

一般定期健康診断の項目 (労働安全衛生規則第44条)

- ・ 既往歴及び業務歴の調査
- ・ 自覚症状及び他覚症状の有無の検査
- ・ 身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査
- ・ 胸部エックス線検査及び喀痰検査
- ・ 貧血検査
- ・ 肝機能検査
- ・ 血圧の測定
- ・ 血中脂質検査
- ・ 血糖検査
- ・ 尿検査
- ・ 心電図検査

職業性ストレス簡易調査票

職業性ストレス簡易調査票

A. あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	そう だ	そま うだ	ちや がう	ち がう
1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない	1	2	3	4
2. 時間内に仕事処理しきれない	1	2	3	4
3. 一生懸命働かなければならない	1	2	3	4
4. かなり注意を集中する必要がある	1	2	3	4
5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ	1	2	3	4
6. 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない	1	2	3	4
7. からだを大変よく使う仕事だ	1	2	3	4
8. 自分のペースで仕事ができる	1	2	3	4
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる	1	2	3	4
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる	1	2	3	4
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない	1	2	3	4
12. 私の部署内で意見のくい違いがある	1	2	3	4
13. 私の部署と他の部署とはうまく合わない	1	2	3	4
14. 私の職場の雰囲気は友好的である	1	2	3	4
15. 私の職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない	1	2	3	4
16. 仕事の内容は自分にあっている	1	2	3	4
17. 働きがいのある仕事だ	1	2	3	4

B. 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	なほ かつた	ほと んど	とき あつた	しば あつた	ほと んど いつも あつた
1. 活気がわいてくる	1	2	3	4	
2. 元気がいっぱいだ	1	2	3	4	
3. 生き生きする	1	2	3	4	
4. 怒りを感じる	1	2	3	4	
5. 内心腹立たしい	1	2	3	4	
6. イライラしている	1	2	3	4	
7. ひどく疲れた	1	2	3	4	
8. へとへとだ	1	2	3	4	
9. だるい	1	2	3	4	
10. 気がはりつめている	1	2	3	4	
11. 不安だ	1	2	3	4	
12. 落ち着かない	1	2	3	4	
13. ゆううつだ	1	2	3	4	
14. 何をするのも面倒だ	1	2	3	4	
15. 物事に集中できない	1	2	3	4	
16. 気分が晴れない	1	2	3	4	
17. 仕事が手につかない	1	2	3	4	
18. 悲しいと感じる	1	2	3	4	

	ほとんど なかった	ときどき あった	しばしば あった	ほとんど いつもあった
19. めまいがする	1	2	3	4
20. 体のふしぶしが痛む	1	2	3	4
21. 頭が重かったり頭痛がする	1	2	3	4
22. 首筋や肩がこる	1	2	3	4
23. 腰が痛い	1	2	3	4
24. 目が疲れる	1	2	3	4
25. 動悸や息切れがする	1	2	3	4
26. 胃腸の具合が悪い	1	2	3	4
27. 食欲がない	1	2	3	4
28. 便秘や下痢をする	1	2	3	4
29. よく眠れない	1	2	3	4

C. あなたの周りの方々にについてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	非常に	かなり	多少	全くない
次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？				
1. 上司	1	2	3	4
2. 職場の同僚	1	2	3	4
3. 配偶者、家族、友人等	1	2	3	4

あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？

4. 上司	1	2	3	4
5. 職場の同僚	1	2	3	4
6. 配偶者、家族、友人等	1	2	3	4

あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか？

7. 上司	1	2	3	4
8. 職場の同僚	1	2	3	4
9. 配偶者、家族、友人等	1	2	3	4

D. 満足度について

	満足	まあ満足	やや不満	不満
1. 仕事に満足だ	1	2	3	4
2. 家庭生活に満足だ	1	2	3	4

(参考) 一般定期健康診断のしくみ

一般定期健康診断

- ・既往歴及び業務歴の調査
- ・自覚症状及び他覚症状の有無の検査
- ・身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査
- ・胸部エックス線検査及び喀痰検査
- ・貧血検査
- ・肝機能検査
- ・血圧の測定
- ・血中脂質検査
- ・血糖検査
- ・尿検査
- ・心電図検査

健康診断の結果

事業者

(異常の所見があると診断された場合)
労働者の健康保持に必要な措置について意見聴取

通常勤務、就業制限(時間外労働の制限、作業の転換等)、要休業等について意見

健康診断の結果を通知
(精密検査等が必要な場合は受診勧奨)

