



ストレスチェック制度

—心の健康を守るために—

指導：東京労災病院勤労者メンタルヘルス研究センター長・両立支援部長 小山 文彦

企画：
日本医師会

No. 448

働く人の心の健康を守るための制度

平成27年12月から、ストレスチェック制度が始まります。

働く毎日の中で、自身のストレス状況に気づき心の健康を守ることを目的としています。

実施は事業者の義務*です。産業医や保健師が所定の調査票を使ってチェックを行い、結果は本人に通知されます。

本人の同意なく結果を事業者等に提供しないよう決められているので、安心して受けることができます。

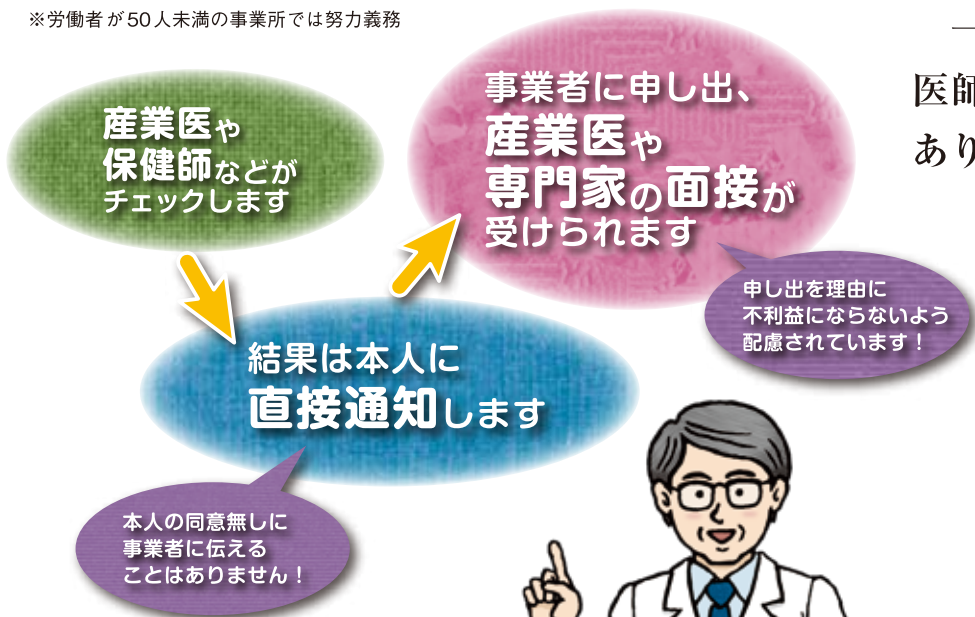
*労働者が50人未満の事業所では努力義務

ストレスを抱えている場合には

チェックの結果、一定以上のストレスを抱えていると判断された人は、事業者申し出て、産業医など医師の面接を受けることができます。この面接の申し出が不利益にならないこと、面接内容が守秘されることなどの配慮もされています。

ストレスを抱えていることを知られたくない時は、一般的な健康相談として産業医・保健師等に相談することができるなど高ストレス状態を放置しないための窓口の設置が検討されています。

一方、事業所に対しては、面接を担当した医師が、労働環境の改善など助言する場合があります。



この制度を活用して、心のメンテナンスを

この制度は、働く人のための制度です。ご自身の状況を知るためにも、ストレスチェックを受けてください。

制度の詳しい内容や調査項目などは、厚生労働省のホームページに掲載されています。

ストレスチェック制度