

健診で守ろう
あなたの心とからだ
見つかる安心
つみとるリスク

令和5年度
心とからだの健康推進運動

9.1_金▶30_土

主唱 全国労働衛生団体連合会 後援 厚生労働省 中央労働災害防止協会

ストレスチェック結果をもとに職場改善に努めましょう

ストレスチェック制度は、定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、労働者本人に自らのストレスの状況について気づきを促すとともに、ストレスの原因となる職場環境の改善に取り組むことで、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止（一次予防）を図ることが目的です。

職場環境の改善は努力義務ですが、ストレス改善に有効であるだけでなく、生産性の向上の効果も期待できる取組です。

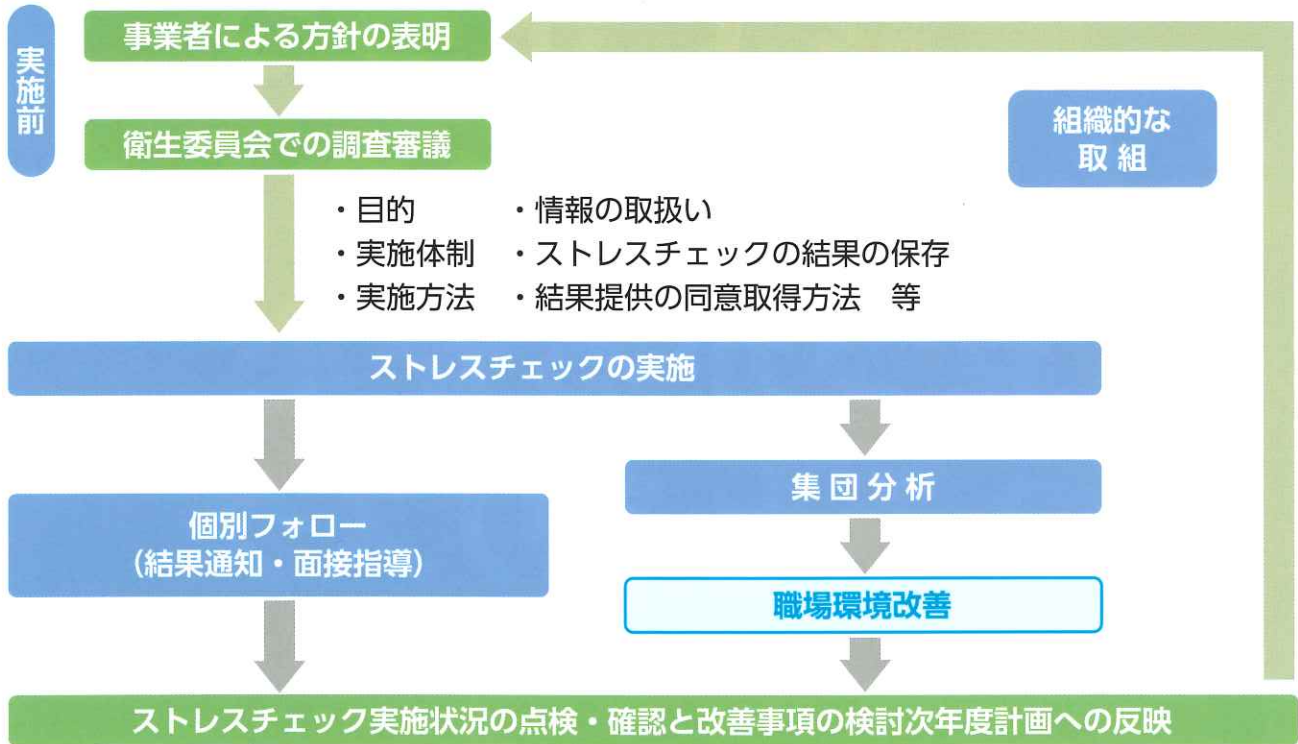
ストレスチェックに「職業性ストレス簡易調査票」を使用した場合は、「仕事のストレス判定図」を用いて集団分析することができます。

職場環境の改善を考える場合には、

- ・ 仕事の進め方
- ・ 職場の物理的環境
- ・ 人間関係相互支援
- ・ 安心できる職場のしくみ

の視点から検討することができます。

ストレスチェック制度の流れ



独立行政法人労働者健康安全機構・厚生労働省 「これからはじめる職場環境改善～スタートのための手引～」

公益社団法人全国労働衛生団体連合会(全衛連)とは

労働安全衛生法に基づく事業主健診、保健指導、産業医による職場環境改善などを実施する労働衛生機関の集まりです。全国117機関の会員が、年間延べ5,000万人の健診を実施しています。全衛連は、働く人の健康増進のため、良質な健康診断とそれに基づく事後措置をお届けすることを目指します。主な事業は、①総合精度管理事業、②労働衛生サービス機能評価事業、③教育研修事業、④ストレスチェック事業、⑤出版事業です。