

【職業性ストレス簡易調査票の実績データから作成された分布表の見方について】

「労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル」（以下「実施マニュアル」）の巻末（P174～P177）に掲載の分布表は、平成24年4月から平成25年3月までに中央労働災害防止協会の職業性ストレス簡易調査票を用いたストレス調査サービスを利用した201,700名のデータから集計したものです。

その見方について説明します。

1. 合計点数法（評価基準の例その1）の分布表（実施マニュアル P174）

- タテ軸は「心身のストレス反応」29項目の合計点数、ヨコ軸は「仕事のストレス要因」（要因）17項目と「周囲のサポート」（支援）9項目の合計点数を示しています。
- 各数値（％）は、それぞれタテ軸、ヨコ軸の点数以上に該当する労働者の割合を示しています。

－ 実施マニュアル P43 において示している評価基準の設定例に基づいて高ストレス者を選定すると、高ストレス者が概ね 10%程度となるといえる理由（57 項目の場合） －

高ストレス者の評価基準の設定例（実施マニュアル P43）

ア 「心身のストレス反応」（29 項目）の合計が 77 点以上である者を高ストレスとする。
イ 「仕事のストレス要因」（17 項目）及び「周囲のサポート」（9 項目）の合計点数が 76 点以上で、かつ、「心身のストレス反応」の合計点数が 63 点以上である者を高ストレスとする。

- ・ アの「心身のストレス反応」の合計が 77 点以上となる労働者の割合は、実施マニュアル P174 の分布表ではタテ軸 77 点の累積の列で 7.9%となります。
- ・ イの「仕事のストレス要因」及び「周囲のサポート」の合計点数が 76 点以上で、かつ、「心身のストレス反応」の合計点数が 63 点以上となる労働者の割合は、実施マニュアル P174 の分布表ではヨコ軸 76 点とタテ軸 63 点の交わった 4.7%となります。
- ・ 上記のアとイの一部が重複しているため、重複部分を除きます。重複している部分は、ヨコ軸 76 点とタテ軸 77 点の交わった部分で 2.7%となります。
- ・ したがって、上記評価基準に基づいて高ストレス者に該当する労働者の割合は ア（7.9%）＋イ（4.7%）－重複部分（2.7%）＝（9.9%≒10%）となります。

