

CLICK

1930年創刊。通巻3700号を超える実績  
人事・労務の専門情報誌**労政時報**

CLICK

人事・労務の総合情報ポータルサイト  
<https://www.roseior.jp/readers>**労政時報クラブ**

報道関係者各位

2010年8月31日

財団法人 労務行政研究所

## 企業におけるメンタルヘルスの実態と対策

～2年前の調査に比べ、メンタルヘルス不調者の増加傾向には  
歯止めが掛かる。背景には、予防・復職支援策実施の広がりも～

民間調査機関の労務行政研究所（理事長：矢田敏雄）では、2010年4～5月に「企業のメンタルヘルス対策に関する実態調査」を実施した。近年、メンタルヘルス不調者が増加し、メンタルヘルス対策が企業の大きな課題となっている。そのような中、企業におけるメンタルヘルス不調者の実態や、各社の取り組みについて、2008年以降2年ぶりに調査したものである。

これによると、最近3年間においてメンタルヘルス不調者が「増加している」と回答した企業は44.4%で、2年前の調査時(55.2%)に比べると10ポイント程度減少した。一方、過去の調査に比べて予防・復職支援策の実施率はさらに高まっており、メンタルヘルス対策への取り組みが広く浸透してきていることも、不調者増加傾向の歯止めを寄与しているのではないかと考えられる。なお、特に増加が目立つのは「30代」と「20代」で、これは2年前の調査時と同様の傾向である。

### 調査要領

1. 調査名 企業のメンタルヘルス対策に関する実態調査
2. 調査対象 全国証券市場の上場企業(新興市場の上場企業も含む) 3589社と、上場企業に匹敵する非上場企業(資本金5億円以上かつ従業員500人以上) 328社の合計3917社
3. 調査期間 2010年4月6日～5月17日
4. 集計対象 前記調査対象のうち、回答のあった252社

### 本プレスリリースに関する問い合わせ先

(財) 労務行政研究所 『労政時報』編集部 担当：田中 TEL：03 - 3586 - 2100

本プレスリリースは厚生労働省記者クラブのほか、クラブ加盟社以外の媒体にもご案内申し上げます。

### 財団法人 労務行政研究所の概要

設立：1930年7月

理事長：矢田敏雄

事業内容： 人事労務の専門情報誌『労政時報』をはじめとした定期刊行物の編集  
労働関係実務図書の編集  
人事・労務管理に関する調査  
コンサルティング、セミナー・研究会等の開催

所在地：〒106-0044 東京都港区東麻布1-4-2

URL：<https://www.rosei.or.jp/>

本調査の詳細は当研究所編集の『労政時報』第3781号(10.9.10)で紹介します。

## 最近3年間におけるメンタルヘルス不調者の増減傾向 [ 図表 1 ]

- ・「増加している」が44%で多いが、その割合は前回08年調査に比べて10ポイント程度減少
- ・特に増加が目立つのは「30代」と「20代」

最近3年間におけるメンタルヘルス不調者の増減傾向は、「増加している」が44.4%で最も多く、「横ばい」が33.7%、「減少している」が9.5%となった。前回08年調査では、「増加している」が55.2%、「横ばい」が24.6%、「減少している」が2.8%であった。集計(回答)企業は異なるものの、今回は「増加」が10ポイント程度減少し、「横ばい」と「減少」が増えている。依然として「増加」が最も多いものの、過去の調査に比べるとその割合は減少の傾向がみられる。

調査(回答)企業の違いもあるため、もう少し長期的に動向をみていく必要はあるが、後掲[図表6]でみるように、メンタルヘルス対策に取り組む企業はここ数年でも顕著に増加しており、こうしたことも増加傾向の歯止めに寄与しているのではないかと考えられる。

「増加している」企業に、“特に増加が目立つ年代層”を尋ねたところ(複数回答)、「30代」が48.2%、「20代」が47.3%で拮抗する結果となった。「年代に関係なく増加」は、23.6%と2割強みられた。メンタルヘルス不調者は、20～30代の比較的若い層で増えていると認識され、これは、前回08年調査時と同様の傾向である。

