

## 「メンタルヘルスの取り組み」に関する アンケート調査 要領

公益財団法人 日本生産性本部  
ICT・ヘルスケア推進部  
メンタル・ヘルス研究所

1. 調査票は、2ページから7ページまであります。回答は、あてはまる番号に○印をつけていただくもの、数字や文字を記入していただくものがあります。各設問の指示に従ってご回答を賜りますようお願い申し上げます。
2. ご記入いただきました調査票は、**7月28日（金）まで**に、添付いたしました返信用封筒に同封のうえご返送下さいますようお願い申し上げます。  
  
また、WEB回答画面もご用意しております。WEBでのご回答を希望される方は、以下のURLまたはQRコードよりアクセスいただければと存じます。  
  
<https://forms.office.com/r/Vf4s5eKKLX>  

3. ご回答いただきました内容については、すべて統計的に処理いたしますので、ご回答内容が他に漏れることはございません(最終ページの「個人情報の取扱いについて」をご覧ください)。
4. ご回答いただきました皆様には、メールにて調査結果をお送りいたしますので、調査票の7ページにあります「メールアドレス」欄にご記入をお願いいたします。また、ご希望の方には、御礼として9月開催の「健康いきいき職場づくりフォーラム」シンポジウムへ無料でご招待します。こちらも同様にご希望の有無を記入いただければと存じます。

### <本調査に関するお問合せ先>

公益財団法人 日本生産性本部 ICT・ヘルスケア推進部  
メンタル・ヘルス研究所（担当：飯田・高手・當房・中野）

〒102-8643 東京都千代田区平河町2-13-12

TEL：03-3511-4024 FAX：03-3511-4064

MAIL Mentalhealth@jpc-net.jp



**B. 貴社の「心の病」全般に関する状況についてお尋ねします。**

Q 5. 貴社において、ここ3年間の「心の病」の増減傾向はいかがですか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい。

1. 増加傾向                      2. 横ばい                      3. 減少傾向                      4. わからない

Q 6. 「心の病」はどの年齢層で最も多いですか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい（人数割合でお考えください）。

1. 10～20代                      2. 30代                      3. 40代                      4. 50代以上

Q 7. 「心の病」の主要な原因は何だと思えますか。 該当するものに3つまで○をつけて下さい。

- |                   |                                 |
|-------------------|---------------------------------|
| 1. 本人の資質の問題       | 7. 職場の人間関係                      |
| 2. 本人の生育歴         | 8. 職場のパワーハラスメント                 |
| 3. 家庭の問題          | 9. 昇進や配置転換                      |
| 4. 長時間労働          | 10. 社会環境の変化                     |
| 5. 業務遂行に伴うトラブルや困難 | 11. その他（                      ） |
| 6. 重過ぎる仕事の責任      | 12. わからない                       |

**C. 労働安全衛生法改正により義務化されたストレスチェック制度の取り組み状況についてお尋ねします。**

Q 8. 貴社ではストレスチェックの対象者のうち、実際に受検された方の比率は過去3年間でその比率に変化はありましたか。 該当するもの1つに○をつけて下さい。

1. 比率が高まった                      2. 変化はない                      3. 比率が低下した

Q 9. 貴社では受検者全体のうち、高ストレス者の比率は過去3年間でその比率に変化はありましたか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい。

1. 比率が高まった                      2. 変化はない                      3. 比率が低下した

SQ 9-1. 高ストレス者の選定により、ハイリスク者が的確に把握できましたか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい。

1. 把握できた                      2. 把握できなかった                      3. わからない

Q10. 貴社では受検者全体のうち、実際に面接指導を受けた方の比率は過去3年間でその比率に変化はありましたか。 該当するもの1つに○をつけて下さい。

1. 比率が高まった                      2. 変化はない                      3. 比率が低下した

Q11. 貴社では次のうちどの調査票を用いてストレスチェックを実施しましたか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい。

- |                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| 1. 職業性ストレス簡易調査票（57項目）     | 4. 自社オリジナルの調査票                 |
| 2. 職業性ストレス簡易調査票 簡略版（23項目） | 5. その他（                      ） |
| 3. 新職業性ストレス簡易調査票（80項目）    |                                |

**Q12. 貴社ではストレスチェック制度をどのような目的で実施されていますか。  
該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| 1. 法制義務化対応のため            | 5. 職場の活性化を図るため    |
| 2. セルフケアによる不調者発生予防のため    | 6. 従業員の活性化を図るため   |
| 3. ラインケアによる不調者早期発見・対応のため | 7. 企業・組織の生産性向上のため |
| 4. 職場環境改善のため             | 8. その他 ( )        |

