

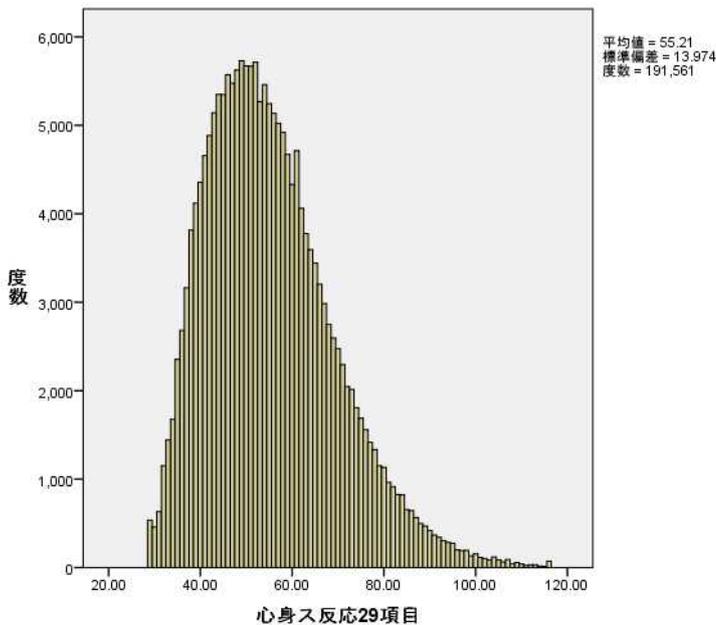
職業性ストレス簡易調査票の点数の分布について

全57項目版使用時と項目数を少なくして使用する場合の点数分布を示す

(高得点=高ストレス反応、高ストレス要因、低支援、となるよう算出している)

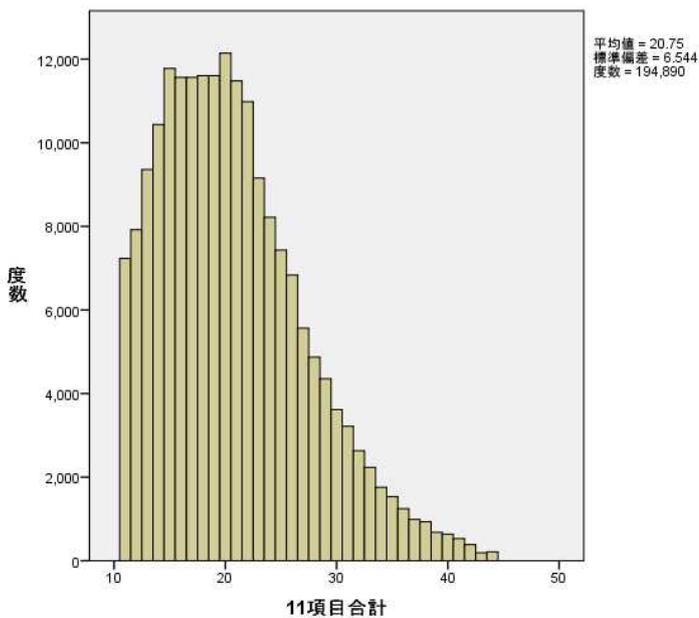
**57項目版**

・ストレス反応29項目合計(疲労+抑うつ+不安+イライラ感+活気(逆点)+身体愁訴)の分布(29~116点)



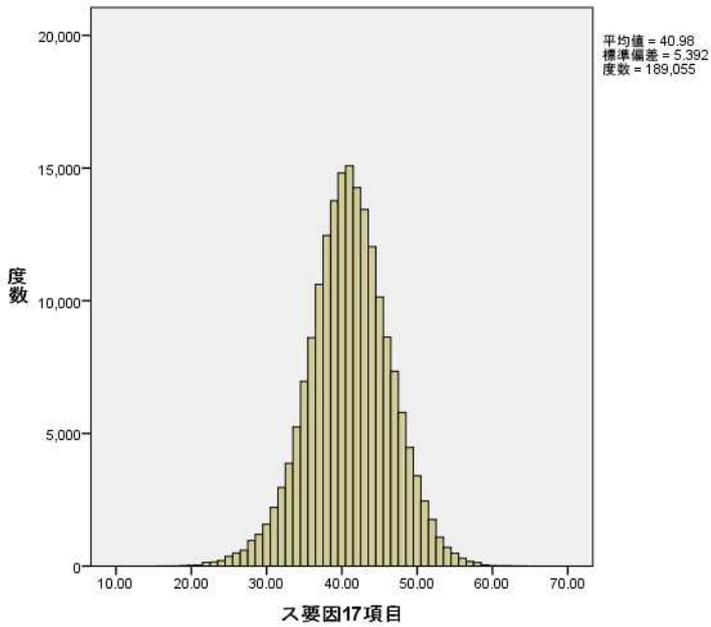
**23項目版**

・ストレス反応11項目(疲労+不安+抑うつ3項目+食欲+睡眠)の分布(11~44点)



