

## ストレスチェック制度における ICT 活用事例と今後の展望

### ICT utilization example and Future outlook in Stress check system

髭分 佑香

Yuuka HIGEWAKE

日本大学法学部

College of law, Nihon University

Email: layu18194@g.nihon-u.ac.jp

あらまし：過労死等の問題が大きな関心を集める近年において、事業者によるストレスチェック制度が義務化された。本稿では、ICTシステムを用いたストレスチェックの利点と欠点をまとめ、ウェアラブルセンサの活用や個人におけるメンタルヘルスケアサービスの普及といった今後の展望について論じていく。

キーワード：過労死、ストレスチェック制度、ウェアラブルセンサ、メンタルヘルスケアサービス

#### 1. はじめに

私たちが生きていく上でストレスは常につきまってくる問題である。特に労働者にかかるストレス問題は社会において大きな関心を集めており、過労等のストレスによって精神疾患を発症し、時に労働者を自殺に追い込む。

この状況を打開するために、国は企業側にストレスチェック制度の実施を義務化したうえで、企業が円滑かつ正確に当制度を実施できるようストレスチェックテストの ICT 化を推奨している。

本稿ではストレスチェックテストにおける ICT 化促進による利点と欠点を考察し、課題および今後の展望について論ずるものである。

#### 2. ストレスチェック制度の義務化の背景

現在の我が国における過労死等の状況は年々悪化してきている。勤務問題を動機の1つにする自殺者の割合は2007年度以降増加傾向にあり、2019年度では9.7%まで上昇している。また、精神障害に係る労災請求件数も増加傾向にあり、2019年度では過去最多の2060件になっている。<sup>(1)</sup>

このような精神疾患を原因とする労災認定件数の増加といった労働に関する問題を改善するために、2014年6月25日に労働安全衛生法の一部改正が行われた。この一部改正によって、ストレスチェック制度の施行が定められた。ストレスチェック制度は2015年12月から労働者数50人以上の事業場に対して、年1回、医師、保健師等による心理的な負担の程度を把握するために実施することが義務化された。<sup>(2)</sup>

#### 3. ストレスチェック制度における ICT 活用事例

当制度の大まかな実施手順として、まず、労働者全員がストレスチェックテストを行う。この結果は労働者本人に通知される。ストレスチェックテスト終了後は、ストレスが高いと判定された従業員のうち申し出のあった者に対して、医師による面接指導を実施すると同時に努力義務ではあるが事業者は結果

を集団分析し職場環境の改善に努めるという流れになる。<sup>(3)</sup>

#### 3.1 ストレスチェックテスト

そもそも、ストレスチェックテストの回答は第三者が内容を閲覧してはならず、事業者にも労働者本人の同意なく結果を提供することを禁止しているため、事業者はストレスチェックテストを実施者に委託する必要がある。また、事業者は結果を5年間保存する義務もある。<sup>(4)</sup> そのため、ストレスチェックテストに ICT システムを導入することで受験から配布、回収、結果の出力、さらに集団分析まで一括で行うことが可能になり、かつテストの結果の保存も容易になるために、過去の結果の比較や照会といった面でも有用である。

ただ、紙で行う場合と同様に第三者に閲覧できないようなセキュリティの強化が求められる。

#### 3.2 面接指導

また、面接指導においても ICT 化が進められている。従来は産業医の元に面接に向かう必要があったため、時間や移動距離のコストや心理的なハードルが高い行為であった。しかし、オンライン上で面接指導が受けられるため、高ストレス者が面接指導の申し出を気軽に行うことが可能になる。

しかし、ICT化する上で指導する側の医師が留意しなくてはならない事項がある。まず、使用している通信環境に応じて判断が左右される可能性がある。そのため、映像と音声の送受信が常時安定した状態である必要がある。

また、ストレスチェックテストと同様に外部への情報漏洩や不正アクセス、高ストレス者に対するプライバシーの侵害が起こらないようにセキュリティの強化も求められる。<sup>(5)</sup>

#### 4. メンタルヘルスケアサービスの日常的利用

ここまでストレスチェック制度における ICT 化について論じてきたが、制度外においても事業者は労

働者に気を配る必要がある。そこで日常的に労働者のストレス状況や精神状態を事業者が把握し、職場環境を改善していくために新たな ICT 利用の研究及び開発が日々行われている。

