

となったと認められる状況がなければ業務起因性があると判断して差し支えない。

ロ 業務による心理的負荷と側要因との関係

判断指針の別表1の総合評価が「強」と認められる場合であって、側要因に問題が認められる場合には、上記イの場合と同様、業務による心理的負荷と側要因の関係について検討を行う必要がある。この場合、一般的には、精神障害の既往歴や生活史、アルコール等依存状況、性格傾向に顕著な問題が認められ、その内容、程度等から側要因が精神障害発病の有力な原因となったと認められる状況がなければ業務起因性があると判断して差し支えない。

6 調査に当たっての留意事項

調査は、業務による心理的負荷の内容、程度のほか業務以外の心理的負荷の内容、程度、さらには側要因について調査を要する。その際、調査の性格から、プライバシーに触れざるを得ないこともあり、調査に当たってはその保護に十分配慮する必要がある。

第5 治ゆ等

心理的負荷による精神障害にあつては、その原因を取り除き、適切な療養を行えば全治する場合が多い。その際、療養期間の目安を一概に示すことは困難であるが、業務による心理的負荷による精神障害にあつては、精神医学上一般的には6か月から1年程度の治療で治ゆする例が多いとされている。

また、業務上の精神障害が治ゆした後再び精神障害が発病した場合については、発病のたびにその時点での業務による心理的負荷、業務以外の心理的負荷及び側要因を各々検討し、業務起因性を判断することとする。

第6 自殺の取扱い

1 精神障害による自殺

ICD-10のF0からF4に分類される多くの精神障害では、精神障害の病態としての自殺念慮が出現する蓋然性が高いと医学的に認められることから、業務による心理的負荷によってこれらの精神障害が発病したと認められる者が自殺を図った場合には、精神障害によって正常の認識、行為選択能力が著しく阻害され、又は自殺行為を思いとどまる精神的な抑制力が著しく阻害されてい

る状態で自殺が行われたものと推定し、原則として業務起因性が認められる。

ただし、上記の精神障害と認められる事案であっても、発病後治療等が行われ相当期間経過した後の自殺については、治ゆの可能性やその経過中での業務以外の様々な心理的負荷要因の発生の可能性があり、自殺が当該疾病の「症状」の結果と認められるかどうかは、さらに療養の経過、業務以外の心理的負荷要因の内容等を総合して判断する必要がある。

なお、上記以外の精神障害にあつては、必ずしも一般的に強い自殺念慮を伴うとまではいえないことから、当該精神障害と自殺の関連について検討を行う必要がある。

2 遺書等の取扱い

遺書等の存在については、それ自体で正常な認識、行為選択能力が著しく阻害されていなかったと判断することは必ずしも妥当ではなく、遺書等の表現、内容、作成時の状況等を把握の上、自殺に至る経緯に係る一資料として評価するものである。

職場における心理的負荷評価表

出来事の種類	(1) 平均的な心理的負荷の強度			(2) 心理的負荷の強度を修正する視点		(3) 出来事に伴う変化等を検討する視点	総合評価				
	具体的出来事	心理的負荷の強度			修正する際の着眼事項		出来事に伴う問題、変化への対処等	弱	中	強	
		I	II	III							
① 事故や災害の体験	大きな病気やケガをした			☆	被災の程度、後遺障害の有無・程度、社会復帰の困難性等	○仕事の量（労働時間等）の変化 ・所定外労働、休日労働の増加の程度 ・仕事密度の増加の程度 ○仕事の質・責任の変化 ・仕事の内容・責任の変化の程度、経験、適応能力との関係等 ○仕事の裁量性の欠如 ・他律的な労働、強制性等 ○職場の物的・人的環境の変化 ・騒音、暑熱、多湿、寒冷等の変化の程度 ・職場の人間関係の変化 ○会社の講じた支援の具体的内容・実施時期等 ・訴えに対する対処、配慮の状況等 ○その他(1)の出来事に派生する変化					
	悲惨な事故や災害の体験（目撃）をした			☆	事故や被害の大きさ、恐怖感、異常性の程度等						
② 仕事の失敗、過重な責任の発生等	交通事故（重大な人身事故、重大事故）を起こした			☆	事故の大きさ、加害の程度、処罰の有無等						
	労働災害（重大な人身事故、重大事故）の発生に直接関与した			☆	事故の大きさ、加害の程度、処罰の有無等						
	会社にとっての重大な仕事上のミスをした			☆	失敗の大きさ・重大性、損害等の程度、ペナルティの有無等						
	会社で起きた事故（事件）について、責任を問われた			☆	事故の内容、関与・責任の程度、社会的反響の大きさ、ペナルティの有無等						
	ノルマが達成できなかった			☆	ノルマの内容、困難性・強制性・達成率の程度、ペナルティの有無、納期の変更可能性等						
	新規事業の担当になった、会社の建て直しの担当になった			☆	プロジェクト内での立場、困難性の程度、能力と仕事内容のギャップの程度等						
③ 仕事の量・質の変化	顧客とのトラブルがあった	☆			顧客の位置付け、会社に与えた損害の内容、程度等						
	仕事内容・仕事量の大きな変化があった			☆	業務の困難度、能力・経験と仕事内容のギャップの程度等						
	勤務・拘束時間が長時間化した			☆	変化の程度等						
	勤務形態に変化があった	☆			交替制勤務、深夜勤務等変化の程度等						
	仕事のペース、活動の変化があった	☆			変化の程度、強制性等						
④ 身分の変化等	職場のOA化が進んだ	☆			研修の有無、強制性等						
	退職を強要された			☆	解雇又は退職強要の経過等、強要の程度、代償措置の内容等						
	出向した			☆	在籍・転籍の別、出向の理由・経過、不利益の程度等						
	左遷された			☆	左遷の理由、身分・職種・職制の変化の程度等						

