

令和6年「労働安全衛生調査（実態調査）」の概況

厚生労働省

厚生労働省は、2013年以来、1～2年ごとに「労働安全衛生調査」を実施している。ここでは、2024年（令和6年）調査の「概況」から一部を抜粋して掲載する。

令和6年「労働安全衛生調査（実態調査）」の概要は次の通り。

・調査対象と回答数：

〔事業所調査〕 常用労働者10人以上の民営事業所から、産業・事業所規模別に層化・無作為抽出した14,065事業所。有効回答数8,304 有効回答率59.0%

〔個人調査〕 対象事業所に雇用された常用労働者及び受け入れた派遣労働者から無作為抽出した18,533人。有効回答数8,596 有効回答率46.4%

・調査手法： 事業所調査は郵送またはオンライン報告方式。個人調査は事業所に調査票を郵送し自記入後事業所または個人から郵送、またはオンライン報告方式

・調査実施期間： 2024年10月25日～11月20日（原則として令和6年10月31日現在）

<令和6年「労働安全衛生調査（実態調査）」の概況 目次>

調査の概要

結果の概要

【事業所調査】

1 メンタルヘルス対策に関する事項

→ 本号掲載分

2 産業保健に関する事項

3 労働災害防止対策に関する事項

4 業種別労働災害防止対策に関する事項

5 化学物質のばく露防止対策に関する事項

【個人調査】

1 仕事や職業生活における不安やストレスに関する事項

→ 本号掲載分

2 長時間労働に関する事項

主な用語の説明

※令和6年「労働安全衛生調査（実態調査）」の概況は下記ページのリンクから閲覧できる。

https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/r06-46-50_gaikyo.pdf

結果の概要

【事業所調査】

1 メンタルヘルス対策に関する事項

(1) メンタルヘルス不調により連続1か月以上休業した労働者又は退職した労働者の状況

過去1年間（令和5年11月1日から令和6年10月31日までの期間）にメンタルヘルス不調により連続1か月以上休業した労働者又は退職した労働者がいた事業所の割合は12.8%〔令和5年調査13.5%〕となっている。

このうち、連続1か月以上休業した労働者がいた事業所の割合は10.2%〔同10.4%〕、退職した労働者がいた事業所の割合は6.2%〔同6.4%〕となっている。

また、メンタルヘルス不調により連続1か月以上休業した労働者の割合は0.5%〔同0.6%〕、退職した労働者の割合は0.2%〔同0.2%〕となっている。（第1表）

第1表 過去1年間にメンタルヘルス不調により連続1か月以上休業した労働者又は退職者がいた事業所割合及び労働者割合

令和6年		(単位：%)					
区 分	事業所計	(複数回答)			常用労働者計	メンタルヘルス不調による連続1か月以上の休業者数 ¹⁾³⁾	メンタルヘルス不調による退職者数 ¹⁾²⁾
		メンタルヘルス不調による連続1か月以上休業した労働者又は退職した労働者がいた ¹⁾	連続1か月以上休業した労働者がいた	退職した労働者がいた ²⁾			
合 計	100.0	12.8	10.2	6.2	100.0	0.5	0.2
(事業所規模)							
1,000人以上	100.0	91.6	88.2	71.0	100.0	1.0	0.2
500～999人	100.0	86.9	81.1	58.1	100.0	0.9	0.3
300～499人	100.0	76.0	70.7	42.7	100.0	0.8	0.3
100～299人	100.0	55.8	52.2	22.4	100.0	0.6	0.2
50～99人	100.0	33.1	24.8	19.9	100.0	0.5	0.4
30～49人	100.0	14.4	10.9	5.8	100.0	0.4	0.2
10～29人	100.0	5.7	4.2	2.6	100.0	0.3	0.2
(産 業)							
農業、林業（林業に限る。）	100.0	8.1	5.8	3.5	100.0	0.2	0.1
鉱業、採石業、砂利採取業	100.0	6.6	5.4	1.0	100.0	0.2	0.0
建設業	100.0	8.0	6.3	3.8	100.0	0.4	0.2
製造業	100.0	18.6	15.0	8.6	100.0	0.7	0.2
電気・ガス・熱供給・水道業	100.0	32.7	29.9	7.7	100.0	1.1	0.2
情報通信業	100.0	39.2	33.0	19.9	100.0	1.3	0.4
運輸業、郵便業	100.0	8.8	8.0	3.0	100.0	0.4	0.1
卸売業、小売業	100.0	10.5	8.8	4.6	100.0	0.4	0.2
金融業、保険業	100.0	20.1	15.6	6.6	100.0	0.9	0.2
不動産業、物品賃貸業	100.0	13.0	10.1	4.8	100.0	0.8	0.2
学術研究、専門・技術サービス業	100.0	22.2	18.8	10.0	100.0	1.0	0.3
宿泊業、飲食サービス業	100.0	3.4	3.0	0.9	100.0	0.2	0.0
生活関連サービス業、娯楽業	100.0	9.5	6.6	4.5	100.0	0.3	0.2
教育、学習支援業	100.0	20.5	13.7	11.3	100.0	0.6	0.3
医療、福祉	100.0	12.7	9.3	9.0	100.0	0.5	0.4
複合サービス事業	100.0	19.4	18.6	4.9	100.0	1.0	0.1
サービス業（他に分類されないもの）	100.0	15.4	12.3	7.5	100.0	0.4	0.2
令和5年 合計	100.0	13.5	10.4	6.4	100.0	0.6	0.2

