

～産業医面談の種類～

1、高ストレス者面談 2、長時間労働者面談 3、一般面談

### 1、高ストレス者面談

【対象者】

・ストレスチェックの結果、産業医の面接指導を受ける必要があると判定された職員のうち面談を希望する者

【流れ】

- ①面談を希望される方は、「面接指導申出書」を記入し大学健康管理センターに提出
- ②共同実施者（センター看護職）と日程調整
- ③指定された日時に面接指導を実施（面接指導は原則就業時間内に実施します）

### 2、長時間労働者面談

【対象者】

- (1)時間外労働時間及び休日労働時間（以下、「時間外労働時間等」）の合計が80時間を越える者
  - (2)時間外労働等が2ヶ月連続して月45時間を越える者
  - (3)時間外労働時間等の合計が月45時間を超える者で、面接指導自己チェック票のチェック結果等により産業医が特に必要と認めた者
  - (4)その他、疲労の蓄積が認められ、健康上の不安を有している者で自ら面接指導の申し出を行った者
- ※面接指導の対象になっていても、当該年度内に面接指導を実施しており、かつ、過去の面接指導の結果及び健診結果に基づき、健康上問題がないと認められた者については面接指導を実施しない場合があります。

【流れ】

- ①45時間以上の長時間外勤務をした方は**全員**自己チェック票をセンターへ提出
- ②(1)及び(2)に該当する方は対象外(※)を除き面接指導日程を調整。
- ③(3)の方で産業医が必要と認めた方、または申し出のあった方も面接指導日程を調整。
- ④指定された日時に面接指導を実施

### 3、一般面談

【対象者】1及び2の面談に該当しないが、心身不調の訴えがあり、面談を希望する者

【流れ】面談希望をセンターへ伝え、面談日程調整し実施となる。

**\* 上記面談はすべて就業時間内の取り扱いとなります。**

各面談実施後の事後措置  
産業医は面接指導結果に基づき、作業の転換、労働時間の短縮、深夜業の回数削減等、必要な措置を講じます。

### ◇労働者のパーソナリティと残業との関係

・「あの人はどの職場に配属されても残業が多い・・・」

なんて思ったことはありませんか？

—長時間労働の原因を調べた研究結果—  
パーソナリティを5つに分類

- ・「外向性」:にぎやかで元気がよく積極的
- ・「協調性」:親切で温かく、人間味がある
- ・「良識性」:責任感があり、勤勉
- ・「情緒安定性」:気分が落ち着いていて気楽で理性的
- ・「開放性」:好奇心があり思慮深く、分析的

☆結果→平均残業時間は特にパーソナリティとの関連を示さなかったが、月当たり45時間を超える残業の発生は外向性の低い労働者は外向性の高い労働者と比較して約2倍高かった。言い換えるとコミュニケーション能力が高い人は仕事を上手にコントロールして過重な労働を発生させにくく、反対にコミュニケーションをとらずに一人で黙々と仕事をこなす人は、業務を抱えて基準を超える残業を発生させやすいと理解することができる。労働者のパーソナリティを考慮することが長時間労働対策のヒントになるかもしれません。

### ◇長時間労働者のメンタルヘルス支援のポイント

・仕事のコントロール（裁量権、技能の活用度）が高い職場環境におかれている人は仕事のコントロールが低い人に比べて、時間外労働をしてもメンタルヘルス不調にならない人が多いといわれています。過重労働対策において「上司や同僚の支援」や「外在的報酬」を高める対策を講じて、必ずしもメンタルヘルス不調の軽減に有効に機能しない可能性があります。要は、ただやみくもにサポートを増やすのではなく、「長時間労働者は具体的にどんな支援を求めているのか」を丁寧に聞き取り、支援のミスマッチを最小限に抑えることが重要なかもしれません。

※しかしまず最優先は時間外労働そのものの削減です。仕事のコントロールを高めれば時間外労働をさせてもよいというわけではありません。

参考文献：産業保健と看護2016 No.5

## 外部機関によるケア

- ◇こころの相談・精神保健相談
- ・福島県精神保健福祉センター 024-535-3556
  - ・福島県東北保健福祉事務所 024-534-4300
  - ・福島県東中保健福祉事務所 0248-75-7811
  - ・福島県南保健福祉事務所 0248-22-5649
  - ・福島県東津保健福祉事務所 0242-63-0305
  - ・福島県相双保健福祉事務所 0244-26-1132
  - ・郡山市保健所 024-924-2163
  - ・いわき市保健所 0246-27-8557
- ◇総合労働相談センター（労働問題に関するあらゆる分野が対象。解雇、労働条件の引き下げ、いじめ・いやがらせ、退職勧奨など）
- ・福島総合労働相談センター024-536-4610
  - ・郡山総合労働相談センター024-922-1370
  - ・会津総合労働相談センター0242-26-6494
  - ・いわき総合労働相談センター0246-23-2255
  - ・白河総合労働相談センター0248-24-1391
  - ・須賀川総合労働相談センター0248-75-3519
  - ・喜多方総合労働相談センター0241-22-4211
  - ・相馬総合労働相談センター0244-36-4175
  - ・富岡総合労働相談センター（仮事務所）0240-28-0170
- ※相談窓口お取り扱い時間 9:00～16:30  
※土日祝日はお休みです。

