

令和 7 年度全国労働衛生週間について

(期間) 本期間 10 月 1 日～7 日 準備期間 9 月 1 日～30 日

2025/9/29

樹脂表面処理課安全衛生委員 松下

全国労働衛生週間は、昭和25年に初めて実施されて以来、本年で76回目を迎えます。この間、全国労働衛生週間は、国民の労働安全衛生に関する意識を高揚させ、事業所における自主的労働衛生管理活動を通じた労働者の健康確保に大きな役割を果たしてきたところです。

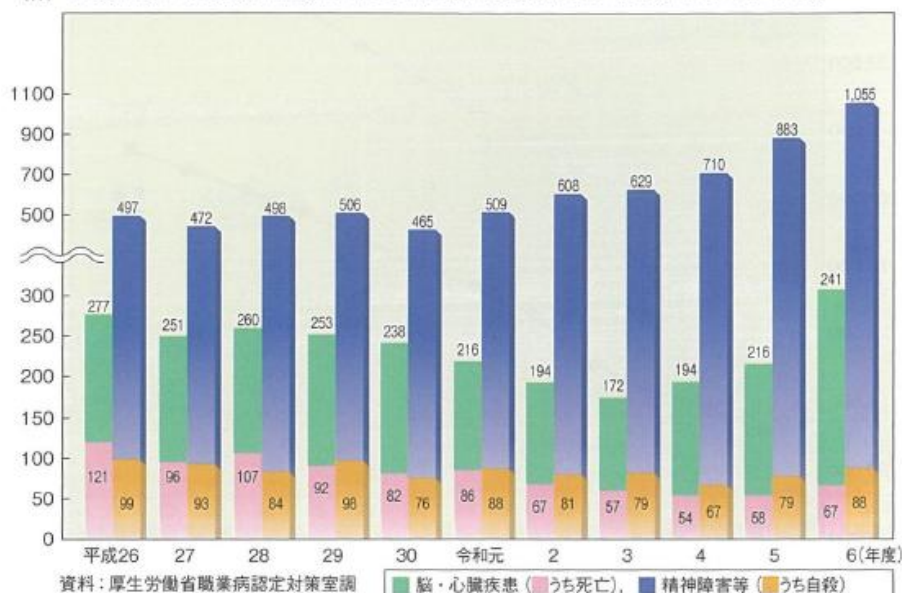
労働者の健康をめぐる状況については、高齢化の進行により、一般健康診断に有所見率が上昇を続けているほか、女性の就業率が上昇し、働く女性の健康問題への対応も課題となっています。

化学物質による健康障害防止については、危険性・有毒性があると区分されたすべての化学物質を対象として、事業者がリスクアセスメントを実施し、その結果に基づき、暴露防止措置を適切に実施する制度（自律的管理）が令和 6 年度に全面施行されています。柿原では、化学物質を業務で主に使用するプラ、金属、塗装で化学物質管理者を各部署で選任し、SDS（安全データシート）の管理、化学物質のリスクアセスメントの実施等を行っています。

また、令和 6 年度の過労死等労災認定件数は全国で 1,296 件、このうち、仕事による強いストレスが原因で精神障害を発病し、労災認定される労働者が 1,055 件と過去最多になっており、メンタルヘルス対策の取組の一層の促進が必要となっています（下図）。

図 7 過重労働による脳・心臓疾患、精神障害等の労災補償支給決定件数の推移

令和 6 年度は過重な労働による脳・心臓疾患に係る労災補償の支給決定件数は241件と前年度比25件の増加、また強い心理的負荷による精神障害等に係る労災補償の支給決定件数は1,055件と前年度比172件の増加となりました。



