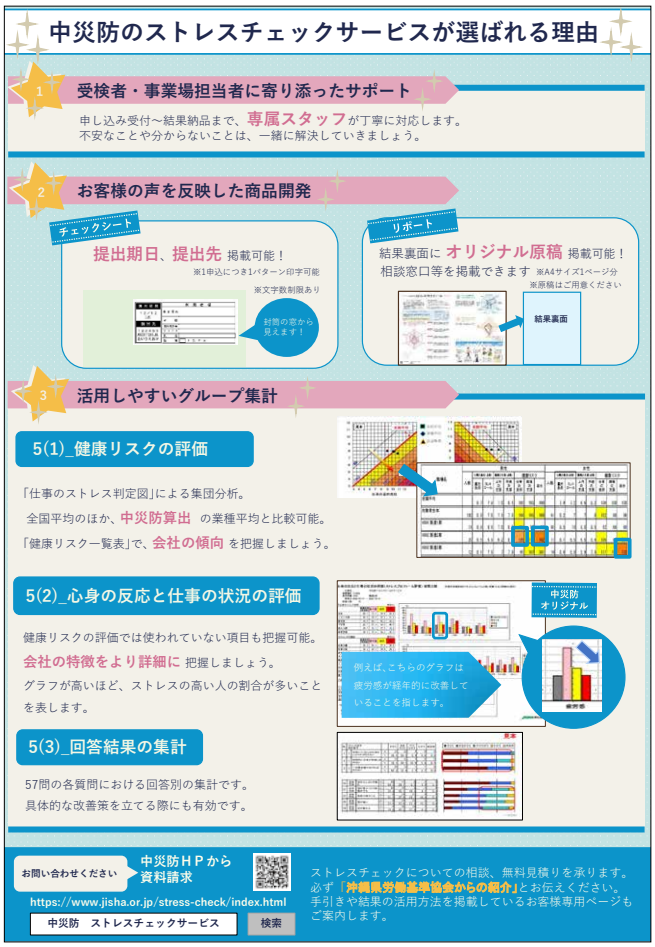

「ストレスチェック制度」とは？

現在の仕事や職業生活に関することで、強いストレスとなっていると感じる事柄がある労働者の割合は82.7%となっています（厚生労働省「労働安全衛生調査【実態調査】令和5年」）。

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、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集団的に分析し、職場環境の改善につなげることによって、労働者がメンタルヘルス不調になることを未然に防止することを主な目的としたもので、平成27年12月から施行されています。

労働者50人以上の事業場は実施義務、労働者50人未満の事業場は努力義務です。

ストレスチェックの実施頻度は、1年以内ごとに1回です。

なお、厚生労働省の労働政策審議会において、「労働者50人未満の事業場も実施義務とすることが適当である。また、労働者のプライバシー保護の観点から、原則として外部委託を推奨することが適当である。」旨建議されました（令和7年1月17日）。

また、同内容を盛り込んだ労働安全衛生法の改正案が3月14日に閣議決定されました。