

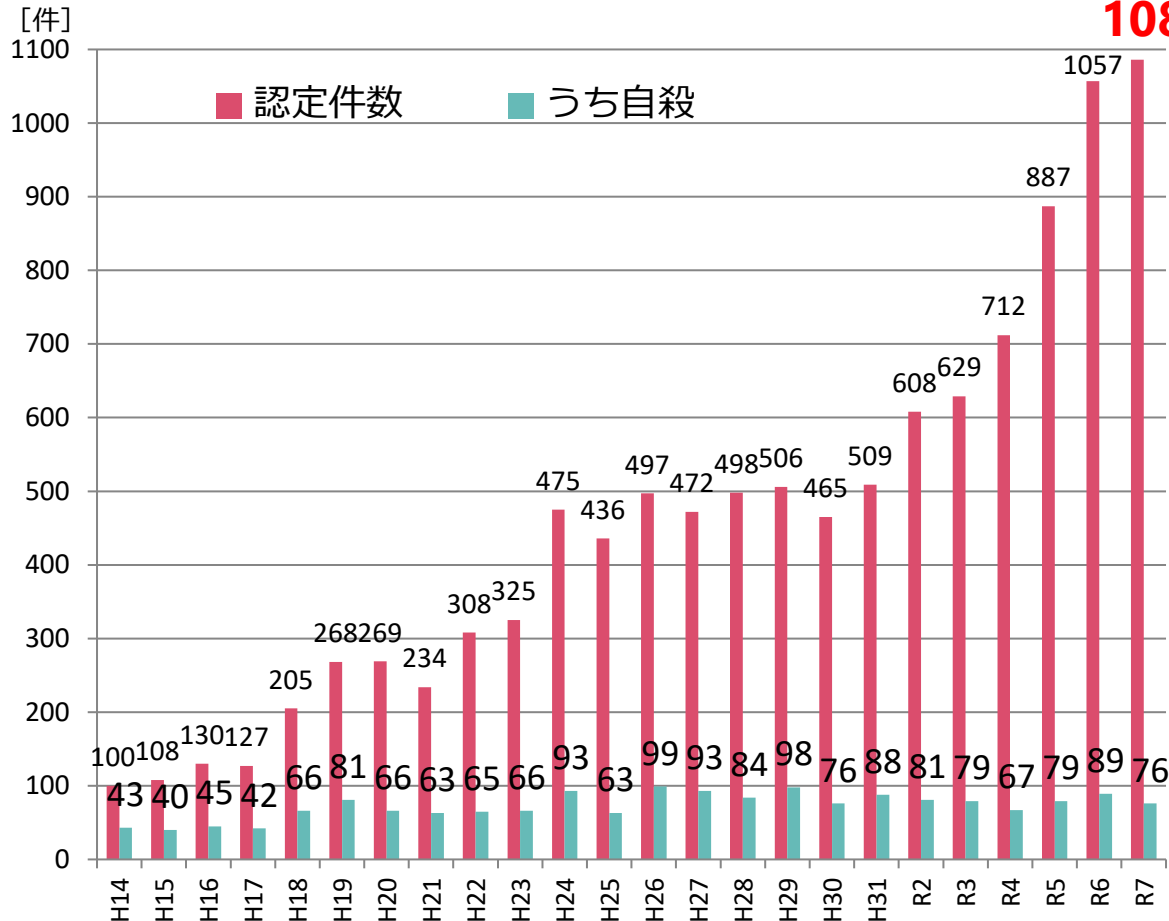
職場におけるメンタルヘルス対策

令和8年10月13日（火）
令和8年度 職場のメンタルヘルスシンポジウム

厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 労働衛生課
課長 諸富 伸夫

精神障害の労災認定の状況

精神障害の労災補償状況



(注1) 自殺には未遂を含む。

(注2) R2以降は、労働者災害補償保険法の改正により令和2年9月から保険給付の対象となった複数業務要因災害を含む。

【支給決定件数における「業務災害」と「複数業務要因災害」の内訳】

	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
業務災害	608 (81)	629 (79)	710 (67)	883 (79)	1055 (88)	1082 (76)
複数業務要因災害	0 (0)	0 (0)	2 (0)	4 (0)	2 (1)	4 (0)

