

令和6年4月25日	資料3
第2回 ストレスチェック制度等のメンタルヘルス対策に関する検討会	

令和3年度 厚生労働省委託事業
「ストレスチェック制度の効果検証に係る調査等事業」報告書（抜粋）

ストレスチェック制度の「実施状況」「職場環境改善の状況」「制度実施による労働者の健康状況や勤務環境の変化」等の実態を把握するとともに、制度の運用上の課題を明らかにし、効果的な実施に向けた工夫を検討することを目的として、全国の事業場、事業場票対象事業場経由でそこに勤務する労働者にアンケート調査を実施した。

アンケート調査の回収状況は下表のとおり。

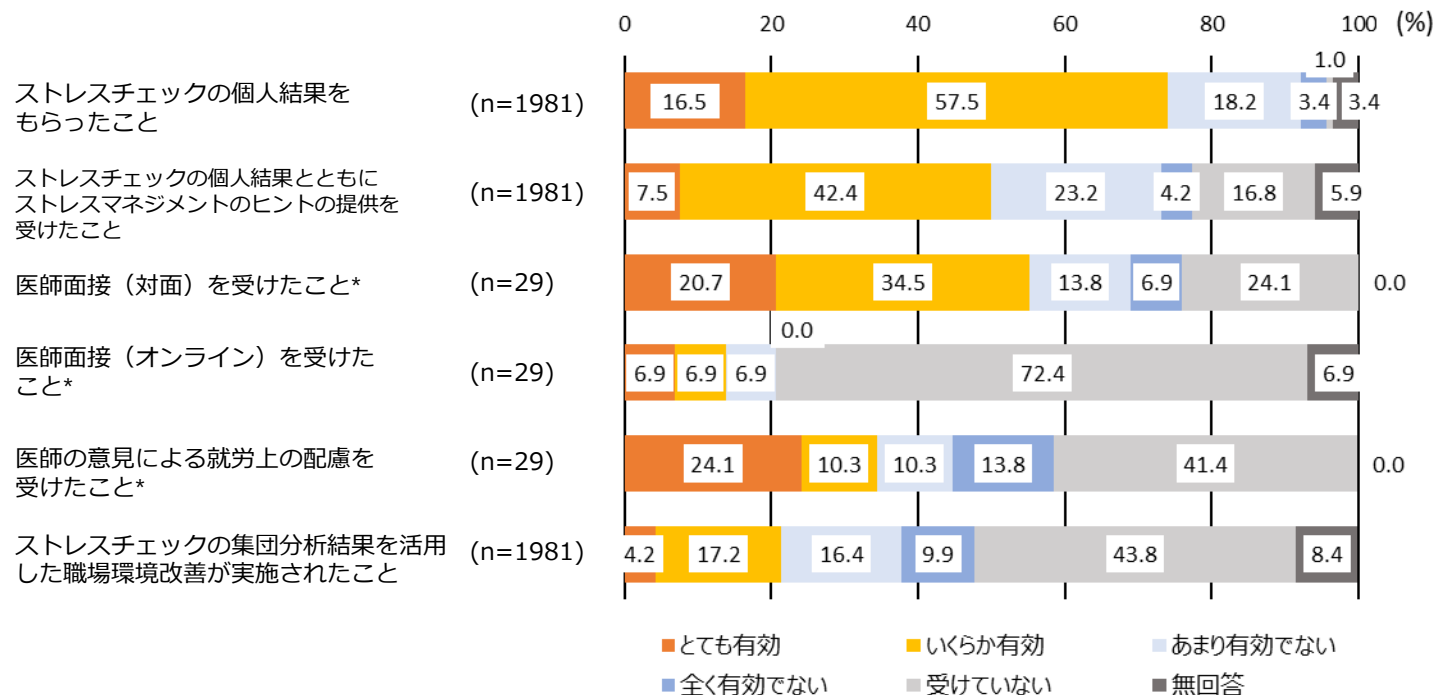
図表1 アンケート調査の回収状況

