

## ストレスチェックの受託について

仕事上の強い不安や、悩み、ストレスがあると回答した労働者の割合が厚生労働省の調査で 5 割を上回っていることや、精神障害による労災申請件数が平成 26 年度は過去最多であったことなどの状況を踏まえ、労働安全衛生法の改正により「ストレスチェック制度」が導入され、平成 27 年 12 月からこれが施行されています。

当事業団では、「ストレスチェック」を次のとおり受託いたします。

### 1 受託可能事業場

原則として、産業医を選任されている事業場とします。

産業医を選任されていない場合でも、ストレスチェックの受託は可能ですが、高ストレス者が見つかった場合の医師面接は受託することができません。

産業医の選任義務のない労働者数 50 人未満の事業場で、面接指導を実施する場合は、産業医資格を有する医師のいる産業保健総合支援センターの地域窓口(地域産業保健センター)を利用することが可能です。

なお、兵庫県内には、神戸、尼崎、姫路、伊丹、西宮、加古川、西脇、但馬、相生、淡路の 10 の地域産業保健センターが設置されています。

### 2 ストレスチェックサービスの内容

#### (1) 実施時期及び頻度

ストレスチェックは年 1 回の実施となります。定期健康診断との同時実施が可能ですが、これとは別時期に実施することも可能です。ただし、職場全体や部署ごとの集団分析を行うことが努力義務とされていますので、同一時期での従業員一斉実施でお願いします。

#### (2) 使用調査票及び高ストレス判定基準等

ストレスチェックに用いる調査票は、職業性ストレス簡易調査票(57 項目版、巻末「資料」参照)とします。

また、高ストレス者判定基準は、次のとおりです。

- ①「心身のストレス反応」(資料の B 区分の 29 項目)に関する項目の評価点の合計が高い者、及び
- ②「心身のストレス反応」に関する項目の評価点の合計が①ほどではないものの一定以上であり、かつ「仕事のストレス要因」(資料の A 区分の 17 項目)及び「周囲のサ

ポート」(資料のC区分の9項目)に関する項目の評価点の合計が著しく高い者  
ストレスチェックシートからの回答から、評価点を導き出すための方法には次の二つの方法があります。

#### ア 素点換算表を使う方法による判定

この方法では、調査票全 57 項目を、仕事の負担、コントロール度、疲労感、抑うつ感等の尺度にまとめて、尺度ごとの点数を算出し、その点数を 5 段階に換算して評価をします。例えば、調査票 A の 1~3 の 3 項目は「心理的な仕事の負担(量)」という尺度にまとめられます。標準値は、約 2.5 万人(男性 15,933 人、女性 8,447 人)の種々の業種、職種の労働者のデータベースが基準となって作成されています。この方法は、個人プロフィールとの関連がわかりやすく、尺度ごとの評価が考慮された解析方法です。

具体的には、次の①又は②に該当する場合を高ストレスと判定します。

- ①「心身のストレス反応」(資料のB区分の29項目)の6尺度(活気、イライラ感、不安感、抑うつ感、疲労感、身体愁訴)について、素点換算表により5段階評価(ストレスの高い方が1点、低い方が5点)に換算し、6尺度の合計点が12点以下(平均点が2.00点以下)である者
- ②「仕事のストレス要因」(資料のA区分の17項目)の9尺度(仕事の量、仕事の質、身体的負担度等)及び「周囲のサポート」(資料のC区分の9項目)の3尺度(上司からのサポート、同僚からのサポート等)の計12尺度について、素点換算表により5段階評価(ストレスの高い方が1点、低い方が5点)に換算し、12尺度の合計点が26点以下(平均点が2.17点以下)であって、かつ、「心身のストレス反応」の6尺度の合計点が17点以下(平均点が2.83点以下)である者

なお、素点換算表の詳細については、「労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル」(平成27年5月 平成28年4月改訂 厚生労働省)をご参照ください。このマニュアルのPDFファイルは、厚生労働省のホームページからダウンロードできます。