**Q13. 職場環境改善措置の取り組み状況について、それぞれ該当するものすべてに○をつけて下さい。**

1. ワークショップやディスカッションなど、従業員参加型による意見交換の場の設定
2. 声かけや挨拶の奨励など、職場のコミュニケーション活性化を促すこと
3. 管理職研修や職場風土の改善など、職場のマネジメントに関すること
4. 作業量軽減や休暇の奨励など、従業員が働きやすい環境（制度・習慣）をつくること
5. 休憩場所の整備や空調・照明設備の快適化などの物理的措置
6. その他 ( )
7. 特に実施していない

**Q14. ストレスチェックに関する一連の取り組みの中で、課題になったのはどのようなことですか。  
該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                        |                        |
|------------------------|------------------------|
| 1. 実施にかかる費用（費用対効果）     | 10. ストレスチェック項目の妥当性     |
| 2. 外部委託業者との連携          | 11. 医師面接勧奨者が面接を希望しないこと |
| 3. 従業員への周知・実施への理解      | 12. 高ストレス者への面接以外のフォロー  |
| 4. 経営層の理解              | 13. 面接実施医師の確保          |
| 5. セキュリティの確保・プライバシーの保護 | 14. 集団分析結果の周知の範囲と方法    |
| 6. 受検率の低下（確保）          | 15. 集団分析結果の活かし方        |
| 7. 受検者が正直に回答すること       | 16. 職場環境改善における現場の理解    |
| 8. 取り組み自体の形骸化          | 17. その他 ( )            |
| 9. 実施事務部門の作業負荷         | 18. 特に課題はない            |

**Q15. 貴社では、ストレスチェックも含めたメンタルヘルス施策の効果について、どのような指標で評価  
していますか。 該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                 |             |               |
|-----------------|-------------|---------------|
| 1. 不調者（休職者）数の減少 | 5. 復職成功率の上昇 | 9. 顧客満足度の上昇   |
| 2. 医療費の減少       | 6. 離職率の低下   | 10. 従業員満足度の上昇 |
| 3. 社内外への相談件数    | 7. 欠勤率の低下   | 11. その他 ( )   |
| 4. 再発率の低下       | 8. ミスや事故の減少 | 12. 評価はしていない  |

**Q16. 貴社で取り組んでいるストレスチェックも含めたメンタルヘルス施策の効果はいかがですか。  
該当するもの1つに○をつけて下さい。**

- |                |                |              |
|----------------|----------------|--------------|
| 1. 十分効果が出ている   | 3. あまり効果が出ていない | 5. どちらとも言えない |
| 2. まずまず効果が出ている | 4. 全く効果が出ていない  |              |

**D. 貴社の働き方改革・従業員の健康（ウェルビーイング）経営施策についてお尋ねします。**

**Q17. 現在、貴社ではどのような時間・場所に関する働き方施策に取り組んでいますか。  
該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |          |                                   |
|----------|-----------------------------------|
| 1. 時差出勤  | 4. サテライトオフィス、テレワークセンター等の特定の施設での勤務 |
| 2. 短時間勤務 | 5. その他（ <input type="text"/> ）    |
| 3. 在宅勤務  | 6. 特になし                           |

**SQ17-1. テレワーク（前問の3，4）の対象者は、4－6月の期間で全従業員のうち概ねどの程度の割合でしたか。数字を整数でご記入下さい（該当者なしの場合は「0」と記載下さい）。**

約 

--	--	--

 %

**SQ17-2. テレワークを導入した組織の方に伺います。対象者は、1週間のうち平均何日程度  
テレワークを行っていましたか。該当するもの1つに○をつけて下さい。**

1. 平均1日以下      2. 平均2日程度      3. 平均3日程度      4. 平均4日程度      5. 平均5日以上

**Q18. 働き方施策を行う上で、労務管理面でどのような課題があると思いますか。  
該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                     |                                |
|---------------------|--------------------------------|
| 1. 仕事の成果の適切な評価      | 6. 勤務時間管理                      |
| 2. 仕事振り（プロセス）の適切な評価 | 7. 従業員の孤独感や疎外感                 |
| 3. オフィス勤務者との評価の公平性  | 8. 従業員の健康維持や勤務中の事故             |
| 4. 上司・先輩からの指導の難しさ   | 9. その他（ <input type="text"/> ） |
| 5. 従業員の業務報告の負担      | 10. 特に課題は感じていない                |

