

# 診療所だより 平成27年（2015年）12月

## 改正労働安全衛生法に基づく、ストレスチェック制度とは？

### 働く人のメンタルヘルス対策

～ストレスチェック制度が始まります～

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、働く人の心の健康を守るために、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日から従業員数50以上の事業所については、各事業者の義務で全従業員へのストレスチェックが実施されます。従業員数50人未満の事業場については、当分の間、ストレスチェックの実施が努力義務となっています。

今回新たに導入される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調査を行い、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付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させる」一次予防が目的です。また、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の要因を評価し、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す。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り組みです。

#### ストレスチェックの実施

- ・ストレスチェックの実施の頻度は、1年毎に1回です。
- ・どのような調査票を用いるかは事業者が自ら選択可能ですが、国では標準的な調査票として「**職業性ストレス簡易調査票（57項目）**」を推奨しています。仕事のストレス要因、心身のストレス反応、「周囲からのサポート」などの各項目を4段階で自己評価する内容となっています。（図下）

調査・ストレスチェックの結果は実施者から直接本人に通知し、本人の同意がない限り、事業者はその個人結果に関する情報を知ってはいけないことになっています。

#### 職業性ストレス簡易調査票とは

全57項目から構成。各設問に対する回答は、「そうだ」「まあそうだ」「ややちがう」「ちがう」といった4段階で、あてはまるものを選択する。

##### 仕事のストレス要因

仕事の量についての心理的な負担、仕事の質についての心理的な負担、身体的負担、仕事のコントロール（自己裁量）、技術の活用、対人関係、職場環境、仕事の適性度、働きがい

##### ストレス反応

心理的ストレス反応：「活気」「イライラ感」「疲労感」「不安感」「抑うつ感」など  
身体的ストレス反応：「体の痛み」「筋肉のこり」「動悸・息切れ」「食欲」「睡眠」など

##### 周囲からのサポート

上司、同僚、配偶者・家族・友人からのサポートについて

##### 満足度

仕事、家庭生活への満足度について



#### 面接指導の実施

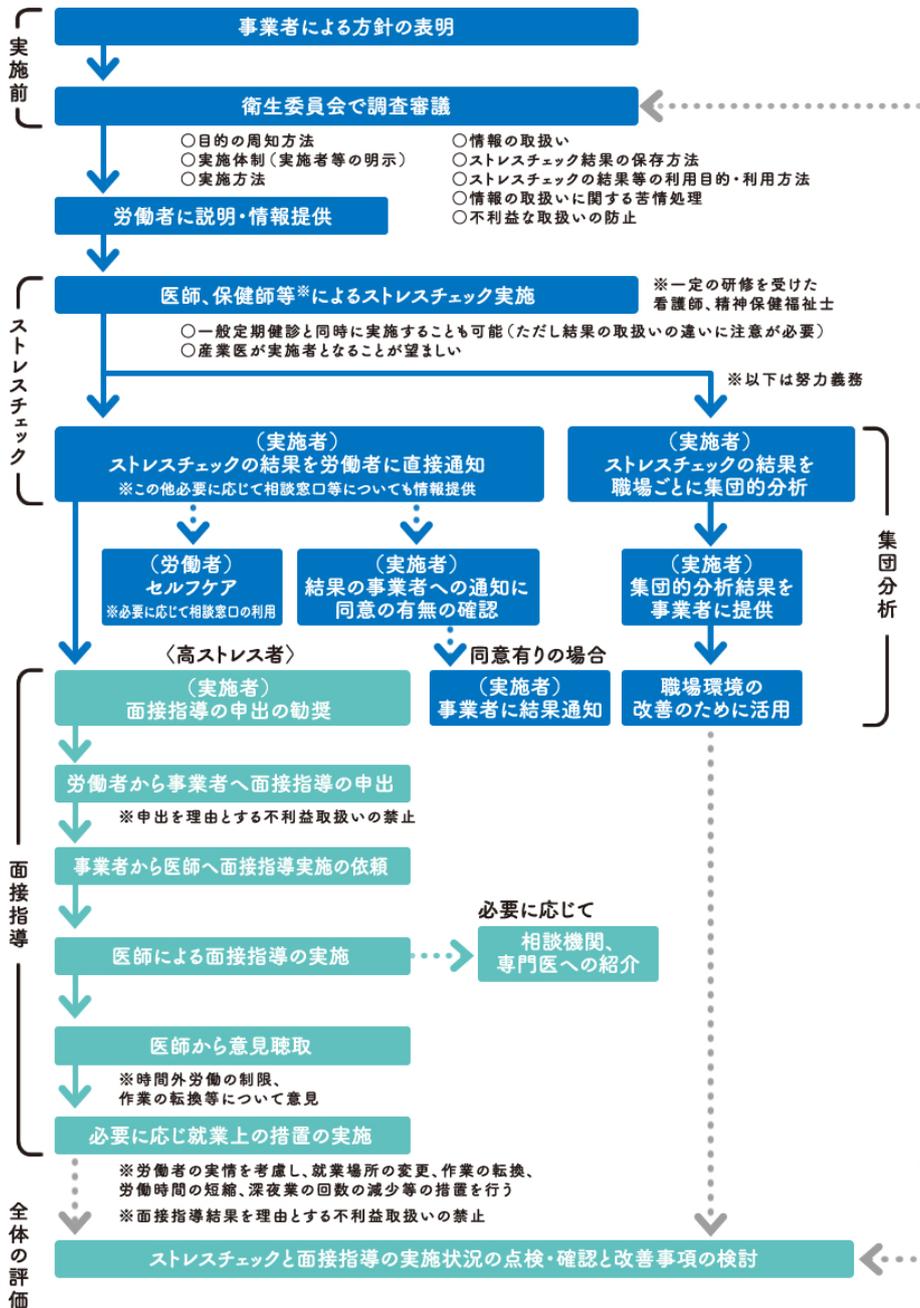
- ・ストレスチェックの結果の通知を受けた労働者のうち、一定以上のストレス（心理的な負担）を抱えている人は高ストレス者として面接指導が必要と評価された労働者から申出があったときは、産業医などの医師による面接指導を行うことが事業者の義務になります。
- ・事業者は、面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し、必要があると認めるときは、就業上の措置を講じる必要があります。

## 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になります。

## 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はいけいとされています。



図は、「厚生労働省」ホームページ、日医ニュース<健康プラザ>No.436 <企画>日本医師会 から引用しました。

この「診療所だより」や診療についてのご意見・ご要望などをお気軽にお寄せください。これからの参考にさせていただきます。

編集・発行： 勝山諄亮

勝山診療所

〒639-2216 奈良県御所市343番地の4(御国通り2丁目)

電話：0745-65-2631