	配布数	回収数	回収率 (回収数/有効数)
事業場票	10,698件	3,633件	34.0%
労働者票	10,700件	2,428件	22.7%

労働者からみたストレスチェックの有用性

労働者調査

○ 「ストレスチェックの個人結果をもらったこと」で「とても有効」、「いづらか有効」を合わせた回答の割合が7割であった。



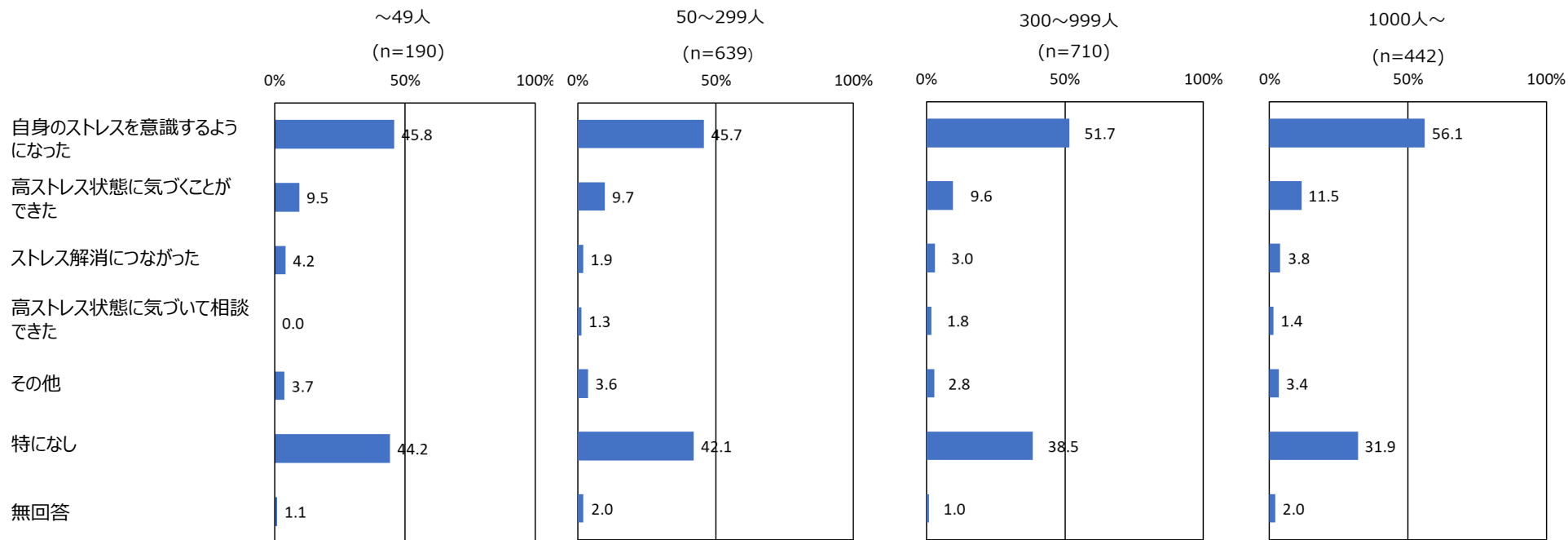
*については医師面接を受けた人についてのみ集計

出典：令和3年度厚生労働省委託事業「ストレスチェック制度の効果検証に係る調査等事業」

労働者からみたストレスチェックの効果（事業場規模別）

労働者調査

