

「出来事に伴う変化等を検討する視点」の見直し

別紙3

現 行	改 正	
(3) (1)の出来事に伴う変化等を検討する視点	(3) (1)の出来事後の状況が持続する程度を検討する視点 (「総合評価」を行う際の視点)	
出来事に伴う問題、変化への対処等	出来事に伴う問題、変化への対処等	持続する状況を検討する際の着眼事項例
○仕事の量(労働時間等)の変化 ・所定外労働、休日労働の増加の程度 ・仕事密度の増加の程度	○仕事の量(労働時間等)の変化後の持続する状況 ・所定外労働、休日労働の増加の程度 ・仕事密度の増加の程度	①恒常的な長時間労働が出来事以後にみられた ②多忙な状況となり、所定労働時間内に仕事が処理できず、時間外労働が増えた ③休日出勤が増えた ④勤務時間中はいつも仕事に追われる状況となった ⑤その他(仕事の量(労働時間等)の変化に関すること)
○仕事の質・責任の変化 ・仕事の内容・責任の変化の程度、経験、適応能力との関係等	○仕事の質・責任の変化後の持続する状況 ・仕事の内容・責任の変化の程度、経験、適応能力との関係等	①ミスが許されないような、かなり注意を集中する業務となった ②それまでの経験が生かされず、新たな知識、技術が求められることとなった ③深夜勤務を含む不規則な交替制勤務となった ④24時間連絡が取れるなど、すぐ仕事に就ける状態を求められるようになった ⑤以前より高度の知識や技術が求められるようになった ⑥その他(仕事の質・責任の変化後の持続する状況に関すること)
○仕事の裁量性の欠如 ・他律的な労働、強制性等	○仕事の裁量性の欠如 ・他律的な労働、強制性等	①仕事が孤独で単調となった ②自分で仕事の順番・やり方を決めることができなくなった ③自分の技能や知識を仕事で使うことが要求されなくなった ④その他(仕事の裁量性の欠如に関すること)
○職場の物的・人的環境の変化 ・騒音、暑熱、多湿、寒冷等の変化の程度 ・職場の人間関係の変化	○職場の物的・人的環境の変化後の持続する状況 ・騒音、暑熱、多湿、寒冷等の変化の程度 ・対人関係・人間関係の悪化	①対人関係のトラブルが持続している ②職場内で孤立した状況になった ③職場での役割・居場所がない状況になった ④職場の雰囲気が悪くなった ⑤職場の作業環境(騒音、証明、温度、湿度、換気、臭気など)が悪くなった ⑥その他(職場の物的・人的環境の変化に関すること)
○会社の講じた支援の具体的内容・実施時期等 ・訴えに対する対処、配慮の状況等	○職場の支援・協力等の欠如の状況 ・訴えに対する対処、配慮の欠如の状況等 ・上記の視点に関わる調査結果を踏まえ、客観的にみて問題への対処が適切になされていたか等	①仕事のやり方の見直し改善、応援体制の確立、責任の分散等、支援・協力がなされていない等 ②職場内のトラブルに対する対処がなされていない等 ③その他(職場の支援・協力等の欠如の状況に関すること)
○その他 (1)の出来事に派生する変化	○その他 (1)の出来事に派生する状況が持続する程度	

## 「職場以外の心理的負荷評価表」の見直し

出来事の種類	現行		改正	
	具体的出来事	心理的負荷の強度	具体的出来事	心理的負荷の強度
①自分の出来事	離婚又は夫婦が別居した	Ⅲ		
	自分が重い病気やケガをした又は流産した	Ⅲ		
	自分が病気やケガをした	Ⅱ		
	夫婦のトラブル、不和があった	Ⅰ		
	自分が妊娠した	Ⅰ		
	定年退職した	Ⅰ		
②自分以外の家族・親族の出来事	配偶者や子供、親又は兄弟が死亡した	Ⅲ		
	配偶者や子供が重い病気やケガをした	Ⅲ		
	親類の誰かで世間的にまずいことをした人が出た	Ⅲ		
	親族とのつきあいで困ったり、辛い思いをしたことがあった	Ⅱ		
	(新規追加)		「親が重い病気やケガをした」	Ⅱ
	家族が婚約した又はその話が具体化した	Ⅰ		
	子供の入試・進学があった又は子供が受験勉強を始めた	Ⅰ		
	親子の不和、子供の問題行動、非行があった	Ⅰ		
	家族が増えた(子供が産まれた)又は減った(子供が独立して家を離れた)	Ⅰ		
	配偶者が仕事を始めた又は辞めた	Ⅰ		
③金銭関係	多額の財産を損失した又は突然大きな支出があった	Ⅲ		
	収入が減少した	Ⅱ		
	借金返済の遅れ、困難があった	Ⅱ		
	住宅ローン又は消費者ローンを借りた	Ⅰ		
④事件、事故、災害の体験	天災や火災などにあった又は犯罪に巻き込まれた	Ⅲ		
	自宅に泥棒が入った	Ⅱ		
	交通事故を起こした	Ⅱ		
	軽度の法律違反をした	Ⅰ		
⑤住環境の変化	騒音等、家の周囲の環境(人間環境を含む)が悪化した	Ⅱ		
	引越した	Ⅱ		
	家屋や土地を売買した又はその具体的な計画が持ち上がった	Ⅰ		
	家族以外の人(知人、下宿人など)と一緒に住むようになった	Ⅰ		
⑥他人との人間関係	友人、先輩に裏切られショックを受けた	Ⅱ		
	親しい友人、先輩が死亡した	Ⅱ		
	失恋、異性関係のもつれがあった	Ⅱ		
	隣近所とのトラブルがあった	Ⅱ		

