

# 産業保健の視点から見た 健康課題について

三重産業医会理事 吉田 美昌

## 自己紹介

1995年：三重大学医学部卒業

三重大学医学部第一外科入局(肝胆膵外科・乳腺外科)

2001年：三重大学大学院卒業・博士号取得

2002年：三重県健康管理事業センター 診療所長

(各種健診・人間ドック・対がん協会・結核予防会・予防医学協会など)

2009年：シャープ株式会社亀山工場産業医

2011年：富士ゼロックスマニュファクチャリング株式会社鈴鹿事業所産業医

## 産業保健(労働衛生)とは？

---

- 職場で働く健康な集団と個人を対象に、健康の保持・増進を目標に行う活動
- 多種の専門職から成るチームで行う  
(産業医・保健師・産業看護師・衛生管理者・健康推進者・心理カウンセラーなど)

## 労働衛生における重要な3つの異なる目的 (1995年WHO)

---

- ① 作業者の健康と労働(作業)能力の維持と増進
- ② 安全と健康のための作業環境と作業の改善
- ③ 作業中の健康と安全を支援し、積極的な社会的気風(企業風土)と円滑な運営を促進し、企業の生産性を高めることとなるような作業組織、労働(作業)文化の発展

# 産業衛生活動

	詳細項目
基本的対策	労働衛生管理体制 作業環境管理・作業管理 健康管理(健康診断・事後措置・保健指導) 労働衛生教育 労働安全衛生マネジメントシステム・リスクアセスメント
職業性疾病対策	化学物質による健康障害防止対策 石綿による健康障害防止対策 粉じん障害防止対策 物理的因子等による疾病・酸素欠乏症等の防止対策
健康確保対策	健康保持増進(心身両面にわたる健康保持増進(THP)・メンタルヘルス対策(ストレスチェック等)・受動喫煙対策) 過重労働による健康障害防止対策
快適職場づくり対策	快適職場の形成促進

# 健康管理

---

## 安全配慮義務

---

「事業者が労働者に負っている労働契約上の債務で、事業者が労働者に対し、事業遂行のために設置すべき場所、施設もしくは設備などの施設管理または労務の管理にあたって、労働者の生命および健康などを危険から保護するように配慮すべき義務」

（最高裁判所1975年2月判決）

「使用者は、その雇用する労働者に従事させる業務を定めてこれを管理するに際し、業務の遂行に伴う疲労や心理的負担等が過度に蓄積して労働者の心身の健康を損なうことがないように注意する義務を負う」

