

# ストレスチェックの結果を活用していますか？

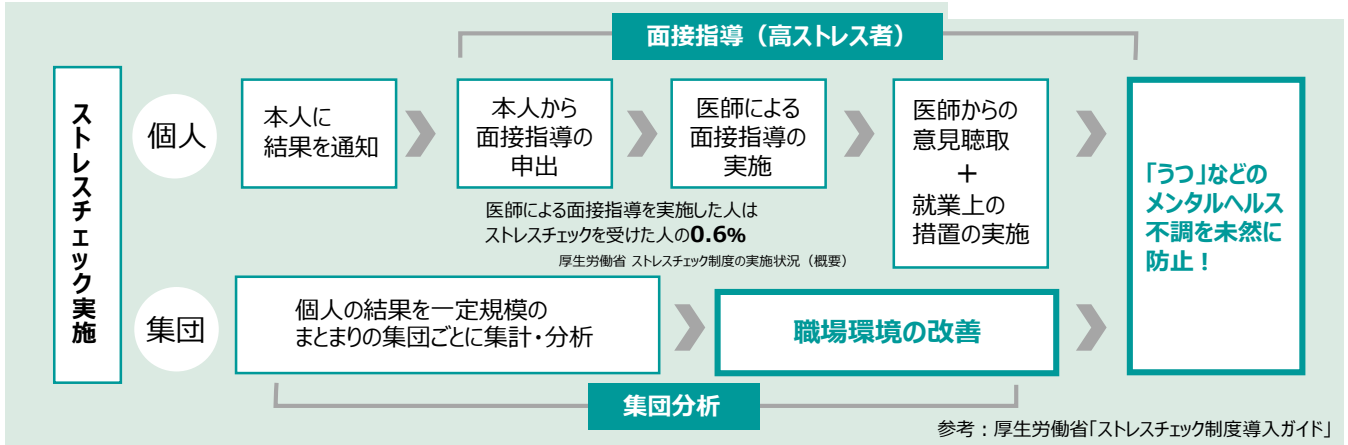
ストレスチェックはメンタルヘルス対策として非常に有効なツールです

## ストレスチェック制度の目的

- ✓労働者のメンタルヘルス不調の未然防止
- ✓労働者自身のストレスへの気づきを促す
- ✓ストレスの要因となる職場環境の改善につなげる



## ストレスチェックの流れ



## 事後フォローサービスの一例

### 〈実施方法〉

- 集合研修：対面・オンライン
- 個別相談：オンライン



個人

高ストレス者へのアプローチができるようになる！  
対象：従業員

研修	セルフケア研修	個人結果の見方・活かし方 ストレスへの対処法 など	60分／1回	71,500円（税込）～
個別相談	看護職による相談指導	高ストレス者に個別にアプローチ 相談のハードルを下げられます 必要時は、医師の面接指導につなげます	45分／1名	11,000円（税込）

集団

集団分析結果を職場環境改善に活かせるようになる！  
対象：管理監督者

おすすめ  
詳細は裏面へ

研修	集団分析結果の見方・活かし方研修	ラインケア・職場環境改善の内容を含む	90分／1回	88,000円（税込）～
個別相談	看護職による相談指導	集団分析結果を踏まえた面談 管理職ならではの悩みに寄り添います	45分／1名	13,200円（税込）

「WEB方式」のストレスチェックも取り扱っています。  
実施にかかる業務を効率化すると事後フォローに力をそそぐことができます。

お問合せ

社会福祉法人 聖隷福祉事業団 保健事業部 営業契約課

TEL 053-477-0587 受付時間：月～金曜日 9時～16時（祝日除く）

email:hoken-eigyou@sis.seirei.or.jp

ご相談・お見積りは無料です。まずはお気軽にご相談ください。

# 管理職向けストレスチェック活用研修

～集団分析結果の見方・活かし方～

ストレスチェック集団分析結果を「**職場環境改善**」へ繋げるヒントをお伝えします。  
 まずは「**集団分析結果**」への理解を深め、  
 ワークを通して自職場の強みに気づき、それを活かした**職場環境改善**の実践に繋げていきましょう。

## 職場環境改善とは？

働く上で従業員を取り巻く環境（作業環境などの物理的な環境から労働時間や職場の人間関係など）を整備すること  
 例：休憩スペースの整備、書類のペーパーレス化、ノー残業デーの周知徹底、メンター制度の導入 etc.