(参考) 平成14年度及び平成18年度委託研究の概要について

○ 平成14年度委託研究「ストレス評価表の充実強化に関する研究」

ア 目的

判断指針策定以降、企業におけるリストラや失業率の増加、グローバル・スタンダードに伴う目標管理制度の導入等、大きな社会変動が起きている中で、ストレス評価をより適切に行うため、評価表にない勤労者に係るストレスサーについて調査分析を行い、ストレス評価表の充実強化を目的として実施。

イ 調査方法

ストレス測定・ライフイベント法の専門家30名（精神科医、産業医、公衆衛生・心理学の研究者、産業看護職、臨床心理士、人事・労務担当者）により、最近の企業現場で多く見られるストレスサー91項目（職場関連項目は56項目）をKJ法（川喜田(1967)）<sup>1)</sup>により抽出し、東京、大阪、名古屋、福岡にまたがる製造業、第3次産業を含む7社、2,699名の労働者（うち女性673名）を対象に、4段階評価（1, 2, 3, 4）調査を実施した。

ウ 調査結果（別添1）

ストレス強度は、「嫌がらせ、いじめ、または暴行を受けた」が最も強いストレスサーであり、3.11の強度を示した。次いで「給与が減少した」の3.08、「目標管理が達成できず給与が下がった」の3.07、「違法行為を強要された」の3.06、「顧客が無理な注文をした」の3.05、「職場で欠員補充がなかった」の3.00、「業務を1人で担当することになった」の2.97である。

○ 平成18年度委託研究「精神障害を引き起こすストレス調査に関する研究」

ア 目的

判断指針の評価表のもとになった研究の多くは、判断指針策定以前の1970年代から90年代初頭にかけてのものであるが、その後の社会や産業変動の影響により、企業におけるリストラや失業率の増加、人事労務管理の変化等による新たなストレスサーが認識されているところである。

このため、評価表に掲げている以外の現実に問題となっているストレスサーについて調査を行い、これらの新規ストレスの強度を測定分析することを目的として実施。

イ 調査方法

ストレス研究・臨床の専門家17名（産業医や精神科医等）により、診療の場や職場の実態、文献等から37項目のストレスサーを抽出し、東京を含む首都圏や大阪府、愛知県の

7企業、3,854名の労働者（うち女性496名）を対象に、11段階評価（0-10）で調査を実施した。

#### ウ 調査結果（別添2）

ストレス強度の評価が全体的には中等度程度以上のストレスとして評価されるものが多かった。しかし、その中で比較的強いストレスとして評価されるもの（6点以上）が、「会社が倒産した」の6.5点であり、次いで「上司から強度の叱責を受けた」の6.2点、「職場で嫌がらせ、いじめを受けた」の6.1点であった。次いで5点台では、「職場で暴行を受けた」の5.9点、「納得のいかない人事査定を受けた」の5.8点、「自分の関係する仕事で多額の損失を出した」の5.8点、「仕事が忙しすぎる」の5.7点、「顧客や取引先から無理な注文を受けた」の5.7点、「仕事をする上で、職場の協力体制が悪い」の5.6点、「自分が長い間担当していた仕事が廃止された」の5.6点までがベスト10である。

#### 参考文献

- 1) 川喜田二郎：発想法 中央公論社 1967

## 「ストレス評価表の充実強化に関する研究 14年度委託研究報告書」

(表11「健康者群と患者群の「体験あり」頻度の比較」、表12「健康者群全体のストレス強度」より抜粋)