注：1) メンタルヘルス不調による連続1か月以上休業した労働者及び退職した労働者には、受け入れている派遣労働者は含まれない。

2) 同じ労働者が連続1か月以上休業した後に退職した場合は、「退職した労働者」のみに計上している。

3) 同じ労働者が複数回連続1か月以上休業した場合は、1人として計上している。

(2) メンタルヘルス対策への取組状況

メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合は63.2%〔令和5年調査63.8%〕であり、事業所規模別にみると、労働者50人以上の事業所で94.3%〔同91.3%〕、労働者数30～49人の事業所で69.1%〔同71.8%〕、労働者数10～29人の事業所で55.3%〔同56.6%〕となっている。

メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所について、取組内容（複数回答）をみると、「ストレスチェックの実施」が65.3%〔同65.0%〕と最も多く、次いで「職場環境等の評価及び改善（ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を含む）」が54.7%〔同48.7%〕となっている。

また、「ストレスチェックの実施」を事業所規模別にみると、労働者50人以上の事業所で89.6%〔同89.6%〕、労働者数30～49人の事業所で57.8%〔同58.1%〕、労働者数10～29人の事業所で58.1%〔同58.6%〕となっている。（第2表）

第2表 メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）別事業所割合

区 分	メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所計 ¹⁾	メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）								（単位：%）	
		メンタルヘルス対策の取組内容（複数回答）							職場環境等の評価及び改善（ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を含む）	健康診断後の保健指導等を通じた産業保健スタッフによるメンタルヘルス対策の実施	
		メンタルヘルス対策について、衛生委員会又は安全衛生委員会での調査審議	メンタルヘルス対策に関する問題点を解決するための計画の策定と実施	メンタルヘルス対策の実務を行う担当者の選任	メンタルヘルス対策に関する労働者への教育・研修・情報提供	メンタルヘルス対策に関する管理監督者への教育・研修・情報提供	メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供	メンタルヘルス対策に関する事業所内の産業保健スタッフへの教育・研修・情報提供			
合 計 （事業所規模）	[63.2]	100.0	27.7	18.7	34.5	36.8	29.0	12.7	54.7	31.1	
1,000人以上	[100.0]	100.0	86.4	73.5	76.1	84.1	78.4	63.2	97.5	68.3	
500～999人	[99.9]	100.0	73.6	50.4	68.7	77.0	69.5	48.5	88.7	57.3	
300～499人	[98.3]	100.0	53.1	43.9	54.7	57.4	55.3	33.7	86.0	56.2	
100～299人	[97.1]	100.0	57.4	27.2	51.7	47.2	41.4	25.2	80.8	41.7	
50～99人	[92.2]	100.0	48.9	22.3	39.2	43.6	38.6	17.6	70.8	42.5	
30～49人	[69.1]	100.0	24.7	16.5	34.8	36.7	28.3	10.4	47.1	27.7	
10～29人	[55.3]	100.0	19.1	16.5	30.5	33.2	24.6	9.7	49.0	27.4	
（再掲）50人以上	[94.3]	100.0	53.0	26.3	45.2	46.9	41.6	22.2	75.6	43.6	
令和5年 合 計 （事業所規模）	[63.8]	100.0	27.9	19.0	33.1	33.3	30.5	13.9	48.7	31.5	
50人以上	[91.3]	100.0	54.6	32.4	49.5	45.0	41.2	21.8	73.6	39.3	
30～49人	[71.8]	100.0	26.3	17.1	35.5	32.4	28.5	12.9	43.1	31.2	
10～29人	[56.6]	100.0	19.4	15.0	27.0	29.6	27.4	11.5	41.9	29.1	

区 分	ストレスチェックの実施	職場復帰における支援（職場復帰支援プログラムの策定を含む）	メンタルヘルス対策に関する事業所内での相談体制の整備	外部機関の活用				メンタルヘルス不調の労働者に対する必要な配慮の実施	その他のメンタルヘルス対策
				地域産業保健センター（地域窓口）を活用したメンタルヘルス対策の実施	産業保健総合支援センターを活用したメンタルヘルス対策の実施	医療機関を活用したメンタルヘルス対策の実施	他の外部機関を活用したメンタルヘルス対策の実施		
合 計 （事業所規模）	65.3	23.1	46.1	2.9	3.0	9.2	14.3	47.9	2.8
1,000人以上	100.0	78.6	92.1	-	7.5	25.9	49.5	81.7	9.4
500～999人	99.4	69.3	80.9	0.1	7.5	23.0	29.3	77.5	4.7
300～499人	98.0	56.6	70.6	0.1	5.1	20.0	36.6	75.5	1.5
100～299人	96.7	40.4	56.7	0.4	5.1	18.2	17.3	57.6	2.1
50～99人	84.7	24.5	55.2	0.9	3.0	13.9	16.2	51.3	2.8
30～49人	57.8	22.3	43.5	4.4	1.7	8.5	12.8	44.2	2.9
10～29人	58.1	19.7	42.6	3.4	3.0	6.8	13.2	46.1	2.9
（再掲）50人以上	89.8	33.1	57.6	0.7	3.9	16.0	18.3	55.6	2.6
令和5年 合 計 （事業所規模）	65.0	25.1	45.0	3.6	2.8	10.0	11.1	49.6	1.9
50人以上	89.6	34.1	60.3	1.0	3.5	13.3	14.3	59.3	1.5
30～49人	58.1	28.3	47.1	4.4	2.9	10.5	12.2	48.7	3.1
10～29人	58.6	21.3	39.4	4.2	2.5	8.8	9.7	46.6	1.7

