトプット指標	令和7年度	令和6年度	令和5年度
①メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を2027年までに80%以上	91.9%	91.7%	89.4%
②50人未満の小規模事業場におけるストレスチェック実施の割合を2027年までに50%以上	50.3%	51.2%	47.2%
③必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合を2027年までに80%以上	90.6%	88.1%	87.8%

① メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業場(いずれかの項目を選択した事業場)の割合は91.9%であり、第14次防のアウトプット指標である80%を上回っている。

取組内容(複数回答)をみると、「相談体制の整備」が83.7%と最も多く、次いで、「医療機関等へ取り次ぐ体制の整備」が73.6%、「メンタルヘルス推進担当者を選任している」が69.7%となっている。

大半の項目で60%以上を示している中で、「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づいて策定することとされている「心の健康づくり計画を策定している事業場」の割合については37.4%にとどまっている(p3 図1参照)。

② 「ストレスチェックを実施している事業場の割合」は全体で69.4%、そのうち「50人未満の小規模事業場におけるストレスチェックの実施の割合」は50.3%であり、第14次防のアウトプット指標である50%を上回っている(p5 図1-5参照)。

10人未満の事業場においては、4割に満たない状況となっている。

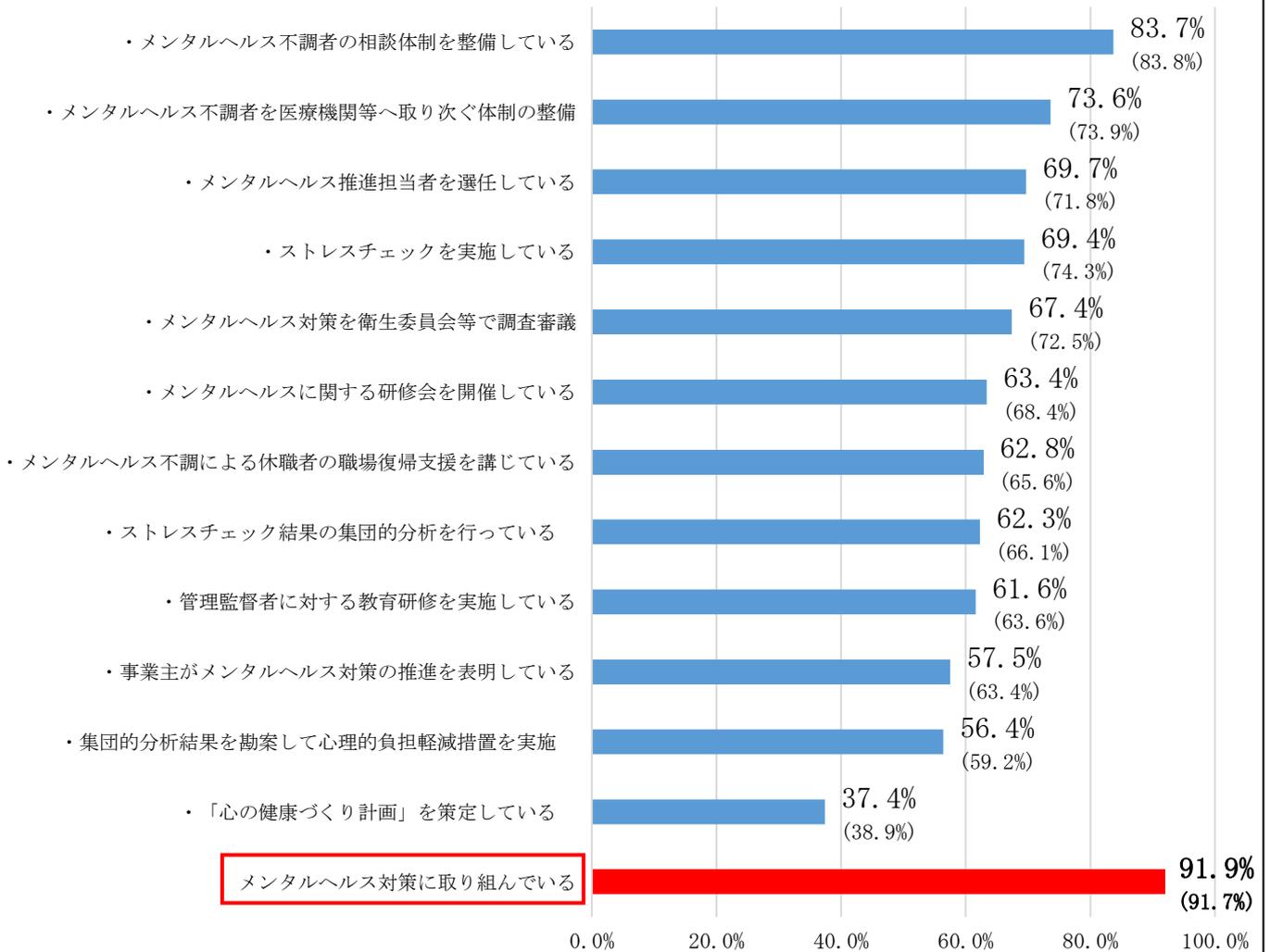
③ 必要な産業保健サービスを提供している事業場(いずれかの項目を選択した事業場)の割合は90.6%であり、第14次防のアウトプット指標である80%を上回っている。

取組内容(複数回答)をみると、「健康診断結果に基づく保健指導を実施している」が77.9%と最も多く、次いで、「健康に関する教育を実施している」70.1%、「治療と仕事の両立支援に取り組んでいる」52.5%であった(p10 図3参照)。

