

スペシャルトピック

6割の事業所がメンタルヘルス対策に取り組む

——厚労省「労働安全衛生調査」結果

厚生労働省は7月21日、2020年の「労働安全衛生調査（実態調査）」の結果を発表した。それによると、メンタルヘルス不調で休業・退職した労働者がいる事業所は1割。休業者・退職者の割合では情報通信業が他の業種と比べて高いが目立つ。メンタルヘルス対策に取り組む事業所は6割で、50人以上の事業所では9割を超えている。仕事で強いストレスを感じることもあるとする労働者は約半数で、ストレスの具体的な内容は仕事そのものに関するものが割合が高いが、対人関係も3割弱にのぼっている。

調査は、周期的にテーマを変えて実施。今回調査では、事業所が行っている安全衛生管理、労働災害防止活動およびそこで働く労働者の仕事や職業生活における不安やストレス、受動喫煙等の実態などを調べている。調査対象は、常用労働者を10人以上雇用する民営事業所のうち、無作為に抽出した約1万4,000事業所、および当該事業所に雇用される常用労働者ならびに受け入れた派遣労働者から無作為に抽出した約1万8,000人。有効回答数は事業所調査が8,009事業所、個人調査が8,917人。

事業所調査

メンタルヘルス不調で休業・退職した労働者がいる事業所は1割

事業所調査の結果によると、過去1年間にメンタルヘルス不調により連続1カ月以上休業した労働者又は退職し

た労働者がいた事業所の割合は9.2%（2018年調査は10.3%）となっている。このうち、連続1カ月以上休業した労働者がいた事業所の割合は7.8%（同6.7%）、退職した労働者がいた事業所の割合は3.7%（同5.8%）。

休業者の割合は情報通信業がトップ

また、メンタルヘルス不調により連続1カ月以上休業した労働者数が常用労働者計に占める割合は0.4%（2018年調査は0.4%）、退職した労働者については0.1%（同0.2%）となっている。

休業した労働者の割合を産業別にみると、「情報通信業」が0.9%で最も高く、次いで「電気・ガス・熱供給・水道業」（0.8%）、「学術研究、専門・技術サービス業」（0.7%）、「複合サービス事業」（0.7%）などとなっている。退職した労働者の割合を産業別にみると、こちらも「情報通信業」が0.3%で最も高いほか、「医療、福祉」も同じく0.3%となっている（表1）。

6割がメンタルヘルス対策に取り組む

メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合は61.4%で、2018年

調査（59.2%）に比べ、やや上昇した。事業所規模別にみると、50人以上の事業所では92.8%にのぼるが、30～49人では69.1%、10～29人では53.5%にとどまっている。

取り組みの具体的な項目は、「労働者のストレスの状況などについて調査票を用いて調査（ストレスチェック）」が62.7%で最も高い。また、「職場環境等の評価及び改善（ストレスチェック後の集団（部、課など）ごとの分析を含む）」は55.5%で、2018年調査（32.4%）より20%以上高い。

ストレスチェックを活用して相談窓口を設置した事業所が増加

ストレスチェックを実施した事業所のうち、結果の集団（部、課など）ご

表1 過去1年間にメンタルヘルス不調により連続1カ月以上休業した又は退職した労働者の割合（産業別、単位：%）

	連続1ヶ月以上休業した労働者	退職した労働者
計	0.4	0.1
農業、林業（林業に限る。）	0.3	0.2
鉱業、採石業、砂利採取業	0.3	0.1
建設業	0.4	0.1
製造業	0.5	0.1
電気・ガス・熱供給・水道業	0.8	0.1
情報通信業	0.9	0.3
運輸業、郵便業	0.3	0.0
卸売業、小売業	0.3	0.1
金融業、保険業	0.6	0.2
不動産業、物品賃貸業	0.5	0.1
学術研究、専門・技術サービス業	0.7	0.1
宿泊業、飲食サービス業	0.2	0.1
生活関連サービス業、娯楽業	0.3	0.2
教育、学習支援業	0.4	0.1
医療、福祉	0.5	0.3
複合サービス事業	0.7	0.1
サービス業（他に分類されないもの）	0.3	0.1

注1：「連続1カ月以上の休業者」及び「退職した労働者」には、受け入れている派遣労働者は含まない。

注2：同じ労働者が連続1カ月以上休業した後に退職した場合は、「退職した労働者」のみに計上している。

との分析を実施した事業所の割合は78.6%（2018年調査は73.3%）で、その分析結果を活用した事業所の割合は79.6%（同80.3%）となっている。

分析結果の具体的な活用内容は、「残業時間削減、休暇取得に向けた取組」が最も高く53.6%（同46.5%）、以下「相談窓口の設置」が48.1%（同32.6%）、「衛生委員会又は安全衛生委員会での審議」が45.4%（同38.1%）となっている。「相談窓口の設置」は前回調査から15%以上高まっている。

