

労働者50人未満の事業場の皆様へ

ストレスチェックを実施しましょう

(令和10年5月14日までに施行予定)

労働者50人未満の事業場においても、
労働者の
「ストレスチェックの実施」が義務
となります。

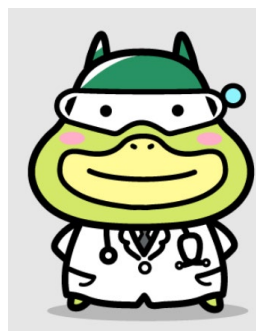


ストレスチェックとは

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei12/pdf/160331-1.pdf>



ストレスに関する質問票(選択回答)に労働者が記入し、それを集計・分析することで、自分のストレスがどのような状況にあるかを調べる簡単な検査です。



ストレスチェック実施の目的とは

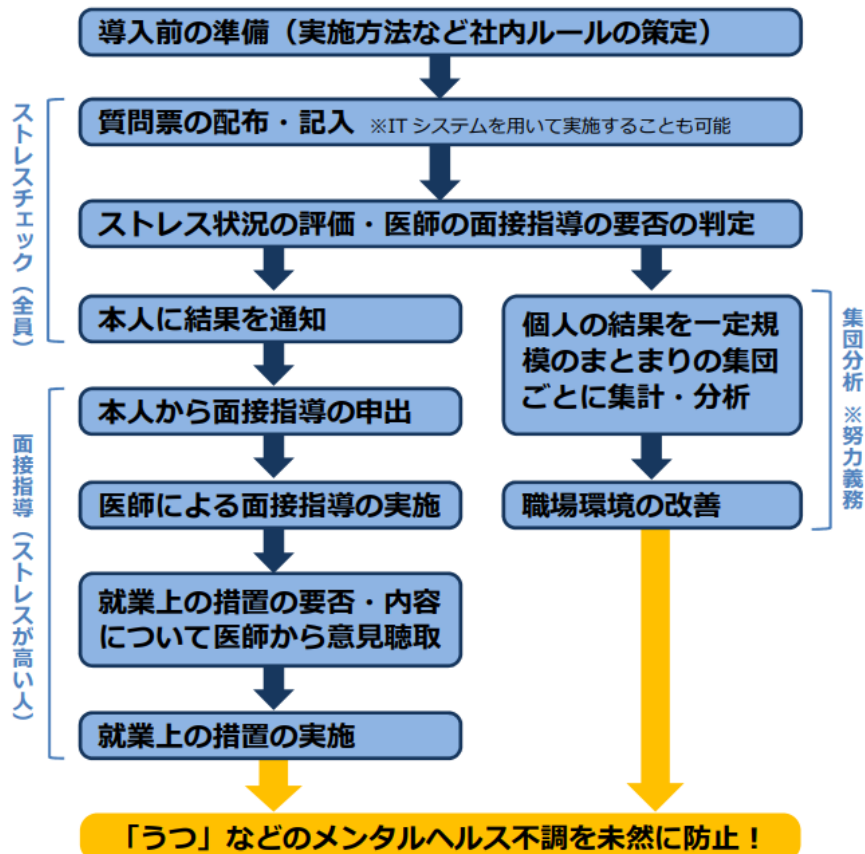
労働者が自分のストレスの状態を知ること、ストレスをためすぎないように対処したり、**ストレスが高い状態の場合は、医師の面接を受けて助言をもらったり、職場の環境改善につなげたりすることで、メンタルヘルス不調を未然に防止するための仕組みです。**

たしかめよう



ストレスチェックの具体的な実施方法とは

ストレスチェック制度の実施手順



外部の健康診断機関などに
ストレスチェック実施
を外部委託することも可能です。



独立行政法人 労働者健康安全機構 大阪産業保健総合支援センター

企業の方へ

<https://osakas.johas.go.jp/mental/>

事業主や人事労務担当者などから寄せられる相談に解決をお手伝いします。この、精神科医、臨床心理士、カウンセラー等の相談員が対応し、抱える課題等の相談窓口では、メンタル不調者に関する医学的・専門的な事項のほか、メンタル不調者への対処方法、主治医や家族との連携の仕方、職場復帰支援の進め方、復職後の就業上の配慮など幅広い分野に関する**ご相談を無料でお受けしています。**面談、電話でのご相談の場合は、**事前の予約が必要です。**



地域産業保健センター(大阪府内13か所)

企業の方へ

<https://osakas.johas.go.jp/sanpo-center/>

- ・ **高ストレス者の医師の面接指導**
 - ・ 健康相談(メンタルヘルス不調者相談・指導)
 - ・ 健康相談(ストレスチェック相談・指導)
 - ・ 健康診断の結果についての医師からの意見聴取
 - ・ 長時間労働者に対する医師による面接指導
- を無料で実施しています。**