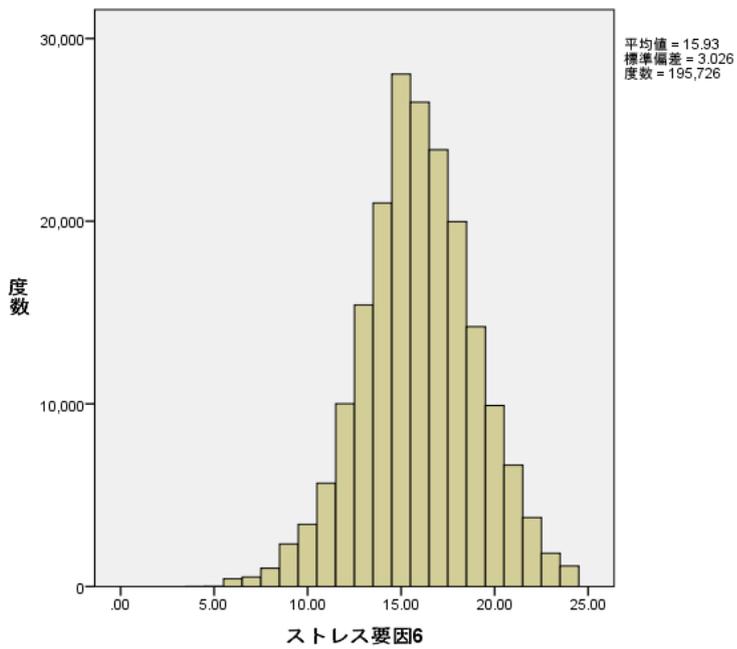
### 5 7 項目版

- ・ストレス要因 17 項目（量的負担＋質的負担＋裁量度＋対人関係＋身体負担＋職場環境＋技能活用＋適性＋働きがい）合計点の分布（17～68 点）



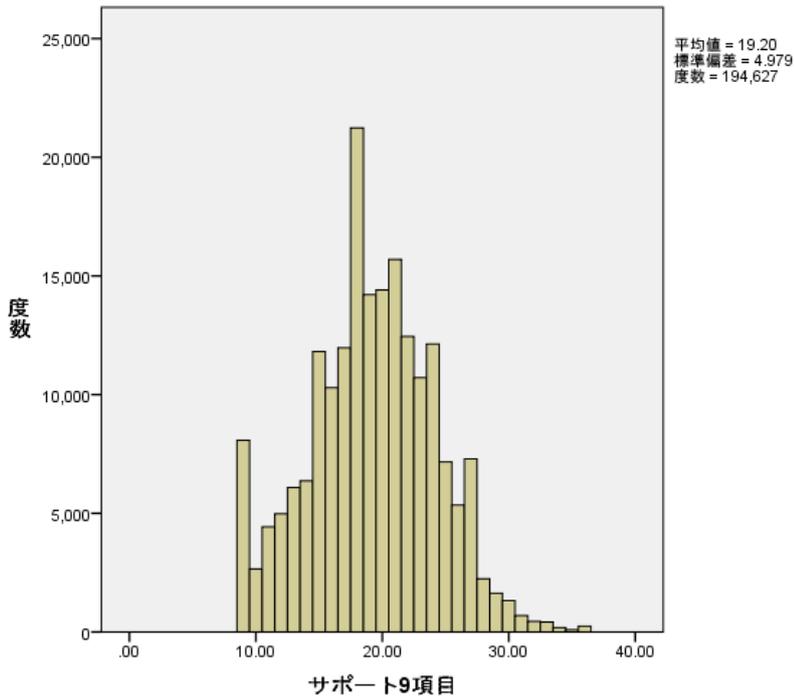
### 2 3 項目版

- ・ストレス要因6項目（量的負担＋裁量度）の合計点の分布（6～24点）



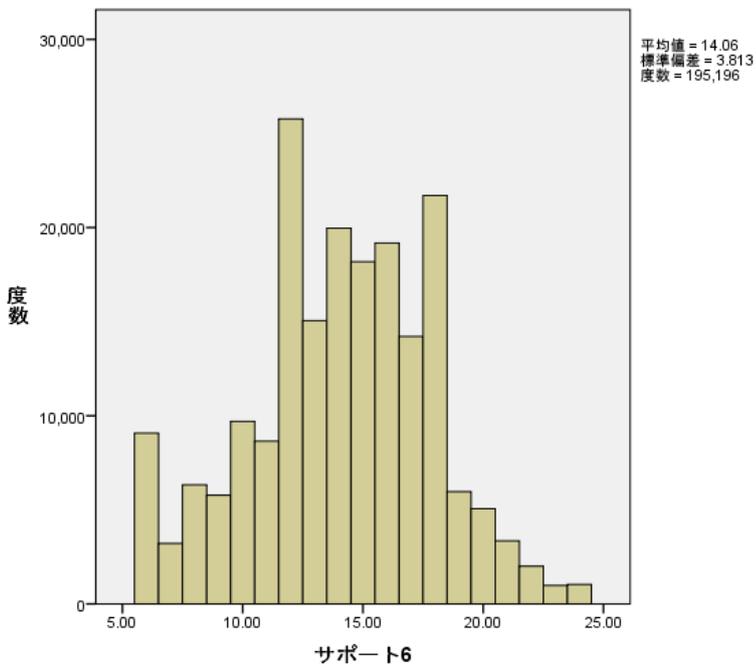
### 5 7 項目版

・ 支援9項目（上司、同僚、家族・友人）の合計点の分布（9～36点）（高得点＝低支援）



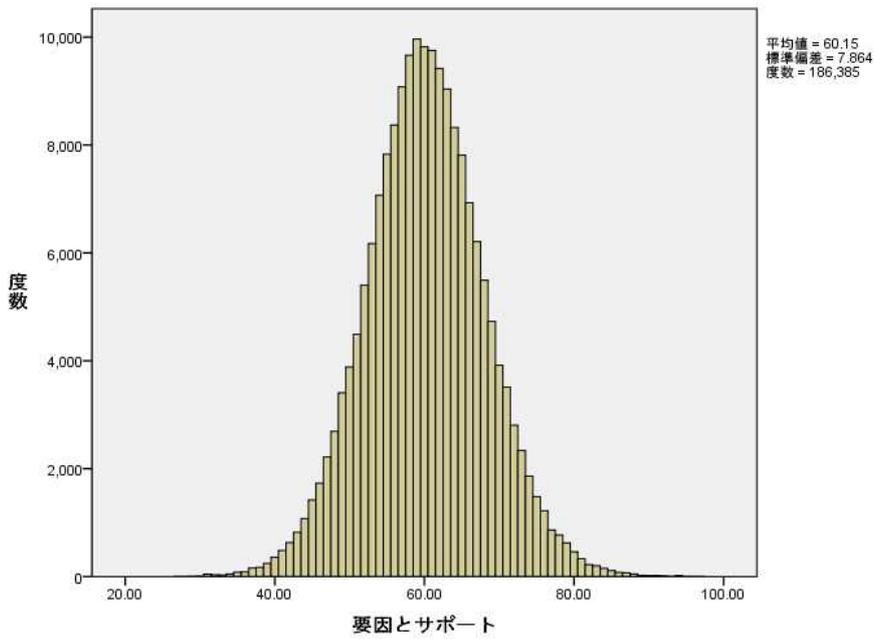
### 2 3 項目版

・ 支援6項目（上司、同僚）の合計点の分布（6～24点）（高得点＝低支援）



