

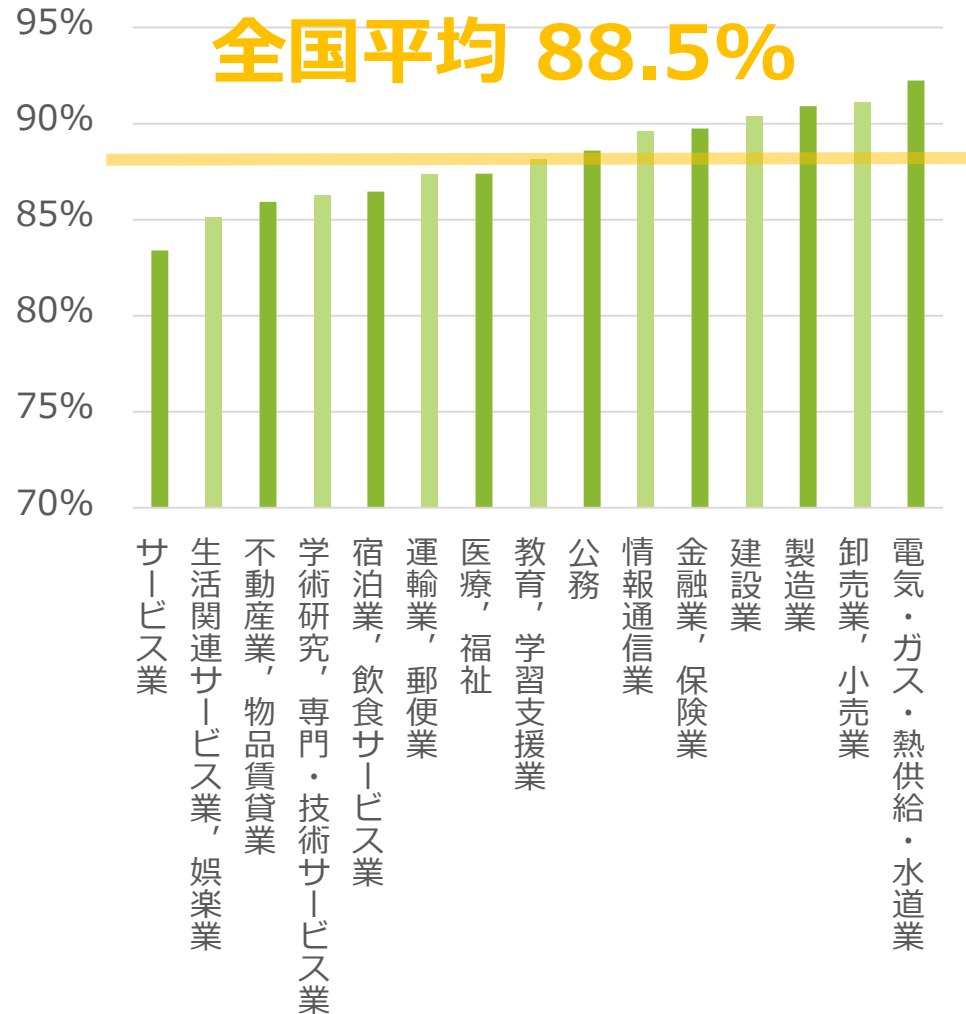
2019年度 ストレスチェックデータから わかること～その2～

株式会社ドクタートラスト
ストレスチェック研究所
研究員 八島

2019年度のストレスチェックデータの傾向

- 受検率90%を超えている企業が6割（全組織の平均受検率は88.5%）
- 高ストレス者率は、2019年度…15.4%（2018年度…16.4%）
- 企業努力次第で受検率は良くなる
- 最も高ストレス者率が高かった業種は、生活関連サービス業・娯楽業
- 最も高ストレス者率が低かった業種は、公務
- 高ストレス者率は30代ごろをピークに年齢を重ねるごとに下がっていく