※ () 内は自殺(未遂を含む)の件数で、内数。

出来事別支給決定件数(上位10項目)
(令和7年度)

	出来事の種類	支給決定件数※
1	パワーハラスメント	222 (12)
2	セクシュアルハラスメント	127 (2)
3	顧客・取引先・施設利用者等からの著しい迷惑行為	127 (1)
4	仕事内容・仕事量の(大きな)変化	113 (17)
5	悲惨な事故や災害の体験・目撃	110 (1)
6	特別な出来事	74 (6)
7	同僚等からの暴行又はひどいじめ・嫌がらせ	62 (3)
8	(重度の)病気やケガ	43 (6)
9	1か月に80時間以上の時間外労働	42 (7)
10	上司とのトラブル	37 (2)

※ () 内は自殺(未遂を含む)の件数で、内数。

出典：過労死等の労災補償状況

小規模事業場における労働者のメンタルヘルスの状況

- 労災認定件数を事業場規模別に見ると、事業場規模にかかわらず発生している。

令和5年度の精神障害の労災支給決定件数／事業場規模別 ^{※1}

	全体	10人未満	10-29人	30-49人	50-99人	100-299人	300人以上
精神障害の 労災支給 決定件数 ^{※2}	877件 (100)	136件 (15.5)	199件 (22.7)	100件 (11.4)	114件 (13.0)	147件 (16.8)	181件 (20.6)
労働者数 ^{※3}	55,143,895人 [100]	9,287,959人 [16.8]	13,152,068人 [23.9]	6,491,004人 [11.8]	7,505,914人 [13.6]	8,700,101人 [15.8]	10,006,849人 [18.1]