図表1 最近3年間におけるメンタルヘルス不調者の増減傾向

—(社), %—

区 分	全 産 業				製 造 業	非製造業	
	規 模 計	1,000人以上	300～999人	300人未満			
合 計	(252) 100.0	( 79) 100.0	( 86) 100.0	( 87) 100.0	(122) 100.0	(130) 100.0	
増加している	44.4	50.6	50.0	33.3	40.2	48.5	
横ばい	33.7	36.7	36.0	28.7	35.2	32.3	
減少している	9.5	11.4	7.0	10.3	13.9	5.4	
その他	1.6		1.2	3.4	0.8	2.3	
分からない	10.7	1.3	5.8	24.1	9.8	11.5	
小 計	(110) 100.0	( 39) 100.0	( 42) 100.0	( 29) 100.0	( 47) 100.0	( 63) 100.0	
「増加している」 場合、特に増加 が目立つ年代層 (複数回答)	20 代	47.3	43.6	50.0	48.3	38.3	54.0
	30 代	48.2	46.2	52.4	44.8	48.9	47.6
	40 代	21.8	28.2	26.2	6.9	27.7	17.5
	50 代	2.7	5.1	2.4		2.1	3.2
	年代に関係 なく増加	23.6	25.6	19.0	27.6	23.4	23.8

## 1カ月以上欠勤・休職している社員の有無 [ 図表 2 ~ 4 ]

- ・欠勤・休職者がいる企業は63.5%
- ・人数は「1人」が3社に1社で、1～3人に6割超が分布

調査時点において、メンタルヘルス不調により1カ月以上欠勤・休職している社員が「いる」企業は、63.5%と6割を超え、「いない」の34.9%を大きく上回った。これは、前回08年調査(「いる」62.7%、「いない」34.1%)と変わらない状況である。規模別にみると、1000人以上97.5%、300～999人64.0%、300人未満32.2%というように、規模が大きいほど休職者が「いる」割合が高い。

図表2 メンタルヘルス不調のため1カ月以上欠勤・休職している社員の有無

—(社), %—

区 分	全 産 業				製 造 業	非製造業
	規 模 計	1,000人以上	300～999人	300人未満		
合 計	(252) 100.0	( 79) 100.0	( 86) 100.0	( 87) 100.0	(122) 100.0	(130) 100.0
い る	63.5	97.5	64.0	32.2	63.1	63.8
い な い	34.9	2.5	32.6	66.7	34.4	35.4
分 か ら な い	1.6		3.5	1.1	2.5	0.8

[注] 調査時点における実態を回答いただいた。

欠勤・休職者が「いる」とした企業のうち、具体的人数にも回答のあったところについて集計した〔図表3〕。

分布をみると、「1人」が33.3%と3社に1社で最も多く、以下「2人」が17.7%、「3人」が10.2%と続き、1～3人の間に6割超が集中している。併せて前回08年調査の結果も表示しているが、こちらも同様に1～3人の間に6割超が集中している。

平均は5.5人。規模別にみると、1000人以上では平均が10.0人で、「20人以上」と多いところも13.8%に上る。300～999人では平均2.2人、300人未満では同1.3人であり、規模の大きいほうで欠勤・休職者数も多い。

また、全従業員数(パート・臨時社員を除く正社員ベース)に対する欠勤・休職者の割合(欠勤・休職者数÷全従業員数×100)を試算した〔図表4〕。平均で0.45%と約0.5%となり、従業員200人に1人が欠勤・休職している計算となった。規模別にみると、1000人以上0.32%、300～999人0.36%、300人未満0.93%で、こちらは全従業員数が100人前後と少ないこともある300人未満規模で高くなっている。

**図表3** メンタルヘルス不調のため1カ月以上欠勤・休職している社員の人数

—(社), %—

区 分	規 模 計		1,000人以上		300～999人		300人未満	
	10年調査	前回調査 (08年)	10年調査	前回調査 (08年)	10年調査	前回調査 (08年)	10年調査	前回調査 (08年)
合 計	(147) 100.0	(135) 100.0	( 65) 100.0	( 62) 100.0	( 54) 100.0	( 54) 100.0	( 28) 100.0	( 19) 100.0
1 人	33.3	31.1	7.7	9.7	44.4	38.9	71.4	78.9
2 "	17.7	20.7	9.2	11.3	24.1	35.2	25.0	10.5
3 "	10.2	8.9	9.2	8.1	14.8	11.1	3.6	5.3
4 "	8.8	6.7	13.8	6.5	7.4	7.4		5.3
5 "	8.2	5.2	15.4	8.1	3.7	3.7		
6 "	4.1	1.5	6.2	3.2	3.7			
7 "	2.7	3.0	6.2	6.5				
8 "	2.0	3.0	3.1	6.5	1.9			
9 "	0.7	0.7	1.5	1.6				
10～14 "	4.8	4.4	10.8	8.1		1.9		
15～19 "	1.4	4.4	3.1	8.1		1.9		
20人以上	6.1	10.4	13.8	22.6				
平 均 (人)	5.5	9.5	10.0	18.1	2.2	2.4	1.3	1.4
中 位 数 (人)	2.0	2.0	5.0	7.0	2.0	2.0	1.0	1.0

〔注〕〔図表2〕で欠勤・休職者が「いる」とした企業のうち、具体的人数にも回答のあったところについて集計した。なお、人数は調査時点における実態である〔図表4〕も同じ。

