



今こそ活用したいストレスチェック制度

ウィズコロナの働き方がストレスに？

新型コロナウイルスの感染拡大は、私たちの生活に大きな変化をもたらすこととなりました。予期せぬ事態に、閉塞感や不安感を持ちながらも何とか日々をやり過ごしているという方が多いかもしれません。

コロナ禍により、日常生活だけでなく、働き方も変化を余儀なくされました。

在宅勤務となったり、仕事量の増減があったり、収入が減るなど、急な事態に知らず知らずのうちに気持ち が疲れているのではないのでしょうか。疲れを自ら意識しないまま、頑張っている方もいるでしょう。

社員の心の不調をいち早く発見するためにも、企業は、今一度ストレスチェック検査の積極的な受検を促し、社員の心の状態に目配りをしてみましょう。

職場のストレスチェックとは

ストレスチェックとは労働安全衛生法第 66 条の 10 に基づき、2015 年 12 月から特定の事業場で実施を義務付けられているストレスに関する検査のことで、50 人以上の労働者を抱える事業場では、すべての労働者に対して年 1 回の実施が義務付けられています。

ストレスチェックでは、まず労働者が「自分のストレスがどのような状態にあるのか」について質問票で選択回答し、その後、医師等の実施者が本人に結果を通知します。

人事担当者や企業は、本人の同意なしにストレスチェックの回答や結果を閲覧することはできません。

高ストレスと診断されたら

ストレスチェックの結果の通知を受けた従業員の中に高ストレス者として面接指導が必要と評価された従業員がいる場合、本人から申し出があったときには、医師による面接指導を行うことが事業者の義務となります。医師による面接指導に基づき、医師からの意見を勘案した上で、事業者は必要に応じて従業員に対して就労上の措置を講じる必要があります。

企業は社員の不調を見逃さないで

ストレスチェック実施者は個人のストレスチェック結果を集団ごとに集計・分析し結果は実施者から事業者 に通知されます。

心が疲れやすい今こそ、普段では見逃しがちな労働者の心身の変化に気付く、メンタルヘルス不調を未然に防止し、職場環境の改善に取り組んでいきたいものです。



テレワークでも、意識的にコミュニケーションを図りましょう。