

## およそ6割の企業がストレスチェックを利用した職場環境改善を実施

### 産業保健活動の実態調査とストレスチェックコンサルタントからのアドバイス

国内最大級の産業医紹介サービスを行っている株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦、以下「ドクタートラスト」）では、企業の産業保健活動についてアンケート調査を行い、産業保健活動を担う衛生管理者や人事総務担当者、産業医、保健師などの175人から回答を得られました。

その結果、全体のおよそ6割の企業が、ストレスチェックにおける集団分析を活用した職場環境改善を実施しており、昨今の健康経営に対する意識の高まりを反映する結果となりました。また、産業保健活動実施の有無にかかわらず、1on1ミーティングを実施している企業の割合が6割を超えていることが明らかになっています。

以下では、産業保健活動の実態調査結果、および「産業保健活動としての1on1ミーティングの有効性」について、ストレスチェックコンサルタントによる解説を紹介します。

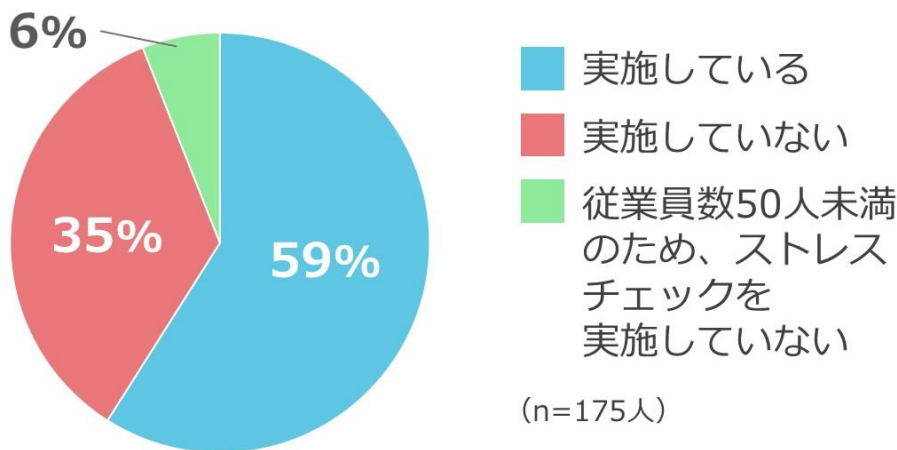
### 結果概要

- ・ およそ6割の企業が職場環境改善への取り組みを実施
- ・ 職場環境改善を実施しない主な理由は「経営層の意識が低い」「職場環境改善の実施方法が分からない」
- ・ 6割超の企業が1on1ミーティングを実施

## アンケート結果

### 1. およそ6割の企業がストレスチェックの集団分析を活用した職場環境改善を実施

#### 集団分析を活用した職場環境改善の実施状況



© 2024 Doctor Trust Co., Ltd.

図 1

図 1 は「ストレスチェックにおける集団分析を活用した職場環境改善の実施状況」の設問に対する回答結果です。

ストレスチェックの集団分析結果を活用した職場環境改善は、努力義務にとどまっていますが、メンタルヘルス不調の未然予防だけでなく生産性を向上させる効果もあり、実施が望ましいとされています。

今回のアンケートでは、回答者全体の約 6 割となる 103 社がストレスチェックの集団分析結果を活用した職場環境改善を実施しており、多くの企業が労働環境に配慮した取り組みを行っていることがわかりました。

また、「どんな職場環境改善施策を実施しているか」についても回答を得ることができました。以下では、その中でも多くの企業が取り組んでいた職場環境改善施策を紹介します。

#### 回答内容（一部抜粋）

##### <職場環境改善の具体的な取り組み>

- ・ 産業医面談の勧奨、地域の産業保健センターの面談を斡旋
- ・ 部署内での話し合いの場を設ける
- ・ 衛生委員会やアンケートで意見の吸い上げを行う
- ・ 管理職への研修やフィードバックを実施する
- ・ 1on1 ミーティングの導入

そのほかにも、時短勤務の導入や有給取得の奨励、産業医による講話の実施などを挙げる企業もありました。

#### 2. 企業が職場環境改善を実施しない主な理由は「経営層の意識が低い」「職場環境改善の実施方法が分からない」

全体の約 6 割が集団分析を利用した職場環境改善を実施している一方で、実施していない企業も 62 社（従業員 50 人未満の企業は除く）ありました。

これらの企業に自由記入形式で「職場環境改善を実施しない理由」を答えてもらったうち、特に多かったものを図 2 ではご紹介しています。

#### 職場環境改善を実施しない理由（一部抜粋）

経営層の意識が低い	6
職場環境改善の実施方法が分からない	5
高ストレス者がおらず職場環境改善に着手する必要がない	3
職場環境改善の施策に効果がないから実施しない	3
ストレスチェック結果から改善点を見つけられない	2
産業医が不在、または訪問時間が短いため職場環境改善が実施できない	2

© 2024 Doctor Trust Co., Ltd.