○ いずれの事業場の規模においても、4割～5割程度の労働者がストレスチェックを通じて、「自身のストレスを意識するようになった」と回答した。

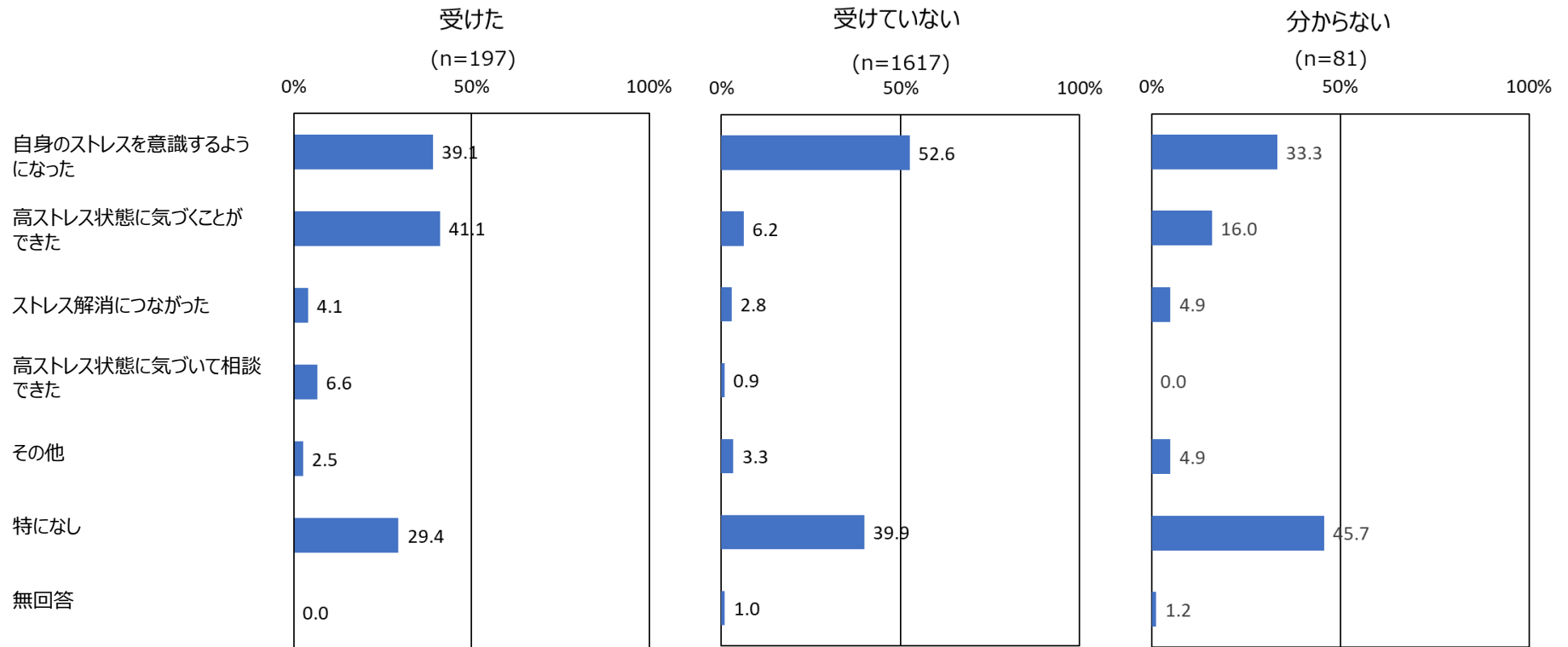


出典：令和3年度厚生労働省委託事業「ストレスチェック制度の効果検証に係る調査等事業」

労働者からみたストレスチェックの効果（高ストレス判定の状況別）

労働者調査

○ 高ストレス判定を受けた者においては、約4割が「高ストレス状態に気づくことができた」と回答していた。



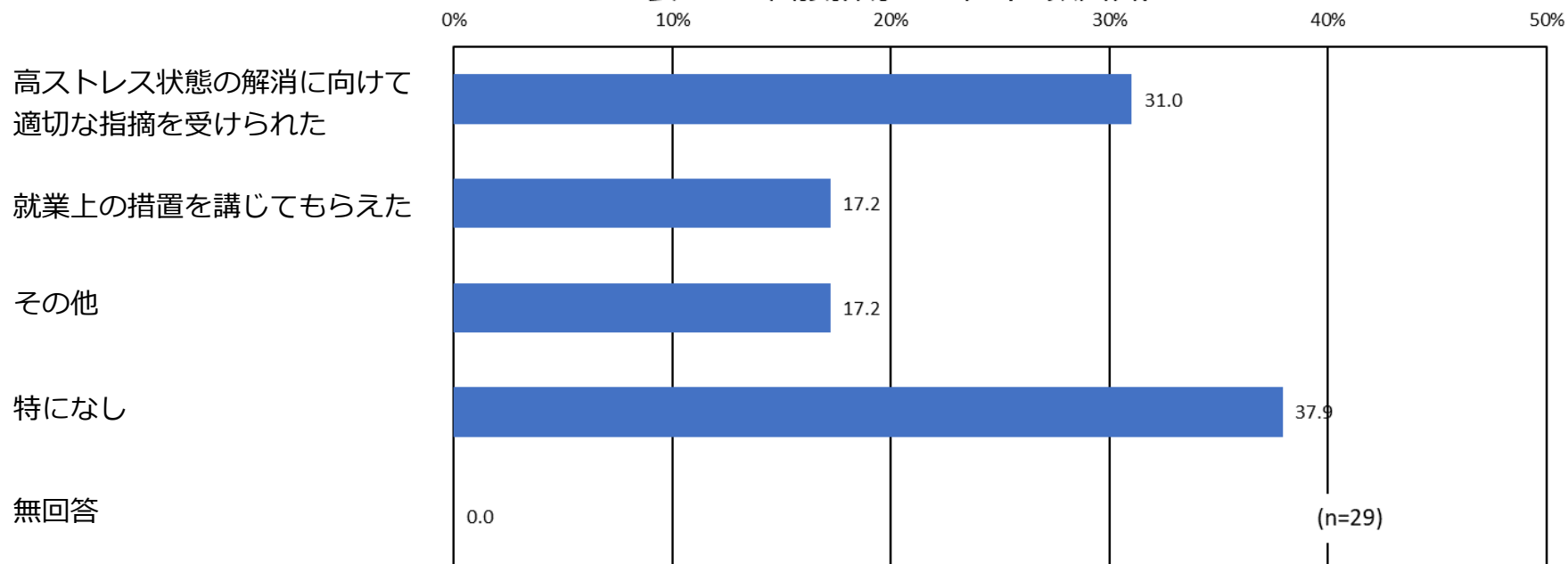
出典：令和3年度厚生労働省委託事業「ストレスチェック制度の効果検証に係る調査等事業」

