

ストレスチェックの実施について

ストレスチェックとは？

「労働安全衛生法」により、2015年12月から労働者が50人以上いる事業所では、年に1回、検査の実施が義務付けられました。

この目的は、労働者自信のストレスへの気づきを促し、また、事業者側も労働者のストレスの程度を把握し、職場改善につなげ、働きやすい職場づくりを進めることによって、メンタルヘルス不調を未然に防止すること(一次予防)ができることです。

どのように受けるの？

健康診断ご予約後、続けて「ストレスチェックシステム」へログインしてください。
所要時間は約10分です。(63問を回答頂きます。)



結果はすぐに分かります！

・・・結果が高ストレスだった場合・・・

産業医もしくは保健師、カウンセラーの面談を受けることができます。

所要時間：30分程度(予約制)

【産業医による面談とは？】

- 面談の結果、必要に応じて勤務時間や業務の内容についての就業配慮を行うことができます。
- ただし、事業者への報告が義務付けられているため、**学長および所属長へ面談を実施したことが報告されます。**

※相談内容等について報告されることはありません。

【保健師・カウンセラーによる面談】

- 面談を行い、セルフケアのアドバイス等を行います。面談を受けたことや内容について第三者へ知られることはありません。※必要時には産業医面談や受診を勧めることがあります。

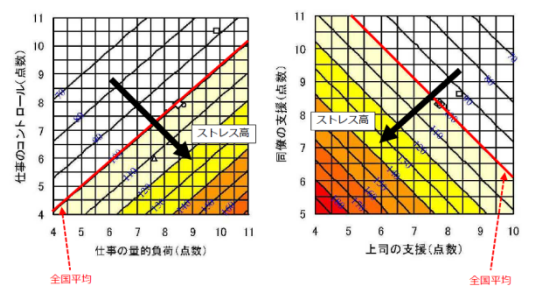
・・・結果が高ストレスではなかった場合・・・

さほどストレスを感してなかった皆さまも、この結果をもとにセルフケアに努めて下さい。

・・・集団解析について・・・

集団ごとの集計・分析結果のイメージ

「職業性ストレス簡易調査票」に基づく「仕事のストレス判定図」による集団分析例
※全国平均と職場ごとの平均を比較して、問題の有無を把握



ストレスチェックのもう一つのメリット

- 10名以上の職場においては、ストレスチェックの結果をもとに、職場全体の問題の分析を行います。
- この集団解析の結果で高ストレスだった職場は、各事業場の衛生委員会で報告され、職場環境改善の取り組みが検討されます。
- **1人1人がストレスチェックを受けることが、よりよい職場づくりの一步となります。**