図 2

最も多かった回答が企業側（経営層）の意識の低さへの指摘です。社会全体として「健康経営」の意識が高まりつつあるものの、いまだ浸透しきっていない現状がうかがえます。また、「職場環境改善の実施方法が分からない」「ストレスチェック結果から改善点を見つけられない」など、ストレスチェックや集団分析の活用方法に苦慮している企業も散見されました。

### 3. 全体の6割を超える企業が1on1ミーティングを実施

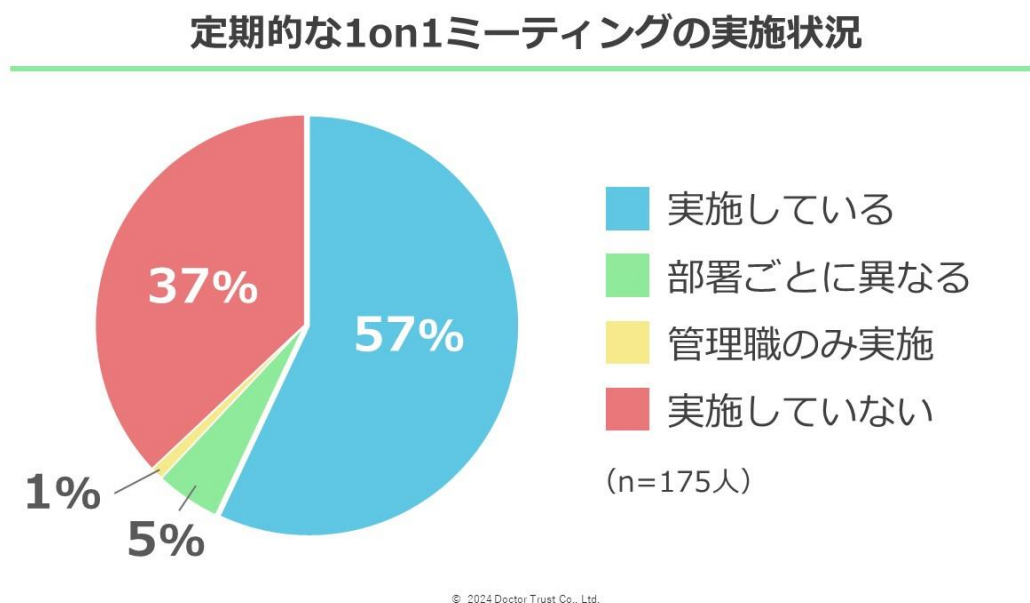


図 3

前述の、職場環境改善の具体的な取り組みを問う設問にも「1on1 ミーティングの導入」という回答があることからわかるとおり、産業保健活動の一環として 1on1 ミーティングを導入する企業が増えてきています。

図 3 は「定期的な 1on1 ミーティングの実施状況」の設問に対する回答結果を集計したものです。

「実施している」「部署ごとに異なる」「管理職のみ実施」を合わせた割合は 63%（89 社）であり、全体の 6 割を超える企業が定期的な 1on1 ミーティングを実施していることがわかりました。

## コンサルタントによる解説

### 1. 職場環境改善の重要性

職場環境の改善は、メンタルヘルス不調を未然防止するだけでなく、従業員一人ひとりの持っている能力を最大限に引き出し、社内全体の生産性向上につながります。また、近年は労働人口の減少により、優秀な人材の確保が難しくなっているため、労働環境を整備し、「働きやすさ」を社内外へ発信することの重要性は日々高まっていると言えるでしょう。

近年、企業さまから「集団分析結果を受け取ったが、どう活用すればよいかわからない」というお声を多くいただいております。まずは、結果を適切に読み解き、経営層や管理職などへストレスチェックの結果をしっかりと説明し、現状を把握することが大切です。

ストレスチェックは高ストレス者を見つけるだけでなく、疾病休業が起こるリスクや、従業員の心理的な負担を軽減します。また、併せて集団分析を実施することで、部署や年代別のストレス状況や従業員の満足度状況など、職場環境改善のヒントを得ることができます。

### 2. 1on1 ミーティングの有用性とは

1on1 ミーティングは、業務の進捗確認や従業員の成長促進・支援、上司と部下の信頼関係を深める目的があり、近年、導入が広がっています。上司と部下の信頼関係構築には普段のコミュニケーションが必要不可欠ですが、定期的な 1on1 ミーティングは、部下が悩みを相談できる機会にもなります。こうした上司のサポートはストレスを緩衝する要因になり、メンタルヘルス不調を防止します<sup>※1</sup>。

1on1 ミーティングの導入を検討している企業さまは、上司と部下のコミュニケーション手段の一つとして活用してはいかがでしょうか。また、すでに実施している企業さまも、実施の目的や方法の見直しを行うことで、より高い職場環境改善効果が期待できます。

※1 厚生労働省「[こころの健康気づきのヒント集](#)」（2013 年）



#### 解説：千葉晶子（株式会社ドクターラスト ストレスチェック研究所 コンサルタント）

「多くの人々に健やかに働いてほしい」という願いからドクターラストに入社。ストレスチェックの集団分析結果を専門に扱うアナリストとして、累計 200 万人分のビッグデータからはたらく人たちの課題をあぶりだしてきた。現在はコンサルタントに転じ、規模や業種を問わず多種多様な企業の職場環境改善施策を支援している。

## 調査概要

---

期間：2023年11月28日～2024年1月31日

地域：全国

回答数：175人

方法：ドクタートラストメールマガジン「ドクタートラストニュース」にてアンケートフォーム URL を送信

## ドクタートラストについて

---

**株式会社ドクタートラスト** <https://doctor-trust.co.jp/>

株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦）は企業ではたらく人の健康管理を専門に受託している会社です。産業医（国内第1位<sup>※</sup>）や保健師などの医療資格者が企業を訪問の上、健康診断結果に基づく健康指導、過重労働者面談を行います。また、200万人超のビッグデータに基づく職場環境改善コンサル「STELLA」や、外部相談窓口サービス「アンリ」、健康管理システム「エールプラス」もご好評いただいております。その他 ストレスチェック、健康経営セミナー、衛生委員会のアドバイスなど、さまざまな業務を実施します。<sup>※</sup>帝国データバンク調べ

### サービスに関するお問合せ

株式会社ドクタートラスト 健康経営推進本部

TEL：03-3464-4000（代表）

企業さま用お問合せフォーム：<https://doctor-trust.co.jp/form/doctor/>