#### イ 合計点数を使う方法による判定

この方法は、調査票の各質問項目への回答の点数を、単純に合計して得られる評価点を基準に用います。このため、特別な手順によらず算出することが可能です。

具体的には、次の①又は②に該当する場合を高ストレスと判定します。

- ①「心身のストレス反応」(資料のB区分の29項目)の合計点数(ストレスが高い方を4点、低い方を1点とする)を算出し、合計点数が77点以上である者
- ②「仕事のストレス要因」(資料のA区分の17項目)及び「周囲のサポート」(資料のC区分の9項目)の合計点数(ストレスが高い方を4点、低い方を1点とする)を算出し、合計点数が76点以上であって、かつ、「心身のストレス反応」の合計点数が63点以上である者

ストレスチェックの実施に当たって、上記のどちらかの方法を選ぶことができますが、特にお申し出のない場合は、素点換算表を使う方法により高ストレス者を判定することとします。

### (3) 実施者

実施者については、貴社において産業医が選任されている場合には、その産業医又は貴社において産業保健活動に従事されている精神科医等の医師ほかの方と当事業団の健診センター長及び保健師の共同実施とします。これは、ストレスチェック実施結果を事業場選任産業医に提供し、事業場の対応を確固なものとするためです。その場合の実施代表者は、貴社の産業医等とします。

貴社で産業医が選任されていない場合は、当事業団の健診センター長が実施代表者になります。

### (4) 受検者

労働者に対しては、ストレスチェックの受検は義務づけられてはいませんが、その理由は、メンタルヘルス不調の治療中で受検の負担が大きい労働者にまで受検を義務付ける必要はないとの理由からであり、制度の趣旨に鑑み定期健康診断の受診者はこのストレスチェックを原則受検していただきますようお願いします。

### (5) 個人結果の事業者への提供

個人結果の事業者への提供に関して労働者の同意を得る方法は、次のパターンが想定されます。貴社においてご選択ください。

パターンBの場合、ストレスチェックを受検し、その結果を交付した受検者のうち、ストレスチェック結果の内容を事業者へ提供してもよいと本人同意が得られた受検者のリストを貴社からご提出いただいた場合は、その方の個人結果内容を当事業団から貴社あて送付します。また、その旨を貴社の選任産業医あて当事業団から通知します。

方法	労働者の同意	区分
衛生委員会の調査審議の結果、事業者による個々人のストレスチェックの結果の把握を行わないとする方法(ただし、この場合でも、労働者から医師による面接指導の申出がなされた場合については、事業者へのストレスチェック結果の提供の同意がなされたものとみなすことができます。)	不要	A

<p>個人あて同意の有無を尋ね、同意のあった労働者に係るストレスチェック結果を事業者提供する方法。</p> <p>この場合に、同意書用紙を当事業団で用意し、個人結果の同封する方法と、貴社において各労働者へ配布される方法を選択可能です。どちらかをご選択ください。</p>	要	B
--	---	---

### (6) 集団分析

集団分析の切り口は、データをご提供いただければ、職場の部署単位のほか性別、職位別、職種別、雇用形態別等について分析を行うことができます。切り口数は、10までとします。

集団ごとの集計・分析を行う際の1構成単位の下限人数は10人です。例えば、部署別で集団分析を行う場合に、課員11人の場合でも申込みを受付けることは可能ですが、結果的に回答シートの提出者が9人となったときは、分析ができなくなりますので、おむね20人以上を1単位として申込みをいただきますようお願いいたします。