分布表と概念図で表すと下記ようになります。

【分布表】

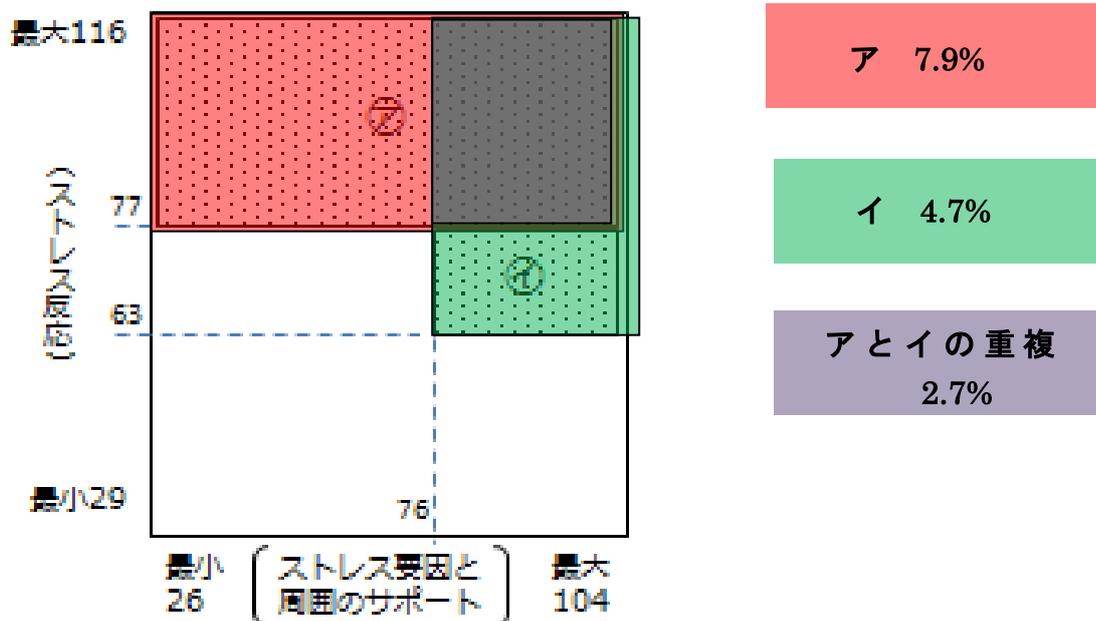
標準版 反応29項目と要因26項目のクロス集計表		要因17項目支援9項目																	累積
++		65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80		
心身の ストレス 反応29項目	53	26.4%	23.9%	21.4%	19.0%	16.7%	14.6%	12.6%	10.8%	9.2%	7.8%	6.6%	5.5%	4.6%	3.8%	3.2%	2.6%	52.3%	
	54	25.6%	23.3%	20.9%	18.6%	16.4%	14.3%	12.4%	10.7%	9.1%	7.7%	6.5%	5.5%	4.6%	3.8%	3.1%	2.6%	49.6%	
	55	24.8%	22.6%	20.3%	18.1%	16.0%	14.0%	12.2%	10.5%	8.9%	7.6%	6.4%	5.4%	4.5%	3.8%	3.1%	2.6%	46.7%	
	56	23.9%	21.8%	19.6%	17.6%	15.6%	13.7%	11.9%	10.3%	8.8%	7.5%	6.3%	5.3%	4.5%	3.7%	3.1%	2.6%	43.9%	
	57	23.0%	21.0%	19.0%	17.0%	15.1%	13.3%	11.6%	10.1%	8.6%	7.4%	6.2%	5.3%	4.4%	3.7%	3.1%	2.5%	41.3%	
	58	22.0%	20.2%	18.3%	16.5%	14.7%	12.9%	11.3%	9.8%	8.4%	7.2%	6.1%	5.2%	4.4%	3.7%	3.0%	2.5%	38.6%	
	59	21.1%	19.4%	17.6%	15.9%	14.2%	12.5%	11.0%	9.6%	8.2%	7.1%	6.0%	5.1%	4.3%	3.6%	3.0%	2.5%	36.1%	
	60	20.1%	18.5%	16.9%	15.2%	13.7%	12.1%	10.6%	9.3%	8.0%	6.9%	5.9%	5.0%	4.2%	3.5%	3.0%	2.5%	33.6%	
	61	19.1%	17.7%	16.2%	14.6%	13.2%	11.7%	10.3%	9.0%	7.8%	6.7%	5.8%	4.9%	4.2%	3.5%	2.9%	2.4%	31.4%	
	62	18.1%	16.7%	15.3%	14.0%	12.6%	11.2%	9.9%	8.7%	7.6%	6.6%	5.6%	4.8%	4.1%	3.4%	2.9%	2.4%	28.9%	
	63	17.1%	15.9%	14.6%	13.3%	12.0%	10.7%	9.5%	8.4%	7.4%	6.4%	5.5%	4.7%	4.0%	3.4%	2.8%	2.4%	26.8%	
	64	16.2%	15.1%	13.9%	12.7%	11.5%	10.3%	9.2%	8.1%	7.1%	6.2%	5.3%	4.6%	3.9%	3.3%	2.8%	2.3%	24.8%	
	65	15.2%	14.2%	13.1%	12.1%	11.0%	9.8%	8.8%	7.8%	6.9%	6.0%	5.2%	4.5%	3.8%	3.2%	2.7%	2.3%	22.9%	
	66	14.3%	13.4%	12.4%	11.5%	10.4%	9.4%	8.4%	7.5%	6.6%	5.8%	5.0%	4.3%	3.7%	3.1%	2.7%	2.2%	21.1%	
	67	13.4%	12.6%	11.7%	10.8%	9.9%	8.9%	8.0%	7.2%	6.4%	5.6%	4.9%	4.2%	3.6%	3.1%	2.6%	2.2%	19.5%	
	68	12.5%	11.8%	11.0%	10.2%	9.4%	8.5%	7.6%	6.9%	6.1%	5.4%	4.7%	4.1%	3.5%	3.0%	2.5%	2.1%	17.9%	
	69	11.7%	11.1%	10.4%	9.6%	8.8%	8.0%	7.3%	6.5%	5.8%	5.1%	4.5%	3.9%	3.4%	2.9%	2.5%	2.1%	16.5%	
	70	10.9%	10.4%	9.7%	9.1%	8.3%	7.6%	6.9%	6.2%	5.5%	4.9%	4.3%	3.8%	3.3%	2.8%	2.4%	2.0%	15.1%	
	71	10.2%	9.7%	9.1%	8.5%	7.8%	7.2%	6.5%	5.9%	5.3%	4.7%	4.2%	3.7%	3.2%	2.7%	2.3%	2.0%	13.8%	
	72	9.4%	9.0%	8.5%	7.9%	7.3%	6.7%	6.1%	5.6%	5.0%	4.5%	4.0%	3.5%	3.0%	2.6%	2.2%	1.9%	12.6%	
	73	8.7%	8.3%	7.9%	7.4%	6.9%	6.3%	5.8%	5.3%	4.7%	4.3%	3.8%	3.4%	2.9%	2.5%	2.2%	1.9%	11.5%	
74	8.1%	7.7%	7.3%	6.9%	6.4%	5.9%	5.4%	5.0%	4.5%	4.0%	3.6%	3.2%	2.8%	2.4%	2.1%	1.8%	10.5%		
75	7.4%	7.1%	6.8%	6.4%	6.0%	5.5%	5.1%	4.7%	4.2%	3.8%	3.4%	3.0%	2.7%	2.3%	2.0%	1.7%	9.6%		
76	6.8%	6.6%	6.3%	5.9%	5.5%	5.2%	4.7%	4.4%	4.0%	3.6%	3.2%	2.9%	2.5%	2.2%	1.9%	1.7%	8.7%		
77	6.3%	6.0%	5.8%	5.5%	5.1%	4.8%	4.4%	4.1%	3.7%	3.4%	3.1%	2.7%	2.4%	2.1%	1.8%	1.6%	7.9%		
78	5.8%	5.6%	5.3%	5.1%	4.8%	4.5%	4.1%	3.8%	3.5%	3.2%	2.9%	2.6%	2.3%	2.0%	1.8%	1.5%	7.1%		
79	5.2%	5.1%	4.9%	4.6%	4.4%	4.1%	3.8%	3.5%	3.3%	3.0%	2.7%	2.4%	2.2%	1.9%	1.7%	1.5%	6.5%		
80	4.8%	4.6%	4.5%	4.3%	4.0%	3.8%	3.5%	3.3%	3.0%	2.8%	2.5%	2.3%	2.0%	1.8%	1.6%	1.4%	5.9%		
81	4.4%	4.2%	4.1%	3.9%	3.7%	3.5%	3.3%	3.0%	2.8%	2.6%	2.4%	2.1%	1.9%	1.7%	1.5%	1.3%	5.3%		
累積		33.1%	29.3%	25.6%	22.3%	19.2%	16.5%	14.0%	11.9%	10.0%	8.4%	7.0%	5.8%	4.9%	4.0%	3.3%	2.7%		