※1 事業場規模は調査時点（令和6年度）。労災支給決定時点とは異なる場合がある。

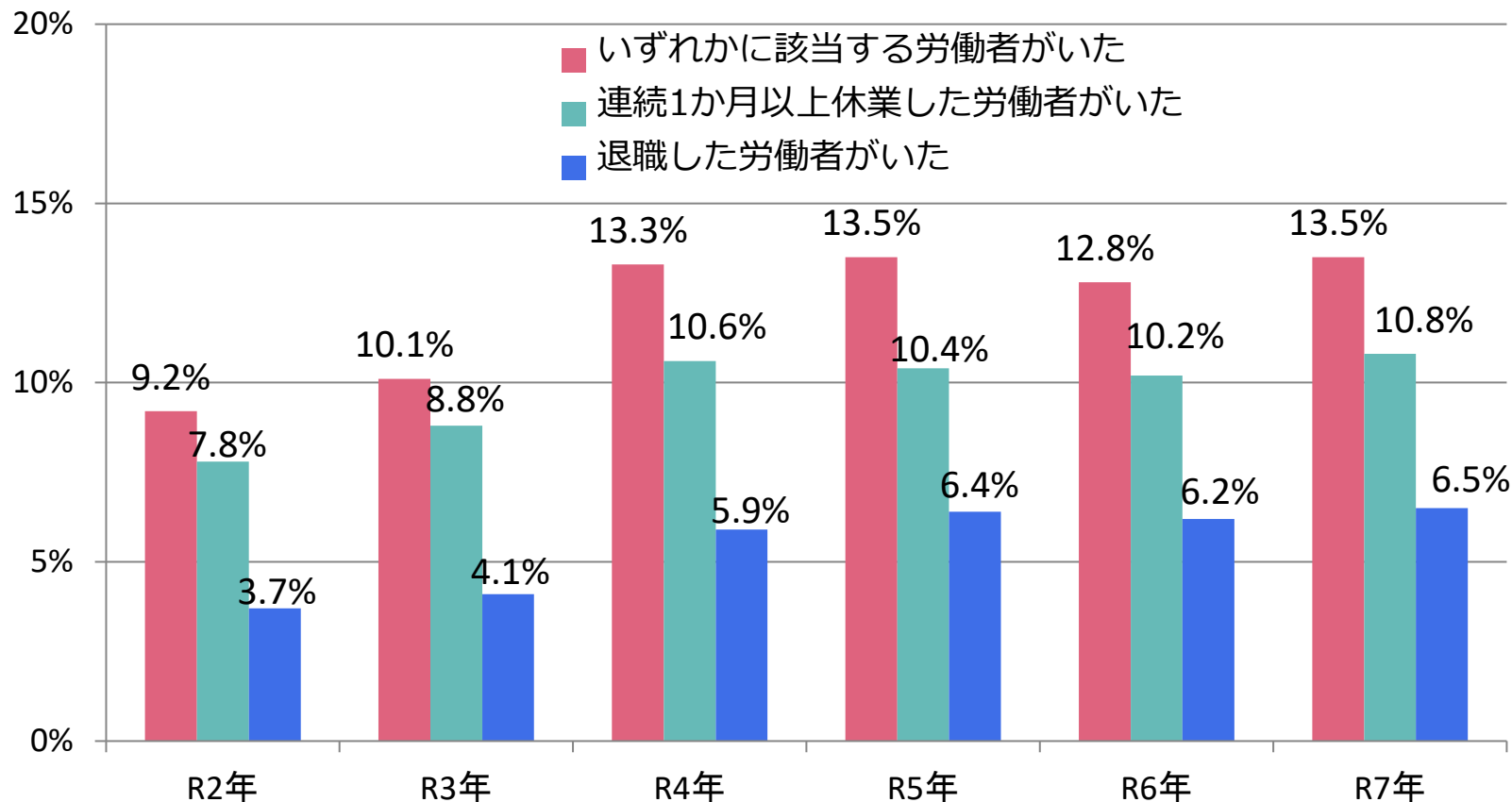
※2 令和5年度の労災支給決定件数883件の内、事業廃止のほか事業場としての存続不明な6件を除く877件。

※3 労働者数は令和3年経済センサス-活動調査（総務省統計局）における調査票情報をもとに、厚生労働省労働基準局が独自集計。令和3年6月1日時点。

出典：労災支給決定件数は令和5年度「過労死等の労災補償状況」を基に加工
労働者数は令和5年「労働基準監督年報」

メンタル不調により休業または退職した労働者がいる事業所の割合

メンタルヘルス不調により連続1か月以上休業又は退職した労働者がいる事業場割合は、近年上昇傾向にあり、1割を超えて推移



出典：厚生労働省 労働安全衛生調査（実態調査）

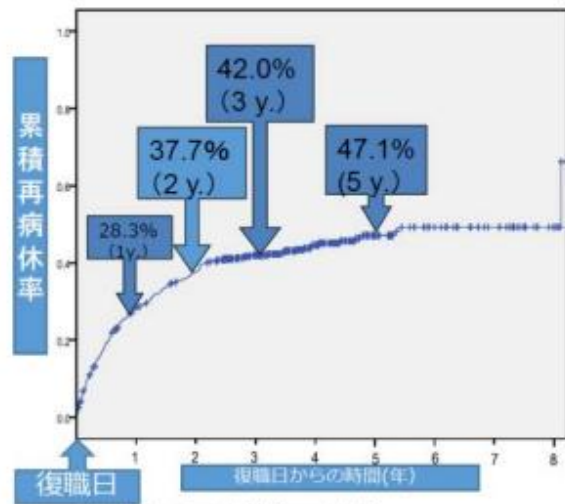
メンタルヘルス不調による休職期間

出典：厚生労働省労災疾病臨床研究事業費補助金「主治医と産業医の連携に関する有効な手法の提案に関する研究」（H26-28）

○ メンタルヘルス不調による病休期間(1回目)は平均94.6日(約3か月)