	仕事上の差別、不利益取扱いを受けた	☆	差別、不利益の程度等
⑤ 役割・地位等の変化	転勤をした	☆	職種、職務の変化の程度、転居の有無、単身赴任の有無等
	配置転換があった	☆	職種、職務の変化の程度、合理性の有無等
	自分の昇格・昇進があった	☆	職務・責任の変化の程度等
	部下が減った	☆	業務の変化の程度等
	部下が増えた	☆	教育・指導・管理の負担の程度等
⑥ 対人関係のトラブル	セクシュアルハラスメントを受けた	☆	セクシュアルハラスメントの内容、程度等
	上司とのトラブルがあった	☆	トラブルの程度、いじめの内容、程度等
	同僚とのトラブルがあった	☆	トラブルの程度、いじめの内容、程度等
	部下とのトラブルがあった	☆	トラブルの程度、いじめの内容、程度等
⑦ 対人関係の変化	理解してくれていた人の異動があった	☆	
	上司が変わった	☆	
	昇進で先を越された	☆	
	同僚の昇進・昇格があった	☆	

- (注) ・ (1)の具体的出来事の平均的な心理的負荷の強度は☆で表現しているが、この強度は平均値である。また、心理的負荷の強度Ⅰは日常的に経験する心理的負荷で一般的に問題とならない程度の心理的負荷、心理的負荷の強度Ⅲは人生の中でまれに経験することもある強い心理的負荷、心理的負荷の強度Ⅱはその中間に位置する心理的負荷である。
- ・ (2)の「心理的負荷の強度を修正する視点」は、出来事の具体的な態様、生じた経緯等を把握した上で、「修正する際の着眼事項」に従って平均的な心理的負荷の強度をより強くあるいはより弱く評価するための視点である。
 - ・ (3)「出来事に伴う変化等を検討する視点」は、出来事に伴う変化等がその後どの程度持続、拡大あるいは改善したのかについて具体的に検討する視点である。各項目は(1)の具体的出来事ごとに各々評価される。
 - ・ 「総合評価」は、(2)及び(3)の検討を踏まえた心理的負荷の総体が客観的にみて精神障害を発病させるおそれのある程度の心理的負荷であるか否かについて評価される。

(別表2)

職場以外の心理的負荷評価表

出来事の種類	具体的出来事	心理的負荷の強度		
		I	II	III
① 自分の出来事	離婚又は夫婦が別居した			☆
	自分が重い病気やケガをした又は流産した			☆
	自分が病気やケガをした		☆	
	夫婦のトラブル、不和があった	☆		
	自分が妊娠した	☆		
	定年退職した	☆		
② 自分以外の家族・親族の出来事	配偶者や子供、親又は兄弟が死亡した			☆
	配偶者や子供が重い病気やケガをした			☆
	親類の誰かで世間的にまずいことをした人が出た			☆
	親族とのつきあいで困ったり、辛い思いをしたことがあった		☆	
	家族が婚約した又はその話が具体化した	☆		
	子供の入試・進学があった又は子供が受験勉強を始めた	☆		
	親子の不和、子供の問題行動、非行があった	☆		
	家族が増えた(子供が産まれた)又は減った(子供が独立して家を離れた)	☆		
	配偶者が仕事を始めた又は辞めた	☆		
③ 金銭関係	多額の財産を損失した又は突然大きな支出があった			☆
	収入が減少した		☆	
	借金返済の遅れ、困難があった		☆	
	住宅ローン又は消費者ローンを借りた	☆		
④ 事件、事故、災害の体験	天災や火災などにあった又は犯罪に巻き込まれた			☆
	自宅に泥棒が入った		☆	
	交通事故を起こした		☆	
	軽度の法律違反をした	☆		
⑤ 住環境の変化	騒音等、家の周囲の環境(人間環境を含む)が悪化した		☆	
	引越した		☆	
	家屋や土地を売買した又はその具体的な計画が持ち上がった	☆		
	家族以外の人(知人、下宿人など)と一緒に住むようになった	☆		
⑥ 他人との人間関係	友人、先輩に裏切られショックを受けた		☆	
	親しい友人、先輩が死亡した		☆	
	失恋、異性関係のもつれがあった		☆	
	隣近所とのトラブルがあった		☆	

(注) 心理的負荷の強度 I から III は、別表 1 と同程度である。

(参考)

I C D - 1 0 第 V 章 「精神および行動の障害」 分類

F 0	症状性を含む器質性精神障害
F 1	精神作用物質使用による精神および行動の障害
F 2	精神分裂病、分裂病型障害および妄想性障害
F 3	気分 [感情] 障害
F 4	神経症性障害、ストレス関連障害および身体表現性障害
F 5	生理的障害および身体的要因に関連した行動症候群
F 6	成人の人格および行動の障害
F 7	知的障害 (精神遅滞)
F 8	心理的発達の障害
F 9	小児 < 児童 > 期および青年期に通常発症する行動および情緒の障害、 詳細不詳の精神障害