(2) 自主点検実施結果の詳細

図1 メンタルヘルス対策に関する取組状況

* ()内の数値は令和6年度の結果の数値



メンタルヘルス対策に関する取組状況（事業場規模別）

図1-1 メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業場の割合

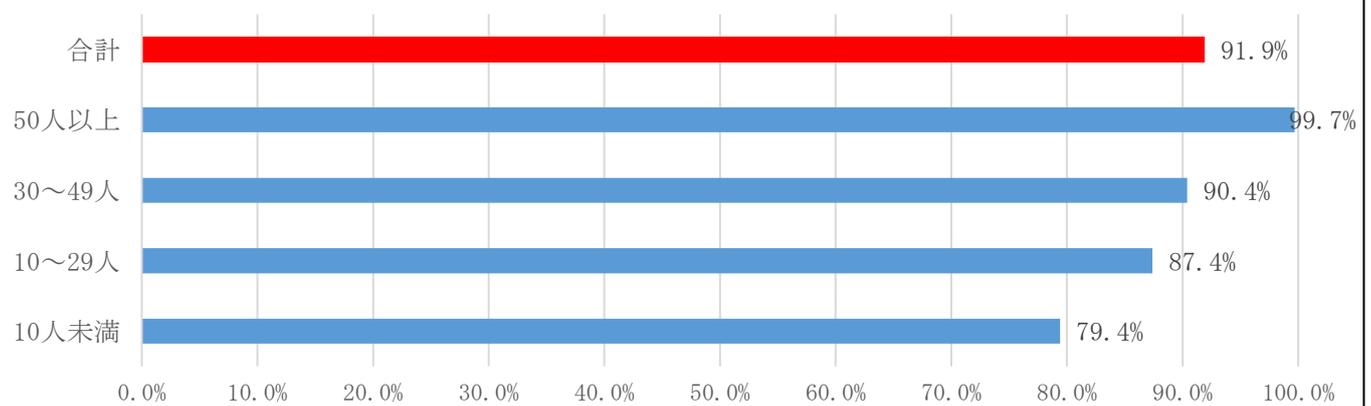


図1-2 メンタルヘルス不調者の相談体制を整備している事業場の割合

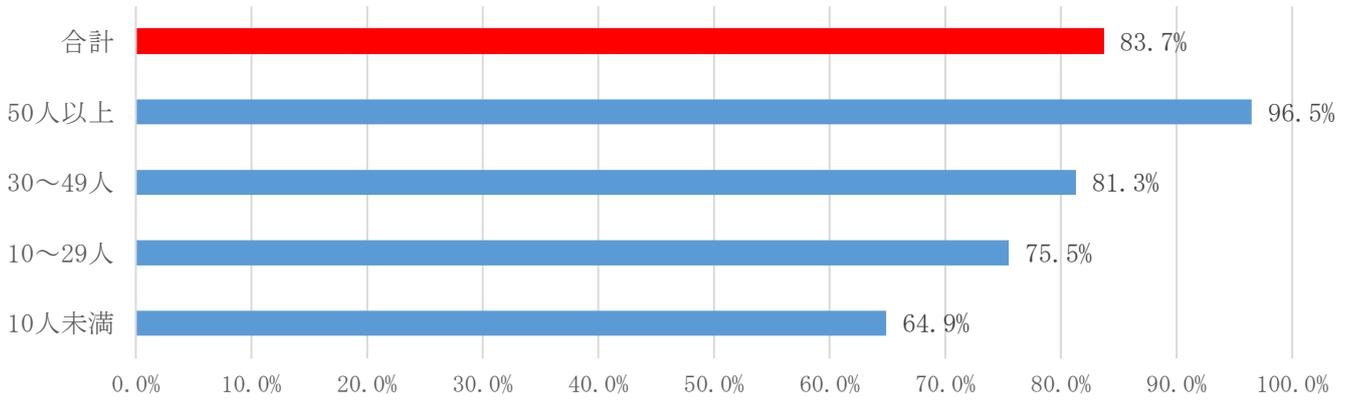