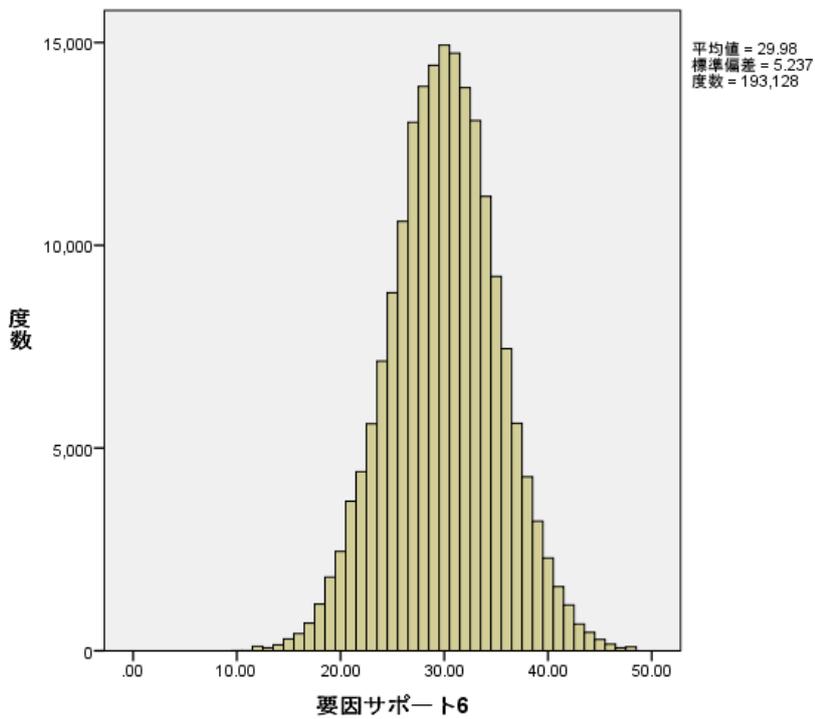
### 5 7 項目版

- ・ 要因+支援（26項目）の合計点の分布（26～104点）（高得点＝高要因、低支援）



### 2 3 項目版

- ・ 要因+支援（12項目）の合計点の分布（12～48点）（高得点＝高要因、低支援）



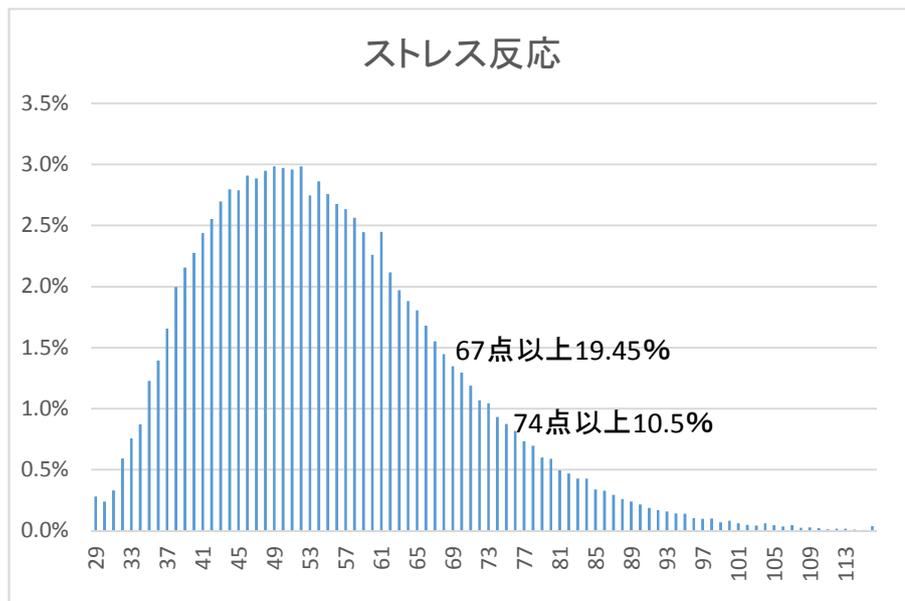
### 57項目版を用いた評価のための点数分布

第3回までの委員会の議論の結果、ストレスチェックによって抽出される集団は約10%が適当であること、またストレスチェックの方法については比較的簡便な方法を提示する必要性が指摘されていた。そこで、評価には合計点数を使用することとし、ストレス反応、ストレス要因・支援の各々の合計点の分布を検討した。