このような背景を踏まえ、今年度は

「ワーク・ライフ・バランスに意識を向けてストレスチェックで健康職場」

をスローガンとして全国労働衛生週間を展開し、労働衛生意識の高揚、労働衛生管理活動の一層の促進を図ることとします。

今年のスローガンで「ストレスチェック」が取り上げられているので、ご存じだとは思いますが、改めてストレスチェックについておさらいしてみます。ストレスチェックは、労働者にストレスへの気づきを促すとともに、組織のストレス状況把握（集団分析）によりストレスの原因となる職場環境の改善につなげることで、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止を図ることを目的としています。改正労働安全衛生法で 2015 年 12 月に従業員 50 人以上の事業所で義務化されましたが、令和 7 年 5 月に公布された労働安全衛生法等の改正法により、努力義務だった労働者 50 人未満の小規模事業場に対しても義務付けられました。

ストレスチェック制度の概要

ストレスチェックの実施

- 常時使用する労働者に対して、年に 1 回、ストレスチェックを実施することが事業者の義務※になります。

※ストレスチェックとは、事業者が労働者に対して行う心理的な負担の程度を把握するための検査をいいます。
※従業員数 50 人未満の事業場、当分の間努力義務となります。

- ストレスチェックの調査票には、「仕事のストレス要因」、「心身のストレス反応」、「周囲のサポート」の 3 領域を含みます。

面接指導の実施

- 高ストレスと評価された労働者から申出があったときは、医師による面接指導を行うことが事業者の義務になります。
- 事業者は、面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し、必要があると認めるときは、就業上の措置を講じる必要があります。

◎ストレスチェックの結果は直接本人に通知し、本人の同意がない限りは事業者には提供してはいけません。

※会社は全体、部署単位の数値のみ把握できて、個人のストレスチェックの結果を把握できないため、各人が以下の対処の仕方を参考にして自律的に行動することが求められます。

結果ごとの対処の仕方

① 「高ストレス」と判定され、医師面談を勧められたら

➡ 自身の健康のために、面談を申し出ましょう

医師面談を受けるかどうかはあくまで任意ですが、自分一人では変えられない心身の不調に対処するきっかけになります。医師面談を受ける申し出をすると、ストレスチェックの結果を会社側に提供することに同意したとみなされるので、ためらう人もいるかもしれませんが、医師からのアドバイスをもらえるほか、医師から会社側に、働き方を改善するよう指導が行われるので、具体的な対策にもつながります。

② 「ストレスが高い状態」と判定されたら

➡ 負担になっている原因を減らすようにしましょう

- ・上司や同僚に、職場の人間関係を改善する相談をしてみる。
- ・仕事の量や優先順位を、上司や同僚と一緒に見直す。
- ・一人で抱え込まず、家族や友達など身近な人、もしくは産業カウンセラーや信頼できるSNS相談などに相談してみる。
- ・生活リズムを整える。

働く人の
「こころの耳SNS相談」
(厚生労働省)



③ 「ストレスはあまり高くない」と判定されたら

➡ セルフケアを実践して、これからもストレスをためないようにしましょう

- ・睡眠の質を上げる。
- ・適度な運動を習慣化する。
- ・職場でもストレッチして心身両方をリラックス。



ストレスチェックは個人の心身の状態を知る大切なきっかけですが、ストレスの多くは「働き方」や「職場環境」から生じます。真に健康で安心して働ける職場をつくるためには、個人の努力だけでなく「職場全体の働き方や人間関係」を見直すことが欠かせません。

そのカギとなるのが、今年のスローガンにも含まれている「ワーク・ライフ・バランス」です。

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは、働くすべての方々が、『仕事』と育児・介護・趣味・学習・休養・地域活動といった『仕事以外の生活』との調和をとり、その両方を充実させる働き方・生き方」と定義されています。このことは「仕事の充実」と「仕事以外の生活の充実」の好循環を生み、多様性に富んだ活力ある社会を築く重要な基盤となります。

ワーク・ライフ・バランスを実現するためには、職場全体での雰囲気づくりや心地よく働ける人間関係など、職場環境の改善が欠かせません。職場は、一人ひとりの小さな気配りで大きく変わります。お互いを尊重し合い、思いやりのある言葉や行動を心がけ、みんなが安心して働ける環境を一緒に守り育てていきましょう。