図1-3 メンタルヘルス不調者を医療機関等へ取り次ぐ体制を整備している事業場の割合

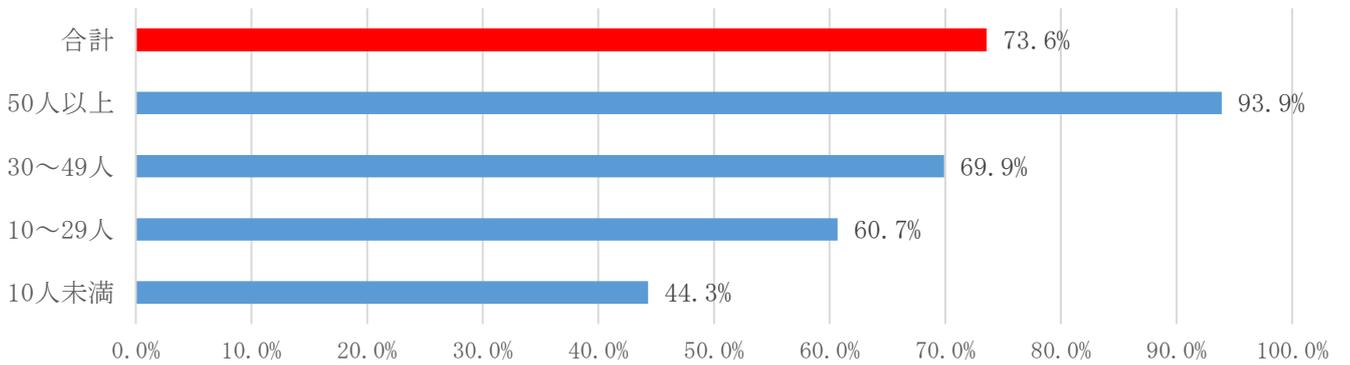


図1-4 メンタルヘルス推進担当者を選任している事業場の割合

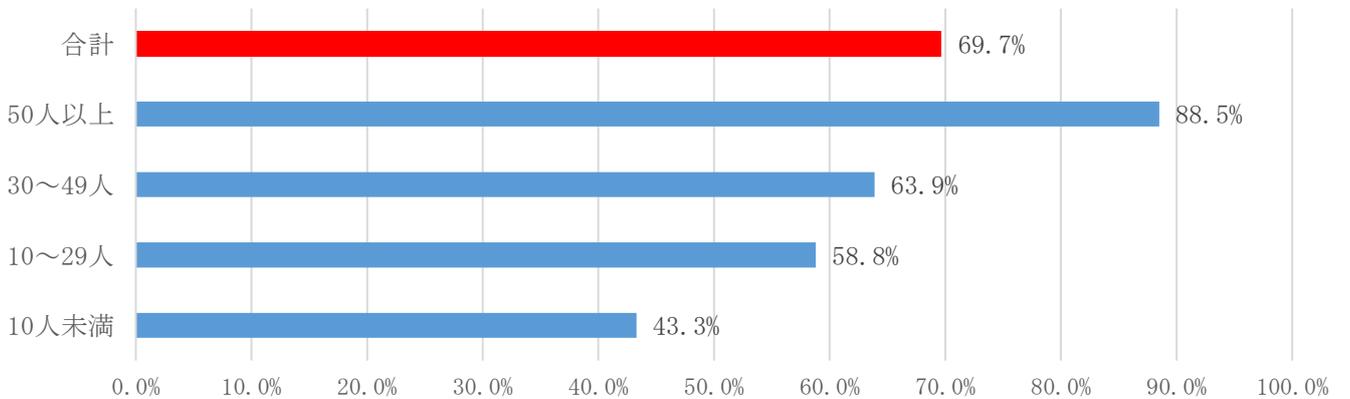


図1-5 ストレスチェックを実施している事業場の割合

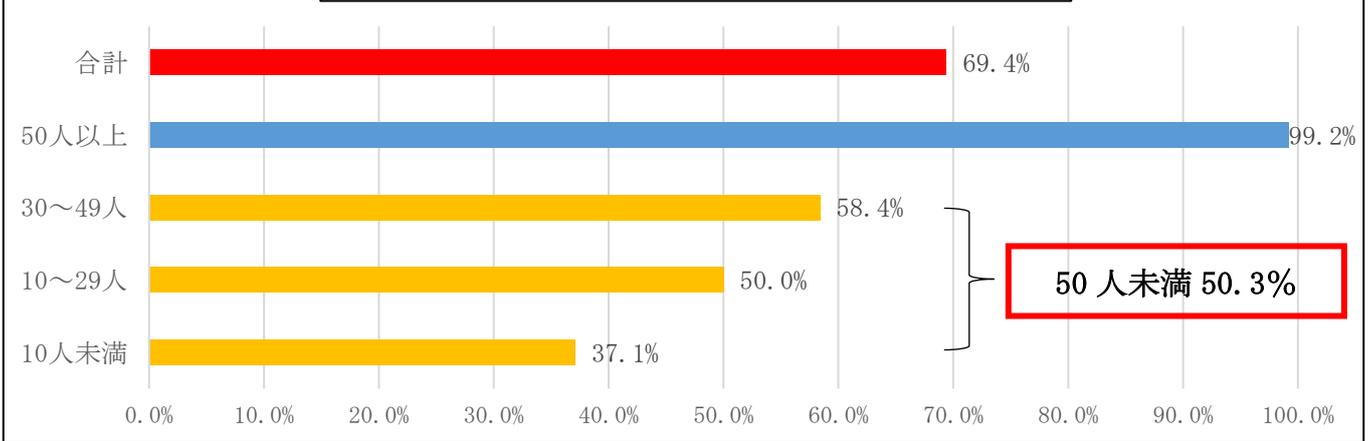


図1-6 メンタルヘルス対策について衛生委員会等で審議を行っている事業場の割合

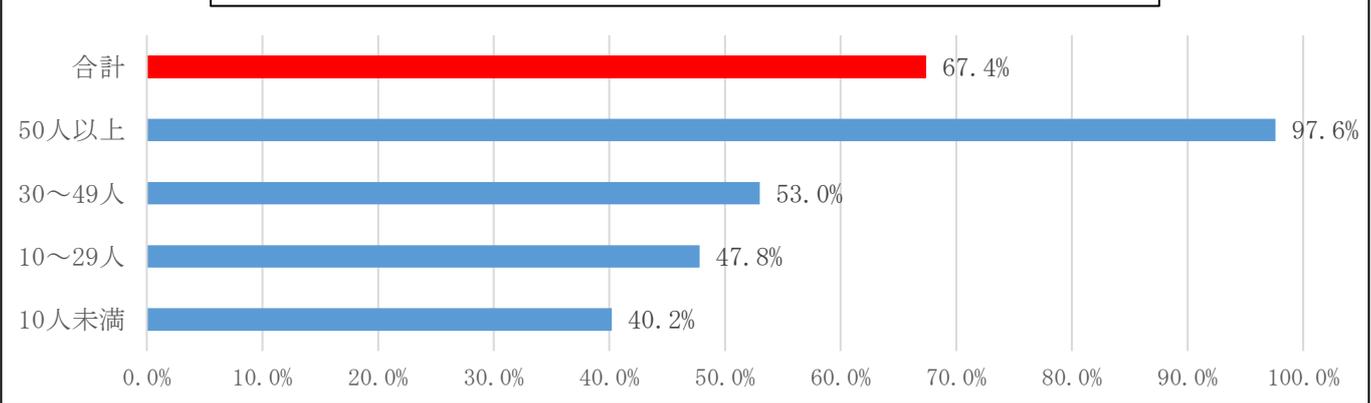