57項目版は、ストレス反応29項目、およびストレス要因17項目・支援9項目から構成される。

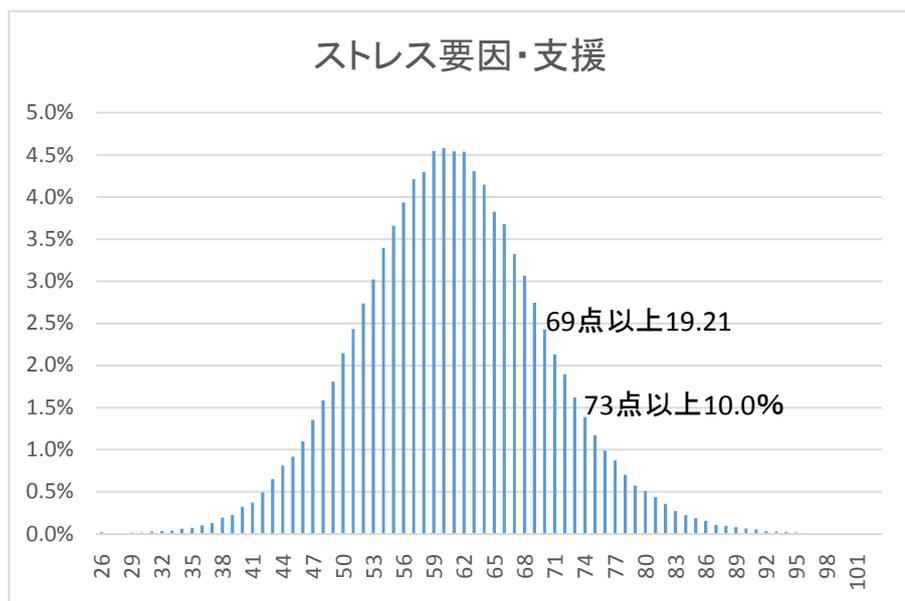
「ストレス反応29項目」の点数分布

(高得点=高ストレス反応 となるよう活気を逆転している。)



ストレス反応29項目の合計点数が74点以上の場合に10.5%が該当した。

同様に「ストレス要因・支援」について、ストレス要因17項目・支援9項目の合計点数を算出し、分布を確認した(高得点=高要因低支援 となるよう一部逆転計算)。



ストレス要因・支援については73点以上とすると10.0%が該当した。

ストレス反応とストレス要因・支援について、それぞれ基準点を仮に 10%程度の集団を拾い出す点数とした場合、ストレス反応とストレス要因・支援の両方が基準点以上となる人の割合は約半分になる。ストレス反応の基準点を少しさげて要因・支援が高い状態の人を取り込んでおくことも想定した組み合わせの分布について検討した。

ストレス反応 29 項目で 29～116 点、ストレス要因 17 項目・支援 9 項目で 26～104 点を取りうる点数の範囲である。

仮にストレス反応の合計得点のみで要面談とする場合、たとえば 74 点以上では 10.5%の人が対象となるが、このうち要因・支援が 73 点以上の方は 4.5%である (p.7 左上)。

ストレス反応得点 74 点から 1 点ずつ下げていき 67 点まで、これにストレス要因・支援の点数 73 点から 1 点ずつ下げていき 68 点までを組み合わせた。

反応 74 点以上要因支援 73 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	4.5%	5.5%	10.0%
支援	-	6.0%	84.0%	90.0%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 73 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	4.7%	5.3%	10.0%
支援	-	6.8%	83.2%	90.0%
		11.5%	88.5%	100%

反応 74 点以上要因支援 72 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.0%	7.0%	11.9%
支援	-	5.6%	82.5%	88.1%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 72 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.3%	6.6%	11.9%
支援	-	6.3%	81.8%	88.1%
		11.5%	88.5%	100%

反応 74 点以上要因支援 71 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.4%	8.6%	14.0%
支援	-	5.1%	80.9%	86.0%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 71 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.8%	8.3%	14.0%
支援	-	5.8%	80.2%	86.0%
		11.5%	88.5%	100%

反応 74 点以上要因支援 70 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.9%	10.5%	16.5%
支援	-	4.6%	78.9%	83.5%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 70 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.3%	10.1%	16.5%
支援	-	5.2%	78.3%	83.5%
		11.5%	88.5%	100%

反応 74 点以上要因支援 69 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.4%	12.8%	19.2%
支援	-	4.1%	76.7%	80.8%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 69 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.9%	12.3%	19.2%
支援	-	4.7%	76.1%	80.8%
		11.5%	88.5%	100%

反応 74 点以上要因支援 68 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.9%	15.4%	22.3%
支援	-	3.6%	74.1%	77.7%
		10.5%	89.5%	100%

反応 73 点以上要因支援 68 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	7.4%	14.9%	22.3%
支援	-	4.1%	73.6%	77.7%
		11.5%	88.5%	100%