注：1) []は、全事業所を100としたメンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所の割合である。

2) 「他の外部機関」とは、精神保健福祉センター、中央労働災害防止協会などの心の健康づくり対策を支援する活動を行っている機関、メンタルヘルス支援機関などをいう。

(3) ストレスチェック結果の活用状況

ストレスチェックを実施した事業所のうち、結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施した事業所の割合は75.4%〔令和5年調査69.2%〕であり、このうち、分析結果を活用した事業所の割合は76.8%〔同78.0%〕となっている（第3表、第4表）。

第3表 ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析実施の有無別事業所割合

令和6年		(単位:%)		
区 分	ストレスチェックを実施した事業所計 ¹⁾²⁾	ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施した	ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施していない	
合 計	[65.3]	100.0	75.4	22.1
(事業所規模)				
1,000人以上	[100.0]	100.0	96.7	3.2
500～999人	[99.4]	100.0	87.8	11.4
300～499人	[98.0]	100.0	83.8	15.1
100～299人	[96.7]	100.0	79.2	19.7
50～99人	[84.7]	100.0	79.3	18.4
30～49人	[57.8]	100.0	72.9	24.9
10～29人	[58.1]	100.0	73.5	23.5
(再掲) 50人以上	[89.8]	100.0	80.0	18.3
令和5年 合計	[65.0]	100.0	69.2	29.5

注：1) []は、メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所を100としたストレスチェックを実施した事業所の割合である。

2) 「ストレスチェックを実施した事業所計」には、ストレスチェック結果の集団ごとの分析の有無不明が含まれる。

第4表 ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析結果の活用の有無及び活用内容（複数回答）別事業所割合

令和6年		(単位:%)						
区 分	ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施した事業所計 ¹⁾²⁾	分析結果を活用した ²⁾	分析結果を活用していない	分析結果の活用内容（複数回答）				
				業務配分の見直し	人員体制・組織の見直し	残業時間削減、休暇取得に向けた取組	職場の物理的環境の見直し	
合 計	[75.4]	100.0	76.8	(100.0)	(34.8)	(33.8)	(48.5)	(19.6)
(事業所規模)								
1,000人以上	[96.7]	100.0	93.0	(100.0)	(32.4)	(40.6)	(44.7)	(25.6)
500～999人	[87.8]	100.0	88.8	(100.0)	(42.0)	(36.3)	(50.4)	(26.3)
300～499人	[83.8]	100.0	81.0	(100.0)	(38.5)	(26.0)	(50.2)	(17.0)
100～299人	[79.2]	100.0	84.4	(100.0)	(36.7)	(37.2)	(42.5)	(23.5)
50～99人	[79.3]	100.0	80.3	(100.0)	(27.5)	(28.6)	(47.5)	(17.4)
30～49人	[72.9]	100.0	75.2	(100.0)	(46.0)	(39.2)	(58.7)	(23.0)
10～29人	[73.5]	100.0	73.9	(100.0)	(34.0)	(33.6)	(47.7)	(18.4)
(再掲) 50人以上	[80.0]	100.0	82.2	(100.0)	(31.9)	(32.0)	(45.9)	(20.0)
令和5年 合計	[69.2]	100.0	78.0	(100.0)	(34.1)	(30.2)	(55.7)	(18.8)

区 分	分析結果の活用内容（複数回答）						分析結果を特に活用していない
	上司・同僚に支援を求めやすい環境の整備	相談窓口の設置	管理監督者向け又は労働者向け研修の実施	従業員参加型の職場環境改善、ワークショップの実施	衛生委員会又は安全衛生委員会での審議	その他	
合 計	(36.7)	(41.2)	(22.6)	(9.4)	(30.5)	(5.7)	19.5
(事業所規模)							
1,000人以上	(51.5)	(48.7)	(43.5)	(28.7)	(62.5)	(7.5)	4.6
500～999人	(48.3)	(48.6)	(51.0)	(14.2)	(54.9)	(5.1)	11.1
300～499人	(41.1)	(44.6)	(28.5)	(15.1)	(45.2)	(2.3)	18.3
100～299人	(36.0)	(46.3)	(21.6)	(4.9)	(44.9)	(7.2)	14.8
50～99人	(28.2)	(37.9)	(26.3)	(4.1)	(44.6)	(3.4)	16.4
30～49人	(35.6)	(43.9)	(17.1)	(6.7)	(23.2)	(3.8)	24.3
10～29人	(39.6)	(40.2)	(21.7)	(12.7)	(22.1)	(6.7)	20.7
(再掲) 50人以上	(32.8)	(41.8)	(26.0)	(5.8)	(45.4)	(4.8)	15.6
令和5年 合計	(37.1)	(38.9)	(23.9)	(6.0)	(31.9)	(3.7)	17.5

