

ストレスチェック制度 実施ガイド

準備から報告まで、全フェーズをAIがサポート

全4フェーズ × AIサポート

はじめてのストレスチェック実施でも安心。
各ステップで「次に何をすべきか」をAIがガイドします。
規程サンプルの提供、通知文面の作成、法的要件の確認まで
担当者の負担を大幅に軽減します。

よろづやソリューションズ ストレスみまもり

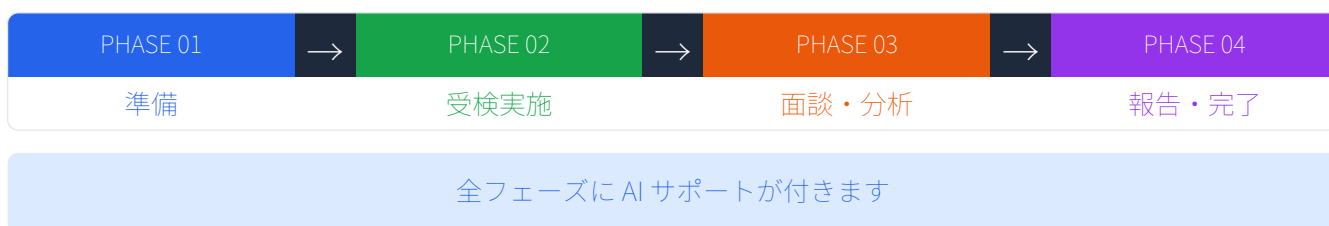
<https://stresscheck.yorozusolutions.com>

ストレスチェック制度とは

労働安全衛生法第66条の10に基づき、常時50人以上の労働者を使用する事業場では、年1回のストレスチェック実施が義務づけられています。50人未満の事業場は努力義務ですが、従業員のメンタルヘルス対策として実施が推奨されています。

本ガイドでは、ストレスチェック制度の実施手順を4つのフェーズに分け、各ステップで必要な作業とAIサポートの内容をご紹介します。

全体フロー



PHASE 01 準備

PHASE 01 準備		
1	実施規程の策定	安衛法に基づき、実施体制・検査項目・高ストレス者選定基準・結果の通知方法・面接指導の申出/実施・記録の保存（5年間）等を定めます。
2	従業員データの取込	CSV/Excelで社員番号・氏名・部署・メール等の基本情報を一括取込。テンプレートCSVを提供します。
3	部署の登録	集団分析の単位となる部署マスタを登録。従業員データ取込時に自動登録も可能です。
4	実施回の作成	実施期間（2～4週間が目安）・タイトル・産業医を設定して実施回を作成します。
5	受検案内の配布	従業員に対して受検案内（受検票・ログイン方法）を配布します。メール一括送信にも対応。

AIサポート: 実施規程のサンプル提供、受検案内文面の自動作成、法的要件の確認

PHASE 02 受検実施

PHASE 02 受検実施		
1	受検期間の開始	ステータスを「実施中」に切り替え。従業員がスマホ/PCから受検可能になります。
2	受検率のモニタリング	リアルタイムで受検進捗を確認。80%未満の場合はリマインドを推奨します。
3	リマインド送付	受検率が伸びない場合の段階的なリマインド。匿名性を再度強調し、強制感を出さない文面に。
4	高ストレス者面談勧奨通知	受検完了後、高ストレス者に面談の申出を案内。本人の任意であり強制はできません。

AIサポート: リマインド文面の自動作成、受検率改善の提案、面談勧奨通知文面の作成

PHASE 03 面談・分析

PHASE 03 面談・分析		
1	面談リクエストの確認	高ストレス者からの面談申出を確認し、産業医との日程を調整します。
2	面談実施の進捗確認	面談がどこまで進んだか確認。産業医が記録を入力するとステータスが自動更新されます。
3	集団分析の確認	部署別のストレス傾向を確認。全国平均との比較、前回実施との比較が可能です。
4	実施回のクローズ	全工程が完了したら実施回をクローズします。

AIサポート: 集団分析結果の読み方ガイド、職場環境改善の提案、健康リスク値の解説

PHASE 04 報告・完了

PHASE 04 報告・完了

1	請求内容の確認	受検料（人数×単価）と面談料（実施回数×5,000円）を確認のうえ、お支払いください。
2	行政報告データの準備	労基署への報告書（様式第六号の二）に必要なデータを確認・出力します。
3	データの凍結・保存	実施回のデータを凍結し、5年間の保存義務に備えます。

AI サポート: 様式第六号の二の記入サポート、必要項目の確認・チェック

AIサポートでできること

ストレスみまもりのAIサポートは、ストレスチェック制度に特化した知識ベースを持ち、各フェーズに応じた実践的なサポートを提供します。

文書・文面の自動作成

実施規程のサンプル提供、受検案内文面、リマインド文面、面談勧奨通知文面をAIが作成します。社内の雰囲気に合わせて文面調整も可能です。

法的要件の確認

安衛法66条の10に基づく各種要件（検査項目、高ストレス者選定基準、結果通知方法、不利益取扱い禁止、記録保存5年間等）をいつでも確認できます。

行政報告のサポート

様式第六号の二の記入項目や、提出先・提出時期の案内、オンライン申請（e-Gov）の方法もサポートします。

集団分析の読み方ガイド

仕事のストレス判定図の見方、健康リスク値の意味（100が平均、120以上は注意）、部署別傾向の読み取り方をAIが解説します。

ストレスみまもりに関するお問い合わせ

よろづやソリューションズ

<https://stresscheck.yorozusolutions.com>

ページ下部のお問い合わせフォームから、
お気軽にご相談ください。無料デモもご用意しています。