反応 72 点以上要因支援 73 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	5.0%	5.0%	10.0%
支援	-	7.6%	82.4%	90.0%
		12.62%	87.4%	100.0%

反応 72 点以上要因支援 72 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	5.6%	6.4%	11.9%
支援	-	7.1%	81.0%	88.1%
		12.6%	87.4%	100.0%

反応 72 点以上要因支援 71 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.1%	7.9%	14.0%
支援	-	6.5%	79.5%	86.0%
		12.6%	87.4%	100.0%

反応 72 点以上要因支援 70 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.7%	9.7%	16.5%
支援	-	5.9%	77.7%	83.5%
		12.6%	87.4%	100.0%

反応 72 点以上要因支援 69 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.3%	11.9%	19.2%
支援	-	5.3%	75.5%	80.8%
		12.6%	87.4%	100.0%

反応 72 以上要因支援 68 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.9%	14.4%	22.3%
支援	-	4.7%	73.0%	77.7%
		12.6%	87.4%	100.0%

反応 71 点以上要因支援 73 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	5.3%	4.8%	10.0%
支援	-	8.5%	81.4%	90.0%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 71 点以上要因支援 72 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	5.9%	6.0%	11.9%
支援	-	7.9%	80.2%	88.1%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 71 点以上要因支援 71 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.5%	7.5%	14.0%
支援	-	7.3%	78.7%	86.0%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 71 点以上要因支援 70 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.2%	9.3%	16.5%
支援	-	6.6%	76.9%	83.5%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 71 点以上要因支援 69 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.8%	11.4%	19.2%
支援	-	6.0%	74.8%	80.8%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 71 以上要因支援 68 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	8.5%	13.8%	22.3%
支援	-	5.3%	72.4%	77.7%
		13.8%	86.2%	100.0%

反応 70 点以上要因支援 73 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.5%	4.5%	10.0%
支援	-	9.6%	80.4%	90.0%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 点以上要因支援 73 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	5.8%	4.2%	10.0%
支援	-	10.6%	79.3%	90.0%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 70 点以上要因支援 72 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.2%	5.7%	11.9%
支援	-	8.9%	79.2%	88.1%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 点以上要因支援 72 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.5%	5.4%	11.9%
支援	-	9.9%	78.2%	88.1%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 70 点以上要因支援 71 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	6.9%	7.2%	14.0%
支援	-	8.2%	77.7%	86.0%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 点以上要因支援 71 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	7.3%	6.8%	14.0%
支援	-	9.2%	76.8%	86.0%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 70 点以上要因支援 70 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	7.6%	8.9%	16.5%
支援	-	7.5%	76.0%	83.5%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 点以上要因支援 70 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	8.0%	8.4%	16.5%
支援	-	8.4%	75.1%	83.5%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 70 点以上要因支援 69 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	8.3%	10.9%	19.2%
支援	-	6.8%	74.0%	80.8%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 点以上要因支援 69 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	8.8%	10.4%	19.2%
支援	-	7.6%	73.2%	80.8%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 70 以上要因支援 68 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	9.1%	13.2%	22.3%
支援	-	6.0%	71.7%	77.7%
		15.1%	84.9%	100.0%

反応 69 以上要因支援 68 以上

ストレス反応

		+	-	
要因	+	9.6%	12.6%	22.3%
支援	-	6.8%	70.9%	77.7%
		16.5%	83.5%	100.0%

反応 68 点以上要因支援 73 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.1%	3.9%	10.0%
支援	-	11.8%	78.2%	90.0%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 67 点以上要因支援 73 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.4%	3.7%	10.0%
支援	-	13.1%	76.9%	90.0%
		19.5%	80.5%	100.0%

反応 68 点以上要因支援 72 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	6.9%	5.1%	11.9%
支援	-	11.0%	77.0%	88.1%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 67 点以上要因支援 72 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.2%	4.7%	11.9%
支援	-	12.3%	75.8%	88.1%
		19.5%	80.5%	100.0%

反応 68 点以上要因支援 71 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	7.6%	6.4%	14.0%
支援	-	10.3%	75.7%	86.0%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 67 点以上要因支援 71 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	8.0%	6.0%	14.0%
支援	-	11.4%	74.5%	86.0%
		19.5%	80.5%	100.0%

反応 68 点以上要因支援 70 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	8.5%	8.0%	16.5%
支援	-	9.4%	74.1%	83.5%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 7 点以上要因支援 70 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	8.9%	7.5%	16.5%
支援	-	10.5%	73.0%	83.5%
		19.5%	80.5%	100.0%

反応 68 点以上要因支援 69 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	9.4%	9.9%	19.2%
支援	-	8.5%	72.2%	80.8%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 67 点以上要因支援 69 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	9.9%	9.3%	19.2%
支援	-	9.6%	71.2%	80.8%
		19.5%	80.5%	100.0%

反応 68 以上要因支援 68 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	10.2%	12.1%	22.3%
支援	-	7.7%	70.0%	77.7%
		17.9%	82.1%	100.0%

反応 67 以上要因支援 68 以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因	+	10.8%	11.5%	22.3%
支援	-	8.6%	69.1%	77.7%
		19.5%	80.5%	100.0%