業種別の平均受検率



厚生労働省発表の平均受検率は**78.0%**

ドクタートラスト受検企業の平均受検率は**88.5%**

厚生労働省より下のようなデータが公表されていますが、
受検率の向上は企業努力次第で改善できます。

2. ストレスチェックの受検状況

- ・在籍労働者のうち、ストレスチェックを受けた労働者は8割。

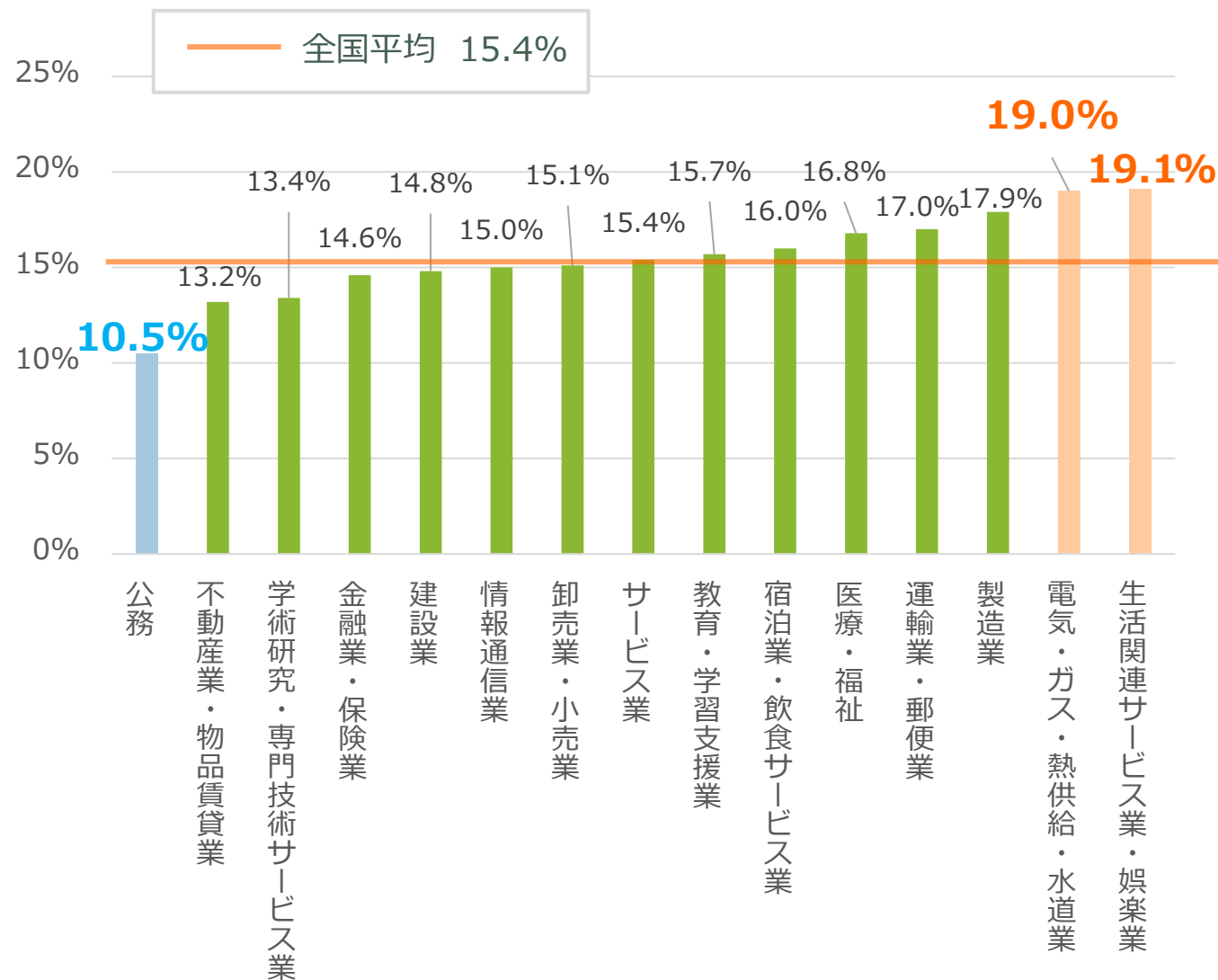
表3 ストレスチェックの受検状況

事業場規模	50~99人	100~299人	300~999人	1000人以上	計
ストレスチェックを受けた労働者の割合	77.0%	78.3%	79.1%	77.1%	78.0%

出所元：厚生労働省「ストレスチェック制度の実施状況」（2017年7月）
<https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000172107.html>