図1-7 メンタルヘルスに関する研修会を開催している事業場の割合

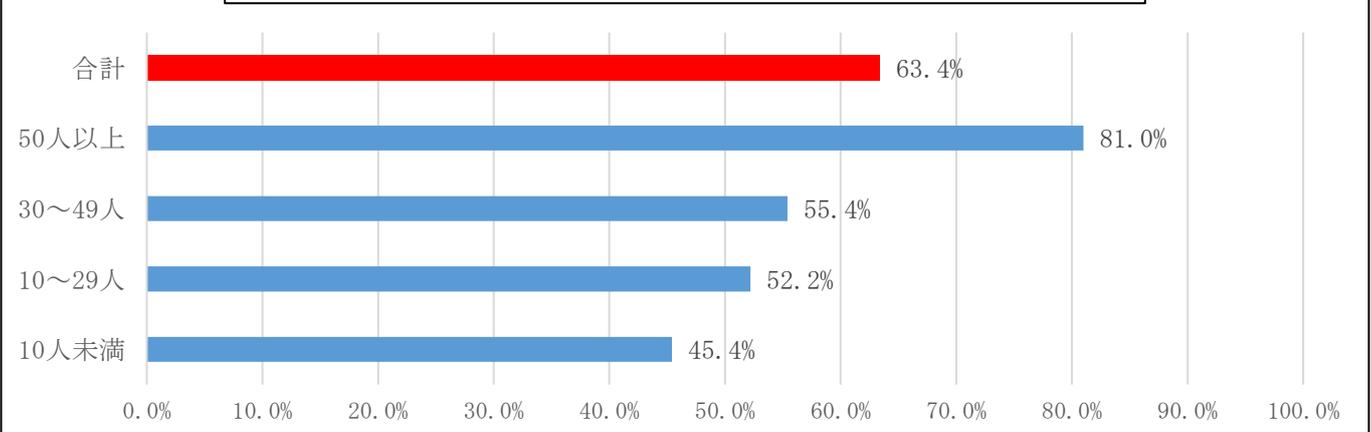


図1-8 メンタル不調により休業している労働者の職場復帰支援を講じている事業場の割合

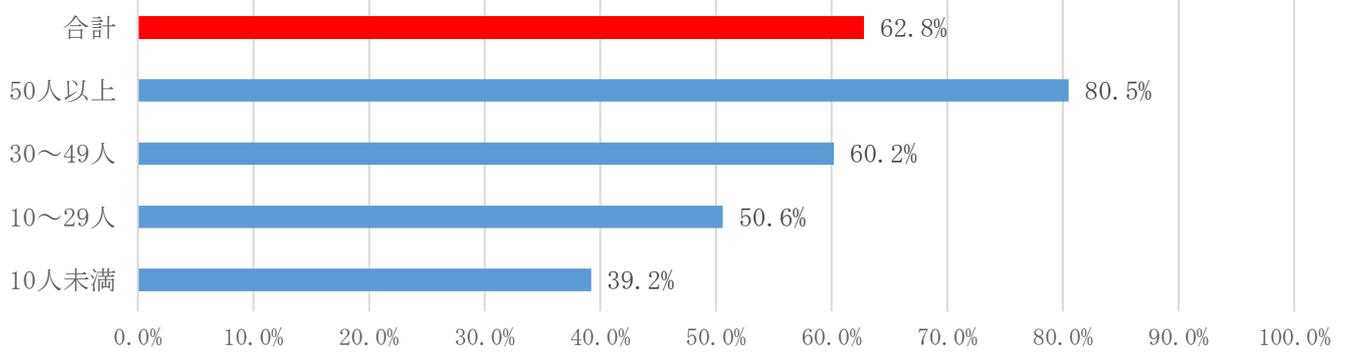


図1-9 ストレスチェックの結果の集団分析を行っている事業場の割合

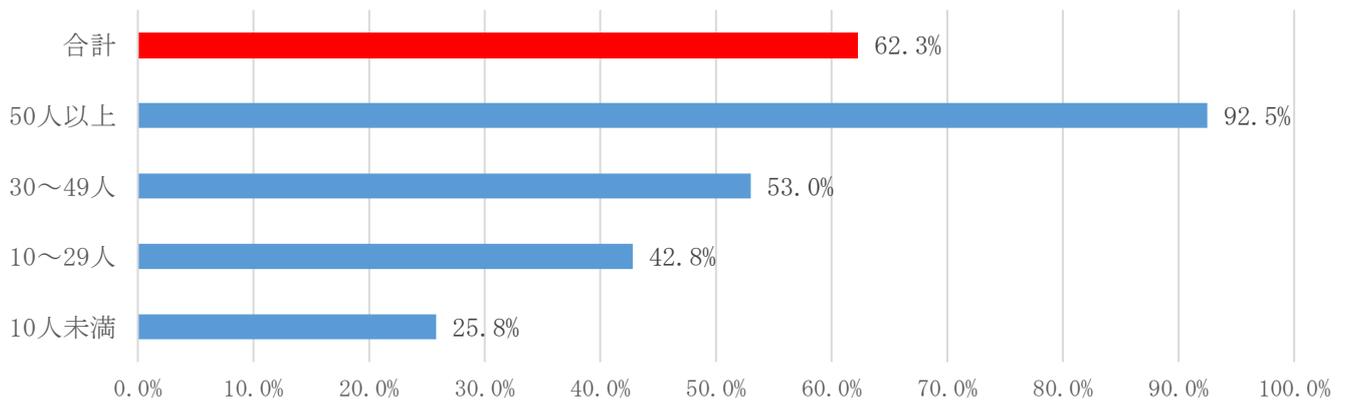


図1-10 管理監督者に対する教育研修を実施している事業場の割合

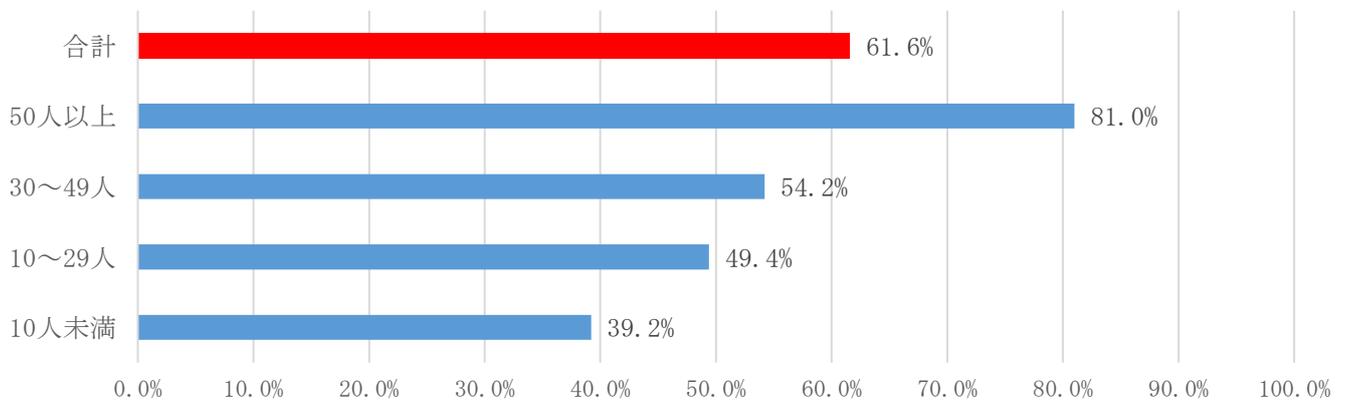