ストレス反応 29 項目とストレス要因 17 項目・支援 9 項目

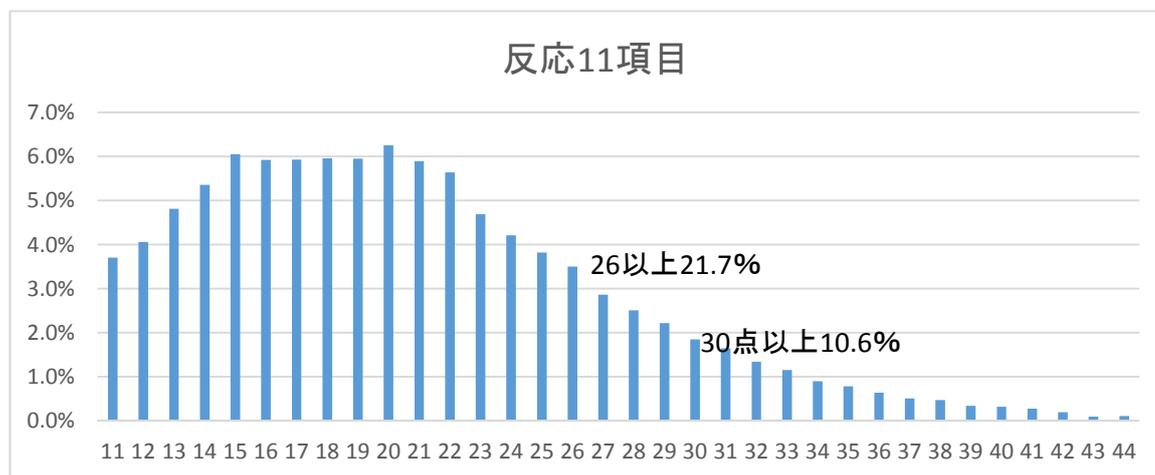
以上、ストレス反応 29 項目と要因 17 項目・支援 9 項目の両方で基準点以上となる組み合わせの%を示すと以下のようになる。

5 7 項目版

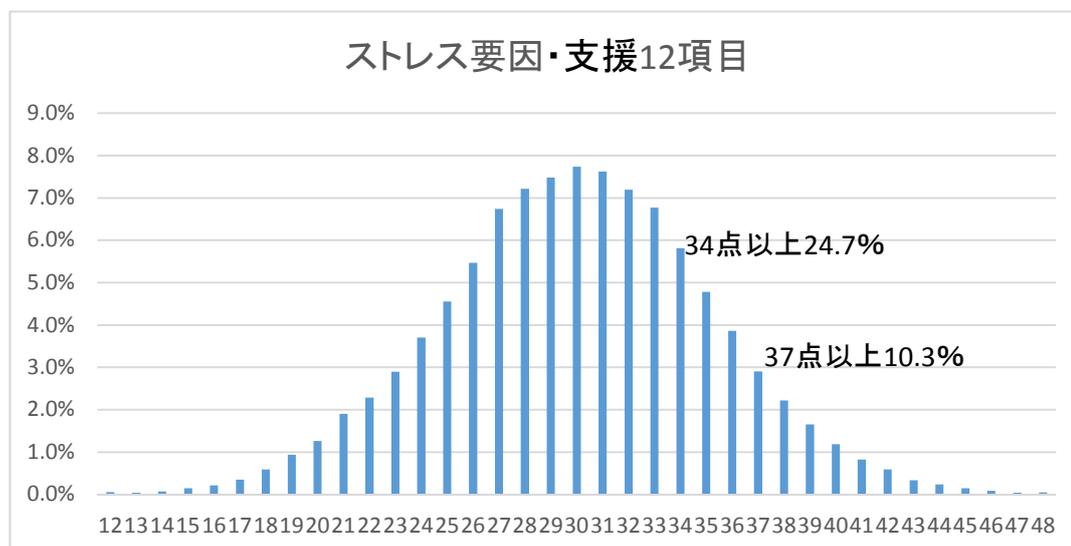
++		ストレス反応 29 項目													
		79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	
要因 17 項目 支援 9 項目	78	1.9	2.0	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	2.7	2.8	2.9	3.0	3.1	4.0%
	77	2.2	2.3	2.4	2.5	2.7	2.8	2.9	3.0	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6	4.9%
	76	2.4	2.6	2.7	2.9	3.0	3.2	3.4	3.5	3.7	3.8	3.9	4.1	4.2	5.8%
	75	2.7	2.9	3.1	3.2	3.4	3.6	3.8	4.0	4.2	4.3	4.5	4.7	4.9	7.0%
	74	3.0	3.2	3.4	3.6	3.8	4.0	4.3	4.5	4.7	4.9	5.1	5.4	5.6	8.4%
	73	3.3	3.5	3.7	4.0	4.2	4.5	4.7	5.0	5.3	5.5	5.8	6.1	6.4	10.0%
	72	3.5	3.8	4.1	4.4	4.7	5.0	5.3	5.6	5.9	6.2	6.5	6.9	7.2	11.9%
	71	3.8	4.1	4.4	4.7	5.1	5.4	5.8	6.1	6.5	6.9	7.3	7.6	8.0	14.0%
	70	4.1	4.5	4.8	5.2	5.5	5.9	6.3	6.7	7.2	7.6	8.0	8.5	8.9	16.5%
	69	4.4	4.8	5.1	5.5	6.0	6.4	6.9	7.3	7.8	8.3	8.8	9.4	9.9	19.2%
68	4.6	5.1	5.5	5.9	6.4	6.9	7.4	7.9	8.5	9.1	9.6	10.2	10.8	22.3%	
		6.5%	7.1%	7.9%	8.7%	9.6%	10.5%	11.5%	12.6%	13.8%	15.1%	16.5%	17.9%	19.5%	