労働者からみた面接指導の効果

労働者調査

- 面接指導を受けた者のうち、面接指導を受けたことについて「とても有効」又は「いくらか有効」と回答した人の割合は約7割であった。面接指導の効果として、具体的には「高ストレス状態の解消に向けて適切な指摘を受けられた」と回答した人が約3割、「就業上の措置を講じてもらえた」と回答した人が約2割であった。

図表 105 面接指導の効果（複数回答）

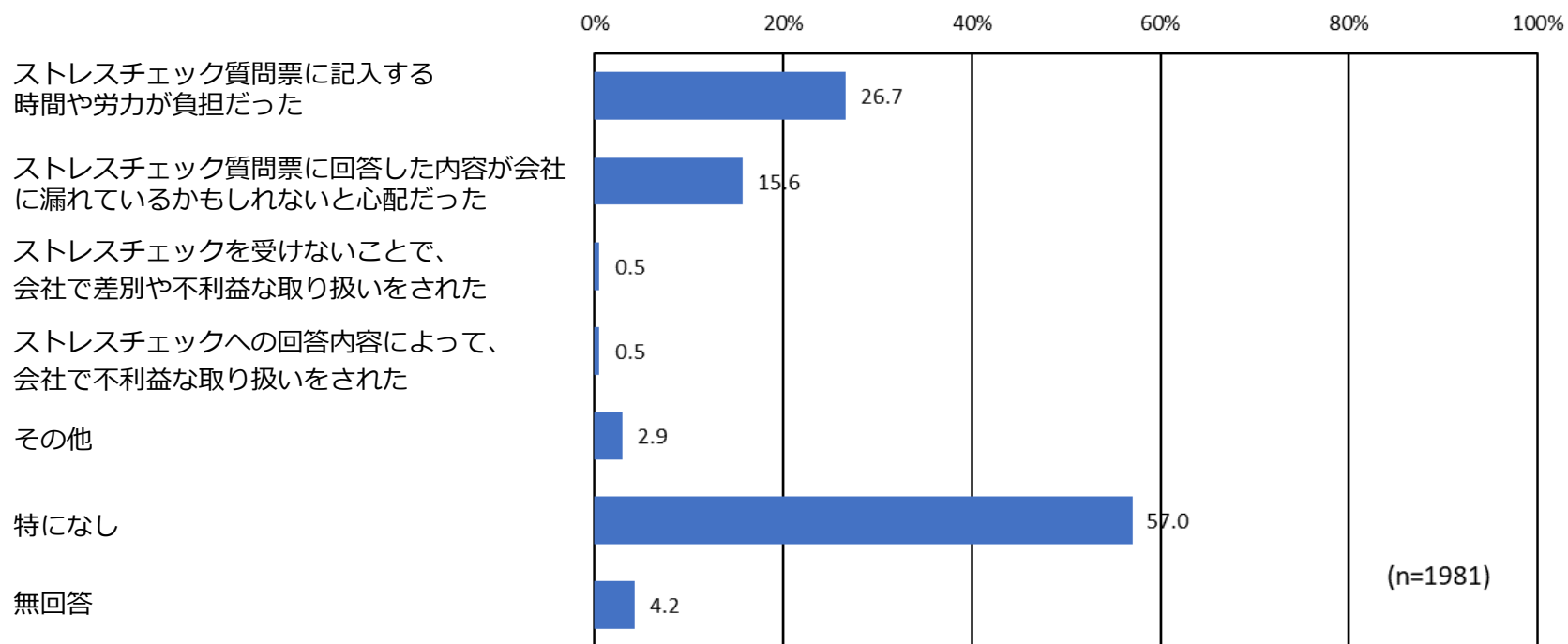


ストレスチェック制度の課題等

労働者調査

- ストレスチェック受検時の困りごと等については「特になし」が最も多い。具体的な困りごととしては、「ストレスチェック質問票に記入する時間や労力が負担だった」を3割弱の回答者が挙げている。

図表 118 受検時に困ったこと等（複数回答）



ストレスチェック制度の課題等

労働者調査

- ストレスチェックの実施にあたって労働者が企業への要望としてあげていることは、「ストレスチェック結果の活用」「ストレスチェック制度の周知」「ストレスチェックの効果・取組の見える化」「職場環境改善の推進」「事業主や上司等へのメンタルヘルス対策への意識向上」等（自由記載）。

事業場調査

- ストレスチェックの実施を継続的に実施するにあたって事業場が抱えている課題や要望としては、「ストレスチェック結果の活用」「受検率の維持・向上」「高ストレス者へのフォロー」「ストレスチェックの効果の実感」「実施者の負担」等（自由記載）。