

# 2020年度 TMSナビ ストレスチェックの結果に関する調査

## TMSナビ導入団体及び企業のストレスチェック 有効回答率は88.3%

団体及び企業のメンタルヘルスクア体制の構築を総合的にサポートし、

5年連続して90%近くの**高い回答率**を維持

(対象者246,404名中、有効回答217,648名)

### 1.導入企業全体の高ストレス者割合

▶ 前年と比べ高ストレス者割合は低下

集団名	対象者数 (人)	有効回答数 (人)	高ストレス者数 (人)	高ストレス者割合 (%) ※〈〉は前年値
全体	246,404	217,648	26,843	12.3 〈14.0〉
男性	187,569	164,762	19,898	12.1 〈13.6〉
女性	58,835	52,886	6,945	13.1 〈15.2〉

### 2.年代別高ストレス者割合

▶ 30代の高ストレス者割合が最も高く、次いで20代と40代が続く

年代	対象者数 (人)	有効回答数 (人)	高ストレス者数 (人)	高ストレス者割合 (%) ※〈〉は前年値
20代	47,438	42,560	5,719	13.4 〈15.1〉
30代	58,520	51,647	7,701	14.9 〈16.6〉
40代	66,285	58,848	7,793	13.2 〈15.1〉
50代	53,240	47,179	4,781	10.1 〈11.5〉
60歳以上	18,448	15,303	681	4.5 〈5.4〉

### 3.残業時間別高ストレス者割合

▶ 残業時間50時間以下の高ストレス者割合が昨年と比べて減少傾向

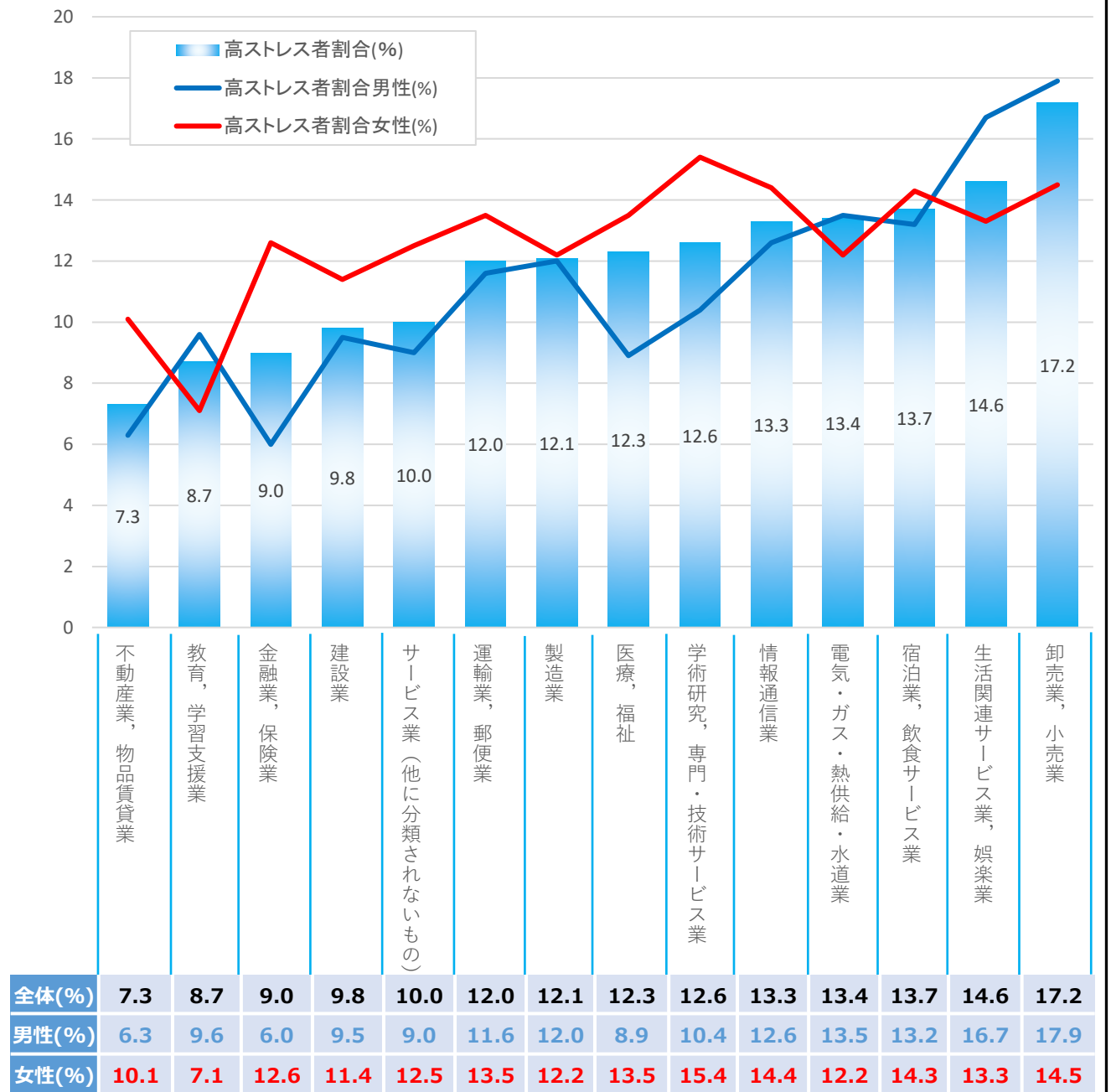
残業時間	有効回答数 (人)	高ストレス者数 (人)	高ストレス者割合 (%) ※〈〉は前年値
残業時間 (0~10時間)	70,984	7,403	10.4 〈11.1〉
残業時間 (11~20時間)	32,716	3,969	12.1 〈13.6〉
残業時間 (21~30時間)	27,527	3,593	13.1 〈14.9〉
残業時間 (31~40時間)	21,105	3,062	14.5 〈15.9〉
残業時間 (41~50時間)	15,912	2,421	15.2 〈17.8〉
残業時間 (51時間以上)	10,415	1,912	18.4 〈18.1〉



## 4.業種別高ストレス者割合

※業種分類は日本標準産業分類を使用

- 高ストレス者割合が一番高いのは「卸売業・小売業」であった一方、高ストレス者割合が一番低いのは「不動産業・物品賃貸業」であった。
- 「卸売業、小売業」「生活関連サービス業、娯楽業」「宿泊業、飲食サービス業」は、3年連続して最も高ストレス者割合の高い3業種となった。
- 前年と比べて全体的に高ストレス者割合が低下する中、「運輸業・郵便業」と「教育・学習支援業」のみ横ばい～微増となった。



(注)本調査はデータ利用の許可を頂いた団体及び企業のデータのみ分析対象としています