## 23項目版を用いた評価のための点数分布

これまでの議論の結果、ストレスチェックの評価に用いるストレス反応の項目として疲労（3項目）・不安（3項目）・抑うつ（3項目）の9項目やこれに睡眠（1項目）・食欲（1項目）を加えた11項目を使用する案、さらにストレス要因と支援について12項目、11項目と12項目を合計して23項目で評価する案が検討されてきた。そこで、57項目版と同様に、23項目版についても合計点の分布から約10%の集団を拾い出す点数を検討した。ストレス反応11項目については、30点以上で10.6%が該当することが分かった。



ストレス要因・支援（12項目）についても分布を確認したところ、37点以上の場合に10.3%が該当することが分かった。



同様に、ストレス反応の基準点を少しさげてストレス要因・支援が高い状態の人を取り込むことを想定した組み合わせの分布について検討した。

ストレス反応 11 項目で 11～44 点、要因・支援 12 項目で 12～48 点を取りうる点数の範囲である。

仮にストレス反応の合計得点のみで要面談とする場合、たとえば 30 点以上では 10.6%の人が対象となるが、このうち要因・支援が 37 点以上の方は 4.0%である。

ストレス反応得点 30 点から 1 点ずつ下げていき 26 点まで、これにストレス要因・支援の点数 37 点から 1 点ずつ下げていき 34 点までを組み合わせた。

反応 30 点以上要因支援 37 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	4.0%	6.3%	10.3%
	-	6.7%	83.0%	89.7%
		10.6%	89.4%	100.0%

反応 29 点以上要因支援 37 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	4.5%	5.8%	10.3%
	-	8.4%	81.3%	89.7%
		12.9%	87.1%	100.0%

反応 30 点以上要因支援 36 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	4.8%	9.3%	14.1%
	-	5.8%	80.0%	85.9%
		10.6%	89.4%	100.0%

反応 29 点以上要因支援 36 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	5.5%	8.7%	14.1%
	-	7.4%	78.5%	85.9%
		12.9%	87.1%	100.0%

反応 30 点以上要因支援 35 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	5.6%	13.2%	18.9%
	-	5.0%	76.1%	81.1%
		10.6%	89.4%	100.0%

反応 29 点以上要因支援 35 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	6.5%	12.4%	18.9%
	-	6.4%	74.7%	81.1%
		12.9%	87.1%	100.0%

反応 30 点以上要因支援 34 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	6.4%	18.2%	24.6%
	-	4.2%	71.2%	75.4%
		10.6%	89.4%	100.0%

反応 29 点以上要因支援 34 点以上

		ストレス反応		
		+	-	
要因支援 12	+	7.5%	17.2%	24.6%
	-	5.4%	70.0%	75.4%
		12.9%	87.1%	100.0%

反応 28 点以上要因支援 37 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	4.9%	5.3%	10.3%
	-	10.4%	79.3%	89.7%
		15.4%	84.6%	100.0%

反応 27 点以上要因支援 37 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	5.5%	4.8%	10.3%
	-	12.8%	77.0%	89.7%
		18.2%	81.8%	100.0%

反応 28 点以上要因支援 36 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	6.1%	8.0%	14.1%
	-	9.2%	76.6%	85.9%
		15.4%	84.6%	100.0%

反応 27 点以上要因支援 36 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	6.8%	7.3%	14.1%
	-	11.4%	74.5%	85.9%
		18.2%	81.8%	100.0%

反応 28 点以上要因支援 35 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	7.3%	11.5%	18.9%
	-	8.0%	73.1%	81.1%
		15.4%	84.6%	100.0%

反応 27 点以上要因支援 35 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	8.3%	10.6%	18.9%
	-	10.0%	71.2%	81.1%
		18.2%	81.8%	100.0%

反応 28 点以上要因支援 34 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	8.6%	16.1%	24.6%
	-	6.8%	68.6%	75.4%
		15.4%	84.6%	100.0%

反応 27 点以上要因支援 34 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	9.7%	14.9%	24.6%
	-	8.5%	66.9%	75.4%
		18.2%	81.8%	100.0%

反応 26 点以上要因支援 37 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	6.0%	4.3%	10.3%
	-	15.7%	74.0%	89.7%
		21.7%	78.3%	100.0%

反応 26 点以上要因支援 36 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	7.6%	6.5%	14.1%
	-	14.1%	71.7%	85.9%
		21.7%	78.3%	100.0%

反応 26 点以上要因支援 35 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	9.3%	9.6%	18.9%
	-	12.5%	68.7%	81.1%
		21.7%	78.3%	100.0%