精密検査等

医療機関

診断の結果
を提示(任意)

医師(産業医、地域産業保健センターの医師等)

労働者

(医師等からの意見を勧奨し、必要
があるとき)就業制限等の措置

新たな枠組み

※一般定期健康診断の
しくみは変更しない

医師がストレスに関連 する症状・不調を確認

一般定期健康診断の「自覚症状、他覚
症状の有無の検査」に併せて実施
※別途実施も可能

- 食欲がない
- よく眠れない
- ゆううつだ
- イライラしている

医師が、ストレスに関連する症状・
不調の状況から、医師(産業医等)
の面接が必要と判断した場合

事業者

あらかじめ面接する医師を指定

(医師が必要と判断した場合)
就業制限(時間外労働の制限、作業の転換等)、
要休業等について意見

同意が必要

(医師等からの意見を勧
奨し、必要があるとき)
就業制限等の措置

健康確保に必要な措置
を超えた不利益な取扱
いは行わない

労働者

面接の実施
(必要に応じ保健指導)

必要に応じて
受診を勧奨

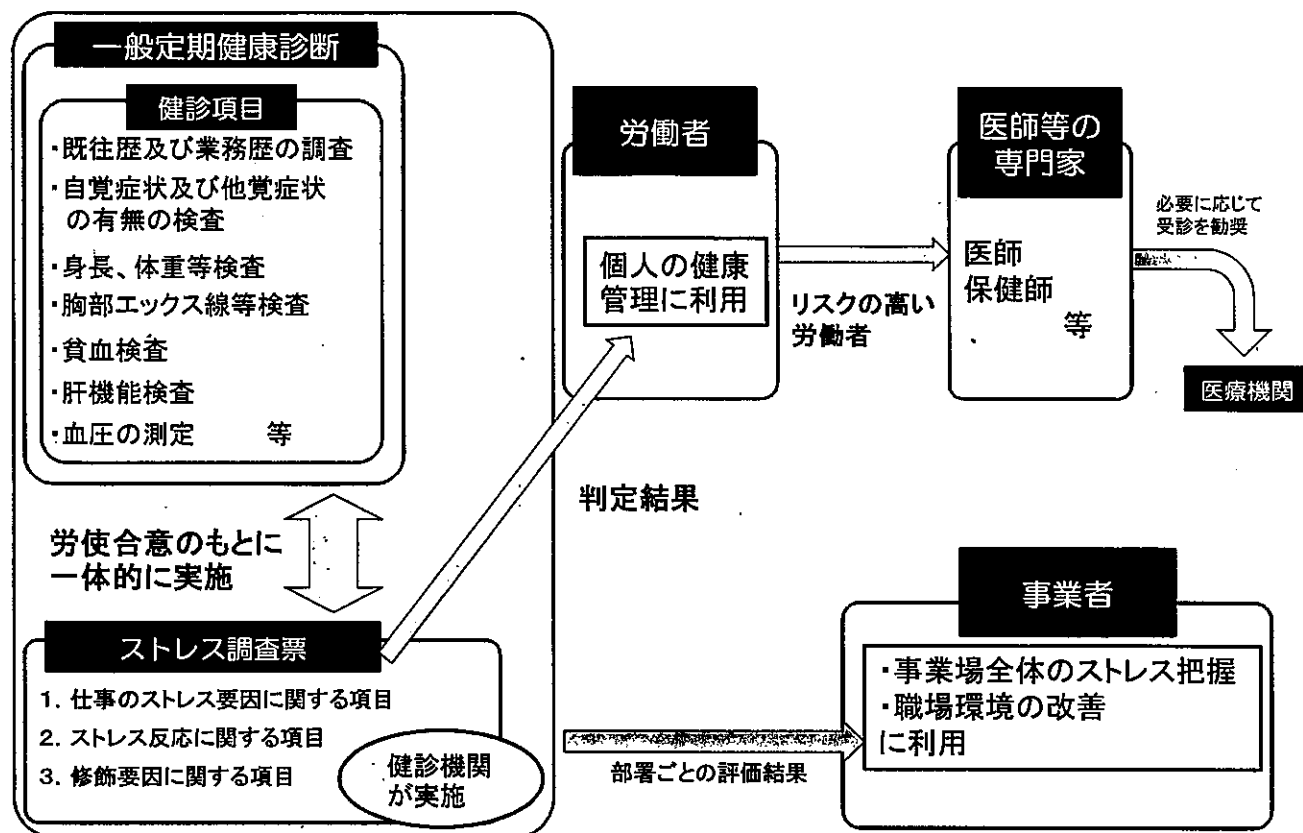
医療機関

診断の結果
を提示(任意)