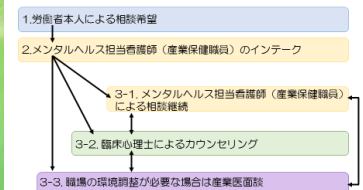
参考文献 ・福島労働局ホームページ  
・福島産業保健総合支援センター

表1 労働者のパーソナリティ因子と残業発生との関連

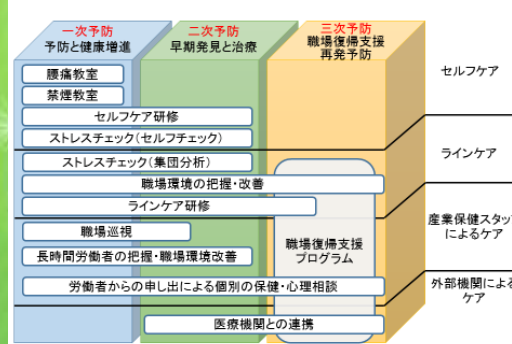
パーソナリティ因子	平均残業時間 オッズ比*	超過残業の発生 オッズ比*
外向性	高い 1.00 低い 0.88	2.02 #
協調性	高い 1.00 低い 0.83	1.69
良識性	高い 1.00 低い 0.94	1.51
情緒安定性	高い 1.00 低い 0.66	1.54
開放性	高い 1.00 低い 0.75	1.14

この表におけるオッズ比は「高パーソナリティの因子の高い人を1.00としたとき、低い人はその何倍残業が発生しやすいか」を表している。#は統計学的に有意な結果が得られた項目。

福島県立医科大学メンタルヘルス相談の流れ



### 福島県立医科大学メンタルヘルス施策実施体系図



### セルフケア（労働者によるストレスへの気付き、対処、自発的な相談）

- ・抑うつ、イライラ、意欲の低下
  - ・胃痛、肩こり、動悸、食欲低下、過食
  - ・アルコール依存、ギャンブル依存
- 当てはまる方は要注意です。

### ラインケア（管理監督者による気付き、対処）

- ・遅刻、欠勤、早退が増える、無断欠勤がある
  - ・仕事の能率が悪くなる、会話がなまったり多弁になる
  - ・活気がない、ミスが事故が目立つ
  - ・衣服や身だしなみが乱れている
- キーワードは「いつもと違う」

### 産業保健スタッフによるケア（産業医、看護職、人事労務管理スタッフによる）

- ・労働者と継続的に関わり、組織と連携しながらサポートを行う。

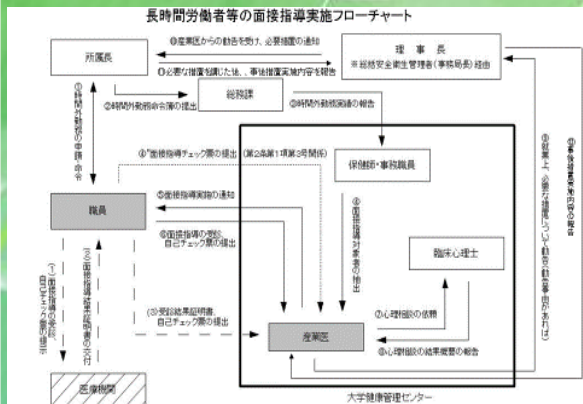
### 外部機関によるケア

- ・仕事場での相談に抵抗のある方は外部機関も利用することが可能。

## 大学健康管理センター

- ・外線:024-547-1822/1884
- (内線:5260/5263)
- ・メール:kenkou@fmu.ac.jp
- ・場所:8号館 2階 東側 ・開所時間:8:30～17:15(土日祝日及び12/29～1/3を除く)

- ・メンタル、健康相談専用/外線:024-547-1826 (内線:5261)
- ・メンタル、健康相談専用メールアドレスsuimai32@fmu.ac.jp



※1 産業医による面談を受ける場合: ①→②→③→④→⑤→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→㉛→㉜→㉝→㉞→㉟→㊱→㊲→㊳→㊴→㊵→㊶→㊷→㊸→㊹→㊺→㊻→㊼→㊽→㊾→㊿

※2 他の窓口による面談を受ける場合: ①→②→③→④→⑤→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→㉛→㉜→㉝→㉞→㉟→㊱→㊲→㊳→㊴→㊵→㊶→㊷→㊸→㊹→㊺→㊻→㊼→㊽→㊾→㊿

※3 産業医面談は、必要に応じて実施される場合があります。