長時間労働者がいた事業所の割合は減少

メンタルヘルスと関係が深い労働時間についてみると、1カ月間の時間外・休日労働時間が45時間超80時間以下の労働者がいた事業所の割合は16.3%（2018年調査は25.0%）、80時間超の労働者がいた事業所の割合は2.5%（同7.0%）と、いずれも前回調査より低下している。

これらの長時間労働者がいた事業所のうち、面接指導の申し出があった長時間労働者に対する医師による面接指導の実施状況をみると、面接を実施した事業所の割合は、45時間超80時間以下の労働者がいた事業所では78.9%、80時間超の労働者がいた事業所では95.4%となっている。

全面禁煙の事業所は3割

受動喫煙防止対策についてみると、事業所における禁煙・分煙状況は、屋外を含めた敷地内全体を全面禁煙としている事業所割合が30.0%と、2018年調査（13.7%）から大きく上昇している。受動喫煙で健康を損なうおそれが高い20歳未満、患者、妊婦が主たる利用者の健康増進法における第一

種施設（学校、病院など）では63.1%にのぼっている。

7割弱の事業所は、屋外を含めた敷地内全体を全面禁煙にしていないが、その過半数（54.1%）は受動喫煙を防止するための取組みを進めている。その取組み内容を見ると、「受動喫煙を望まない者が加熱式たばこ喫煙専用室での業務や飲食を避けるよう配慮している」が最も高く27.2%、以下「業務用車両内での喫煙時における周知啓発」が27.0%、「20歳未満を喫煙可能な場所で立入禁止としている」が24.6%、「受動喫煙防止対策に関する教育や相談対応の実施」が23.7%、「喫煙専用室等の清掃等における配慮の周知啓発」が22.9%となっている。

8割が高齢者の労災対策を実施

調査は、高年齢労働者、外国人労働者の労働安全対策についても聞いている。60歳以上の高年齢労働者が従事している事業所の割合は74.6%で、このうち高年齢労働者に対する労働災害防止対策に取り組んでいる事業所の割合は81.4%となっている。

取組み内容別にみると、「本人の身体機能、体力等に応じ、従事する業務、就業場所等を変更」が最も高く45.7%、次いで「作業前に体調不良等の異常がないかを確認」が38.7%、「健康診断の結果を踏まえて就業上の措置を行っている」が34.8%、「時間外労働の制限、所定内労働時間の短縮等」が32.9%となっている。

外国人労働者の労災対策は9割が実施

外国人労働者が従事している事業所の割合は14.4%で、このうち外国人労働者に対する労働災害防止対策に取り組んでいる事業所の割合は89.8%

となっている。

取組み内容別にみると、「定期的に必要な健康診断を受診させている」が62.3%で最も高く、以下、「外国人労働者にわかる言語で説明するなど、作業手順を理解させている」が49.8%、「災害防止のための指示などを理解できるように、必要な日本語や基本的な合図を習得させている」が35.9%となっている。

個人調査

仕事で強いストレスを感じる人が約半数

個人調査の結果によると、現在の仕事や職業生活に関することで、強い不安やストレスとなっていることがある労働者の割合は54.2%と、約半数にのぼっている。前回2018年調査（58.0%）に比べ、やや低下した。

男女別にみると、男性が58.4%に対して女性は49.0%となっている。就業形態別では、正社員が59.1%で最も高く、派遣労働者が53.9%、契約社員が52.6%、パートタイム労働者が35.2%となっている。

ストレスの理由は仕事の量が4割超

ストレスとなっている具体的なことは「仕事の量」が42.5%と最も高く、次いで「仕事の失敗、責任の発生等」が35.0%、「仕事の質」が30.9%、「対人関係（セクハラ・パワハラを含む）」が27.0%、「会社の将来性」が20.9%となっている。上位3つは仕事そのものにかかわる項目だが、対人関係も3割弱にのぼっている（表2）。

就業形態別にみると、「仕事の量」は正社員が45.0%、パートタイム労働者が40.2%で、契約社員（21.7%）や派遣労働者（13.3%）よりも高く

なっている。「仕事の失敗、責任の発生等」は派遣労働者が43.8%で最も高く、正社員は37.3%、契約社員は27.3%、パートタイム労働者は24.7%となっている。

男女別にみると「仕事の量」(男性44.4%、女性39.8%)、「仕事の失敗、責任の発生等」(男性36.1%、女性33.4%)、「仕事の質」(男性34.7%、女性25.3%)ではいずれも男性のほうが高い。一方、「対人関係(セクハラ・パワハラを含む)」は女性が30.5%で男性の24.7%よりも約6%高くなっている。

