

～ストレスチェック制度が始まりました～

○労働安全衛生法改正により、平成27年12月1日から従業員50名以上の事業場で1年に1回以上の**ストレスチェックの義務化がスタートしました。**

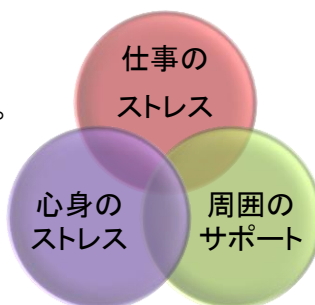
近年、仕事や職業生活に関して強い不安・悩み又はストレスを感じている労働者が5割を超えている状況にある中、本制度は「メンタル疾患の予備軍を見つけだすことではなく、従業員にストレスの自覚を促し、早期のケアが職場環境の改善につながることを趣旨(目的)としています。

※ストレスチェックとは事業者が労働者に対して行う**心理的な負担の程度を把握するため**の検査です。

※従業員数50人未満の事業場は当分の間努力義務となります。

◆**ストレスチェック実施前の準備**
ストレスチェックの実施方法や時期など社内ルールを策定します。

◆**ストレスチェック実施は、「仕事のストレス要因」、「心身のストレス反応」、「周囲のサポート」**を3領域を含みます。



◆検査は「**職業性ストレス簡易調査票**」の57項目に答えていただきます(厚労省では57項目が適当と明示)それを分析し、実施者(産業医等)より**高ストレスと評価された方は同意後、申し出をすることで医師による面接指導を受けることができます。**

◆事業者は面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し必要があると認めるときは、就業上の措置を講じます。

【ストレスチェックの質問事項の一例】

・非常にたくさんの仕事をしなければならない……①そうだ
②まあそうだ
③ややちがう
④ちがう } 各質問事項にこのような
選択制の回答をして頂きます

・私の職場の雰囲気は友好的である。

・活気がわいてくる

・悲しいと感じる

・動悸や息切れがする

・よく眠れない

・次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？(①上司②職場の同僚③配偶者、家族等)

・あなたが困ったとき、次の人たちはどのくらい頼りになりますか

(①上司②職場の同僚③配偶者、家族等)

・仕事に満足だ

・家庭生活に満足だ

などなど…実際は57項目ありますのでさらに細かく質問事項があります。

標準版57項目すべての質問は厚労省ホームページ「こころの耳」サイト等に掲載されています。

詳しいストレスチェックの概要は「厚労省ホームページ」、または働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」をご覧ください。 <http://kokoro.mhlw.go.jp/>