出来事	頻度 (%)	ストレス度 (点)
1 嫌がらせ、いじめ、または暴行を受けた	6.3	3.11
2 給与が減少した	32.0	3.08
3 目標管理が達成できず、給料が下がった	4.1	3.07
4 違法行為を強要された	1.9	3.06
5 職場で顧客が無理な注文をした	18.5	3.05
6 職場で欠員補充がなかった	24.4	3.00
7 業務を独りで担当するようになった	14.8	2.97
8 顧客からクレームを受けた	28.6	2.87
9 通勤時間が増加した	8.7	2.86
10 プライベートな情報が会社に漏れた	3.3	2.85
11 複数の仕事を担当した	59.1	2.85
12 他部署とのトラブルがあった	13.3	2.83
13 職場の宴会や旅行等への参加を強要された	7.7	2.82
14 自分が長い間担当してきた仕事が中断した	10.7	2.81
15 職場の人が自殺した	0.6	2.81
16 予算の大幅な削減を強いられた	34.3	2.79
17 労働組合の活動でトラブルがあった	1.1	2.76
18 会社の業績が悪化した	42.5	2.76
19 会社の将来への見通しが定まらなくなってきた	49.4	2.75
20 作成していたデータが失われた	17.5	2.75
21 わたしの仕事への期待度が変化した	29.9	2.73
22 会社の設備が故障した	38.3	2.72
23 社内の正社員数が減少した	47.2	2.70
24 同じ職場の人が死亡した	2.8	2.67
25 転職に失敗した	0.6	2.65
26 失業した	0.6	2.60
27 研修の受講を強要された	10.1	2.59
28 降格した	1.9	2.59
29 下請け企業に対して低価格の要求をした	9.3	2.57
30 所属部署が統廃合された	8.2	2.54
31 会社の規模が変わった	8.6	2.53
32 新しい賃金制度が導入された	12.2	2.52
33 仕事に必要な資格が取れなかった	7.8	2.52
34 同僚や部下から重大な相談を受けた	9.8	2.50
35 専門外の会議に出席した	9.6	2.48
36 自分の会社の評判が落ちた	23.0	2.47
37 昇進試験があった	1.9	2.46
38 早期退職制度の対象になった	8.0	2.46
39 職場で再教育を受けた	4.1	2.45
40 親会社の指導・監督等を受けた	4.7	2.43
41 大きな説明会や公式の場で発表した	14.3	2.43
42 新しい評価制度が導入された	27.8	2.42
43 転職した	2.7	2.36
44 非正社員の教育を担当した	8.8	2.34
45 就職した	4.3	2.26
46 会社が対等合併した	3.2	2.24
47 部長・課長などの職階が簡素化された	8.3	2.22
48 海外出張があった	8.7	2.19
49 会社が吸収合併された	0.7	2.15
50 自分の仕事が外注化された	4.3	2.10
51 会社が強制捜査を受けた	1.0	2.07
52 非正社員が増加した	24.8	2.02
53 会社が倒産した	0.3	2.00
54 下位管理職へ女性が登用された	1.1	1.71
55 外資系企業と合併した	0.3	1.43
56 給与が上がった	15.3	1.43

「精神障害を引き起こすストレス調査に関する研究 18年度委託研究報告書」  
 (表9「ストレス平均点数のランキング」、表17「全体の頻度」より抜粋)

出 来 事	頻度 (%)	ストレス度 (点)
1 会社が倒産した	0.4	6.50
2 上司から強度の叱責を受けた	11.1	6.20
3 職場で嫌がらせ、いじめを受けた	6.9	6.10
4 職場で暴行を受けた	0.8	5.90
5 自分の関係する仕事で多額の損出を出した	9.6	5.80
6 納得のいかない人事査定を受けた	15.4	5.80
7 仕事が忙しすぎる	53.9	5.70
8 顧客や取引先から無理な注文を受けた	18.3	5.70
9 1ヶ月以上にわたって休暇が、まったく取れなかった	10.6	5.60
10 仕事をする上で、職場の協力体制が悪い	39.7	5.60
11 仕事で海外において危険な事件にあってたり、危害を受けたりした	1.0	5.60
12 自分が長い間担当していた仕事が廃止された	7.0	5.60
13 仕事に見合った給料をもらっていない	23.8	5.50
14 自分の能力が正当に評価されない	24.9	5.50
15 派遣・契約・請負社員として仕事上で不利益な扱いを受けた	3.1	5.40
16 24時間オン・コール体制で仕事をするようになった	16.8	5.30
17 部下とのトラブルがあった	8.5	5.30
18 会社でリストラ・組織の再編・人員削減が行われ自分の業務負担が増大した	23.8	5.30
19 職場で欠員補充がなかった	23.2	5.20
20 介護休暇や育児休暇が取れなかった	1.2	5.20
21 自分の仕事に対する会社の期待度が落ちた	15.7	5.10
22 経営赤字などにより、会社の将来への見通しが立たなくなった	12.8	5.10
23 仕事上で作成しているデータが失われた	11.1	4.90
24 複数の仕事を担当するようになった	44.2	4.60
25 業務を一人で担当するようになった	30.5	4.60
26 本体から分離した分社の社員になった	11.3	4.60
27 客先企業など、私の所属元でない職場で仕事をするようになった	8.9	4.50
28 契約・派遣・請負・パート・アルバイトといった種々の社員混在に伴う職務混乱が生じた	12.8	4.20
29 自分の所属部署が統廃合を受けた	15.5	4.10
30 上司が不在になることにより、その代行を任された	12.4	3.80
31 上司などからコンプライアンス無視をするように言われた	5.3	3.80
32 治安事情が悪い海外へ出張、または転勤した	3.6	3.80
33 所属していた企業が統合や吸収された	16.1	3.80
34 新しい人事制度が導入された	18.2	3.70
35 新しい給与制度が導入された	23.0	3.70
36 正社員の自分が、派遣・契約・請負社員のマネジメントを行った	17.6	3.50
37 取引・顧客先が倒産した、または他の企業に吸収合併された	4.6	3.00