反応 26 点以上要因支援 34 点以上

ストレス反応

		+	-	
要因支援 12	+	11.0%	13.6%	24.6%
	-	10.7%	64.7%	75.4%
		21.7%	78.3%	100.0%

ストレス反応 11 項目と要因支援 12 項目の両方で基準点以上となる組み合わせの%を示すと以下ようになる。

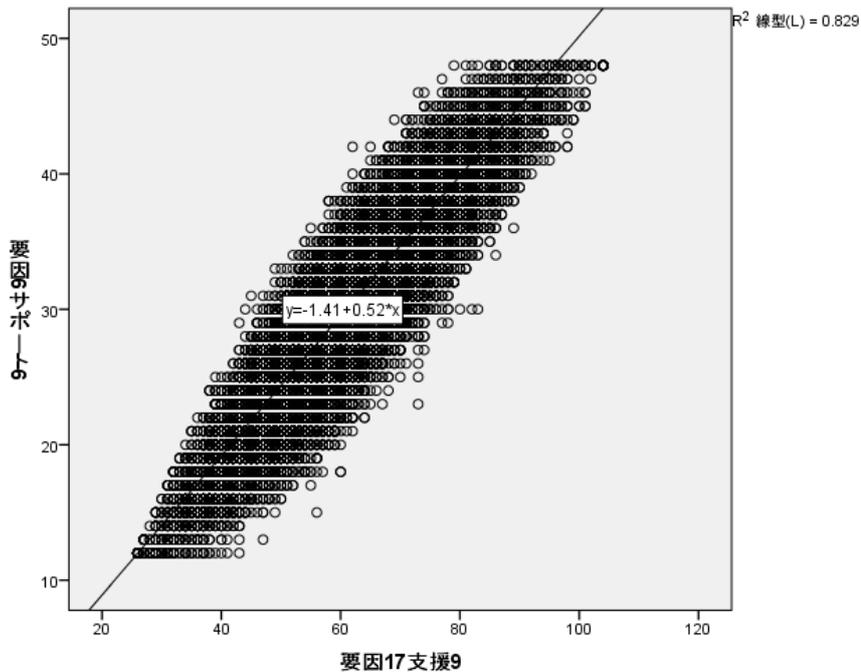
23 項目版

++		ストレス反応 11 項目								
		33	32	31	30	29	28	27	26	
要因支援 12 項目	40	1.3%	1.5%	1.7%	1.8%	2.0%	2.2%	2.3%	2.5%	3.5%
	39	1.7%	2.0%	2.2%	2.5%	2.7%	3.0%	3.2%	3.5%	5.1%
	38	2.2%	2.5%	2.8%	3.2%	3.6%	3.9%	4.3%	4.7%	7.4%
	37	2.6%	3.0%	3.5%	4.0%	4.5%	4.9%	5.5%	6.0%	10.3%
	36	3.1%	3.6%	4.2%	4.8%	5.5%	6.1%	6.8%	7.6%	14.1%
	35	3.5%	4.1%	4.9%	5.6%	6.5%	7.3%	8.3%	9.3%	18.9%
	34	3.9%	4.7%	5.5%	6.4%	7.5%	8.6%	9.7%	11.0%	24.7%
		5.8%	7.1%	8.8%	10.6%	12.9%	15.4%	18.2%	21.7%	

次に、短縮版と 57 項目を用いたときに、判定の違いが大きく生じることは好ましくないことから、短縮版（ストレス反応 11 項目、要因・支援 12 項目）と 57 項目版との相互関係について検討した。

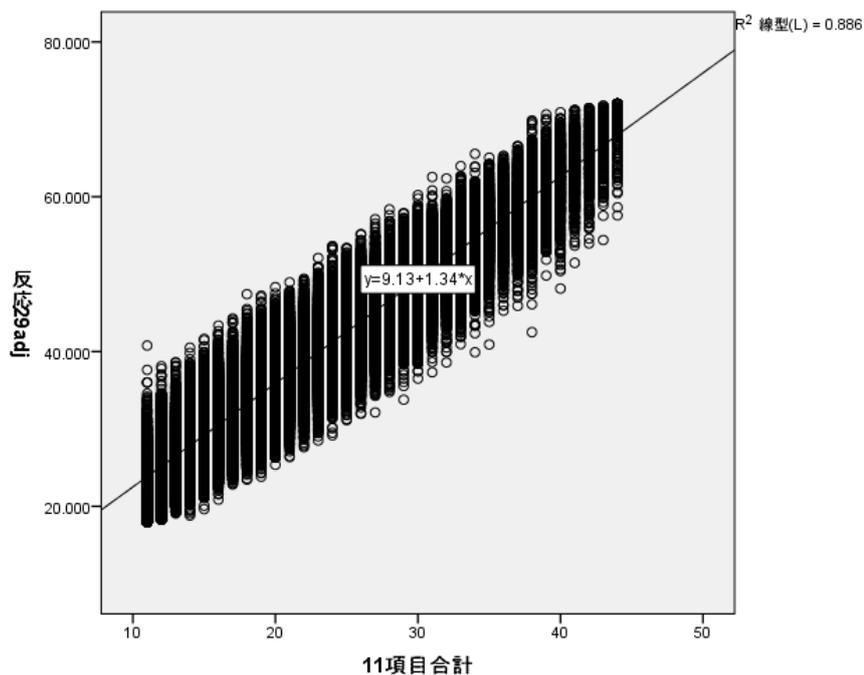
### ストレス要因・支援について

57 項目版ストレス要因 17 項目・支援 9 項目と短縮版ストレス要因 6 項目・支援 6 項目 との関係は以下のようになった。相関係数 0.910 の有意な正の相関が認められた。



## ストレス反応について

57 項目版 29 項目と短縮版ストレス反応 11 項目との関係は以下ようになった。



ストレス反応 11 項目は、57 項目版のストレス反応 29 項目との相関係数が.931 と高い正相関が認められた。この 29 項目について、尺度を構成する項目数が異なるものがあることから、抑うつ（6 項目から 3 項目に  $\times 3/6$  で調整）と身体愁訴（11 項目から 3 項目に  $\times 3/11$  で調整）を調整した点数との相関係数を算出したところ .941 であり非常に高い正相関が認められた。このことより、11 項目の基準点で判断した場合と 57 項目での判定が大きく異なることは考えにくいと考えられる。

以上