図1-11 事業主がメンタルヘルス対策の推進の表明をしている事業場の割合

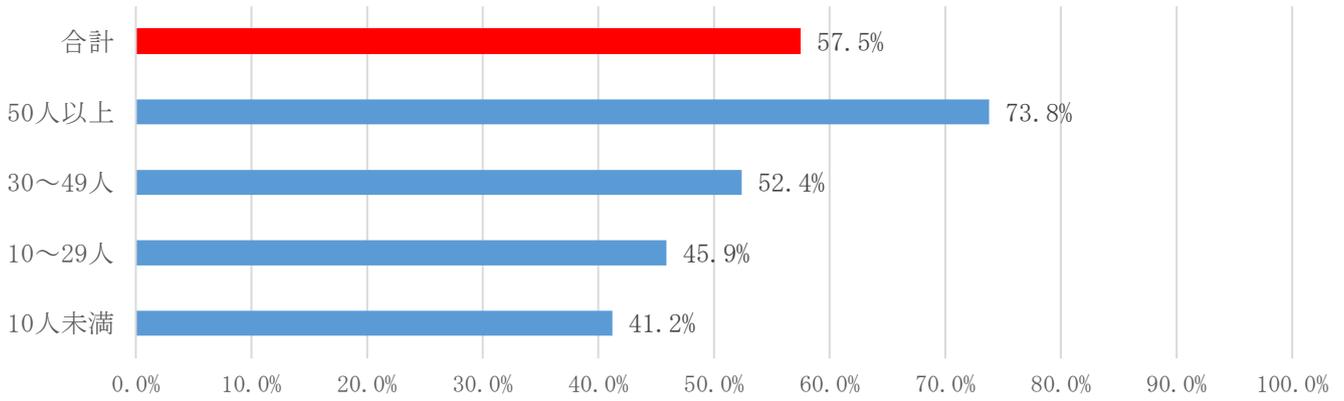


図1-12 集団分析結果を勘案して心理的負担軽減措置を講じている事業場の割合

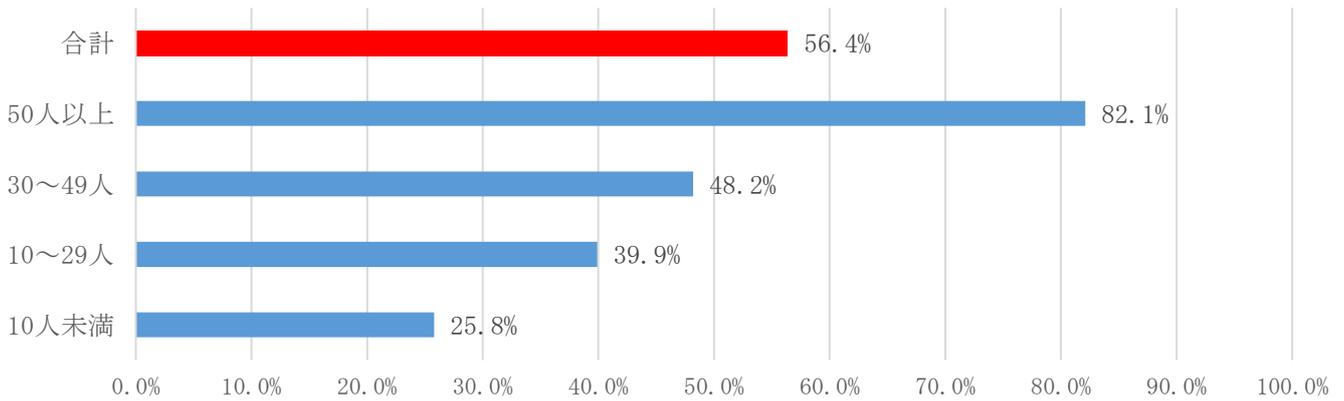


図1-13 「心の健康づくり計画」を策定している事業場の割合

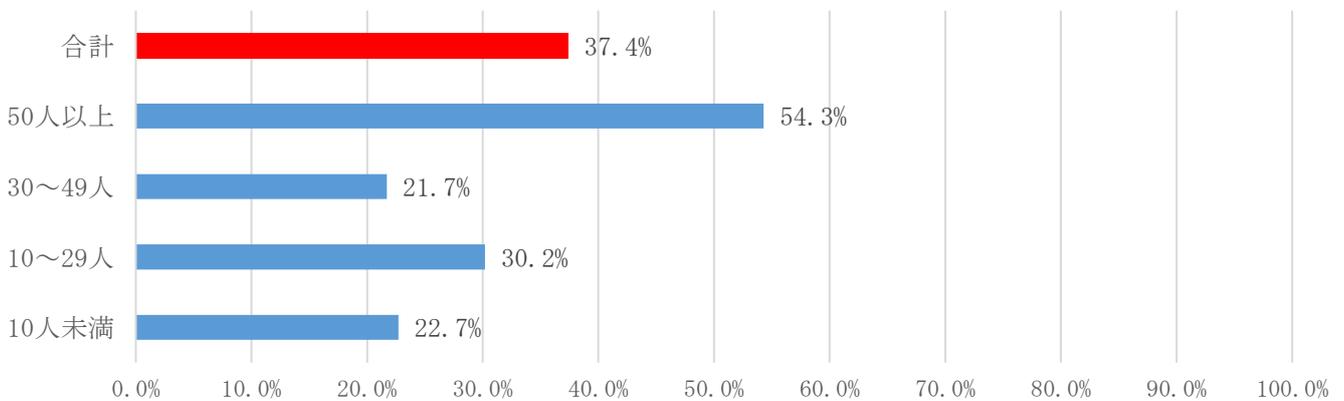
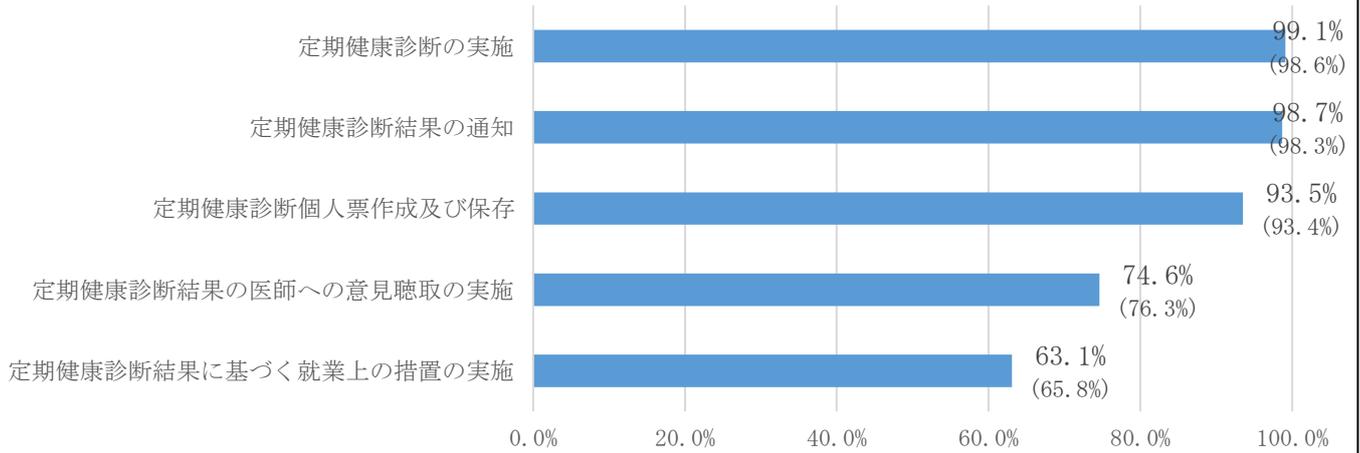


