

ストレスチェック実施後の問題点



不二越病院 健診センター
新家 悦朗

1 高ストレス者に対する面接指導を申し込む労働者が少ない

今回のストレスチェック制度においては、ストレスの高い労働者から申し出があった場合、医師による面接指導が事業者に義務づけられています。

しかしながら、実際に高ストレス者に対し面接指導の案内を行っても、申し出を行わない者が大半で、ほとんどこの面接指導の制度が利用されていないという話をよく聞きます。実際に申し出をした者の割合が10%以下という事業場も少なくありません。

これにはさまざまな理由が考えられます。例えば、日ごろから産業医や保健師など産業保健スタッフに気軽に相談できる雰囲気のある事業場では、改まって面接指導の申し出といった手続きなどは踏まずに、「高ストレスという結果だったんだけど、大丈夫かな？」と直接産業保健スタッフに声をかけて相談につながることもあると思います。また、労働者自身が忙しくてストレスチェックの結果をしっかりと確認していなかったり、面接指導の案内を見逃していたりすることもあるでしょう。事業

者からストレスチェックの結果を配付する際には、高ストレスに該当した者が医師の面接指導を希望する場合は申し出を行うこと。また、その事業場内の申し出窓口について明確に労働者に示すことが重要と考えます。

また、今回の制度では、医師による面接指導を希望する旨を事業者に申し出た場合、ストレスチェック結果が事業者へ提供されることになってしまふため、高ストレスであり面接指導が必要であると評価されても、実際に申し出をすることを躊躇する労働者も多いことが推察されます。

このことは、今回の制度の制約上致し方ない部分ではあります。今回の制度では医師による面接指導の人数を増やすことが目的ではなく、高ストレス者が放置されることなく、早期に相談につなげ、適切に対応を講ずること、メンタルヘルズ不調を未然に防止することが目的です。そのため、医師による面接指導の申し出という正式な手続き以外でも、日常的な産業保健活動の中での相談につなげたり、時には社内では相談のハードルが高そうな場合は外部の相談機関につなげたりもします。なお、今回の制度においては、医師による面接指導と通常の産業保健活動の相談との整理がうまくできない、わかりにくいという話を聞きます。その違いについて表1にまとめました。

表1 ストレスチェック制度で定める「医師による面接指導」と「通常の産業保健活動の相談」との違い

医師による面接指導(面接指導)		通常の産業保健活動の相談(相談)	
法律上の実施義務あり	実施義務	法律上の実施義務あり	
医師のみ	実施者	産業保健スタッフ全般 (医師、保健師、看護師、心理職等)	
高ストレス者のうち、実施者により面接指導が必要と判断された者	対象者	全労働者	
事業者へ提供される	ストレスチェック結果の事業者への提供	本人の同意なく事業者へ提供されない	
医師は面接指導報告書を作成し、事業者は医師に対する意見聴取を行う	面接結果の事業者への報告	原則として、本人の同意なく事業者へ提供されない	
あり	労基署への件数報告	なし	

はじめに

50人以上の事業場では、2017年11月30日までに2回のストレスチェックが実施されました。そこで、今回はストレスチェック実施後に発生する具体的な問題点とその対策について述べたいと思います。

2 ストレスチェック結果がセルフケアにうまく活用されていない

ストレスチェックを実施して、その結果を個々の労働者に通知したものの、これで終わりにしてしまつてよいのかという話を耳にします。確かに、50人以上の事業場ではストレスチェックの実施が義務化されたわけですから、実施をすれば法律上の義務を果たしたことになるかもしれませんが、ストレスチェック結果を確認することにより自らのストレス状況に気づき、ストレスが心身の健康に悪影響を及ぼしていることが推測される場合は、それを解消するための具体的な行動につなげるセルフケアが行われてこそ、制度が効果的に活用されたと言えます。

実際にセルフケアに関しては、事業場ごとに様々な取り組みがされていることと思いますが、費用的な問題もあり、十分な取り組みができない事業場も少なくないと思います。また、社内の相談体制であっても、やはり社内での相談することに抵抗感をもつ労働者も多くいると思います。そこで、以下に無料で活用できるセルフケアコンテンツを紹介いたしますので、ぜひ、活用してみてください。

参考：『産業保健21』第66号「独立行政法人労働者健康安心機構、吉野聡先生の記事より」

① セルフケア教育

e-ラーニングで学ぶ「15分でわかるセルフケア」(厚生労働省 こころの耳)
<http://kokoro.mhlw.go.jp/e-learning/selfcare>

ストレスへの気づきと対処、自発的な健康相談といった基礎知識を最短15分程度で学ぶことができます。「クイズ・セルフケア」も用意されており、理解度を簡単にチェックできます。また、職場での「セルフケア教育」の一環として、標準パターン→短時間パターン→タイプ別パターンという流れで利用することもできます。



② 定期的なストレスチェック

労働者の疲労蓄積度チェックリスト(中央労働災害防止協会) http://www.jisha.or.jp/web_chk/td/

中災防(JISHA)が開設しているサイトで、疲労の蓄積度についてWEBでセルフチェックができます。ここでは、労働者本人が回答する「労働者用」と家族が見て疲労蓄積度を判断する「家族用」が選べます。また、このサイトではメンタルヘルズ対策に係る自主点検票などもダウンロードできるようになっており、各事業場の対策実施状況を確認して、改善につなげるサポートをしています。

5分でできる職場のストレスセルフチェック(厚生労働省 こころの耳) <http://kokoro.mhlw.go.jp/check/>

厚生労働省が推奨する職業性ストレス簡易調査票(57項目)をWEBで回答することができます。まず性別を選択し、カテゴリ別で設問に答えていきます。ワンクリックで簡単に進んでいくことができ、最後に結果が出ます。ストレスケアに対するアドバイスも充実しています。

③ 外部機関への相談

働く人の「こころの耳電話相談」(厚生労働省 こころの耳) 電話 0120-565-455

月曜日・火曜日 17:00~22:00 / 土曜日・日曜日 10:00~16:00 (祝日、年末年始はのぞく)

電話で直接相談できるサービス。働く人のメンタルヘルズ不調や過重労働による健康被害などの相談に対応しています。フリーダイヤルなので通信費も含めて無料で相談することができます。

※現在、相談件数が非常に多く、電話がつながりにくい状況にありますので予めご了承ください。

詳しくは、ホームページでご確認ください。 <http://kokoro.mhlw.go.jp/tel-soudan/>



働く人の「こころの耳メール相談」(厚生労働省 こころの耳) <http://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan/>

メンタルヘルズに関する相談をメールで行うことができます。対面や電話などは敷居が高いと感じる場合などに利用することができます。メール相談専用フォーム、もしくはメールアドレスから相談します。

※メールは24時間受け付け。土日祝日、年末年始は相談対応を行っていません。なお、メール相談窓口のご利用にあたり、「ご利用規約」への同意が必要です。詳しくは、ホームページでご確認ください。