版元：独立行政法人労働者健康安全機構
奈良産業保健総合支援センター
〒630-8115　奈良市大宮町１－１－３２
奈良交通第３ビル３Ｆ
ＴＥＬ：0742-25-3100
ＦＡＸ：0742-25-3101
ＨＰ　http://www.naras.johas.go.jp
Ｅﾒｰﾙ　info@naras.johas.go.jp
Ｖｏｌ．２７　２０１６年　秋号

奈良さんぽ かわら版

ストレスチェック制度について

産業保健相談員（メンタルヘルス担当）
精神科医　　仲 田 昭 弘

１．主旨は一次予防のため：職場環境と生産性の改善

ストレスチェック制度の主旨は職場環境改善（一次予防）にあります。しかし、57 項目の検査（ストレスの要因、自覚症状、周囲からの支援という 3 領域）をすれば良いということだけではありません。むしろストレスチェックの実施を契機として、メンタルヘルス対策全体を見直す契機としていただきたいのです。精神科医でない産業医もメンタルヘルス不調の一次予防に関われるようにすべきとの考えから、今回の制度が開始されました。働く人々の心とメンタル不調を未然に防止することは、うつ病などによる遅刻や欠勤の防止、能率の向上、勤労意欲の向上、職場の雰囲気の改善を通じた生産性の改善にもつながる大切な取り組みであり、その実例もあり先行投資とも言えます。本制度の主旨はこのように一次予防ですが、一部に二次予防の要素（早期治療）を含んでおり、今回の労働安全衛生法改正にも反映されていることから、職場のメンタルヘルスに対して産業医が今まで以上により強く関与してゆくことを求めていると言えます。

２．個人情報保護・不利益な取り扱いの防止の周知徹底を

通常の健康診断が企業と従業員にとって義務であるのに対し、ストレスチェック制度は常時 50 人以上の労働者を使用する事業場には義務ですが、従業員にとって受検は義務ではありません。実施者は医師や保健師、研修を受けた看護師などが行うといった手順は周知のとおりです。

結果は本人のみに通知され、本人の同意がなければ会社側に通知されません。この点で企業と従業員双方に通知される健康診断とは扱いが異なります。プライバシー保護と、結果による人事上の不利益を防止することの両立が重要なポイントです。後述しますが面接指導の実施を申し出ない人へのフォローこそ重要です。ここでは、いかにストレスチェックに対して正直に回答してもらえるかが重要なポイントとなります。日ごろ職場でストレスを感じていても、回答すると不利益な扱いをされると従業員が恐れを抱けば、隠れて病院を受診するということにもなります。「当社にはメンタル不調者はいません」と

言われる事業主もおられると聞きますが、一定の規模の事業場であればメンタル不調者は必ず存在すると言えます。ストレスチェックを実施して「高ストレス者」が多数出てくるような雰囲気の事業場の方がメンタル不調を相談し易い企業風土で、一次予防としてはむしろ好ましいとすら言えます。その後、心理職による補足的面談を通じて面接指導が必要な人を選ぶことも重要です。

3． ストレスチェック制度における産業医等の役割

産業医等の医師が実施者となり面接指導を行うことが労働安全衛生法上でも望ましいとされ、一般的と考えられるので、この場合について述べます。（以下、産業医等と記します）

ストレスチェック制度において面接指導を行う産業医等の役割は

①高ストレス状態にあると判定した従業員への面接指導

②面接指導結果報告書・就業上の措置に係る意見書の作成：事業者への意見具申

が主な役割となります。

それぞれの行い方は厚生労働省がマニュアルを作成していますのでそちらをご覧いただければと思いますが、その前提として、面接指導に先立って、本人が職場でどのような業務を要求されているのか、また客観的なパフォーマンスとしてどの程度業務を遂行できているかといった連携・情報収集が重要になります。この点でも、日ごろ職場の実情を把握している産業医が実施者となり面接指導を行うことが望ましいと言えます。

それぞれの要点をまとめますと、

① 高ストレス状態にあると判定した従業員への面接指導

本制度において面接指導を申し出るということは、高ストレス状態にあることを事業場に通知することに同意したと見なされます。この中には、医療が必要な人もいれば、職場環境に不適応であったりしてむしろ人事的な対応が必要な人も含まれています。こうした選別が面接指導を行う産業医等の役割であり、特に、うつ病で治療を要するレベルの人を見落とさないことが重要です。ここに二次予防の要素（早期治療）も含まれているため、精神科医でない産業医にとっては負担に感じられることもあると思われますが、うつ病か否かを判断するのは精神科医の役割であり、本制度ではうつ病の診断を求めているわけではありませんので、判断に迷ったら精神科医に紹介として頂ければ結構です。

② 面接指導結果報告書・就業上の措置に係る意見書の作成：事業者への意見具申

報告書の作成においては前述の医療が必要な人の選別など指導区分が重要です。意見書の作成においては就業上の措置が重要で、実際には何らかの措置が必要となる場合が多いのですが、ここで本人や管理監督者が望まない措置を取ってしまうと、本人から「手取りが減った」とか、周囲から「特別扱いしている」といった不満につながる場合もあるので、ここでも連携・情報収集を含む調整が重要になります。

4．結論：制度を通じて相談しやすい体制、雰囲気づくりを

ストレスチェック制度の主旨は職場環境改善（一次予防）ならびにメンタルヘルス体制の見直しにあります。高ストレス状態にあると判定されたが面接を申し出ない人へのフォローこそ重要です。こうした人には今回のストレスチェック制度の枠組のみでなく、それ以外の相談支援体制（人事労務、保健室、