注：1) []は、ストレスチェックを実施した事業所を100としたストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施した事業所の割合である。

2) 「ストレスチェック結果の集団（部、課など）ごとの分析を実施した事業所計」には、分析結果の活用の有無不明が含まれる。

3) ()は、「分析結果を活用した」事業所を100とした割合である。

【個人調査】

1 仕事や職業生活における不安やストレスに関する事項

(1) 仕事や職業生活に関するストレスの状況

現在の仕事や職業生活に関することで、強い不安、悩み、ストレス（以下「強いストレス」という。）となっていると感じる事柄がある労働者の割合は68.3%〔令和5年調査82.7%〕となっている。

強いストレスとなっていると感じる事柄がある労働者について、その内容（主なもの3つ以内）をみると、「仕事の量」が43.2%〔同39.4%〕と最も多く、次いで「仕事の失敗、責任の発生等」が36.2%〔同39.7%〕、「仕事の質」が26.4%〔同27.3%〕となっている。（第17表、第1図）

第17表 仕事や職業生活に関する強い不安、悩み、ストレスの有無
及び内容（主なもの3つ以内）別労働者割合

令和6年		(単位:%)					
区 分	労働者計 ¹⁾	強い不安、悩み、ストレスの内容（主なもの3つ以内）					
		強い不安、悩み、ストレスと 感じる事柄がある ²⁾³⁾	仕事の量	仕事の質	対人関係（セ クハラ・パワ ハラを含 む。）	役割・地位の 変化等（昇 進・昇格、配 置転換等）	
合 計 ⁴⁾	100.0	68.3	(100.0)	(43.2)	(26.4)	(26.1)	(19.8)
(年 齢 階 級)							
20歳未満	100.0	28.7	(100.0)	(23.4)	(14.6)	(15.8)	(5.5)
20～29歳	100.0	64.9	(100.0)	(40.7)	(21.0)	(30.8)	(15.2)
30～39歳	100.0	73.3	(100.0)	(42.2)	(20.7)	(26.1)	(19.8)
40～49歳	100.0	73.0	(100.0)	(50.6)	(28.0)	(22.5)	(27.7)
50～59歳	100.0	69.4	(100.0)	(36.9)	(31.6)	(24.2)	(18.1)
60歳以上	100.0	53.2	(100.0)	(46.6)	(28.6)	(36.2)	(7.6)
(性)							
男	100.0	69.8	(100.0)	(43.9)	(25.3)	(23.4)	(22.3)
女	100.0	66.6	(100.0)	(42.4)	(27.6)	(29.2)	(17.0)
(就 業 形 態)							
正社員	100.0	74.6	(100.0)	(45.0)	(25.4)	(26.7)	(22.7)
契約社員	100.0	73.0	(100.0)	(47.0)	(39.2)	(19.6)	(3.5)
パートタイム労働者	100.0	43.5	(100.0)	(31.7)	(26.9)	(23.4)	(12.2)
派遣労働者	100.0	54.1	(100.0)	(31.3)	(18.1)	(36.9)	(5.7)
令和5年 合計	100.0	82.7	(100.0)	(39.4)	(27.3)	(29.6)	(15.8)

区 分	強い不安、悩み、ストレスの内容（主なもの3つ以内）						強い不安、悩 み、ストレス と感じる事柄 がない
	仕事の失敗、 責任の発生等	顧客、取引先 等からのク レーム	事故や災害の 体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他の事柄	
合 計 ⁴⁾	(36.2)	(20.7)	(3.5)	(11.2)	(22.2)	(10.8)	31.1
(年 齢 階 級)							
20歳未満	(72.1)	(0.6)	(-)	(3.7)	(9.4)	(31.4)	71.3
20～29歳	(38.7)	(26.6)	(0.8)	(10.7)	(27.2)	(11.2)	34.6
30～39歳	(42.7)	(27.6)	(2.0)	(9.7)	(32.2)	(9.9)	24.7
40～49歳	(35.0)	(21.4)	(3.0)	(6.5)	(22.5)	(5.8)	26.7
50～59歳	(32.7)	(13.9)	(5.4)	(14.7)	(15.1)	(14.7)	30.2
60歳以上	(28.8)	(13.7)	(8.0)	(20.8)	(10.5)	(15.0)	46.7
(性)							
男	(40.1)	(22.5)	(5.0)	(9.7)	(20.3)	(10.6)	29.2
女	(31.8)	(18.7)	(1.8)	(13.0)	(24.4)	(11.0)	33.1
(就 業 形 態)							
正社員	(37.7)	(21.3)	(3.4)	(8.6)	(23.3)	(11.5)	24.9
契約社員	(31.3)	(8.5)	(8.2)	(32.1)	(38.8)	(5.8)	26.9
パートタイム労働者	(32.0)	(26.6)	(1.6)	(8.6)	(9.4)	(7.9)	54.6
派遣労働者	(22.7)	(9.4)	(1.5)	(54.7)	(5.5)	(15.0)	45.9
令和5年 合計	(39.7)	(26.6)	(2.3)	(9.6)	(22.2)	(13.2)	16.7