この部分の割合 4.7%

この部分の割合 7.9%

この部分の割合 2.7%

【概念図】



2. 素点換算表を使う方法（評価基準の例その2）の分布表（実施マニュアル P176）

- ヨコ軸は「心身のストレス反応」6尺度の合計点数と平均点数、タテ軸は「仕事のストレス要因」（要因）9尺度、「周囲のサポート」（支援）3尺度の合計点数と平均点数を示しています。
 - 各数値（%）は、それぞれタテ軸、ヨコ軸の点数に該当する労働者の割合を示しています。
- － 実施マニュアル P44 において示している評価基準の設定例に基づいて高ストレス者を選定すると、高ストレス者が概ね 10%となるといえる理由（57 項目の場合） －

高ストレス者の数値基準（P44）

ア 「心身のストレス反応」（29 項目）の 6 尺度について合計が 12 点以下である者を高ストレスとする。
イ 「仕事のストレス要因」（17 項目）の 9 尺度及び「周囲のサポート」（9 項目）の 3 尺度の計 12 尺度について合計点数が 26 点以下で、かつ、「心身のストレス反応」の 6 尺度の合計点数が 17 点以下である者を高ストレスとする。

- ・ アの「心身のストレス反応」6尺度の合計が 12 点以下となる労働者の割合は、実施マニュアル P176 の分布表ではヨコ軸 12 点の累計の行で 8.47%となります。
- ・ イの「仕事のストレス要因」9尺度及び「周囲のサポート」3尺度の合計点数が 26 点以下で、かつ、「心身のストレス反応」の合計点数が 17 点以下となり、上記アとの重複を引いた部分に該当する労働者の割合は、分布表ではヨコ軸 13 点～17 点で、かつ、タテ軸 26 点以下の各マスの割合の総計で、1.73%となります。
- ・ したがって高ストレス者の割合は ア（8.47%）＋イから重複を除いた部分（1.73%）＝（10.2%≒10%）となります。