外部機関など）でフォローできる体制を整える必要があり、それには事業主の理解が不可欠です。今回の制度を契機として、職場でメンタルヘルス不調について相談しやすい体制、雰囲気づくりを行っていただければと考えます。事業主がこの制度の主旨をよく理解して実践していただけるように、当センターとしても精神科医師を 2 名から 3 名に増員する等、より一層の支援体制の強化に取り組む所存です。何卒ご理解とご協力をお願い致します。

当センターホームページに「ストレスチェック制度」のバナーを設けました。
是非、ご活用ください。

産業保健に係る各種ご相談等への対応

奈良産業保健総合支援センターでは、産業医学、職場におけるメンタルヘルス・カウンセリング、労働衛生工学、保健指導、労働衛生関係法令に関する様々な問題やご質問等について、専門スタッフが無料でご相談に応じ、解決方法等をアドバイスいたします。（相談内容等に関する秘密は厳守いたします。）

ご相談いただく方法は、来所（面談：事前予約が必要）、電話、ファックス、メールがあります。

なお、メンタルヘルス相談窓口は、7 月から毎週金曜日の午後 2 時から 3 時まで定期開設していますので、ご利用をお待ちしています。

地域産業業保健センターのご案内

地域産業保健センターは、原則、労働基準監督署の管轄区域単位に次のとおり 1 箇所ずつ設置され、産業医の選任義務のない労働者数 50 人未満の職場の事業者や労働者の皆様に対して、医師・保健師などが健康相談や保健指導等の産業保健サービスを無料で行なっています。

ご利用を希望される場合は、各地域産業保健センターのコーディネーターまでご連絡をお願いします。

なお、奈良産業保健総合支援センターのホームページに地域産業保健センターの詳しいご利用案内を掲載していますのでご覧ください。

○北和地域産業保健センター　奈良市柏木町 519-7　奈良市医師会館内
　コーディネーター　久保一美（☎：070-2153-1823）　医師会☎：0742-33-5235

○葛城地域産業保健センター　大和高田市大中 106-2　高田経済会館　北葛城地区医師会内
　コーディネーター　宮田　悟（☎：070-2153-1824）　医師会☎：0745-23-2431

○桜井地域産業保健センター　桜井市粟殿 1000 番地の 1
　桜井保健福祉センター　「陽だまり」　桜井地区医師会内
　コーディネーター　中村時雄（☎：080-9048-2238）　医師会☎：0744-43-8766
　※ 桜井地域産業保健センターは、8 月 1 日に住所を移転しています。

○南和地域産業保健センター　吉野郡吉野町上市 133 吉野町中央公民館 吉野郡医師会内
　コーディネーター　中谷守男（☎：080-9048-2239）　医師会☎：0746-34-2353
　（五條市医師会　☎：　0747-25-3059）

奈良産業保健総合支援センターからのお知らせ

- 奈良産業保健総合支援センターでは、前述の相談事業や地域産業保健センター事業のほか、以下の業務も行っておりますので、積極的にご活用ください。
  ① 産業保健関係者からの産業保健に係る専門的相談への対応や事業場訪問による実地相談の実施
  ② 産業保健関係者の専門的・実践的能力向上を図るための研修会の開催
  ③ メンタルヘルス対策を普及促進するため、メンタルヘルス対策促進員の事業場訪問によるメンタルヘルス対策導入等（ストレスチェック制度に関する事項を含む。）の取組に対する支援の実施
  ④ メンタルヘルス教育の継続的な実施を普及するため、管理監督者、若年労働者等を対象としたメンタルヘルス教育の実施についての支援
  ⑤ インターネットホームページやメールマガジンによる産業保健に関する情報の提供、リーフレット等による広報の実施
  ⑥ 事業者、労働者を対象とした啓発セミナー等の開催
- ストレスチェック制度関連情報
  ① 事業者向けの厚生労働省版「ストレスチェック実施プログラム」の配布について
  ストレスチェックの受検、個人の結果の出力、集団分析等を簡便に実施できるプログラムを厚生労働省ホームページから無料でダウンロードできます。
  URL：http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000104425.html
  ※ 実施プログラム利用に関するコールセンター（お問い合わせ窓口）
  電話番号：０１２０－６５－３１６７（フリーダイヤル）
  開設時間：平日の 10:00～17:00（祝日等は除く。）
  ② 厚生労働省ホームページ「ストレスチェック等の職場におけるメンタルヘルス対策・過重労働対策」では、以下のようなストレスチェック制度関連情報が満載されています。
  URL：http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei12/
  ・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 28 年 4 月 11 日改訂）
  ・長時間労働者、高ストレス者の面接指導に関する報告書・意見書作成マニュアル
  ・ストレスチェック制度Ｑ＆Ａ（平成 28 年 3 月 18 日更新）
  ・職業性ストレス簡易調査票（57 項目）
  ・ストレスチェック制度実施規程（例）　　・・・・その他、パンフレット等多数掲載
- 独立行政法人労働者健康福祉機構は、本年４月１日に独立行政法人労働安全衛生総合研究所と統合されたこと等に伴い、新たに「独立行政法人労働者健康安全機構」として発足しています。
- メールマガジンを月１回発行しています。産業保健に関する最新ニュースや行政の動き、研修会の開催予定等役立つ情報をお届けしますので、アドレスのご登録をお願いします。

〒630-8115　奈良市大宮町１丁目１番３２号　　奈良交通第３ビル３階
独立行政法人労働者健康安全機構　奈良産業保健総合支援センター
電話：0742-25-3100　　ＦＡＸ：0742-25-3101
Ｅメール：info@naras.johas.go.jp