※ なお、復職後再病休したケースでは、病休期間は1回目は平均107日（約3.5か月）、2回目は平均157日（約5か月）で、2回目の病休日数が長くなる傾向。

○ メンタルヘルス不調となった労働者の約半数が復職後再病休



復職後の再病休率の推移

	復職日から1年	2年	3年	5年
累積再病休率	28.3%	37.7%	42.0%	47.1%

特に最初の1年は、再発に要注意

改正労働安全衛生法の概要（小規模事業場におけるストレスチェックの実施義務化）

背景

- 職場のメンタルヘルス対策については、メンタルヘルス不調の未然防止の強化を目的として、平成27年12月にストレスチェック制度が導入されたが、労働者数50人未満の事業場は努力義務にとどまっていた。
- 近年、精神障害の労災支給決定件数が増加傾向、小規模事業場においても多数発生しており、事業場規模にかかわらずメンタルヘルス対策の推進が課題。

改正内容

- **令和7年5月に公布された改正労働安全衛生法により、ストレスチェックについて、労働者数50人未満の事業場にも実施を義務化。**

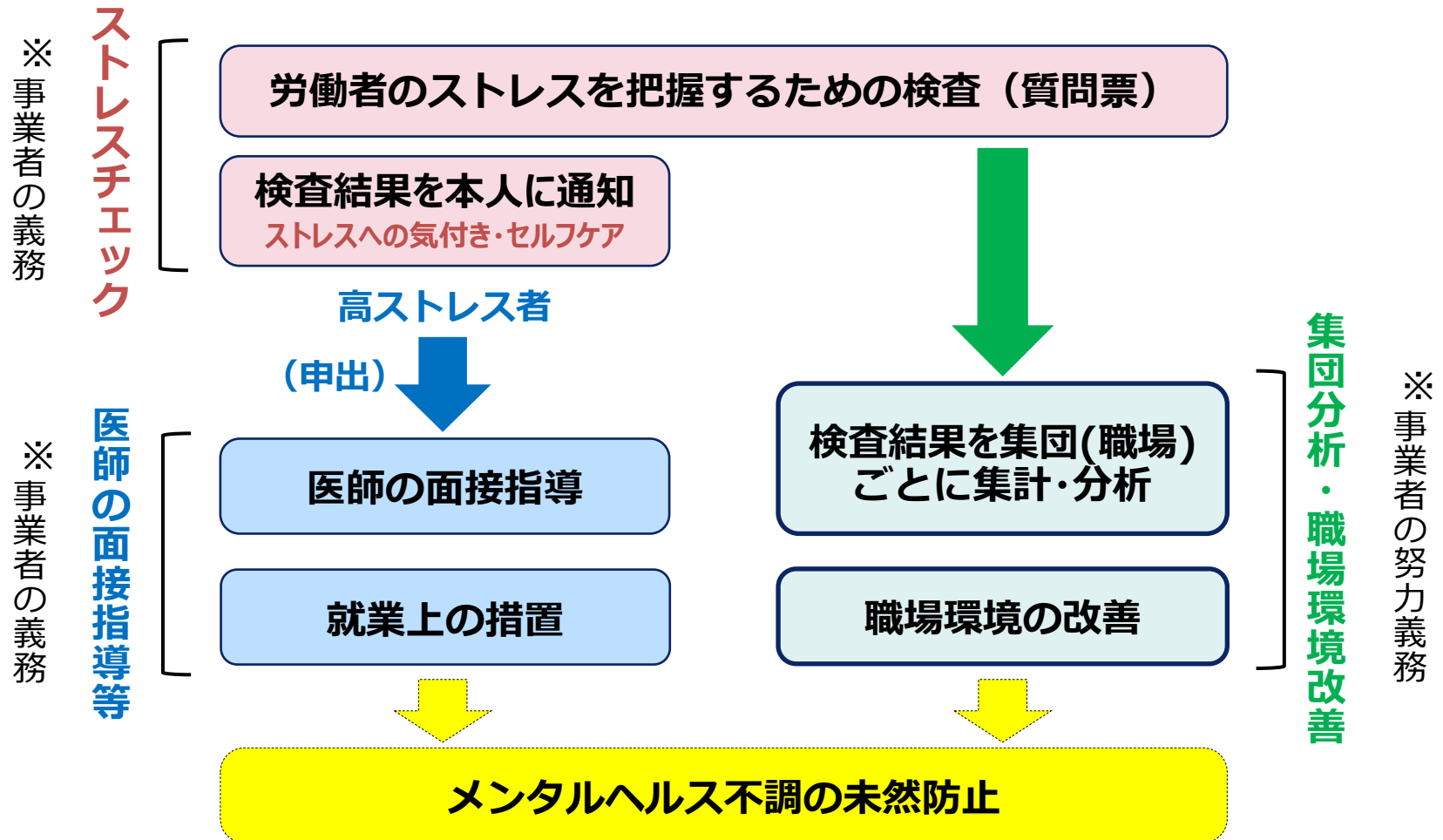
※ 小規模事業者が円滑に制度改正に対応できるよう、

- ・ 50人未満の事業場に即した、労働者のプライバシーが保護され、現実的で実効性のある実施体制・実施方法についての**マニュアルの作成**（令和8年2月公表）
- ・ 医師の面接指導の受け皿となる**地域産業保健センター（地さんぽ）の体制拡充**等の支援策を講じていく。

また、50人未満の事業場の負担等に配慮し、十分な準備期間を設ける。

⇒ **施行期日は令和10年4月1日**

ストレスチェック制度の大まかな流れ

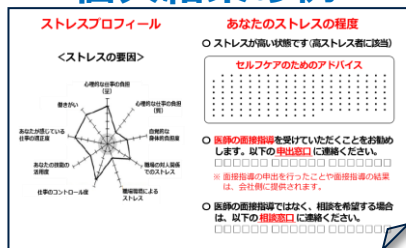
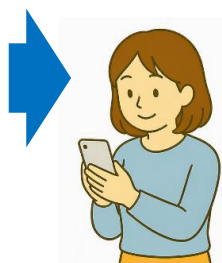