この職場別等の集団分析結果の評価により労働者の心と身体の健康に関する課題が明確になり、衛生委員会等における検討が可能となると期待されています。

### 3 申込み

ストレスチェックの当事業団への委託をご希望の場合は、実施内容や希望時期等について当事業団業務課あてお問合わせ・お申込みください。

- ① 実施時期
- ② 実施人数
- ③ 集団分析の切り口
- ④ 個人結果の事業者への提供
- ⑤ 産業医の選任状況

等について、ご依頼内容を確認の上、実施内容をご提案・ご説明いたします。

### 4 実施計画書の提供

ストレスチェックの実施に当たっては、3の申込等を受けて、「ストレスチェックサービス実施計画書」を貴社あて当事業団から提出いたします。

基本的サービスとして、当事業団がストレスチェックを実施し、受検者に対しては個人評価結果、事業者に対しては職場評価結果をご返送します。

個人結果の事業者への提供について同意が得られた労働者分の個人結果については、2(5)の方法によります。その後のフォローは貴社の産業医等に実施していただくことに

なります。

ストレスチェック結果情報の取扱いに慎重を期するため、貴社のストレスチェック実施事務担当者を確認のうえ、実施計画書へ明示いたします。

また、追加サービスとして、医師面接を申し出ない労働者の方への保健師による相談指導が可能です。

## 5 ストレスチェックの実施準備

- ① 4の「実施計画書」及び「ストレスチェックサービス受託について」(本紙)の内容について、当事業団の担当者から貴社担当者あて説明を行い、確認を行います。
- ② 共同実施者である貴社産業医及び他の共同実施者がおられる場合のその共同実施者に対し、「ストレスチェックサービス受託について」(本紙)、「実施計画書」等を送付し、必要に応じて電話等でご説明いたします。
- ③ 氏名等を印字した「仕事のストレス回答シート」を提出期限の2週間前を目途に、貴社ご担当者あて送付いたします。受検者に注意事項を説明したうえでシートを配布していただくようお願いします。

なお、回答シートの予備を受検者100人まで5枚、それ以上は10枚同封します。これは、申込みをされた方がシートを紛失・汚損等された場合の予備用ですので、その場合に限り、氏名をご記入のうえご使用ください。予備シートを使用しなかった場合は、今後使用することはありませんので、廃棄等をお願いします。

## 6 ストレスチェックの実施

### (1) 「仕事のストレス回答シート」の回収・送付

回答者が記入し、提出用封筒に入れて封をした記入済シートを、貴社の実施事務担当者が取りまとめ、のり付けされていることをご確認のうえ、実施計画書に記載してある回答シート提出期限までに当事業団あて料金受取人払いの宅配便にてご返送ください。

回答シート表面の「あなたはこのストレスチェックを受けられますか」の項で「はい」の欄にチェックが入っていないと、裏面で回答をされていても個人結果の評価ができなくなりますので、実施に当たっては、提出用封筒に裏表面に記してある注意書きをよくお読みのうえ記入・封入していただきますよう受検者によくご説明ください。

次の(2)の集計処理を間違いなく行うため、貴社受検者の回答シートは、提出が実施計画書に記載の提出期限よりやや遅れてもかまいませんので、一括してご提出していただきますようお願いします。

### (2) 集計処理

貴社分を集団分析単位に取りまとめて、集計処理をします。

データの集計作業は、外部処理機関に委託します。

## 7 受検者への結果の提供

記入済回答シートを当事業団が受けとってから概ね2週間後を目途に、窓空き封筒に封入した各受検者のストレスチェック結果表を、貴社ご担当者に提出します。各受検者へは、事業場担当者から配布をお願いします。

## 8 事業場へのストレスチェック実施結果の報告等

ストレスチェック結果の集団集計・分析結果は、7の提供と同時に、事業場担当者あてご提出します。

集団分析結果報告書は、「仕事の量・コントロール面」と「職場の支援面」及びそれらの総合面での仕事のストレス判定図・数値を提供します。

## 9 産業医への報告

### (1) 選任産業医にストレスチェック実施結果の提供

ストレスチェック実施結果は個人データを含め、貴社の選任産業医(申込書に特段の記載のある場合は、産業医以外の実施者)あて、7、8と同時にCDメディアにより送付します。

### (2) 医師面接が必要な者の情報の提供等

医師面接が必要な旨を通知した受検者リストもあわせて選任産業医(申込書に特段の記載のある場合は、産業医以外の実施者)あてご提供します。一定期間後に面接の申出のない場合の勸奨等は当方で用意する掲示物を掲示していただく方法を想定しております。

