

熊本県教育委員会では
ストレスチェックを
実施します



ストレスチェックで 自分のストレスに気付きましょう

『ストレスチェック』って何？

職員が自分のストレス状態を知り、心の不調を未然に防ぐことができるように定期的に検査を受けることができる制度です。労働安全衛生法が一部改正され、事業者（教育委員会等）にストレスチェックの実施が義務化されました。

何のためにストレスチェックをするの？

メンタルヘルス不調を“未然”に防ぐため

ストレスチェックを受けることで

- ・自分自身の心の健康状態がチェックできます。
- ・どのような要因がストレスになっているかを知ること、必要な対応（セルフケア）がわかります。
- ・個人の特定はせず、所属毎の集団分析を行うことで、職場環境改善につなげ、働きやすい職場づくりに活かすことができます。
- ・ストレスが高いときには、医師の面接を通じて適切なアドバイスを受けることもできます。

個人情報は大丈夫？不利益な扱いを受けることはない？

○ストレスチェックの結果は本人にだけ通知します

本人の同意なく所属にその内容を知られることはありません。

○プライバシーの保護

ストレスチェックに関する個人の情報を、不正に入手することは禁止されています。またストレスチェックや面接指導で個人の情報を取り扱った者には、法令上の守秘義務が課されています。

○ストレスチェックに関することで不利益を受けることはありません

受検しないことや、ストレス度が高いなどの理由で不利益を受けることはありません。結果をもとに事業者（教育委員会等）が不利益な扱いをすることは法令で禁止されています。

○特別な理由がある場合は受検しないことも選択できます

特別な理由とは、すでにメンタルヘルス不調で治療中であり、受検の負担が大きい等のことをいいます。受検は強制ではありません。



あまり時間がかからず
簡単な検査です
熊本県教育委員会では
Web形式で行います

どんな検査を受けるの？

働く人のストレスを3つの領域に分けて質問します

A 仕事の
ストレス要因

B 心とからだに
表れている
ストレス反応

C 周囲の
サポート

どの領域のストレスが高いのか、それがわかると適切なストレス対処の方法がみえてきます。

ストレスが高いとわかったときは

医師による面接・指導を受けることができます

ストレスチェック制度ではご本人からの申し出があれば、ストレスが高い人には医師による面接指導を実施することが決まっています。今後のストレス軽減について助言し、必要に応じて専門医の受診につなげます。

医師による面接後、職場は医師から、就業上の配慮が必要であるか等について意見を聴き、本人の意思を尊重した対応策を必要に応じて実施するよう定められています。（医師からの意見はプライバシーに配慮したものになります）

ストレスを軽減し、メンタルヘルス不調を防ぐ
ため、職場への指導が行われます

ストレス
チェックを
受けましょう

○熊本県教育委員会では、公立学校共済組合のシステムを使用しストレスチェックを実施します。対象所属は教育庁本庁、地方機関、県立学校です。

○市町村教育委員会所管の学校は、各市町村教育委員会が事業者となります。職員数が50人未満の事業場は、当分の間、ストレスチェックの実施は努力義務とされています。

