

令和7年度 厚生労働省 労災疾病臨床研究事業費補助金
ストレスチェックの集団分析結果を活用した職場環境改善に関する調査研究(250301-01)
研究代表者：堤 明純（北里大学医学部公衆衛生学単位）

研究の目的

事業者や産業保健スタッフが、ストレスチェック制度の集団分析及び職場環境改善を実施するにあたって、参考となるような事例を収集することを目的とした。職場環境改善の課題や困難を克服している事例を発掘し、集団分析を活用した職場環境改善のさらなる展開に資することを目指す。さらに、小規模事業場や集団分析・職場環境改善の対応が困難な単位集団のケースの事例や地域産業保健センターの支援の活用事例の収集に努める。

研究方法

聴取内容（フォーマット）の作成、職場環境改善の定義の策定、インタビュー方法の策定、インタビュー対象のリストアップを行い、倫理審査承認後、事例の収集を始めた。

研究成果

ヒアリング調査に係る準備

1. 聴取内容（フォーマット）の作成

想定している集団分析・職場環境改善の課題に解決策を提案できるような事例を収集できるよう、集団分析、職場環境改善ができるような聴取内容を班会議で抽出し、確定した。

2. 職場環境改善の定義の策定

インタビュー調査を行うにあたり、調査項目の内容が調査者間で一致している必要があることから、とくに職場環境改善の定義を策定した。

職場環境改善は、現行の労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル（以下、ストレスチェックマニュアル）の記載に準ずることとした：「職場環境等の改善とは、職場の物理的レイアウト、労働時間、作業方法、組織、人間関係などの職場環境を改善することで、労働者のストレスを軽減しメンタルヘルス不調を予防しようとする方法。改善の対象となる職場環境にはさまざまなものが含まれる。」

仕事のストレスに関する代表的な理論である「仕事の要求度－コントロールモデル」では、仕事の要求度（仕事量や責任など）と仕事のコントロール（裁量権）のバランス、特に仕事の要求度に見合うように仕事のコントロールを与えることが重要であるとされる（仕事のストレス判定図の応用例）。

米国職業安全保健研究所（NIOSH）や国際労働機関（ILO）が、効果があった改善として紹介しているストレス対策としての職場環境の改善例を整理した。

さらに、事例収集にあたって参考となる具体的な活動の例として、ストレスチェックマニュアルにおいて、職場環境等の改善計画の立案に活用することが勧められている「職場環境

改善のためのヒント集」「メンタルヘルス改善意識調査票」の項目を整理した。

3. インタビュー方法の策定

聴取すべき内容を漏れなく、かつ、効率的に聴取するためインタビュー方法を作成した。基本、60 分で聴取することとして審議の上確定した。実際のインタビュー時に課題になった事項については、留意点として改良を行い、現時点で3回の更新を行っている。

4. インタビュー対象のリストアップ

機縁法でインタビュー対象のリストを作成した。インタビューの対象は、事業場のみならず、とくに、小規模事業場の支援を行っている産業保健総合支援センターに所属するメンタルヘルス対策促進員も含まれた。今後、事業場規模や目標とする聴取内容が充足しているかを確認しながら、インタビュー候補を適宜改訂する。

事例の収集

2025 年 10 月より事例の収集を開始した。50 事例の収集を当面の目標として倫理審査の承認を得ているが、本年度は、28 事例を収集した。さらに、産業保健総合支援センターに所属するメンタルヘルス対策促進員から、労働者 50 人未満の事業場における 10 事例の支援経験について聴取した。

インタビューは、研究班で設定したインタビュー方法に基づいて、オンラインで、約1時間をかけて行った。対象者の承諾のもと、インタビューは録音し、逐語録を作成した。

事例は、研究班で設定した事例提出用フォーマットに沿ってまとめた。検索を容易にするために、キーワードを付すようにした。また、事例のポイントを書きだすようにしてまとめた。

結論

初年度となる令和7年度は、聴取内容（フォーマット）の作成、職場環境改善の定義の策定、インタビュー方法の策定、インタビュー対象のリストアップを行い、倫理審査承認後、事例の収集を始めた。事業の事例 28 例を収集し、ポイントをまとめ、HP (<https://www.med.kitasato-u.ac.jp/lab/publichealth/case.html>) に掲載した。さらに、産業保健総合支援センターに所属するメンタルヘルス対策促進員から、労働者 50 人未満の事業場における 10 事例の支援経験について聴取した。

今後の展望

ストレスチェック制度を使った集団分析、職場環境改善を進めていくうえで事例から学ぶことは多い。次年度以降も、現場の活動に資するべく、事例を収集していく。