

ストレスチェック（労働者の心理的な負担の程度を把握するための検査）制度の趣旨・目的について

- 職場のメンタルヘルス対策は、精神障害の労災認定件数が3年連続で過去最高を更新するなど深刻な状況。
- メンタルヘルス不調の未然防止のためには、①職場環境の改善等により心理的負担を軽減させること（**職場環境改善**）②労働者のストレスマネジメントの向上を促すこと（**セルフケア**）が重要。
- このため、ストレスチェック制度を設け、労働者の心理的な負担の程度を把握し、**セルフケアや、職場環境の改善につなげ**、メンタルヘルス不調の未然防止のための取組（一次予防）を強化する。

＜メンタルヘルス対策の体系＞（労働者の心の健康の保持増進のための指針）