**図表4** メンタルヘルス不調のため1カ月以上欠勤・休職している社員の  
全従業員数に対する割合

—(社), %—

区 分	全 産 業				製 造 業	非製造業
	規 模 計	1,000人以上	300～999人	300人未満		
合 計	(147) 100.0	( 65) 100.0	( 54) 100.0	( 28) 100.0	( 67) 100.0	( 80) 100.0
0%超0.5%未満	62.6	78.5	68.5	14.3	70.1	56.3
0.5%～1%未満	29.3	20.0	29.6	50.0	26.9	31.3
1 % 台	6.8	1.5	1.9	28.6	3.0	10.0
2 "	1.4			7.1		2.5
平 均 (%)	0.45	0.32	0.36	0.93	0.36	0.53
<参考>前回調査 (08年)の平均 (%)	0.49	0.40	0.43	0.94	0.42	0.54

〔注〕各社における欠勤・休職者数を各社の全従業員数(パート・臨時社員を除く正社員ベース)で割り、分布と平均をみたものである。



□ 過去にメンタルヘルス不調で休職した社員のうち、完全に職場復帰できた割合 [ 図表 5 ]

「半分程度」が4社に1社で最多。「7～8割程度」「ほとんど(9割以上)」もそれぞれ2割超みられる

「過去にメンタルヘルス不調で休職した社員がいる」企業が92.7%とほとんどである。1000人以上規模では、100%とすべてで過去に休職者が発生している。

上記のうち、完全に職場復帰できたのは「半分程度」とする企業が25.1%で最も多く、以下「7～8割程度」が22.0%、「ほとんど(9割以上)」が20.3%と続く。この3者に、「全員」復職できた(7.9%)を合計すると約75%となり、4分の3の企業で「半分程度」以上が完全復帰できたことが分かる。

見方を変え、復帰割合が半分に満たないところ(「2～3割程度」「1割台以下」「全員復職できなかった」)の割合を合計してみると、規模別では1000人以上16.2%、300～999人25.6%、300人未満32.4%となり、規模が小さいほど完全復帰の割合は低い傾向がみられる。

図表5 過去にメンタルヘルス不調で休職した社員のうち、完全に職場復帰できた割合 (再発者は除く)

-(社), %-

区 分	全 産 業				製 造 業	非製造業	
	規 模 計	1,000人 以上	300～ 999人	300人 未満			
合 計	(245) 100.0	( 74) 100.0	( 84) 100.0	( 87) 100.0	(116) 100.0	(129) 100.0	
過去にメンタルヘルス不調で 休職した社員がいる	92.7	100.0	97.6	81.6	94.8	90.7	
過去にメンタルヘルス不調で 休職した社員はいない	7.3		2.4	18.4	5.2	9.3	
完全に職場復帰 できた割合、 「過去にメンタル ヘルス不調で 休職した社員が いる」=100.0	全 員	7.9		8.5	15.5	11.8	4.3
	ほとんど(9割以上)	20.3	20.3	17.1	23.9	19.1	21.4
	7～8割程度	22.0	31.1	25.6	8.5	30.9	13.7
	半 分 程 度	25.1	32.4	23.2	19.7	21.8	28.2
	2～3割程度	9.7	13.5	6.1	9.9	3.6	15.4
1 割 台 以 下	8.8	2.7	15.9	7.0	7.3	10.3	
全員復職できなかった	6.2		3.7	15.5	5.5	6.8	

[注] 「完全に職場復帰できた割合」は、上記の選択肢から選んで回答いただいたものである。

□ メンタルヘルス対策の実施状況

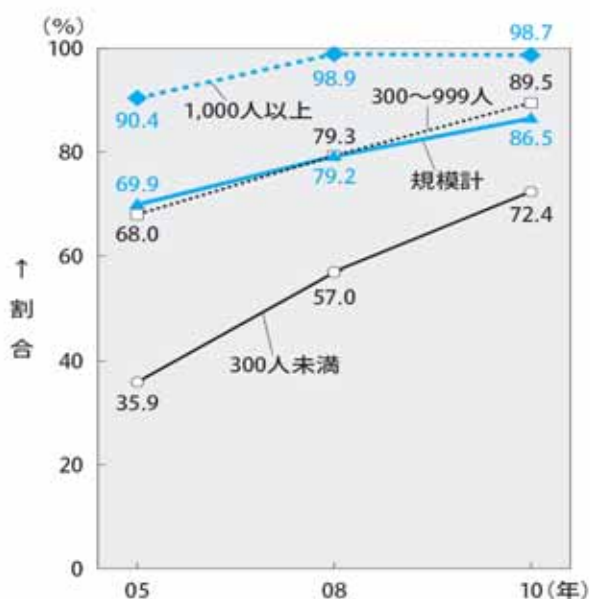
[図表6～7]