図2 健康診断に関する取組状況

* ()内の数値は令和6年度の結果の数値



★上記点検項目の回答の中には対象者がいないものもある

定期健康診断に関する取組状況（事業場規模別）

図2-1 定期健康診断を実施している事業場の割合

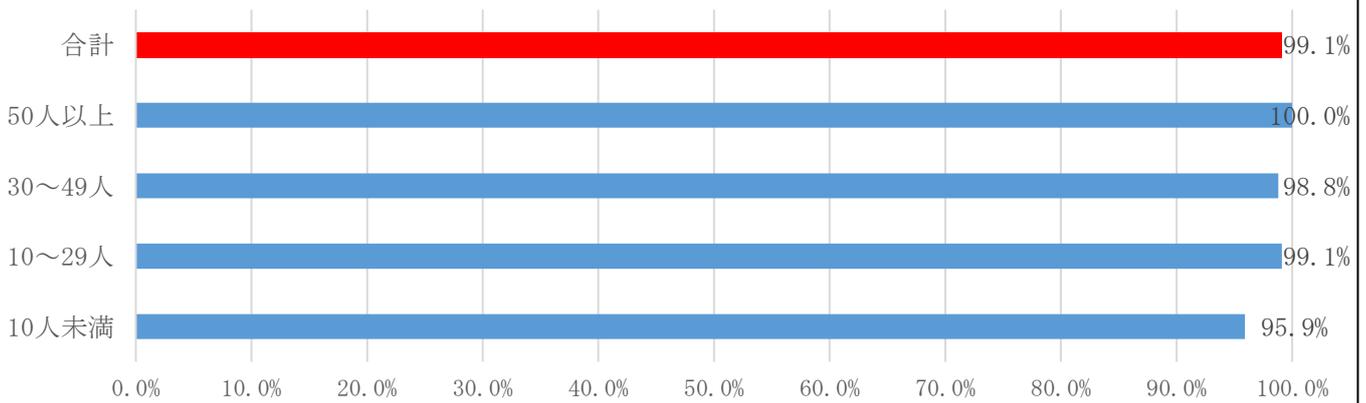


図2-2 定期健康診断結果の通知を行っている事業場の割合

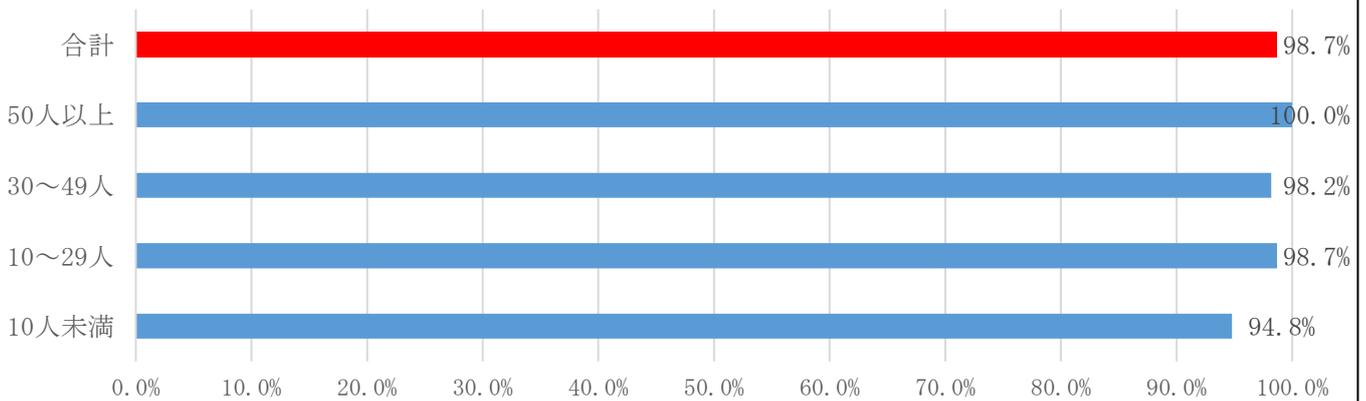


図2-3 健康診断個人票の作成及び保存を行っている事業場の割合