**Q19. 現在、貴社では従業員のウェルビーイング（健康、幸福、活力）向上のために、どのような施策に取り組んでいますか。該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                          |                                      |
|--------------------------|--------------------------------------|
| 1. 柔軟な勤務時間制度の導入          | 7. 仕事での従業員の主体性・選択の尊重                 |
| 2. 働く場所の柔軟な設定（在宅・サテライト等） | 8. ハラスメント対策の推進                       |
| 3. 健康経営®・健康増進施策の推進       | 9. ダイバーシティ・エクイティ&インクルージョン（DE&I）施策の充実 |
| 4. キャリア開発・リスクリングの促進      | 10. 従業員エンゲージメント向上施策の充実               |
| 5. オフィス環境の見直し・整備         | 11. コミュニケーション活性化施策の充実                |
| 6. 福利厚生（保養所・保険等）の充実      | 12. その他（ <input type="text"/> ）      |
|                          | 13. 特に取り組んでいない                       |

**Q20. 今後、貴社では従業員のウェルビーイング（健康、幸福、活力）向上のために、どのような施策に取り組んでいきますか。該当するものすべてに○をつけて下さい。**

- |                          |                                      |
|--------------------------|--------------------------------------|
| 1. 柔軟な勤務時間制度の導入          | 7. 仕事での従業員の主体性・選択の尊重                 |
| 2. 働く場所の柔軟な設定（在宅・サテライト等） | 8. ハラスメント対策の推進                       |
| 3. 健康経営®・健康増進施策の推進       | 9. ダイバーシティ・エクイティ&インクルージョン（DE&I）施策の充実 |
| 4. キャリア開発・リスクリングの促進      | 10. 従業員エンゲージメント向上施策の充実               |
| 5. オフィス環境の見直し・整備         | 11. コミュニケーション活性化施策の充実                |
| 6. 福利厚生（保養所・保険等）の充実      | 12. その他（ <input type="text"/> ）      |
|                          | 13. 特に取り組む予定はない                      |

**E. 貴社の組織状態についてお尋ねします。**

Q21. 貴社の組織状態を表現するものとして、以下の事柄はどの程度当てはまると思われますか。  
それぞれ該当するもの1つに○をつけて下さい。

	そう 思う	やや そう 思う	思わ ない あまり そう	思わ ない そう
① 個人で仕事をする機会が増えた	1	2	3	4
② 従業員が組織・職場とのつながりを感じにくくなっている	1	2	3	4
③ 職場※に人を育てる余裕がなくなっている	1	2	3	4
④ 仕事の全体像や意味を考える余裕が職場になくなってきている	1	2	3	4
⑤ 職場での助け合いが少なくなった	1	2	3	4
⑥ 職場でのコミュニケーションの機会が減った	1	2	3	4
⑦ 会社の理念や経営方針は従業員に浸透している	1	2	3	4
⑧ 求められる仕事の量が非常に多い	1	2	3	4
⑨ 求められる仕事の質が非常に高い	1	2	3	4
⑩ 管理職はマネージャーよりプレイヤーとしての意識が強い	1	2	3	4
⑪ 職場ではあいさつが交わされている	1	2	3	4
⑫ 職場では管理職から部下に声掛けが行われている	1	2	3	4
⑬ 職場では同僚間で声掛けが行われている	1	2	3	4
⑭ 自分に自信のない社員が増えている	1	2	3	4
⑮ 将来に見通しを持っている社員が多い	1	2	3	4
⑯ 規範（モラル）に対する意識が弱まっている	1	2	3	4
⑰ 仕事と仕事以外のバランスが取れている	1	2	3	4
⑱ 職場・組織の生産性は向上している	1	2	3	4

※「職場」とは、仕事を行う場（テレワーク等での情報空間を含む）。

Q22. 貴社の組織の取り組みとして、以下の事柄はどの程度当てはまると思われますか。  
それぞれ該当するもの1つに○をつけて下さい。

	と ても そう 思う	そう 思う	思わ ない あまり そう	そう 思わ ない	特 に 取 組 み は 行 っ て い な い
① 従業員の健康増進の取り組み（健康経営）の効果があがっている	1	2	3	4	5
② パワハラ・セクハラ等のハラスメント対策の効果があがっている	1	2	3	4	5
③ 残業時間規制等の長時間労働対策の効果があがっている	1	2	3	4	5
④ テレワークやサテライトオフィス等の場所に縛られない働き方改革の効果があがっている	1	2	3	4	5