※2019年度ドクタートラスト57項目および80項目ストレスチェック有効受検者199,290人より算出

業種別の高ストレス者率



特徴的なのは「**公務**」。
最も高ストレス者率が高かった企業とくらべると、

9%程も開きが見られます。

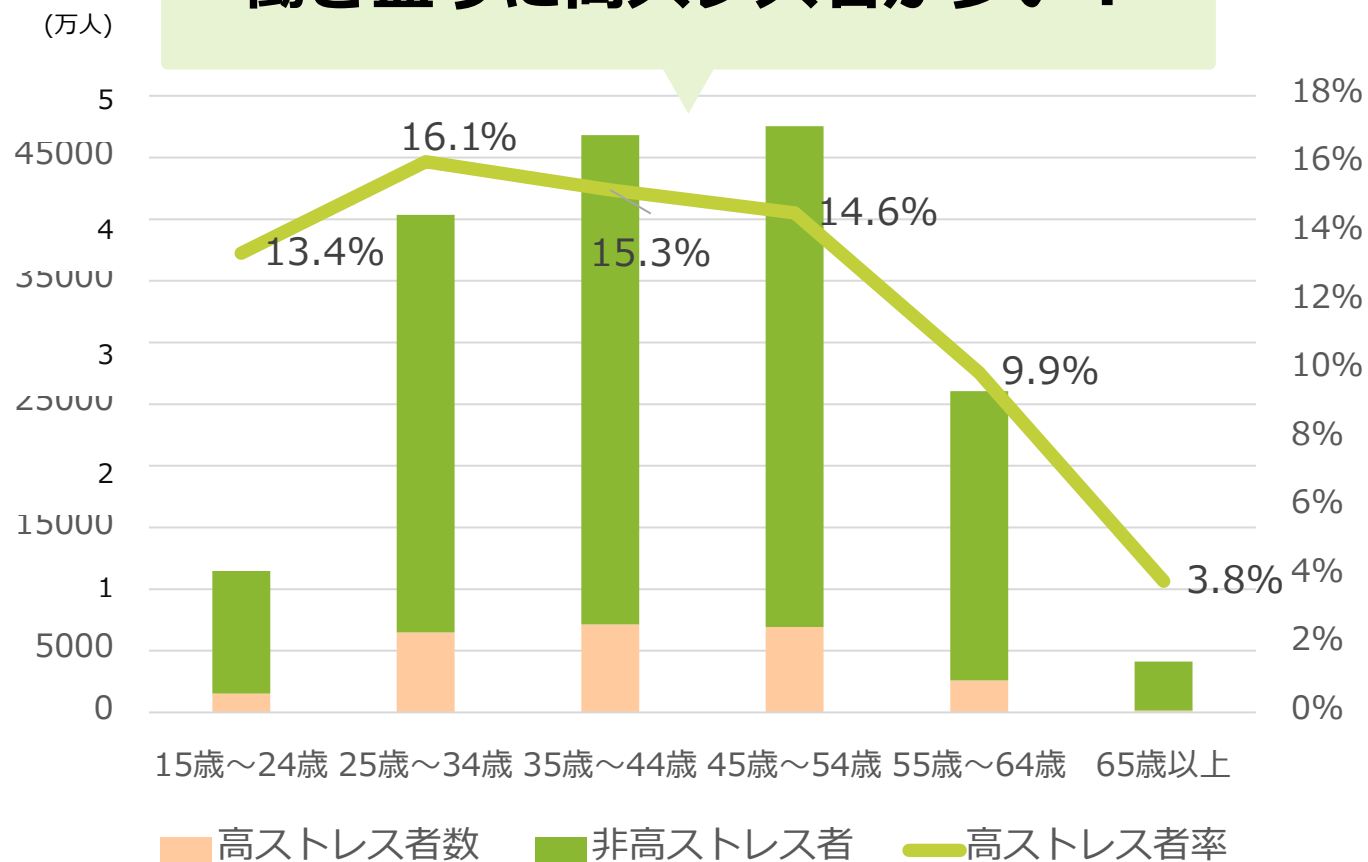
【議題】

貴社の業種平均、または貴社の高ストレス者率を、当グラフと比較検討してみましょう。

※日本標準産業分類に基づく

年代別の高ストレス者率

働き盛りに高ストレス者が多い！



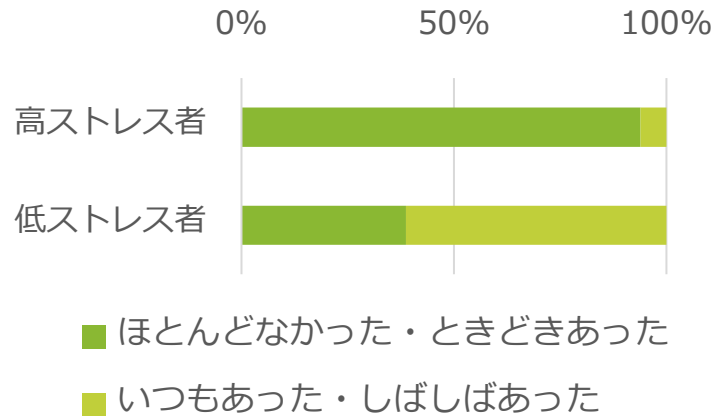
それぞれのライフステージによって、
ストレスの抱え方が異なることを
心に留めておきましょう。