## 《ストレスチェック活用研修》カリキュラム例

対象：所属長、人事・ストレスチェック担当者

※自職場の集団分析結果を見ながら研修に参加

- ・ ストレスチェック制度の概要
- ・ 集団レポートの見方  
 集団レポートの具体的な見方について  
 「高ストレス者」の選定方法と高ストレス者への対応について  
 健康総合リスク
- ・ 個人ワーク  
 集団分析結果から職場の良い点・改善したい点を読み取る
- ・ 職場環境改善のプラン作成練習  
 グループワーク（個人ワーク内容の共有）  
 次回ストレスチェックまでに行えること  
 職場環境改善のポイント

ワークシートで  
プラン作成を  
練習

20XX年度 ストレスチェック集団分析レポート  
ワークシート

所属 \_\_\_\_\_  
 記入者 \_\_\_\_\_  
 記入日 20XX年 月 日

1. 集団分析レポートより 職場の良い点（3つ）  
 ① \_\_\_\_\_  
 ② \_\_\_\_\_  
 ③ \_\_\_\_\_

2. 集団分析レポートより 職場の改善点（3つ）  
 ① \_\_\_\_\_  
 ② \_\_\_\_\_  
 ③ \_\_\_\_\_

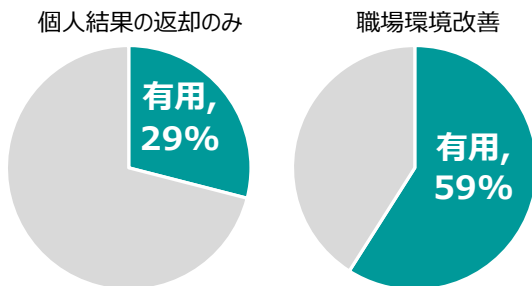
3. 「1」「2」で記入した内容について、職場の現状がどのようになっているか？  
 例) 1-①：朝礼で各個人の業務内容とその日に実施することを共有し、業務負担が  
 偏らないようにしているため、「仕事の能率的負担」のストレスが少ない。

Q. 職場環境改善は効果があるの？  
 忙しくて時間がとれません。

よくある質問

A. 職場環境改善は“効果がある”と  
 多くの研究から報告されています。

### ● ストレスチェック制度の有用性



出典：厚生労働科学研究費補助金労働安全衛生総合研究事業  
 「ストレスチェック制度による労働者のメンタルヘルス不調の予防と職場環境改善効果に関する研究」  
 2015年度～2017年度総合研究報告書

### 職場環境改善の効果

- ・ 従業員のストレス軽減
- ・ 離職率の低下
- ・ 従業員の労働生産性の向上

働き方改革とともに注目されています

実施中の取り組みを活用すれば  
 忙しい業務の合間に進められます

まずは費用がかからない取り組みから行い  
 実施のハードルを下げましょう



## 研修依頼事例

A社（製造業/従業員数600名）

「集団分析結果を職場長に返却しているだけで結果を活用できていない」  
 「人材不足の中、高ストレス職場へ何もできていない」  
 という悩みから管理職向けストレスチェック活用研修

## 《研修後の感想》

職場環境改善を現場で実践できるよう  
 管理職をサポートしていきたいです。

ストレスチェック担当者（人事・総務所属）



職場の見直せる場所を探して部下の意見を聴き  
 風通しのよい場を目指したいと思いました。

製造部門職場長



職場環境改善の取り組みの成果は次回のストレスチェック結果で振り返り翌年に繋げましょう