## 10 ストレスチェック結果の事業者提供について同意者の把握とデータ提供

個人結果の事業者提供に関し衛生委員会で特段の決議をされていない場合で、ストレスチェック結果の事業者提供に関する同意書同封を当事業団へ申し込まれた場合は、この用紙を個人あてストレスチェック結果票に同封いたします。同意者がある場合は、これを取りまとめて、結果票の到着から10日後を目途に当事業団あてご連絡ください。貴社において別途の方法で同意者を把握された場合も同様の方法で当事業団あてご連絡ください。これらのご連絡から10日後を目途に、個人結果を事業者あて送付いたします。

なお、貴社の嘱託産業医から同意者の結果データを貴社事業者あて提供いただくことも可能です。

## 11 保健指導

高ストレスと判定された労働者が医師面接を申し出ないまま放置されることのないように、相談対応の機会を設けることを貴社から当事業団に依頼される場合は、当事業団所属の保健師が個別に相談対応し、当事業団の施設内で必要なアドバイスを行うことが可能です。

相談指導の内容は事業者には報告しません。ただし、事業場の対応なしに相談者のストレス状態が改善されないと判断した場合は、本人の同意を得てから貴社の産業医に情報を提供することがあります。

保健指導の受託については、「保健指導受託について」をご参照ください。

## 12 料金及び請求

実施計画にお示しした事業が終了した段階で、ストレスチェック実施結果報告書と請求書を貴社担当者あて提出します。あわせて、労働基準監督署への報告様式データを提供します。

サービス料金は、お申し込みのあった受検者数に応じて次のとおりとします。「仕事のストレス回答シート」を提出されない従業員がおられた場合でも未提出受検者数を控除できませんので、ご了解ください。

(すべて税別)

ストレスチェック	100人未満	基本料金 64,000円
	100人以上	一人当たり 640円
集団分析レポート		1切り口当たり 3,000円 ただし、事業場全体の集団分析結果については、基本料金に含まれます。
個人結果の事業者への提供同意書	100人未満	6,500円
	100人以上	一人当たり 65円
結果提供同意者の個人データの提供		ストレスチェック料金に含まれます。

## 13 結果の再発行

集団分析結果の再発行については、保存期間(5年間)内であれば、ご請求により可能です。事業場全体及び各切り口当たり、1,500円(税別)の手数料が必要になります。

労働者の方から個人結果の再発行の依頼があれば、保存期間内であれば、別に定める個人情報開示請求の手続きにより再発行が可能です。1通当たり 820円(税込み)の手数料が必要になります。

## 14 データの保存

ご提出いただいた「仕事のストレス回答シート」の原本は、集計処理後速やかに溶解廃棄いたします。

回答シートのイメージデータを含む結果データの保存期間は5年間とし、当事業団と貴社の嘱託産業医(又は貴社実施者)が保存者となります。当事業団では、これらのデータを電子データとして施設内ファイルサーバ内に保管します。このファイルサーバはインターネットとは遮断し、アクセス権限を有する者は、当事業団の情報管理責任者及びストレスチェック実施者に限定します。

## 15 外部委託

この受託業務の内のデータ処理等作業は業務委託契約を締結している、小林クリエイト株式会社に委託します。

委託する作業は、データの電子帳票化・編集・加工作業、データ印刷作業、郵送作業の一部、帳票の廃棄作業の一部及びこれら作業の附帯作業です。

## 16 個人情報保護方針

当事業団の個人情報保護の方針は次のとおりです。

- ① ストレスチェックへの回答や結果などについては、ストレスチェックや面接指導などのストレスチェック制度に関わる業務のみで使用します。ただし、個人が特定されない集約データとして公衆衛生向上のための学術研究などに利用又は利用者に提供することがあります。
- ② ストレスチェック制度に係るデータ集計等の作業を外部機関に委託することがあります。この際、業務処理に必要な個人情報をこの委託先に提供しますが、信頼のおける委託先を選定し、秘密保持ほかに関する契約書等を締結し、情報取扱者の報告を求めるとともに、個人情報の安全管理が図られるように定期的かつ適切な監督を行います。
- ③ ストレスチェック実施については、回答シートの「あなたはこのストレスチェックを受けられますか?」の「はい」欄にチェックを入れてもらうことにより同意を得ます。
- ④ 保健指導の内容は事業者には報告しません。ただし、事業場の対応なしに相談者のストレス状態が改善されないと判断した場合は、本人の同意を得てから事業場産業医に情報を提供することがあります。