医師(産業医、地域産業保健センターの医師等)

通知

先進的な事例



労働安全衛生法・刑法・保健師助産師看護師法

労働安全衛生法(抄) (昭和四十七年六月八日法律第五十七号)

第十一章 雑則

(健康診断等に関する秘密の保持)

第百四条

第六十五条の二第一項及び第六十六条第一項から第四項までの規定による健康診断並びに第六十六条の八第一項の規定による面接指導の実施の事務に従事した者は、その実施に関して知り得た労働者の秘密を漏らしてはならない。

刑法(抄) (明治四十年四月二十四日法律第四十五号)

第十三章 秘密を侵す罪

(秘密漏示)

第百三十四条

医師、薬剤師、医薬品販売業者、助産師、弁護士、弁護人、公証人又はこれらの職にあった者が、正当な理由がないのに、その業務上取り扱ったことについて知り得た人の秘密を漏らしたときは、六月以下の懲役又は十万円以下の罰金に処する。

保健師助産師看護師法(抄) (昭和二十三年七月三十日法律第二百三号)

第四章 業務

第四十二条の二

保健師、看護師又は准看護師は、正当な理由がなく、その業務上知り得た人の秘密を漏らしてはならない。保健師、看護師又は准看護師でなくなつた後においても、同様とする。

雇用管理に関する個人情報のうち 健康情報を取り扱うに当たっての留意事項（抄）

（平成16年10月29日 基発第1029009号）

第3 健康情報の取扱いについて事業者が留意すべき事項

2 個人情報の保護に関する法律第20条に規定する安全管理措置及び法第21条に規定する従業員の監督に関する事項（指針第3の3(1)及び(2)関係）

- (1) 健康診断の結果のうち診断名、検査値等のいわゆる生データの取扱いについては、その利用に当たって医学的知識に基づく加工・判断等を要することがあることから、産業医や保健師等の看護職員に行わせることが望ましい。
- (2) 産業保健業務従事者以外の者に健康情報を取り扱わせる時は、これらの者が取り扱う健康情報が利用目的の達成に必要な範囲に限定されるよう、必要に応じて健康情報を適切に加工した上で提供する等の措置を講ずること。

労働者の心の健康の保持増進のための指針（抄）

（平成18年3月31日 健康保持増進のための指針公示第3号）

7 メンタルヘルスに関する個人情報の保護への配慮

(2) 事業場内産業保健スタッフによる情報の加工

- [1] 産業医等が、相談窓口や面接指導等により知り得た健康情報を含む労働者の個人情報を事業者等に提供する場合には、提供する情報の範囲と提供先を必要最小限とすること。その一方で、産業医等は、当該労働者の健康を確保するための就業上の措置を実施するために必要な情報が的確に伝達されるように、集約・整理・解釈するなど適切に加工した上で提供すること。

健康診断結果に基づき事業者が講ずべき措置 に関する指針（抄）

（平成8年10月1日 健康診断結果措置指針公示第1号）

2 就業上の措置の決定・実施の手順と留意事項

- (3) 健康診断の結果についての医師等からの意見の聴取
(4) 就業上の措置の決定等

イ 労働者からの意見の聴取等

事業者は、(3)の医師等の意見に基づいて、就業区分に応じた就業上の措置を決定する場合には、あらかじめ当該労働者の意見を聴き、十分な話し合いを通じてその労働者の了解が得られるよう努めることが適当である。

ハ 就業上の措置の実施に当たっての留意事項 （中略）

なお、就業上の措置は、当該労働者の健康を保持することを目的とするものであって、当該労働者の健康の保持に必要な措置を超えた措置を講ずるべきではなく、医師等の意見を理由に、安易に解雇等を行うことは避けるべきである。

平成21年度厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業
「リワークプログラムを中心とするうつ病の早期発見から職場復帰に至る包括的治療に関する研究」
うつ病スクリーニングにおいて労働者が重要と考える要素