ストレスチェック結果の取扱と活用

ストレスチェック（検査）

ストレスチェック（検査）の個人結果の通知は、プライバシー保護の観点から、**労働者本人**に直接通知され、基本的に事業者には提供されません。

個人結果の例



労働者各自が、個人結果をもとに、自覚しにくいストレスに**気付き、セルフケアに取り組む**きっかけにします。

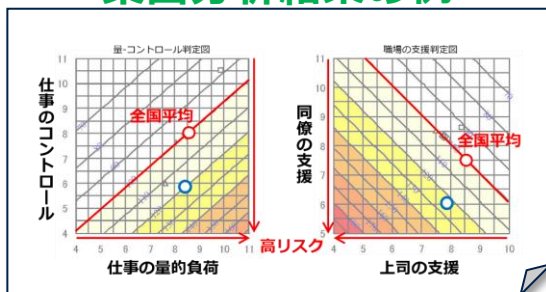
※高ストレス者は、医師の面接指導を申し出て、必要な健康管理上の支援を受けます。



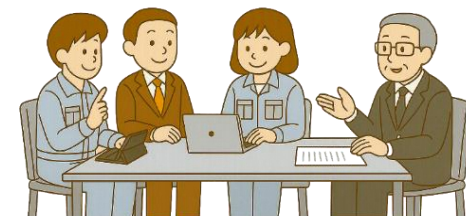
集団分析・職場環境改善

事業者には、個人が特定されないように、**個人結果を集団（事業場、職場等の単位）ごとに集計・分析した結果**が提供されます。

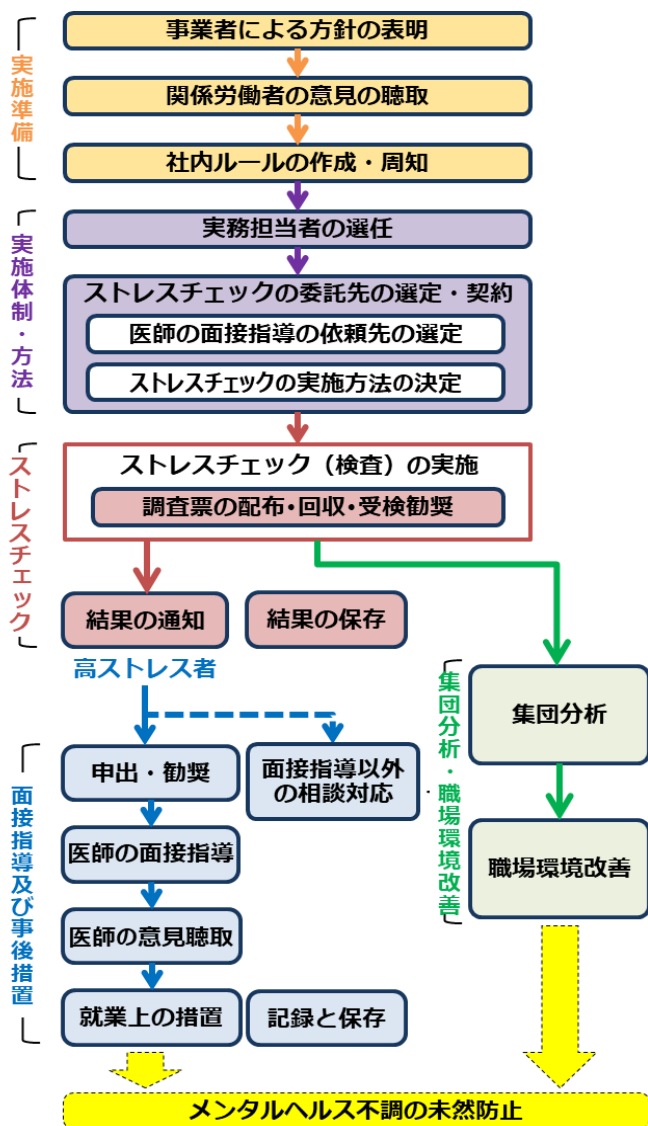
集団分析結果の例



集団分析結果を活用して、**職場環境の改善**に組織的に取り組みましょう。



小規模事業場ストレスチェック制度実施マニュアル（概要）



【マニュアルの主なポイント】

実施体制・方法

📌 プライバシー保護の観点から、**原則、外部機関に委託することを推奨**

📌 **委託先の適切な選定：**

外部機関が作成する「サービス内容事前説明書」により確認する仕組み

医師の面接指導及び事後措置

📌 外部機関や**地域産業保健センター**による医師の面接指導の実施

集団分析・職場環境改善

📌 **個人が特定されない方法による集団分析**

小規模事業場への支援策

専門スタッフの支援

厚労省が設置する都道府県産業保健総合支援センターでは、メンタルヘルス対策の専門スタッフ（社労士、心理職、保健師等）による、研修、相談、事業場への訪問による制度導入支援等の支援メニューが無料で受けられます。



都道府県
産保センター



サポートダイヤル

ストレスチェック制度サポートダイヤルでは、ストレスチェック制度の導入・実施についてのご相談に専門スタッフがお答えします。

電話番号：（全国統一ナビダイヤル）

0570-031050

受付時間：平日10:00～17:00
（土日祝日、年末年始は除く）

※運営は厚労省所管の独立行政法人
「労働者健康安全機構」

「こころの耳」

厚労省が運営するメンタルヘルスポータルサイト「こころの耳」では、ストレスチェック制度の実施に役立つ情報（メンタルヘルス対策の学習動画や、中小企業における取組事例など）を広く掲載しています。



ポータルサイト
「こころの耳」