お問合せ先は：一般財団法人 順天厚生事業団 078-341-7114

制定版：平成 27 年 12 月 1 日



一部改正：平成 27 年 12 月 16 日

一部改正：平成 28 年 3 月 17 日

一部改正：平成 28 年 5 月 6 日

一部改正：平成 28 年 6 月 3 日

一部改正：平成 29 年 2 月 3 日

一部改正：平成 29 年 3 月 1 日

(資料)

職業性ストレス簡易調査票 (57 項目)

A あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	そ う だ	そ ま あ う だ	ち や が や う	ち が う
1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない-----	1	2	3	4
2. 時間内に仕事が処理しきれない-----	1	2	3	4
3. 一生懸命働かなければならない-----	1	2	3	4
4. かなり注意を集中する必要がある-----	1	2	3	4
5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ-----	1	2	3	4
6. 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない-----	1	2	3	4
7. からだを大変よく使う仕事だ-----	1	2	3	4
8. 自分のペースで仕事ができる-----	1	2	3	4
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる-----	1	2	3	4
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる-----	1	2	3	4
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない-----	1	2	3	4
12. 私の部署内で意見のくい違いがある-----	1	2	3	4
13. 私の部署と他の部署とはうまが合わない-----	1	2	3	4
14. 私の職場の雰囲気は友好的である-----	1	2	3	4
15. 私の職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない--	1	2	3	4
16. 仕事の内容は自分にあっている-----	1	2	3	4
17. 働きがいのある仕事だ-----	1	2	3	4

B 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	な か つ た ど	ほ と ん だ	あ と き ど き	あ し ば た し ば	い ほ つ も ん ど あ つ た
1. 活気がわいてくる-----	1	2	3	4	
2. 元気がいっぱいだ-----	1	2	3	4	
3. 生き生きする-----	1	2	3	4	
4. 怒りを感じる-----	1	2	3	4	
5. 内心腹立たしい-----	1	2	3	4	
6. イライラしている-----	1	2	3	4	
7. ひどく疲れた-----	1	2	3	4	
8. へとへとだ-----	1	2	3	4	
9. だるい-----	1	2	3	4	
10. 気がはりつめている-----	1	2	3	4	
11. 不安だ-----	1	2	3	4	
12. 落ち着かない-----	1	2	3	4	
13. ゆううつだ-----	1	2	3	4	

14. 何をするのも面倒だ-----	1	2	3	4
15. 物事に集中できない-----	1	2	3	4
16. 気分が晴れない-----	1	2	3	4
17. 仕事が手につかない-----	1	2	3	4
18. 悲しいと感じる-----	1	2	3	4
19. めまいがする-----	1	2	3	4
20. 体のふしぶしが痛む-----	1	2	3	4
21. 頭が重かったり頭痛がする-----	1	2	3	4
22. 首筋や肩がこる-----	1	2	3	4
23. 腰が痛い-----	1	2	3	4
24. 目が疲れる-----	1	2	3	4
25. 動悸や息切れがする-----	1	2	3	4
26. 胃腸の具合が悪い-----	1	2	3	4
27. 食欲がない-----	1	2	3	4
28. 便秘や下痢をする-----	1	2	3	4
29. よく眠れない-----	1	2	3	4

C あなたの周りの方々についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

非常に かなり 多少 全くない

次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？

1. 上司-----	1	2	3	4
2. 職場の同僚-----	1	2	3	4
3. 配偶者、家族、友人等-----	1	2	3	4

あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？

4. 上司-----	1	2	3	4
5. 職場の同僚-----	1	2	3	4
6. 配偶者、家族、友人等-----	1	2	3	4

あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか？

7. 上司-----	1	2	3	4
8. 職場の同僚-----	1	2	3	4
9. 配偶者、家族、友人等-----	1	2	3	4

D 満足度について

満足 満た 不や 不満足

1. 仕事に満足だ-----	1	2	3	4
2. 家庭生活に満足だ-----	1	2	3	4