地方公務員に対する調査結果要素（3つまで複数選択可）

	合計	性別	
		男性	女性
記入する質問票が簡単であること	40.9	42.0	39.9
ホームページなどからいつでも行えること	13.0	14.4	11.7
うつ病の「スクリーニング」が効果的であることを事前に教えてもらえること	26.3	28.4	24.3
自分の書いた内容が、医師や看護師以外の者には見られないこと	57.0	49.4	63.9
精神科医やカウンセラーなど専門家が面接をしてくれること	57.8	54.3	61.0
うつ状態や高ストレスと判定された場合、ストレスへの対処法なども教えてもらえること	59.4	59.1	59.6
うつ状態や高ストレスと判定された場合、医療機関を受診するかどうかは完全に自分で決められること	19.3	19.3	19.4
年に1回など頻度が少ないこと	8.0	8.8	7.2
その他	2.4	2.5	2.3

平成21年度厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業
「リワークプログラムを中心とするうつ病の早期発見から職場復帰に至る包括的治療に関する研究」

うつ病スクリーニングに関する労働者の希望、 スクリーニングへの回答および二次面接への態度

地方公務員に対する調査結果

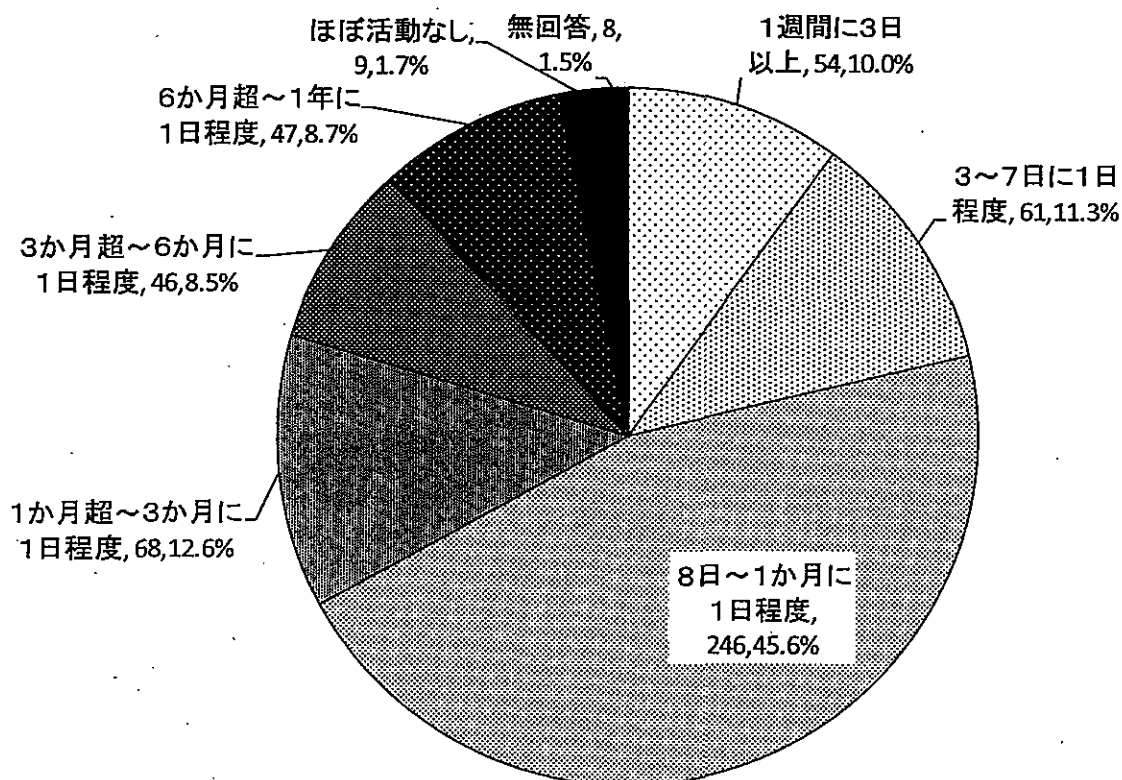
(単位: %)

合計	
うつ病の「スクリーニング」が 職場で実施されることを希望するか	
はい	51.5
いいえ	17.3
どちらとも言えない	31.3

専門科目別産業医数（複数回答）

専門科目	記入者数	比率
(内科系)	(268)人	(78.8)%
内 科	230	67.6
消化器科	18	5.3
循環器科	12	3.5
精神科	3	0.9
呼吸器科	2	0.6
神経内科	2	0.6
心療内科	1	0.3
(外科系)	(126)	(37.1)
外 科	80	23.5
整形外科	17	5.0
産婦人科	10	2.9
皮膚科	4	1.2
耳鼻咽喉科	4	1.2
理学療法科	3	0.9
眼 科	3	0.9
脳神経外科	2	0.6
泌尿器科	2	0.6
麻酔科	1	0.3
(その他)	(36)	(10.6)
小児科	27	7.9
放射線科	8	2.4
老人科	1	0.3
計	-	340人=100.0