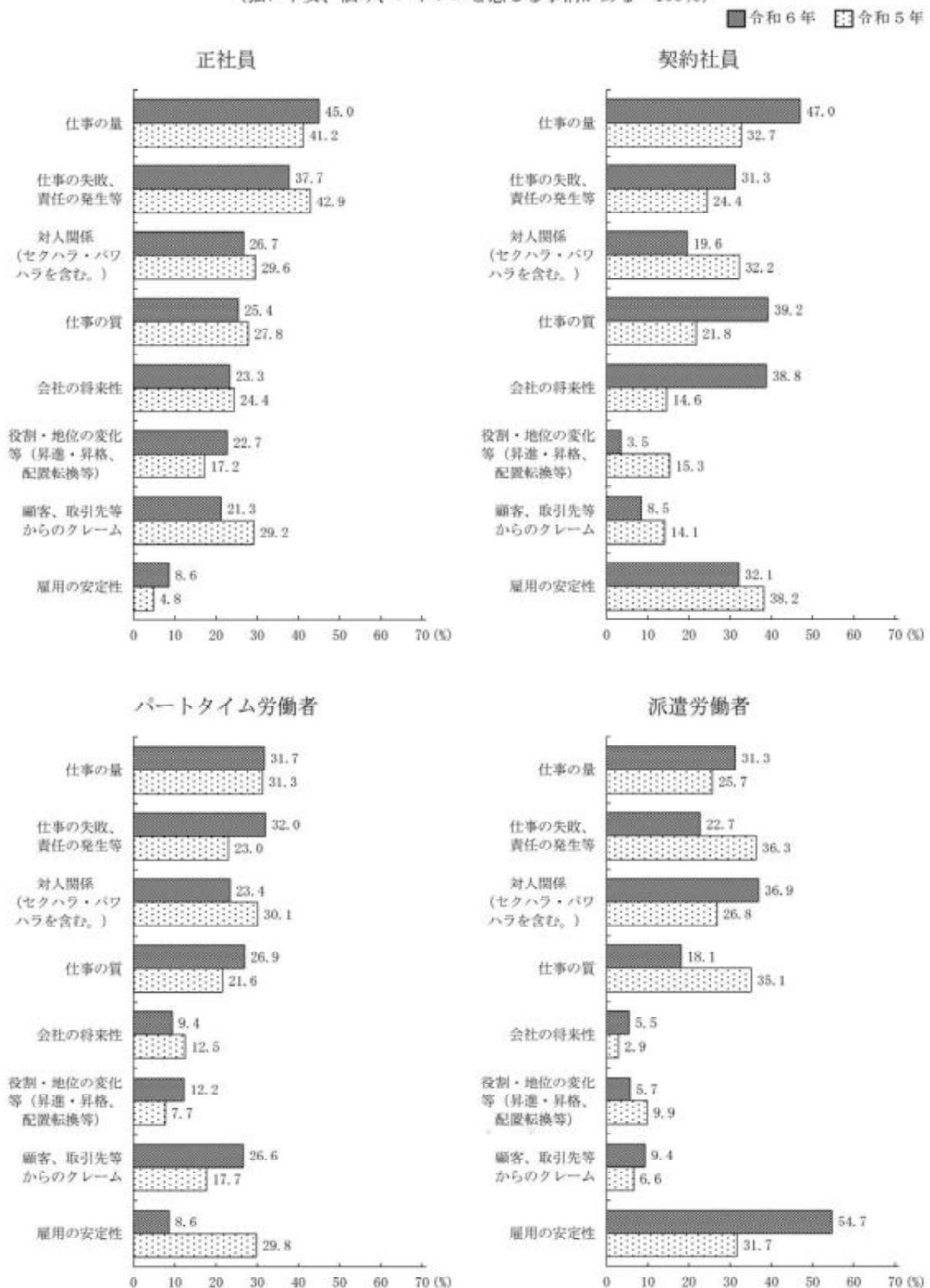
注：1) 「労働者計」には、強い不安、悩み、ストレスを感じる事柄の有無不明が含まれる。

2) 令和6年は令和5年より趣旨明確化の観点から本設問の形式を変更したため、数値の比較には留意が必要である。詳細は調査の概要「9 調査結果利用上の注意」(4)参照。(2頁)