※2019年度ドクタートラスト57項目および80項目ストレスチェック有効受検者のうち年齢データがある176,351人より算出

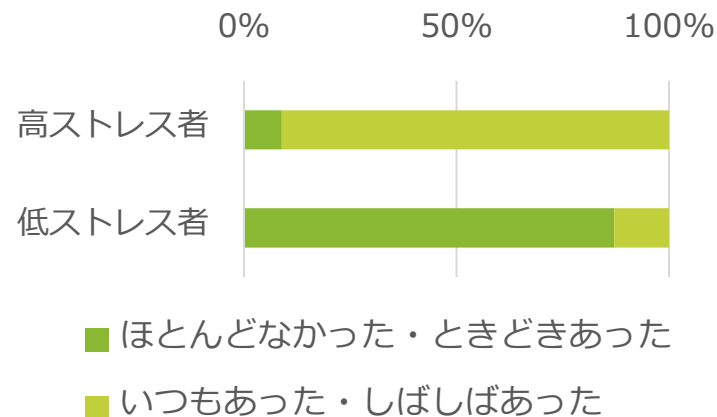
高ストレス者の特徴～ストレス反応～

活気がわいてくる



高ストレス者は、
ストレスの現れ方が特徴的でした。
「低ストレス」の人と比較すると、
これほどの差が見られます。

ひどく疲れた

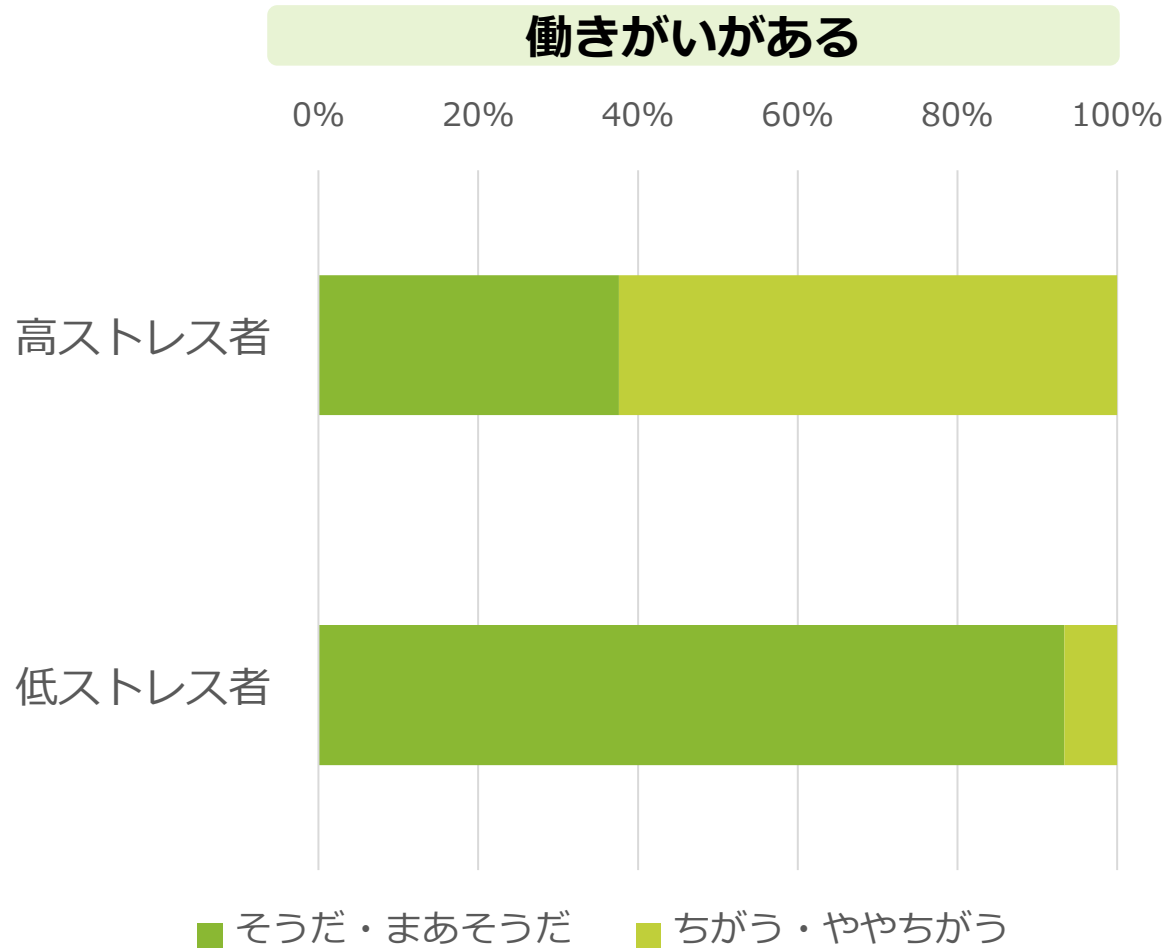


<低ストレス者とは>
ストレスチェックの結果が
良好だった方、つまり
ストレスの低い状態に
ある方のことです。
2019年度の低ストレス者率は
27.8%でした

【議題】

従業員の中で、ひどくやる気のな
さそうな人や疲れ顔の人は
いないでしょうか。
従業員の健康管理のために
考えてみましょう。

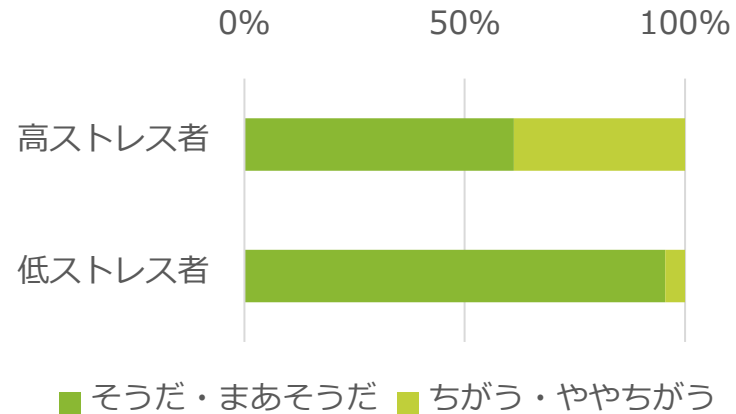