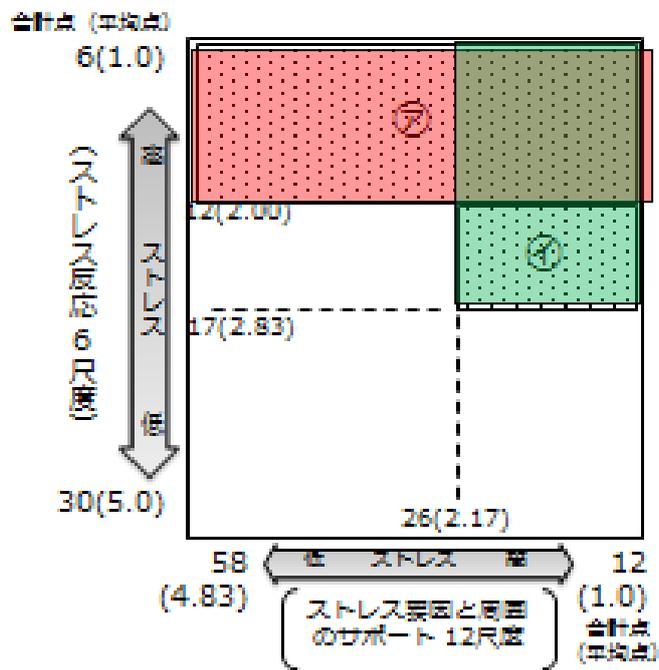
分布表と概念図で表すと下記のようになります。

【分布表】

要因9尺度+支援3尺度5段階評価平均 と ストレス反応6尺度5段階評価平均 のクロス表 (%)