3) ()は、「強い不安、悩み、ストレスを感じる事柄がある」労働者を100とした割合である。

4) 「合計」には、「年齢階級」「性」「就業形態」の各区分の不明が含まれる。

第1図 就業形態別にみた強い不安、悩み、ストレスの内容別労働者割合（主なもの3つ以内）（令和6年）
（強い不安、悩み、ストレスを感じる事柄がある＝100％）



注：1）項目「事故や災害の体験」「その他の事柄」はグラフには掲載していない。
2）令和6年は令和5年より趣旨明確化の観点から本設問の形式を変更したため、数値の比較には留意が必要である。詳細は調査の概要「9 調査結果利用上の注意」（4）参照。（2頁）

(2) 仕事や職業生活に関するストレスの相談状況

現在の自分の仕事や職業生活での不安、悩み、ストレス（以下「ストレス」という。）について相談できる人がいる労働者の割合は94.6%〔令和5年調査94.9%〕となっている。

ストレスを相談できる人がいる労働者について、相談できる人（複数回答）をみると、「家族・友人」が68.6%〔同71.7%〕と最も多く、次いで「上司」が65.7%〔同61.3%〕となっている。

男女別にみると男性は「上司」が70.6%と最も多く、次いで「家族・友人」が66.2%、女性では「家族・友人」が71.1%と最も多く、次いで「同僚」が63.2%となっている。（第18表）

また、ストレスについて相談できる人がいる労働者のうち、実際に相談したことがある労働者の割合は74.7%〔同73.0%〕となっており、このうち、実際に相談した相手（複数回答）をみると、「家族・友人」が62.1%〔同65.7%〕と最も多く、次いで「上司」が58.9%〔同54.3%〕となっている。

男女別にみると男性は「上司」が62.5%と最も多く、次いで「家族・友人」が59.1%、女性では「家族・友人」が64.9%と最も多く、次いで「同僚」が58.9%となっている。（第19表）

第18表 仕事や職業生活に関するストレスを相談できる人の有無及び
相談できる人（複数回答）別労働者割合

令和5年		（単位：%）								
区 分	労働者計 ¹⁾	仕事や職業生活に関する ストレスを相談できる人がい る ²⁾		相談できる人（複数回答） 職場における事業場外資源を含めた相談先（複数回答）						
				職場における事業場外資源 を含めた相談先	上司	同僚	人事労務担当 者	産業医	産業医以外の 医師	
合 計 ³⁾	100.0	94.6	(100.0)	81.5	(86.2)	(65.7)	(62.8)	(8.3)	(5.3)	(1.6)
(年 齢 階 級)										
20歳未満	100.0	99.7	(100.0)	86.5	(86.8)	(74.3)	(16.3)	(7.5)	(0.2)	(0.2)
20～29歳	100.0	98.4	(100.0)	82.4	(83.7)	(72.4)	(55.4)	(12.5)	(5.1)	(2.1)
30～39歳	100.0	96.2	(100.0)	78.6	(81.7)	(65.7)	(57.9)	(7.6)	(4.5)	(1.0)
40～49歳	100.0	93.3	(100.0)	84.0	(90.1)	(71.4)	(70.6)	(8.2)	(6.3)	(2.1)
50～59歳	100.0	93.9	(100.0)	81.0	(86.3)	(62.6)	(64.4)	(7.2)	(5.7)	(1.4)
60歳以上	100.0	96.6	(100.0)	81.0	(89.4)	(49.1)	(65.7)	(6.4)	(4.7)	(1.6)
(性)										
男	100.0	93.2	(100.0)	82.1	(88.1)	(70.6)	(62.5)	(10.0)	(7.3)	(2.0)
女	100.0	96.1	(100.0)	80.9	(84.2)	(60.4)	(63.2)	(6.4)	(3.2)	(1.2)
(就 業 形 態)										
正社員	100.0	95.4	(100.0)	83.4	(87.4)	(68.5)	(63.4)	(9.7)	(6.5)	(1.9)
契約社員	100.0	95.8	(100.0)	83.0	(86.6)	(61.5)	(76.5)	(5.6)	(4.9)	(1.5)
パートタイム労働者	100.0	92.8	(100.0)	75.9	(81.8)	(57.9)	(55.3)	(3.6)	(1.0)	(0.5)
派遣労働者	100.0	83.3	(100.0)	69.0	(82.8)	(53.8)	(66.8)	(6.5)	(4.3)	(1.1)
令和5年 合計	100.0	94.9	(100.0)	81.7	(86.1)	(61.3)	(64.9)	(9.9)	(7.3)	(2.2)