産業医の活動頻度



長時間労働者に対する面接指導

労働安全衛生法

(面接指導等) 第六十六条の八

事業者は、その労働時間の状況その他の事項が労働者の健康の保持を考慮して厚生労働省令で定める要件に該当する労働者に対し、厚生労働省令で定めるところにより、医師による面接指導（問診その他の方法により心身の状況を把握し、これに応じて面接により必要な指導を行うことをいう。以下同じ。）を行わなければならない。

労働安全衛生規則

(面接指導における確認事項) 第五十二条の四

医師は、面接指導を行うに当たっては、前条第一項の申出を行つた労働者に対し、次に掲げる事項について確認を行うものとする。

- 一 当該労働者の勤務の状況
- 二 当該労働者の疲労の蓄積の状況
- 三 前号に掲げるもののほか、当該労働者の心身の状況

長時間労働者への面接指導マニュアル（抜粋）

II 面接指導の対象疾病と目的

1 対象疾病

面接指導において、その発生の未然防止や早期発見・早期治療の対象となる疾病等は次のものである。

① 脳・心臓疾患

- ・脳血管疾患：脳内出血（脳出血）、くも膜下出血、脳梗塞、高血圧性脳症など
- ・虚血性心疾患等：心筋梗塞、狭心症、心停止（心臓性突然死を含む）、解離性大動脈瘤など

当然のことながら、その前駆疾患である高血圧症や動脈硬化症も対象となる。

② メンタルヘルス不調：うつ病などのストレスが関係する精神疾患等やこれらに関連する自殺

2 目的

上記対象疾患、特に“過労死”や“過労自殺”等の未然防止、早期発見・早期対処を目的としている。

長時間労働者に対する医師による面接指導（法 66 条の 8 等）の実施状況について

1. 前回改正のポイント

長時間労働者に対する医師による面接指導は、労働者数 50 人以上の事業場においては平成 18 年 4 月から、労働者数 50 人未満の事業場においては平成 20 年 4 月から実施が義務付けられた。

長時間労働者に対する医師による面接指導の概要

事業者は、労働者の週 40 時間を超える労働が 1 月当たり 100 時間を超え、かつ、疲労の蓄積が認められるときは、労働者の申出を受けて、医師による面接指導を行わなければならない。（ただし、1 か月以内に面接指導を受けた労働者等で、面接指導を受ける必要がないと医師が認めた者を除く。）

また、事業者は、次に該当する労働者にも、面接指導を実施する、又は面接指導に準ずる措置を講じるよう努めなければならない。

- ・ 長時間の労働（週 40 時間を超える労働が 1 月当たり 80 時間を超えた場合）により疲労の蓄積が認められ、又は健康上の不安を有している労働者（申出を受けて実施）
- ・ 事業場で定める基準に該当する労働者

2. 事業場における実施状況

面接指導制度の認知度、実施状況等を把握するため、平成 22 年 5 月、（独）労働安全衛生総合研究所において調査を行った。

調査結果

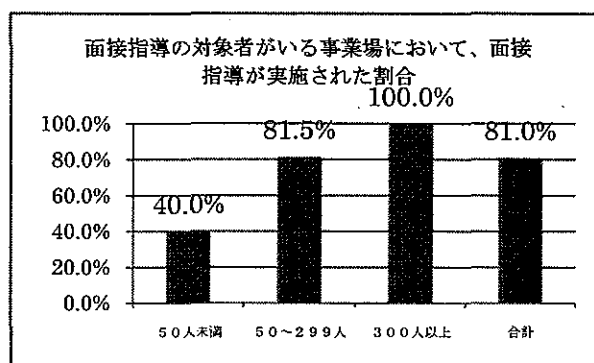
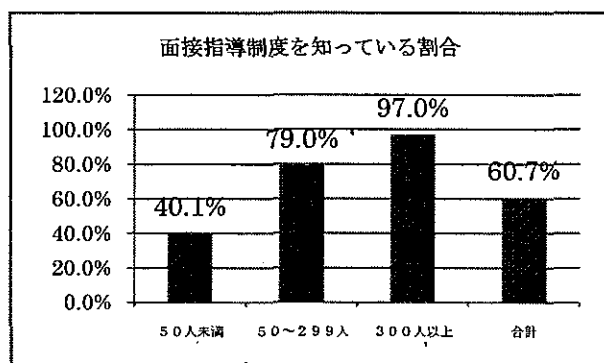
- ・ 事業者の面接指導制度の認知度は、60.7%
- ・ 面接指導の対象者がいる事業場においては、約 8 割の事業場で面接指導が実施されている。