高ストレス者の特徴～パーソナルレベル～



高ストレス者は、
働きがいを感じにくい
状態にあるようです。

高ストレス者の特徴～チームレベル～

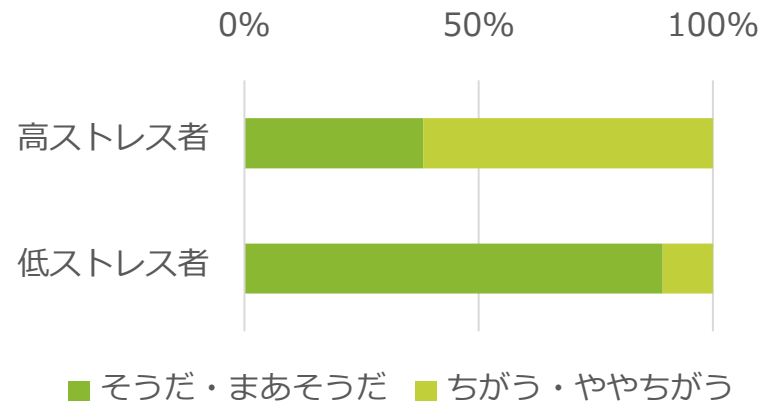
相談を聞いてくれるか



高ストレス者は、
上司は相談に乗ってくれると
感じているようです。



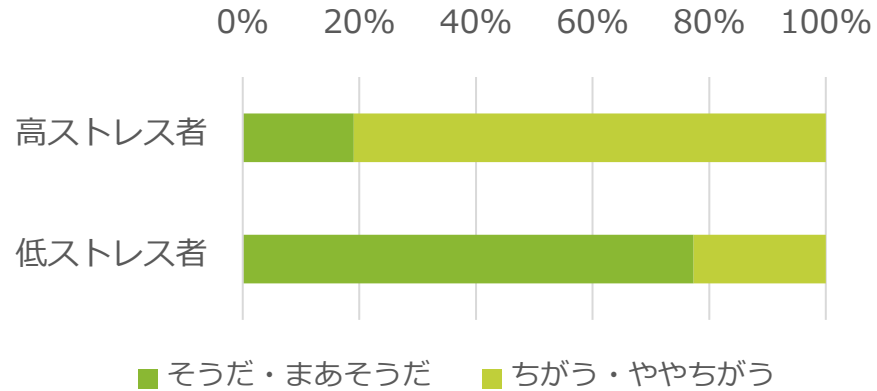
上司は頼りになるか



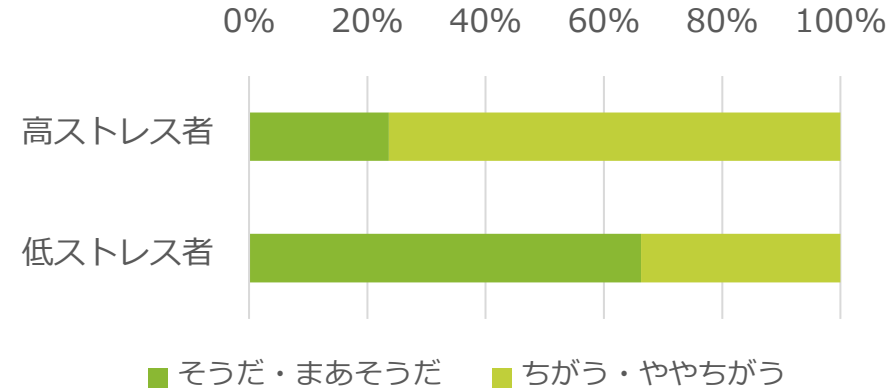
しかし、それを自身の糧にできない、
上司が自身の期待に応えてくれないなど、
何らかの理由で上司へ信頼を向けることが
困難な状態にあるようです。

高ストレス者の特徴～カンパニーレベル～

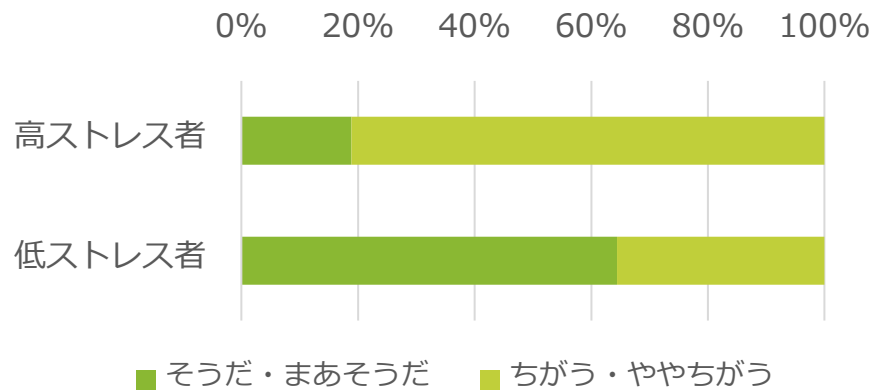
価値観を大事にしてくれる



人事評価の説明が十分



キャリア教育が行われている



従業員のストレスレベルと、
企業の体制整備は深い関係があるようです。
ストレスレスで働ける人は、
企業のことにも信頼できています。



Dr. TRUST 産業医のことなら
ドクターラスト

担当コンサルタントのひとこと

ストレスチェックは、結果を分析することで組織の強みや弱みを見つけられ、それを職場環境改善に活かすことができます。

そのための分析や職場環境改善のご提案等、細かに対応いたしますので、ストレスチェック研究所までお気軽にお問合せください。

動画配信始めました！産業保健の最新情報をお届けします！

チャンネル登録
すると最新動画が
チェックできる **わん!**

ドクターラスト公式 YouTube チャンネル

健康経営セミナー

毎週 動画配信中!!

ドクターラスト YouTube 検索

動画へ!

- ・新型コロナウイルス
予防方法
- ・パワハラ防止法
...など

今話題のトピックについて
専門職が解説いたします。
ぜひチャンネル登録お願い
します!