区 分	相談できる人（複数回答） 職場における事業場外資源を含めた相談先（複数回答）								仕事や職業生 活に関するス トレスを相談 できる人はい ない
	保健師又は香 煙師	公認心理師等 の心理職	衛生管理者又は 衛生推進者等	事業場が契約 した外部機関 のカウンセ ラー、「ここ ろの耳電話相 談等」の相談 窓口	その他、職場 における相談 先	家族・友人	地域のかかり つけ医・主治 医	上記以外の相 談先	
合 計 ³⁾	(3.1)	(0.8)	(2.8)	(2.2)	(3.4)	(68.6)	(4.1)	(2.6)	4.1
(年 齢 階 級)									
20歳未満	(0.6)	(0.2)	(0.2)	(0.2)	(0.2)	(35.5)	(0.7)	(3.6)	0.3
20～29歳	(2.3)	(1.7)	(2.5)	(3.7)	(4.7)	(79.0)	(6.1)	(2.3)	1.1
30～39歳	(2.1)	(0.7)	(1.4)	(1.6)	(2.2)	(74.7)	(2.4)	(4.2)	2.0
40～49歳	(4.9)	(0.6)	(3.8)	(1.8)	(4.2)	(68.5)	(4.3)	(2.2)	4.6
50～59歳	(3.0)	(0.5)	(4.0)	(2.2)	(3.0)	(60.4)	(2.5)	(2.4)	5.3
60歳以上	(2.3)	(0.6)	(0.5)	(2.9)	(3.0)	(64.5)	(8.3)	(0.9)	8.1
(性)									
男	(3.9)	(1.0)	(2.0)	(3.3)	(3.6)	(66.2)	(5.2)	(3.0)	4.7
女	(2.3)	(0.6)	(3.6)	(1.1)	(3.1)	(71.1)	(3.0)	(2.1)	3.4
(就 業 形 態)									
正社員	(3.7)	(0.9)	(3.5)	(2.8)	(3.7)	(70.3)	(4.4)	(2.9)	3.8
契約社員	(1.7)	(0.6)	(2.2)	(1.6)	(3.7)	(64.8)	(3.1)	(1.2)	3.9
パートタイム労働者	(0.7)	(0.3)	(0.1)	(0.5)	(0.8)	(61.1)	(3.2)	(1.6)	3.2
派遣労働者	(7.7)	(0.3)	(2.9)	(0.7)	(10.5)	(80.2)	(5.2)	(4.5)	15.4
令和5年 合計	(2.7)	(2.5)	(1.9)	(2.0)	(7.3)	(71.7)	(3.3)	(2.6)	3.4

注：1）「労働者計」には、ストレスを相談できる人の有無不明が含まれる。

2）（ ）は、「仕事や職業生活に関するストレスを相談できる人がいる」労働者を100とした割合である。

3）「合計」には、「年齢階級」「性」「就業形態」の各区分の不明が含まれる。

第19表 仕事や職業生活に関するストレスの相談の有無及び相談した相手（複数回答）別労働者割合

令和6年

(単位:%)

区 分	仕事や職業生活に関する ストレスを相談できる 人がある労働者計 ¹⁾²⁾	実際に相談したことがある ³⁾	実際に相談した相手（複数回答） 職場における事業場外資源を含めた相談先（複数回答）							
			職場における事業場 外資源を含めた相談先	上司	同僚	人事労務 担当者	産業医	産業医以 外の医師		
合 計 ⁴⁾	[94.6]	100.0	74.7 (100.0)	61.4 (82.2)	(58.9)	(57.0)	(3.9)	(1.7)	(1.2)	
(年 齢 階 級)										
20歳未満	[99.7]	100.0	28.9 (100.0)	8.1 (28.1)	(7.5)	(22.9)	(-)	(-)	(-)	
20～29歳	[98.4]	100.0	71.7 (100.0)	54.8 (76.4)	(60.5)	(45.4)	(9.7)	(0.5)	(2.1)	
30～39歳	[96.2]	100.0	80.6 (100.0)	63.2 (78.5)	(63.4)	(48.9)	(2.9)	(1.1)	(0.8)	
40～49歳	[93.3]	100.0	78.6 (100.0)	68.1 (86.7)	(64.9)	(65.1)	(2.9)	(1.5)	(1.4)	
50～59歳	[93.9]	100.0	76.7 (100.0)	64.3 (83.8)	(55.6)	(60.5)	(2.8)	(2.4)	(0.9)	
60歳以上	[90.6]	100.0	57.9 (100.0)	49.4 (85.2)	(38.0)	(63.9)	(3.3)	(3.5)	(1.2)	
(性)										
男	[93.2]	100.0	69.4 (100.0)	57.2 (82.4)	(62.5)	(55.0)	(5.1)	(2.4)	(1.6)	
女	[96.1]	100.0	80.5 (100.0)	65.9 (81.9)	(55.7)	(58.9)	(2.8)	(1.0)	(0.9)	
(就 業 形 態)										
正社員	[95.4]	100.0	76.9 (100.0)	64.2 (83.6)	(61.4)	(55.8)	(4.3)	(1.8)	(1.4)	
契約社員	[95.8]	100.0	83.8 (100.0)	71.4 (85.2)	(55.0)	(74.5)	(2.8)	(2.2)	(1.4)	
パートタイム労働者	[92.8]	100.0	64.5 (100.0)	49.6 (76.9)	(52.6)	(57.3)	(2.6)	(1.0)	(0.4)	
派遣労働者	[83.3]	100.0	64.9 (100.0)	41.0 (63.2)	(39.4)	(43.2)	(1.4)	(1.0)	(0.3)	
令和5年 合計	[94.9]	100.0	73.0 (100.0)	60.0 (82.2)	(54.3)	(60.0)	(6.1)	(3.1)	(1.2)	