- ・対策実施企業は約87%。特に、300人未満規模での増加が顕著
- ・実施内容は、相談体制の整備や管理職教育が多い。また、一般社員に対する教育の実施割合が高まっている

健康保険組合や外部の専門機関を利用して実施しているものも含め、メンタルヘルス対策の実施状況を尋ねたところ、何らかの施策を「実施している」企業が86.5%と8割台を占めた。前回08年調査の79.2%と比べ、7ポイント程度増加している。

[図表6]では05年、08年、今回10年の調査について実施率の推移を示しているが、実施率の増加は顕著であり、特に、300人未満規模ではこの5年間で倍増していることが分かる。

図表6 メンタルヘルス対策の実施率の推移



具体的な実施内容として最も多いのは「心の健康対策を目的とするカウンセリング(相談制度)」で70.2%、以下「電話やEメールによる相談窓口の設置」(67.0%)、「管理職に対するメンタルヘルス教育」(59.6%)と続き、これら上位3項目は実施率が半数を超えている(複数回答)。

前回08年調査と比較すると、多くの施策で実施割合が高まっている。特に、「一般社員に対するメンタルヘルス教育」の実施割合の増加(08年29.3% 10年44.5%)が目立っている。前述のように、「ラインケア」を担う管理職に対してメンタルヘルス教育を行う企業は約6割に上る。管理職がメンタルヘルスについて十分な知識と認識をもつことは、不調を来した従業員の早期発見、発症者(回復者)の円滑な職場復帰にもつながるといえよう。これに加えて最近では、一般社員を対象にした「セルフケア」にも重点が置かれるようになってきていることを表す結果である。

図表7 メンタルヘルス対策の実施状況

—(社), %—

区 分	全 産 業								製 造 業		非製造業		
	規 模 計		1,000人以上		300~999人		300人未満		10年 調査	前回 調査 (08年)	10年 調査	前回 調査 (08年)	
	10年 調査	前回 調査 (08年)	10年 調査	前回 調査 (08年)	10年 調査	前回 調査 (08年)	10年 調査	前回 調査 (08年)					
合 計	(252) 100.0	(250) 100.0	( 79) 100.0	( 89) 100.0	( 86) 100.0	( 82) 100.0	( 87) 100.0	( 79) 100.0	(122) 100.0	(118) 100.0	(130) 100.0	(132) 100.0	
実施している	86.5	79.2	98.7	98.9	89.5	79.3	72.4	57.0	82.8	85.6	90.0	73.5	
特に実施していない	13.5	20.8	1.3	1.1	10.5	20.7	27.6	43.0	17.2	14.4	10.0	26.5	
実施内容(複数回答)、「実施している」 100.0	①ストレスチェックなど、心の健康に関するアンケート	41.3	37.4	55.1	60.2	40.3	16.9	25.4	22.2	50.5	46.5	33.3	27.8
	②心の健康対策を目的とするカウンセリング(相談制度)	70.2	66.2	83.3	83.0	70.1	55.4	54.0	48.9	80.2	68.3	61.5	63.9
	③電話やEメールによる相談窓口の設置	67.0	70.7	84.6	87.5	64.9	60.0	47.6	53.3	71.3	70.3	63.2	71.1
	④管理職に対するメンタルヘルス教育	59.6	55.1	83.3	80.7	49.4	44.6	42.9	20.0	67.3	61.4	53.0	48.5
	⑤一般社員に対するメンタルヘルス教育	44.5	29.3	62.8	47.7	37.7	21.5	30.2	4.4	53.5	32.7	36.8	25.8
	⑥社内報、パンフレットなどによるPR	41.3	44.4	52.6	61.4	46.8	29.2	20.6	33.3	48.5	46.5	35.0	42.3
	⑦メンタルヘルス不調者の勤務や処遇、職場復帰支援に関する内規・マニュアル等の設定	33.9	30.8	53.8	53.4	24.7	16.9	20.6	6.7	44.6	32.7	24.8	28.9
	⑧精神科・心療内科を専門とする産業医の配備	36.2	32.3	52.6	53.4	24.7	18.5	30.2	11.1	39.6	32.7	33.3	32.0
	⑨家族向けの啓発を実施	5.5	7.1	9.0	12.5	6.5	4.6			9.9	7.9	1.7	6.2
	⑩その他	4.1	7.6	7.7	8.0		6.2	4.8	8.9	7.9	9.9	0.9	5.2

[注] 「実施している」には、健康保険組合が実施しているもの、外部の専門機関を利用して実施しているものも含んでいる。