3. 今後の方向性

面接指導制度の認知度は、平成 19 年労働者健康状況調査では 45.6%となっている。調査手法が異なるため単純には比較できないが、全体として認知度は上昇していると考えられる。

この結果を踏まえ、引き続き、制度の周知及び適切な実施に向けた指導等を行う必要がある。

（参考）長時間労働者に対する医師による面接指導等の実施状況調査（（独）労働安全衛生総合研究所）の分析結果



長時間労働者への面接指導チェックリスト(医師用)
平成20年8月 過重労働対策等のための
面接指導マニュアル・テキスト等作成委員会

面接指導の手順と進め方

対象者の選定と面接指導の実施の通知

A 事業者からの
情報

事業者(担当者)からの労働時間等の情報入手
(直接対象者から入手・補充する場合がある)

B 労働者本人
からの情報

対象者本人の自己チェック結果入手

- 1 業務の過重性・ストレス
- 2 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリストの結果
- 3 うつ病等の一次スクリーニング

要二次調査者

二次調査不要者

医師による面接調査実施

- 1 疲労・ストレス蓄積状況の質問調査と採点
- 2 面接調査によるうつ病等の
可能性の評価と受診の要否の判断

3 診察・検査所見
4 医学的判断のまとめ

5 評価と判定

6 対象者に対する保健上、生活上
および医学上の具体的指導
①保健指導、生活指導
②医療受診指導

8 医師、産業保健スタッフ
によるフォロー

7 事業者に対する事後措置に係る意見の具申

C 医師による面接
調査・指導および
事業者への意見
の具申

(参考) 長時間労働者への面接指導チェックリスト一部抜粋

2 あなたの疲労蓄積度をチェックして下さい。

このチェックリストは労働者の仕事による疲労蓄積を、自覚症状と勤務の状況から判断するものです。

(1) 最近1か月間の自覚症状について、各質問に対し最も当てはまる項目をチェックしてください。

1. イライラする	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
2. 不安だ	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
3. 落ち着かない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
4. ゆうつだ	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
5. よく眠れない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
6. 体の調子が悪い	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
7. 物事に集中できない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
8. することに間違いが多い	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
9. 工作中、強い眠気に襲われる	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
10. やる気が出ない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
11. へとへとだ (運動後を除く)	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
12. 朝、起きた時、ぐったりした疲れを感じる	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
13. 以前とくらべて、疲れやすい	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)

〈自覚症状の評価〉 各々の答えの () 内の数字を全て加算して下さい。

合計 点

I	0～4点	II	5～10点	III	11～20点	IV	21点以上
---	------	----	-------	-----	--------	----	-------

(2) 最近1か月間の勤務の状況について、各質問に対し最も当てはまる項目をチェックしてください。

1. 1か月の時間外労働	☐ ない又は適当 (0)	☐ 多い (1)	☐ 非常に多い (3)
2. 不規則な勤務 (予定の変更、突然の仕事)	☐ 少ない (0)	☐ 多い (1)	—
3. 出張に伴う負担 (頻度・拘束時間・時差など)	☐ ない又は小さい (0)	☐ 大きい (1)	—
4. 深夜勤務に伴う負担 (★1)	☐ ない又は小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
5. 休憩・仮眠の時間数及び施設	☐ 適切である (0)	☐ 不適切である (1)	—
6. 仕事についての精神的負担	☐ 小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
7. 仕事についての身体的負担 (★2)	☐ 小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)

★1：深夜勤務の頻度や時間数などから総合的に判断して下さい。深夜勤務は、深夜時間帯（午後10時～午前5時）の一部または全部を含む勤務を言います。

★2：肉体的作業や寒冷・暑熱作業などの身体的な面での負担

〈勤務の状況の評価〉 各々の答えの () 内の数字を全て加算して下さい。

合計 点

A	0点	B	1～2点	C	3～5点	D	6点以上
---	----	---	------	---	------	---	------