区 分	実際に相談した相手（複数回答）								実際に相談したことはない
	職場における事業場外資源を含めた相談先（複数回答）					家族・友人	地域のかかりつけ医・主治医	左記以外の相談先	
	保健師又は看護師	公認心理師等の心理職	衛生管理者又は衛生推進者等	事業場が契約した外部機関のカウンセラー、「こころの耳電話相談等」の相談窓口	その他、職場における相談先				
合 計 ⁴⁾	(1.5)	(0.5)	(1.4)	(0.7)	(1.1)	(62.1)	(2.9)	(1.4)	12.6
（ 年 齢 階 級 ）									
20歳未満	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	(78.0)	(-)	(11.9)	4.1
20～29歳	(1.8)	(1.5)	(1.3)	(1.7)	(1.8)	(76.1)	(6.3)	(0.7)	11.0
30～39歳	(0.8)	(0.3)	(0.5)	(0.4)	(0.7)	(63.5)	(1.9)	(3.2)	10.3
40～49歳	(1.5)	(0.3)	(0.2)	(0.5)	(1.0)	(60.1)	(2.1)	(0.9)	11.4
50～59歳	(1.5)	(0.4)	(3.8)	(0.4)	(1.2)	(55.4)	(1.9)	(0.7)	13.8
60歳以上	(2.7)	(0.6)	(0.3)	(1.2)	(1.2)	(60.5)	(5.9)	(0.8)	20.0
（ 性 ）									
男	(2.3)	(0.7)	(0.8)	(1.0)	(1.5)	(59.1)	(4.7)	(2.3)	16.5
女	(0.7)	(0.4)	(1.9)	(0.3)	(0.8)	(64.9)	(1.2)	(0.5)	8.3
（ 就 業 形 態 ）									
正社員	(1.7)	(0.6)	(1.8)	(0.7)	(1.3)	(61.8)	(3.0)	(1.5)	11.3
契約社員	(1.0)	(0.4)	(0.3)	(0.9)	(0.4)	(57.1)	(2.2)	(0.5)	10.9
パートタイム労働者	(0.5)	(0.2)	(0.2)	(0.4)	(0.5)	(64.1)	(2.2)	(0.8)	17.6
派遣労働者	(4.1)	(0.1)	(0.1)	(0.1)	(1.2)	(72.7)	(7.0)	(3.8)	17.0
令和5年 合計	(1.3)	(1.7)	(0.4)	(0.3)	(2.0)	(65.7)	(2.8)	(1.5)	16.4

注：1) []は、全労働者を100とした仕事や職業生活に関するストレスを相談できる人がある労働者の割合である。

2) 「仕事や職業生活に関するストレスを相談できる人がある労働者計」には、ストレスを実際に相談したことの有無不明が含まれる。

3) ()は、「実際に相談したことがある」労働者を100とした割合である。

4) 「合計」には、「年齢階級」「性」「就業形態」の各区分の不明が含まれる。

2 長時間労働に関する事項

過去1年間（令和5年11月1日から令和6年10月31日）に1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月があった労働者の割合は、1.5%〔令和5年調査2.2%〕となっている。

このうち、医師による面接指導の有無をみると、1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えたすべての月について医師による面接指導を受けた労働者の割合は12.6%〔同6.1%〕となっている。（第20表）

第20表 過去1年間における1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月の有無
及び医師による面接指導の有無別労働者割合

令和6年		医師による面接指導の有無						(単位:%)
区 分	派遣労働者 以外の労働 者計 ¹⁾	1か月間の時間外・休日 労働が80時間を超えた月 があった ²⁾	1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月について医師による面接指導を受けた	1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月のうち一部について医師による面接指導を受けた	医師による面接指導を受け なかった	1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月はなかった	わからない	
合 計 ³⁾	100.0	1.5 (100.0)	(12.6)	(8.0)	(79.5)	85.4	4.4	
(年 齢 階 級)								
20歳未満	100.0	- (-)	(-)	(-)	(-)	93.1	4.5	
20～29歳	100.0	0.4 (100.0)	(29.2)	(0.6)	(70.2)	94.7	1.8	
30～39歳	100.0	1.4 (100.0)	(26.9)	(4.2)	(68.9)	81.3	5.7	
40～49歳	100.0	1.6 (100.0)	(14.6)	(6.9)	(78.5)	86.4	4.8	
50～59歳	100.0	2.7 (100.0)	(5.4)	(8.2)	(86.4)	82.3	5.2	
60歳以上	100.0	0.7 (100.0)*	(1.3)*	(31.5)*	(67.2)*	85.0	2.4	
(性)								
男	100.0	2.4 (100.0)	(14.2)	(5.8)	(80.1)	85.8	4.3	
女	100.0	0.6 (100.0)	(4.8)	(18.6)	(76.7)	84.9	4.5	
令和5年 合計	100.0	2.2 (100.0)	(6.1)	(1.7)	(92.2)	89.0	4.6	

注：1) 「派遣労働者以外の労働者計」には、1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月の有無不明が含まれる。

2) ()は、「1か月間の時間外・休日労働が80時間を超えた月があった」労働者を100とした割合である。

3) 「合計」には、「年齢階級」「性」の各区分の不明が含まれる。