

2024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において、高ストレス者に該当した方は13.5%

(対象者246,967人中、有効回答222,805人)

1. 導入企業全体の高ストレス者割合

➤ 女性の方が高ストレス者の割合が多い。

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（%）
全体	246,967	222,805	30,119	13.5
男性	186,694	167,215	22,263	13.3
女性	60,273	55,590	7,856	14.1

2. 年代別高ストレス者割合

➤ 年代別では、30代と40代で高ストレス者の割合が多くなっている。

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（%）
20歳未満	2,208	1,869	146	7.8
20代	47,077	42,386	5,583	13.2
30代	49,467	44,909	7,391	16.5
40代	60,112	54,706	8,212	15.0
50代	64,416	58,112	7,382	12.7
60歳以上	23,687	20,823	1,405	6.7

3. 残業時間別高ストレス者割合

➤ 残業時間31時間以上で高ストレス者の割合が多く、51時間以上で最多。

月平均残業時間	有効回答数（人）	高ストレス者数（人）	高ストレス者割合（%）
0～10時間	63,395	6,818	10.8
11～20時間	34,791	4,639	13.3
21～30時間	31,465	4,681	14.9
31～40時間	23,849	3,823	16.0
41～45時間	12,053	2,006	16.6
46～50時間	5,872	955	16.3
51時間以上	12,246	2,251	18.4
管理職・裁量労働制	6,359	815	12.8



健康未来

ひとつの健康、ひろがる未来。

※本分析内容のデータ活用、出版・印刷物等に転載される場合は必ず右記お問い合わせ先までご一報ください。

東京海上日動メディカルサービス株式会社

Copyright (C) Tokio Marine & Nichido Medical Service Co., Ltd.

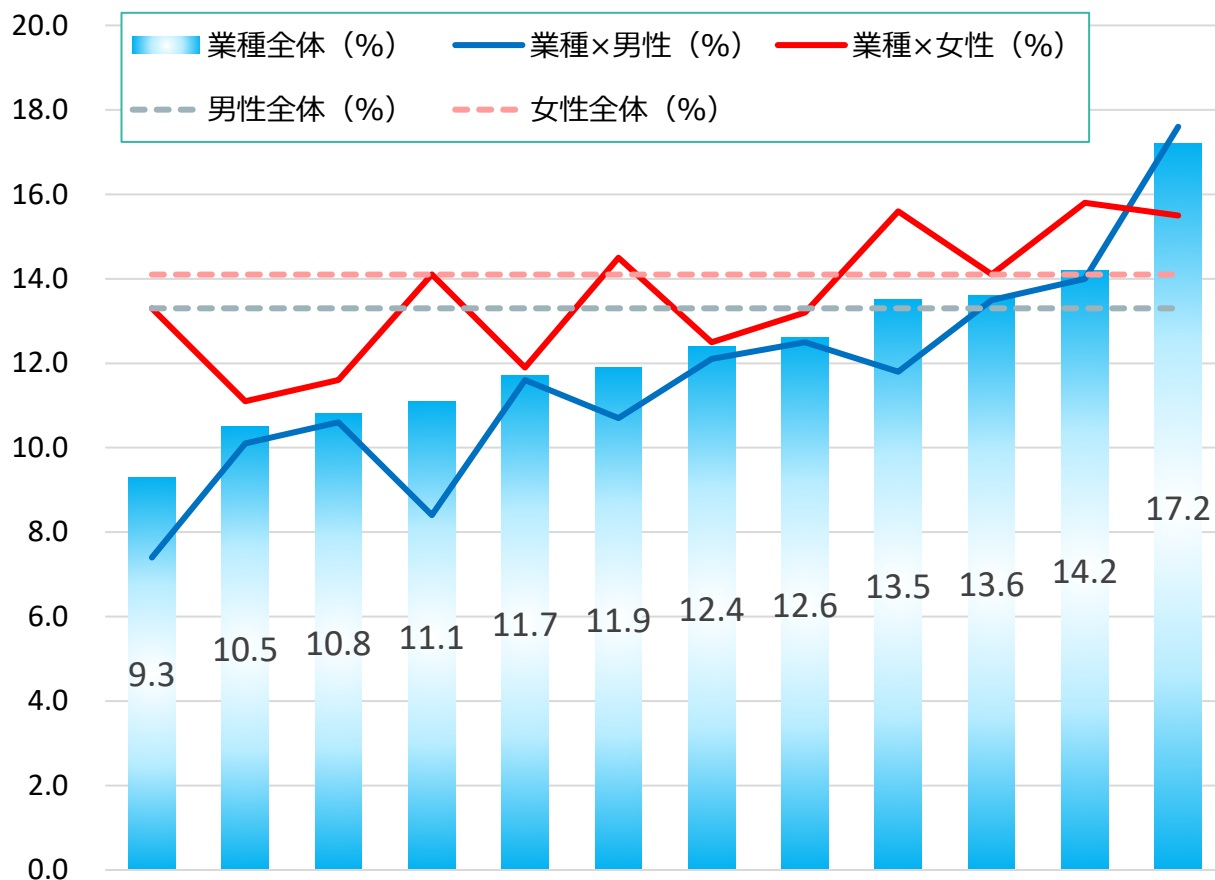
お問い合わせ先：ヘルスケア本部 メンタルヘルス事業部
データ・解析チーム

<https://www.tokio-mednet.co.jp>

4. 業種別高ストレス者割合(性別ごと)

※業種分類は日本標準産業分類を使用

- 男性の高ストレス者割合では、「製造業」「電気・ガス・熱供給・水道業」「卸売業, 小売業」において、男性全体の高ストレス者割合(13.3%)を上回っていた。
- 女性の高ストレス者割合では、「サービス業(他に分類されないもの)」「学術研究, 専門・技術サービス業」「電気・ガス・熱供給・水道業」「卸売業, 小売業」において、女性全体の高ストレス者割合(14.1%)を上回っていた。



	不動産業, 物品賃貸業	教育, 学習支援業	建設業	金融業, 保険業	情報通信業	サービス業 (他に分類されないもの)	医療, 福祉	運輸業, 郵便業	学術研究, 専門・技術サービス業	製造業	電気・ガス・熱供給・水道業	卸売業, 小売業
業種全体(%)	9.3	10.5	10.8	11.1	11.7	11.9	12.4	12.6	13.5	13.6	14.2	17.2
男性(%)	7.4	10.1	10.6	8.4	11.6	10.7	12.1	12.5	11.8	13.5	14.0	17.6
女性(%)	13.3	11.1	11.6	14.1	11.9	14.5	12.5	13.2	15.6	14.1	15.8	15.5