ストレスの相談相手は「家族・友人」と「上司・同僚」が多い

現在の自分の仕事や職業生活でのストレスについて相談できる人がある労働者の割合は90.8% (2018年調査は92.8%) となっている。ストレスを相談できる人がある労働者について、相談できる相手を見ると、「家族・友人」が78.5% (同79.6%)、「上司・同僚」が73.8% (同77.5%)、「産業医」が9.6% (同8.8%)、「保健師又は看護師」

が6.2% (同3.8%) となっており、「家族・友人」「上司・同僚」が特に高い割合となっている (表3)。

男女別にみると「家族・友人」は男性74.2%、女性83.6%で女性のほうが高く、「上司・同僚」が男性79.6%、女性66.9%で女性のほうが低い。

年齢階級別にみると、「家族・友人」は若い人ほど割合が高く、20歳未満は95.4%、20~29歳は90.5%、30~39歳は80.4%、40~49歳は80.2%、50~59歳は70.2%、60歳以上は68.6%となっている。

また、ストレスについて相談できる相手がいる労働者のうち、実際に相談した労働者の割合は74.1% (2018年調査は80.4%) となっている。相談した相手を見ると、「家族・友人」が73.5% (同76.3%) と最も高く、次いで「上司・同僚」が67.6% (同69.7%) となっている。男女別にみると、「家族・友人」は男性66.8%に対して女性が81.0%、「上司・同僚」は男性74.0%に対して女性60.5%となっている。

受動喫煙の割合は前回調査から減少

受動喫煙の状況について聞いたところ、職場で受動喫煙があると答えた労働者の割合は、「ほとんど毎日ある」が7.6%、「ときどきある」が12.5%で合わせて20.1%となっている。2018年調査(28.9%)に比べ8.8%低下している。男女別にみると、「ほとんど毎日ある」は男性の10.7%に対して女性が3.8%、「ときどきある」は男性の15.3%に対して女性が8.9%と、いずれも男性のほうが高い。

職場の受動喫煙があるとした人のなかで、受動喫煙を「不快に感じること、体調が悪くなることがある」とする人の割合は39.2% (2018年調査は43.2%) となっている。男女別にみると男性の35.1%に対して女性が49.6%と女性のほうが高い。年齢階級別にみると、おおむね高齢な人ほど、受動喫煙を不快に感じる割合が高く、20歳未満は18.1%、20~29歳は33.4%、30~39歳は35.7%、40~49歳は40.9%、50~59歳は44.4%、60歳以上は40.6%となっている。(調査部)

表2 仕事や職業生活に関するストレスの内容 (主なもの3つ以内、単位：%)

	仕事の量	仕事の質	対人関係 (セクハラ・パワハラを含む。)	役割・地位の変化等 (昇進・昇格・配置転換等)	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	ストレスとなっていると感じる事柄がない
計	42.5	30.9	27.0	17.7	35.0	18.9	2.7	15.0	20.9	11.5	45.3
(性)											
男	44.4	34.7	24.7	19.6	36.1	21.1	3.5	12.5	24.9	8.4	41.1
女	39.8	25.3	30.5	15.0	33.4	15.6	1.5	18.7	15.1	16.0	50.4
(就業形態)											
正社員	45.0	33.5	25.8	19.8	37.3	18.6	2.8	11.9	23.8	9.9	40.1
契約社員	21.7	20.8	30.4	9.1	27.3	16.7	5.6	27.4	10.6	22.5	47.4
パートタイム労働者	40.2	17.3	35.3	7.3	24.7	24.4	0.8	22.8	10.6	14.4	64.8
派遣労働者	13.3	30.7	19.1	2.5	43.8	3.9	0.4	62.3	3.1	24.0	46.1

表3 ストレスを相談できる相手 (複数回答、単位：%)

	職場の事業場外資源を含めた相談先						家族・友人	地域のかかりつけ医・主治医	その他
	上司・同僚	産業医	産業医以外の医師	保健師又は看護師	衛生管理者又は衛生推進者等	事業場が契約した外部機関のカウンセラー等の相談窓口			
計	73.8	9.6	2.1	6.2	2.8	4.4	78.5	4.3	2.4
(年齢階級)									
20歳未満	27.1	0.3	0.3	1.0	0.1	0.3	95.4	3.4	2.1
20~29歳	69.7	7.5	1.7	4.4	3.4	5.4	90.5	5.1	2.6
30~39歳	78.1	8.4	2.6	5.0	2.7	3.2	80.4	3.3	2.9
40~49歳	75.6	9.4	1.2	3.6	2.8	3.6	80.2	4.3	2.9
50~59歳	73.5	13.5	2.5	12.3	2.9	7.3	70.2	3.7	1.1
60歳以上	67.2	6.6	3.9	4.7	2.3	1.3	68.6	7.6	2.1
(性)									
男	79.6	13.6	2.9	7.3	3.3	5.6	74.2	4.6	2.4
女	66.9	4.8	1.2	4.9	2.3	3.0	83.6	4.0	2.2