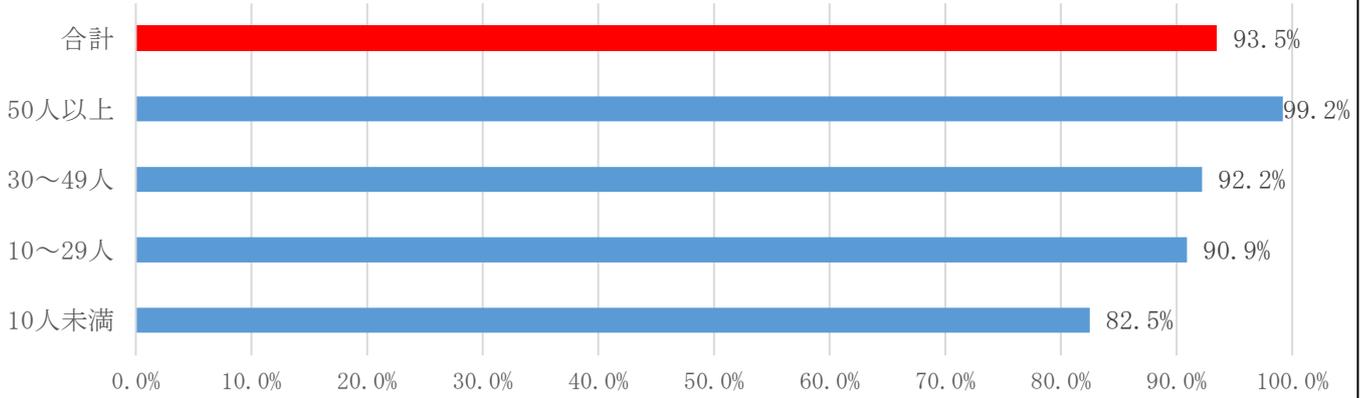


図2-4 定期健康診断結果の医師への意見聴取を行っている事業場の割合

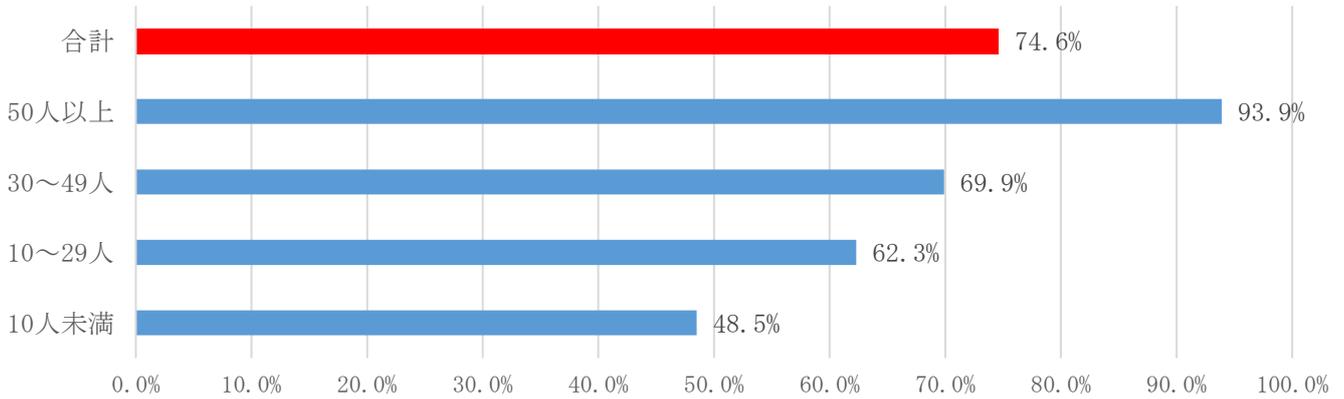


図2-5 定期健康診断結果に基づく就業上の措置を講じている事業場の割合

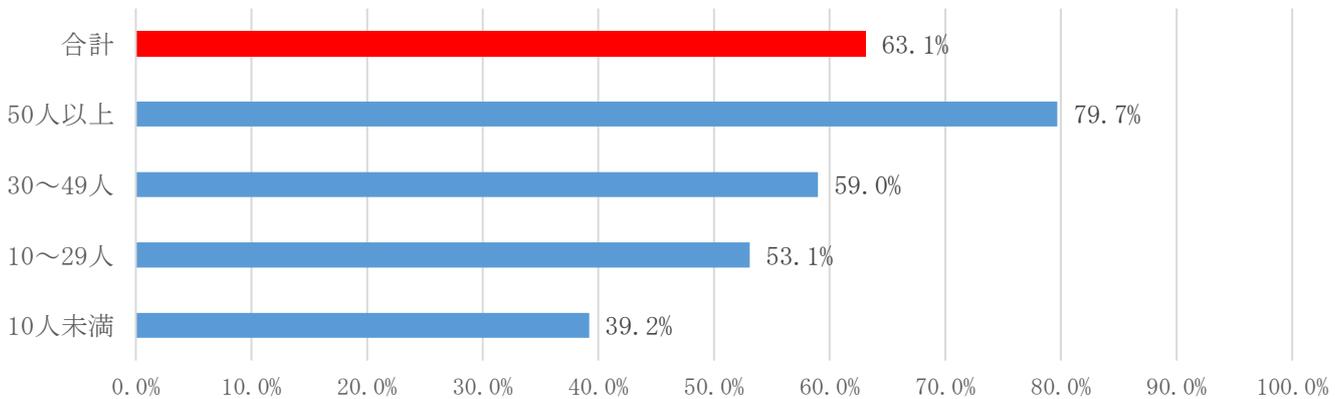
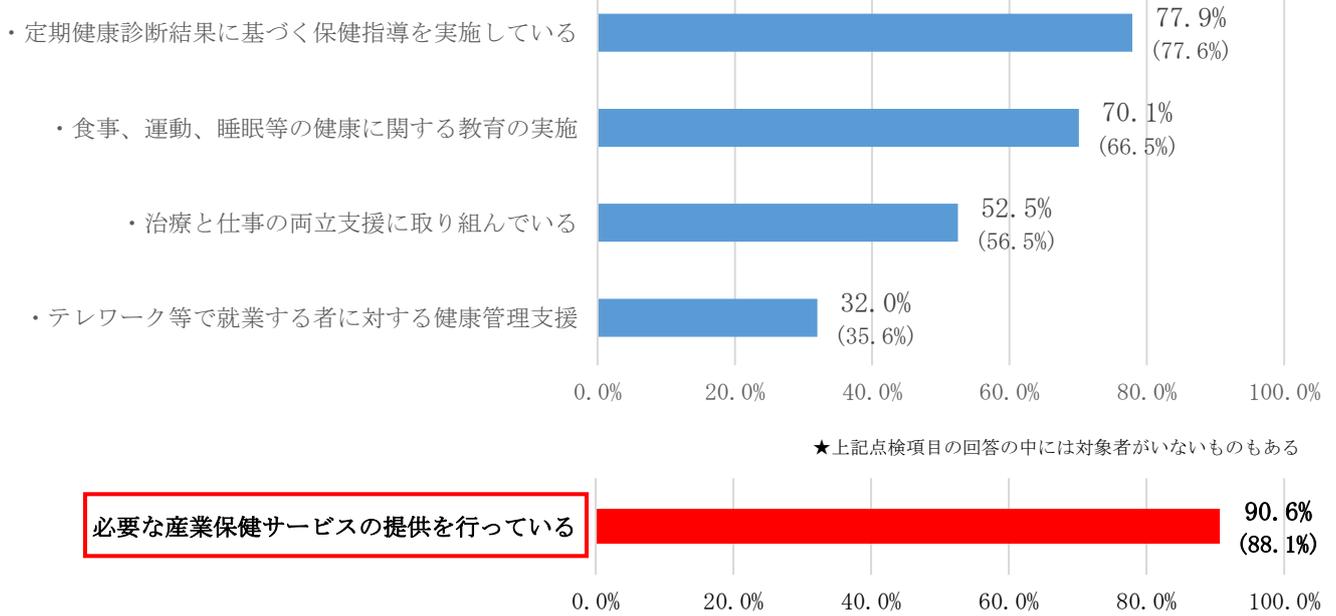