要因9尺度+支援3尺度の平均	合計点 平均点	反応6尺度 平均																														合計	累計	
		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
12	1.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01
13	1.08	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	
14	1.17	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.03		
15	1.25	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	0.05		
16	1.33	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.04	0.09		
17	1.42	0.03	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.07	0.16		
18	1.50	0.03	0.02	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.10	0.26		
19	1.58	0.03	0.02	0.02	0.01	0.01	0.01	0.02	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.14	0.40		
20	1.67	0.03	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.01	0.01	0.01	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.60		
21	1.75	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.02	0.02	0.03	0.02	0.02	0.02	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.28	0.88		
22	1.83	0.03	0.03	0.03	0.04	0.04	0.04	0.04	0.04	0.04	0.03	0.03	0.03	0.02	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.39	1.28		
23	1.92	0.04	0.04	0.04	0.06	0.05	0.05	0.05	0.05	0.06	0.04	0.04	0.03	0.02	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.57	1.83		
24	2.00	0.03	0.04	0.05	0.06	0.05	0.07	0.08	0.06	0.07	0.06	0.05	0.06	0.03	0.03	0.02	0.01	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.74	2.57		
25	2.08	0.04	0.04	0.05	0.07	0.09	0.08	0.10	0.10	0.10	0.09	0.06	0.06	0.04	0.03	0.02	0.01	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.01	3.58		
26	2.17	0.03	0.04	0.05	0.06	0.10	0.12	0.12	0.15	0.13	0.12	0.11	0.10	0.08	0.05	0.03	0.02	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.35	4.93		
27	2.25	0.02	0.04	0.07	0.09	0.10	0.13	0.16	0.18	0.18	0.18	0.18	0.16	0.13	0.06	0.05	0.04	0.02	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.82	6.75		
28	2.33	0.02	0.03	0.05	0.09	0.10	0.14	0.16	0.21	0.22	0.26	0.22	0.23	0.20	0.12	0.08	0.06	0.04	0.03	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.28	9.03		
29	2.42	0.01	0.03	0.04	0.07	0.11	0.15	0.22	0.24	0.28	0.26	0.26	0.26	0.19	0.12	0.10	0.06	0.04	0.03	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.92	11.95		
30	2.50	0.02	0.03	0.04	0.08	0.10	0.16	0.20	0.26	0.34	0.38	0.42	0.45	0.38	0.28	0.19	0.15	0.10	0.06	0.04	0.02	0.01	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.72	15.67		
31	2.58	0.01	0.02	0.04	0.07	0.11	0.15	0.23	0.31	0.39	0.42	0.47	0.50	0.48	0.38	0.27	0.20	0.15	0.10	0.07	0.05	0.03	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.48	20.16		
32	2.67	0.00	0.02	0.04	0.06	0.08	0.14	0.19	0.27	0.37	0.42	0.54	0.63	0.60	0.50	0.40	0.28	0.22	0.15	0.11	0.08	0.05	0.03	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.18	25.34		
33	2.75	0.01	0.01	0.03	0.05	0.08	0.13	0.17	0.27	0.37	0.46	0.64	0.67	0.74	0.62	0.52	0.38	0.31	0.21	0.16	0.10	0.07	0.03	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.05	31.39		
34	2.83	0.01	0.01	0.02	0.05	0.10	0.17	0.24	0.24	0.35	0.46	0.59	0.76	0.78	0.73	0.59	0.47	0.36	0.30	0.20	0.16	0.11	0.06	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.63	38.02		
35	2.92	0.00	0.01	0.02	0.05	0.08	0.13	0.20	0.20	0.28	0.42	0.56	0.72	0.84	0.80	0.66	0.57	0.47	0.40	0.28	0.13	0.08	0.04	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.02	45.04		
36	3.00	0.00	0.01	0.01	0.03	0.07	0.11	0.17	0.17	0.26	0.36	0.45	0.70	0.81	0.76	0.71	0.63	0.52	0.45	0.33	0.25	0.18	0.10	0.05	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	7.03	52.08			
37	3.08	0.00	0.01	0.01	0.03	0.05	0.09	0.14	0.21	0.30	0.44	0.59	0.73	0.77	0.72	0.65	0.57	0.49	0.38	0.30	0.20	0.14	0.07	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	6.96	59.04			
38	3.17	0.00	0.01	0.01	0.03	0.04	0.07	0.11	0.11	0.18	0.24	0.38	0.54	0.65	0.70	0.74	0.64	0.59	0.54	0.38	0.34	0.26	0.16	0.09	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00	6.74	65.78			
39	3.25	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.03	0.06	0.08	0.14	0.20	0.28	0.41	0.54	0.61	0.64	0.61	0.57	0.53	0.45	0.35	0.25	0.16	0.12	0.05	0.01	0.00	0.00	0.00	6.11	71.89			
40	3.33	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.03	0.06	0.09	0.14	0.20	0.31	0.45	0.52	0.54	0.54	0.51	0.46	0.40	0.34	0.27	0.20	0.11	0.05	0.01	0.00	0.00	0.00	5.32	77.21			
41	3.42	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	0.03	0.05	0.07	0.10	0.18	0.25	0.35	0.40	0.46	0.46	0.47	0.48	0.38	0.33	0.26	0.19	0.13	0.05	0.02	0.00	0.00	0.00	4.69	81.90			
42	3.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	0.04	0.05	0.07	0.11	0.18	0.28	0.32	0.37	0.38	0.39	0.37	0.36	0.31	0.29	0.20	0.12	0.06	0.02	0.00	0.00	0.00	3.96	85.86			
43	3.58	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.02	0.05	0.09	0.12	0.18	0.24	0.29	0.30	0.33	0.34	0.32	0.29	0.24	0.18	0.12	0.05	0.02	0.00	0.00	0.00	3.24	89.10			
44	3.67	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.03	0.06	0.08	0.15	0.17	0.21	0.26	0.26	0.28	0.28	0.25	0.21	0.16	0.11	0.07	0.02	0.00	0.00	0.00	2.67	91.77			
45	3.75	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.03	0.04	0.06	0.10	0.11	0.14	0.18	0.23	0.23	0.23	0.23	0.23	0.18	0.18	0.11	0.06	0.03	0.00	0.00	2.23	94.00			
46	3.83	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.03	0.05	0.08	0.10	0.13	0.16	0.17	0.19	0.18	0.17	0.13	0.11	0.07	0.03	0.00	0.00	0.00	1.66	95.65			
47	3.92	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.02	0.05	0.06	0.08	0.09	0.11	0.13	0.15	0.13	0.15	0.12	0.10	0.06	0.03	0.01	0.00	0.00	0.00	1.31	96.97			
48	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.02	0.04	0.05	0.06	0.09	0.09	0.08	0.09	0.11	0.10	0.10	0.09	0.05	0.03	0.04	0.00	0.00	0.00	0.94	97.91			
49	4.08	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.01	0.02	0.03	0.04	0.06	0.06	0.07	0.09	0.09	0.09	0.08	0.04	0.03	0.00	0.00	0.00	0.73	98.64			
50	4.17	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.03	0.03	0.03	0.06	0.06	0.06	0.06	0.06	0.05	0.02	0.00	0.00	0.00	0.49	99.13			
51	4.25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.01	0.02	0.02	0.03	0.04	0.04	0.04	0.04	0.03	0.0							

【概念図】



ア 8.47%

イー重複 1.73%