#### 4.1 ウェアラブルセンサの活用

日本電気株式会社が開発し、サービス提供を行っている「NEC 感情分析ソリューション」ではリストバンド型ウェアラブルデバイスから得られるデータを用いて感情を可視化する。データは専用のアプリに転送され、クラウド上に「感情履歴」として記録される。「感情履歴」をデジタル化し、業務履歴と照合することで業務上の課題を発見することに繋げられる。そのため、心理的に負担の高い業務の改善や個人の業務適正や労働者同士の相性といった労働環境における詳細な情報も得ることができる。

事前にストレスの要因を発見し改善することで、ストレスチェックテストの高ストレス者の割合が減少することが期待できる。また、労働者自身のセルフチェックも行いやすいため、個人のストレス状況に対する意識向上も期待できよう。<sup>6)</sup>

#### 4.2 個人におけるメンタルヘルスケアサービスの普及に関するアンケート調査

そのため先述した過労死等の現状を改善する上で、事業者だけが労働者のストレス問題に目を向けるのではなく、労働者自身が自身のストレス状況に関心を持つ必要があると考えられる。

そこで今回、ストレスへの関心度や ICT サービスの認知度についての意識調査を実施した。本調査の被験者は 10 代から 20 代の男女 115 名である。アンケート実施時期は 2020 年 10 月下旬から 11 月中旬まで実施した。

まず、自身のストレス状況について 96 名が「関心がある」と回答した。

次に「アプリケーションで利用できるメンタルヘルスケアサービスについて認知しているか、また利用したことがあるか」と質問した結果、「認知していない」と回答した人が最も多く 96 名を占める結果となった。利用度に至っては、「利用経験がある」と回答した人は 8 名であった。

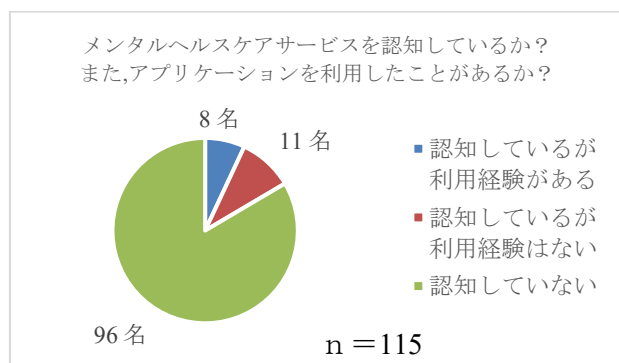


図1 アプリケーションで利用できるメンタルヘルスケアサービスの認知度と利用度

## 5. おわりに

本調査の結果から、これから社会に出て労働者として活動する若者のストレスに対する関心度は高いが、メンタルヘルスケアサービスの認知度はごくわずかな状態であることが発覚した。そのため、個人におけるメンタルヘルスケアサービスを利用したストレス状況の可視化は浸透しておらず、今後の課題として認知度の向上が真っ先に挙げられる。

認知度向上のためには SNS 等を活用した広告宣伝、さらにストレスが自身に及ぼす影響といったストレス自体に対しての知識や関心の向上も認知度の向上に繋がると考えられる。学校教育や企業内での講義、研修などでメンタルヘルスについて学びを深めることが必要となってくると推察する。今後は認知度向上に向けてどのような取組が最適であるかなど、今回の調査より視野を広げて研究していきたい。

事業者にとっても労働者にとっても働きやすい職場が実現され、過労死等の問題が解決するために ICT を利用したメンタルヘルスケアサービスが我々にとって身近な存在になることを切に願う。

#### 参考文献

- (1) 厚生労働省：“令和元年度 我が国における過労死等の概要及び政府が過労死等の防止のために講じた施策の状況”，2020年10月30日，pp.26-43，<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/karoushi/20/dl/20-1.pdf>。（参照：2020年9月25日）
- (2) 厚生労働省：“ストレスチェック制度簡単導入マニュアル”，2015年7月9日，pp.1-7，<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei12/pdf/150709-1.pdf>。（参照：2020年9月25日）
- (3) 厚生労働省：“改正労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度について”，2015年4月15日 pp.1-9，<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei12/pdf/150422-1.pdf>。（参照：2020年9月25日）
- (4) 厚生労働省：“ストレスチェック制度導入ガイド”，2016年4月1日，pp.4-11，<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei12/pdf/160331-1.pdf>。（参照：2020年9月25日）
- (5) 厚生労働省：“情報通信機器を用いた面接指導の実施について”，2015年9月15日，<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei12/pdf/150918-1.pdf>。（参照：2020年9月25日）
- (6) 日本電気株式会社：“NEC 感情分析ソリューションとは”，<https://jpn.nec.com/embedded/products/emotion/index.html>。（参照：2021年1月30日）