図3 産業保健サービスに関する取組状況

* () 内の数値は令和6年度の結果の数値



産業保健サービスに関する取組状況（事業場規模別）

図3-1 必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合

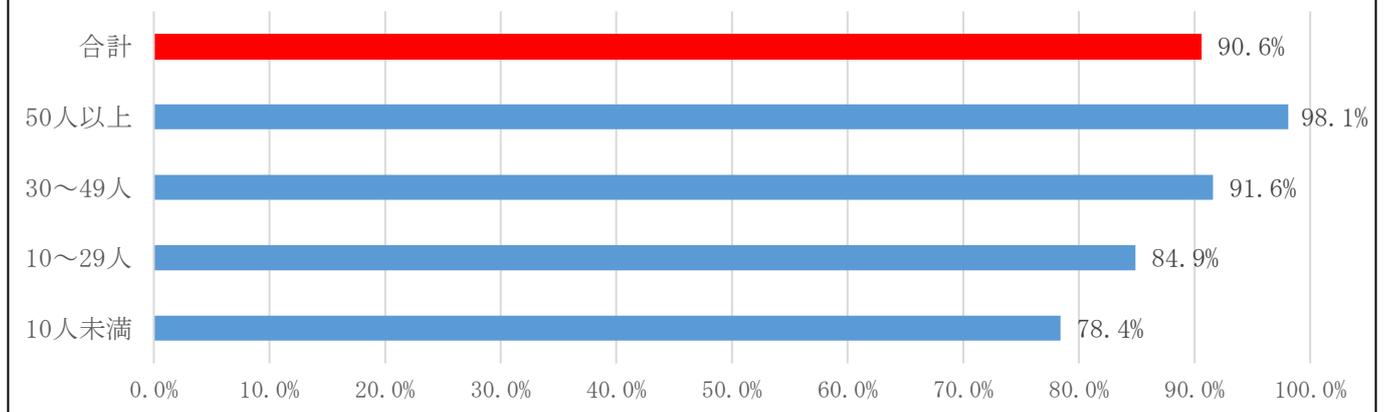


図3-2 健康診断結果に基づき有所見者に対する保健指導を行っている事業場の割合

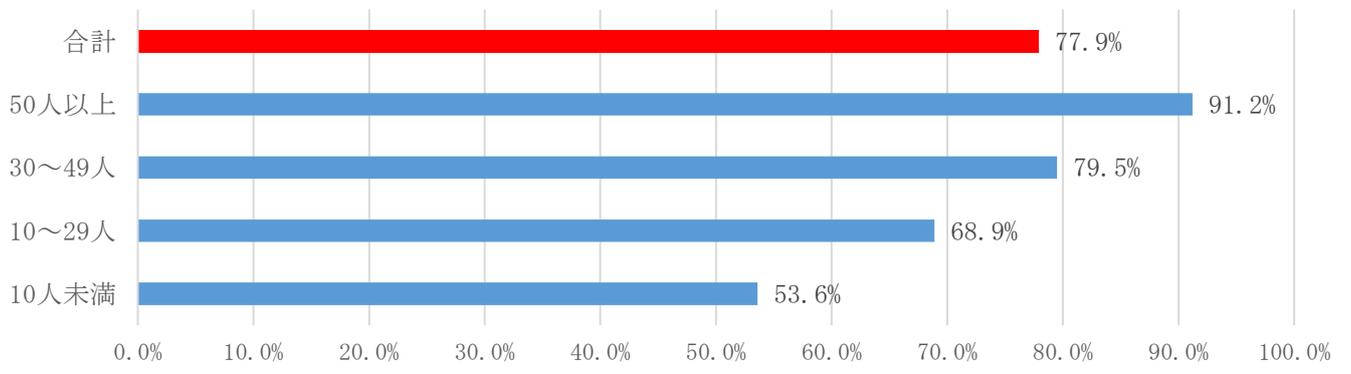


図3-3 食事、運動、睡眠、飲酒、喫煙等の健康に関する教育を行っている事業場の割合

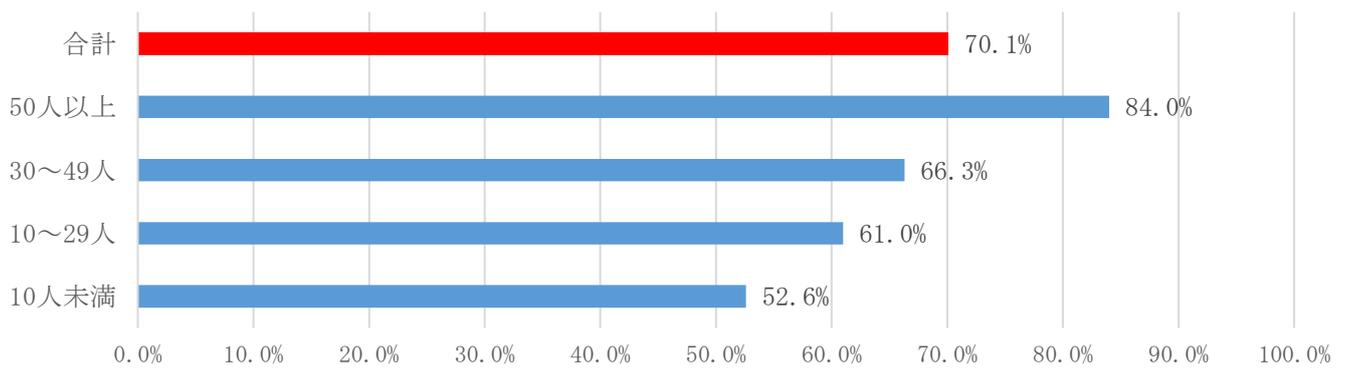


図3-4 治療と仕事の両立支援に取り組んでいる事業場の割合

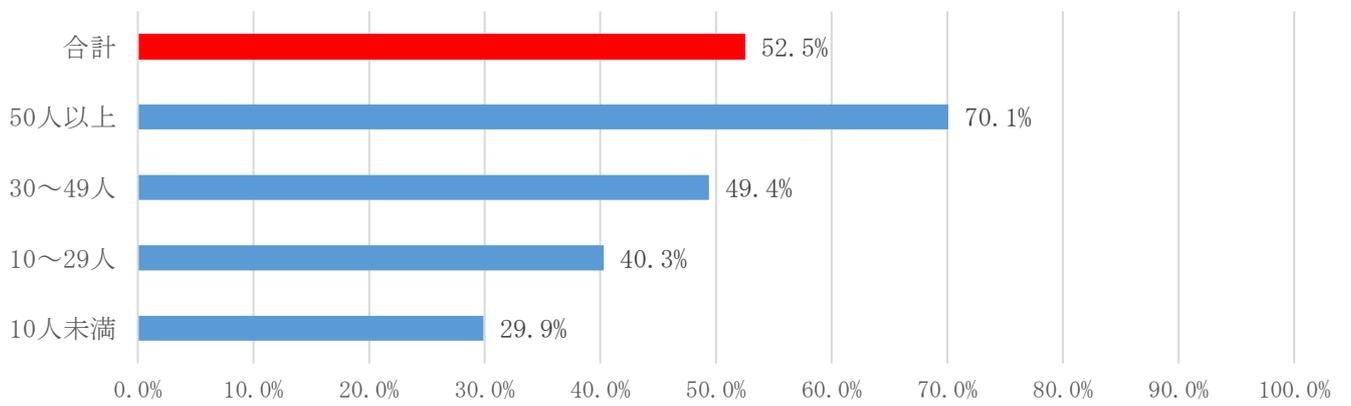


図3-5 テレワーク等事業場以外で就業するものに対する健康管理支援を行っている事業場の割合

