

## 7 メンタルヘルスに関する労働相談

### 【メンタルヘルス関連の職場トラブルの特徴】

現代社会では、様々な原因で職場の余裕が失われ、そこで働く人々のストレスが心身の不調となって現れることも少なくない。

労働相談情報センターにもメンタルヘルスに関連する相談が寄せられている。

心の健康を損ねる原因は様々だが、労働問題となるケースとしては、会社による退職勧奨に端を発するケース、職場の人員削減・長時間労働や成果主義の浸透などによる肉体的・精神的負荷が原因のケース、パワハラなどの職場環境や人間関係の悪化によるケースなどである。

### 〈令和7年度のメンタルヘルスに関する労働相談の傾向〉

(1) メンタルヘルスに関する労働相談は4,912件で、令和6年度より54件（△1.1%）減少した（第25表）。

(2) 男女別では、男性1,682件（34.2%）、女性3,229件（65.7%）となっている。

(3) 労使別では、労働者3,937件（80.2%）、使用者851件（17.3%）、その他124件（2.5%）となっている。

(4) 産業別では、「サービス業（他に分類されないもの）」1,087件（22.1%）が最も多く、以下、「情報通信業」747件（15.2%）、「医療、福祉」605件（12.3%）となっている（第27表）。

(5) 相談内容では、「職場の嫌がらせ」（2,441項目）が最も多く、以下、「休職・復職」（1,705項目）、「退職」（1,393項目）となっている（第28表）。

※ なお、労働相談・あっせんの中では、本人自らが「心の問題を抱えている」と話した場合、使用者との調整の中で心の問題が浮かび上がってきた場合のみ「メンタルヘルス」としてカウントしている（相談担当から確認するような行為は、労働相談の円滑な進行を妨げるおそれがあるため）。このため、数値は参考数字である。

第25表 年度別・メンタルヘルス労働相談件数

上段：全体の労働相談件数

下段：メンタルヘルス労働相談件数

区 分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
労働相談 総 計	52,318件 △1.1%	45,504件 △13.0%	46,269件 1.7%	42,642件 △7.8%	44,440件 4.2%	50,003件 12.5%
メンタル ヘルス 相談件数	4,349件 △10.4% 8.3%	3,824件 △12.1% 8.4%	2,289件 △40.1% 4.9%	2,616件 14.3% 6.1%	4,966件 89.8% 11.2%	4,912件 △1.1% 9.8%

斜体文字は対前年度比 (%) 欄下段は構成比 (%)

第26表 規模別・メンタルヘルス労働相談件数

上段：全体の労働相談件数

下段：メンタルヘルス労働相談件数

	計	30人未満	30～99人	100～299人	300人以上	その他 ・不明
労働相談 総 計	50,003件	6,498件 13.0%	3,756件 7.5%	2,885件 5.8%	7,569件 15.1%	29,295件 58.6%
メンタル ヘルス 相談件数	4,912件	753件 15.3%	700件 14.3%	452件 9.2%	1,169件 23.8%	1,838件 37.4%

各欄下段は構成比 (%)

第27表 産業別・メンタルヘルス労働相談件数

上段：全体の労働相談件数

下段：メンタルヘルス労働相談件数

合 計	建設業	製造業	情報 通信業	運輸業、 郵便業	卸売業、 小売業	金融業、 保険業	不動産業、 物品賃貸業
50,003件	1,502件 3.0%	2,505件 5.0%	3,796件 7.6%	1,111件 2.2%	2,932件 5.9%	851件 1.7%	896件 1.8%
メンタル ヘルス 相談件数	282件 5.7%	200件 4.1%	747件 15.2%	58件 1.2%	239件 4.9%	84件 1.7%	244件 5.0%
	宿泊業、飲 食サービス業	教育、学 習支援	医療、 福祉	サービス業（他に分 類されないもの）		その他	不 明
	4,912件	2,243件 4.5%	1,872件 3.7%	5,635件 11.3%	7,866件 15.7%	1,401件 2.8%	17,393件 34.8%
	174件 3.5%	438件 8.9%	605件 12.3%	1,087件 22.1%	97件 2.0%	657件 13.4%	

各欄下段は構成比 (%)

第28表 メンタルヘルス労働相談の内容項目

労使別	計	労働者	使用者	その他
合計	11,004	8,533	2,217	254
労働組合及び労使関係	103 [ 0.9% ]	98	1	4
労働条件	6,029 [ 54.8% ]	4,659	1,256	114
就業規則	202 [ 1.8% ]	123	77	2
労働契約	325 [ 3.0% ]	278	31	16
労働条件変更	357 [ 3.2% ]	297	59	1
配転・出向	435 [ 4.0% ]	324	101	10
賃金情報	14 [ 0.1% ]	11	2	1
賃金不払	253 [ 2.3% ]	195	55	3
賃金その他	256 [ 2.3% ]	140	109	7
退職金	3 [ 0.0% ]	3	0	0
労働時間	174 [ 1.6% ]	146	26	2
休日	8 [ 0.1% ]	8	0	0
休暇	89 [ 0.8% ]	87	0	2
休業	142 [ 1.3% ]	94	44	4
休職・復職	1,705 [ 15.5% ]	1,406	272	27
安全衛生	180 [ 1.6% ]	131	41	8
服務・懲戒	38 [ 0.3% ]	34	2	2
解雇	241 [ 2.2% ]	169	63	9
雇止め	115 [ 1.0% ]	91	22	2
退職	1,393 [ 12.7% ]	1,039	338	16
定年制	0 [ 0.0% ]	0	0	0
女性	39 [ 0.4% ]	30	8	1
育児休業	25 [ 0.2% ]	21	4	0
介護休業	13 [ 0.1% ]	11	2	0
その他	22 [ 0.2% ]	21	0	1
労働福祉	1,170 [ 10.6% ]	794	342	34
雇用保険	222 [ 2.0% ]	148	72	2
労災保険	209 [ 1.9% ]	161	40	8
健保・年金	722 [ 6.6% ]	469	229	24
教育・訓練	12 [ 0.1% ]	12	0	0
福利厚生	2 [ 0.0% ]	2	0	0
その他	3 [ 0.0% ]	2	1	0
人間関係	3,415 [ 31.0% ]	2,720	607	88
職場の嫌がらせ	2,441 [ 22.2% ]	1,847	543	51
セクシュアルハラスメント	199 [ 1.8% ]	182	5	12
マタニティハラスメント	68 [ 0.6% ]	60	0	8
その他	707 [ 6.4% ]	631	59	17
その他の問題	287 [ 2.6% ]	262	11	14
雇用関連	66 [ 0.6% ]	65	1	0
企業再編	13 [ 0.1% ]	13	0	0
企業倒産	0 [ 0.0% ]	0	0	0
偽装請負	0 [ 0.0% ]	0	0	0
損害賠償・慰謝料	33 [ 0.3% ]	29	1	3
税金	1 [ 0.0% ]	1	0	0
障害者	128 [ 1.2% ]	111	7	10
高齢者	2 [ 0.0% ]	1	1	0
派遣関連	9 [ 0.1% ]	8	1	0
その他	35 [ 0.3% ]	34	0	1

[ ] は構成比 (%)