（最高裁判所平成12年3月判決）

## 本日のお話

（労働衛生活動の中での課題）

---

健康診断：実施率・受診率・有所見率

生活習慣病関連（たばこ）

がん（悪性疾患）

長時間労働者の対応

メンタルヘルス対策

# 健康診断

## 健康診断

### <法令で定められているもの>

- 定期健康診断
- 雇入時健康診断
- 特定業務従事者の健康診断
- 海外派遣労働者の健康診断
- 特殊健診

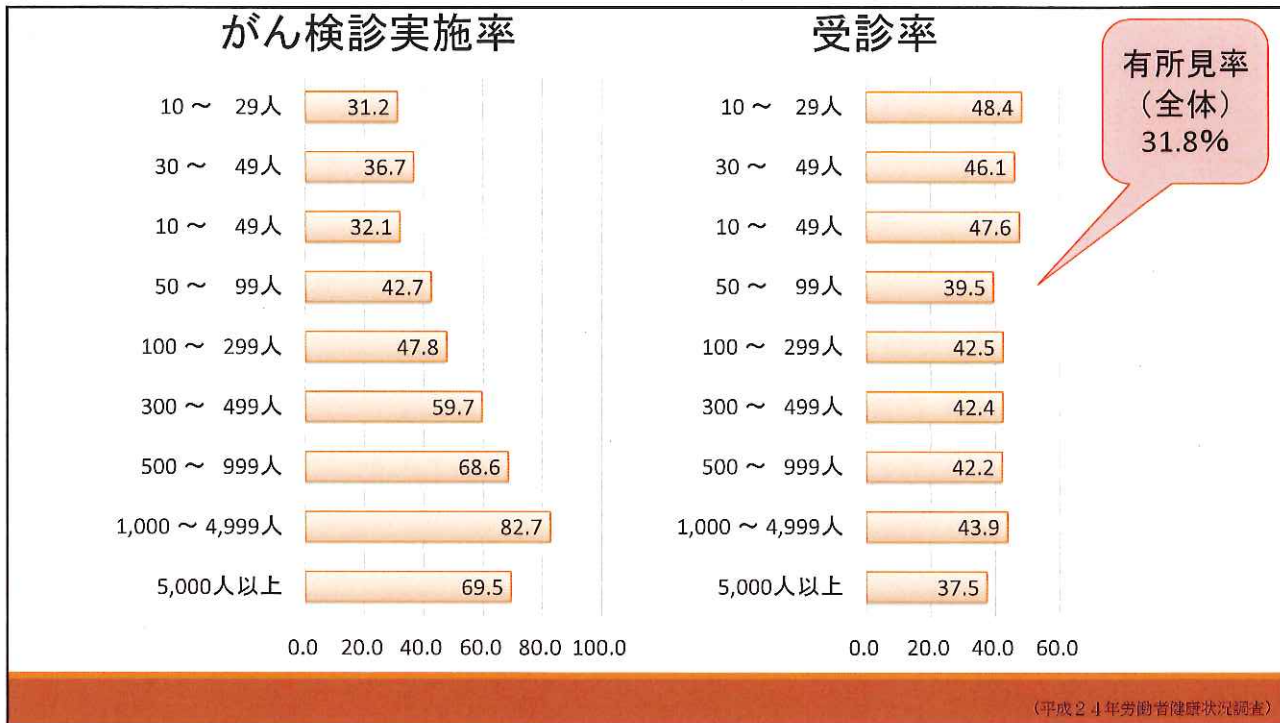
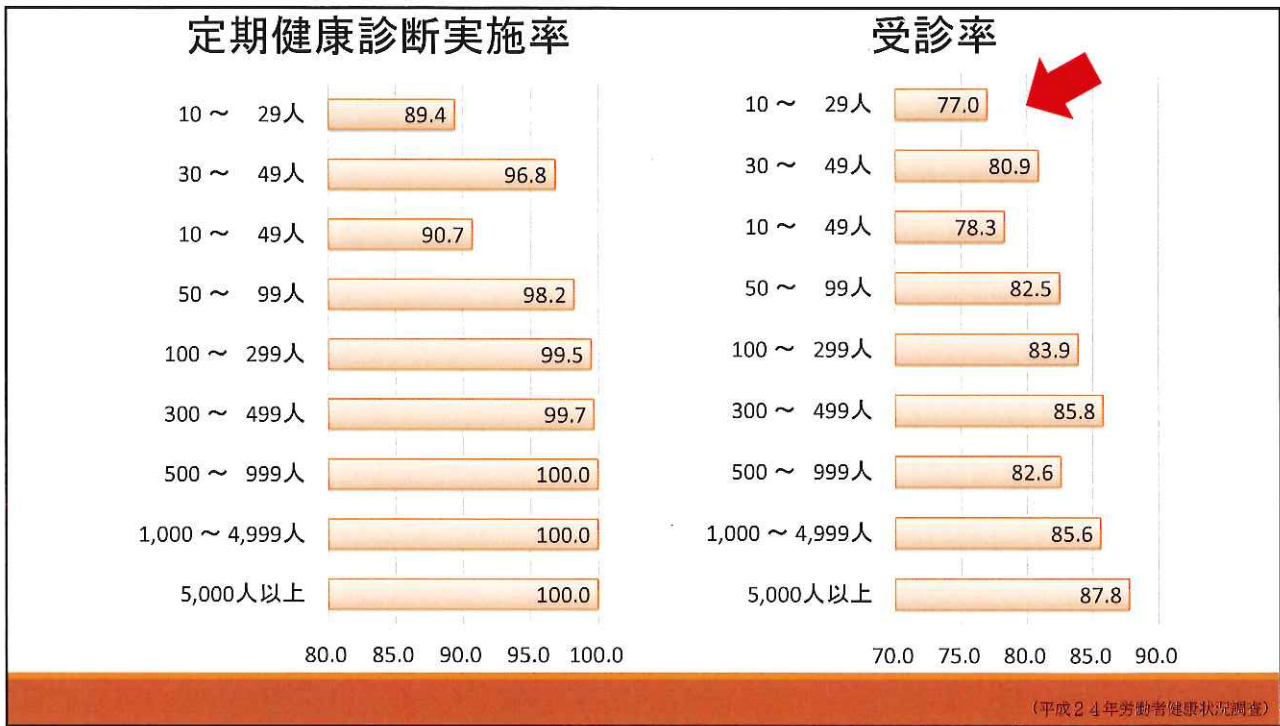
など

### <通達などで推奨されているもの>

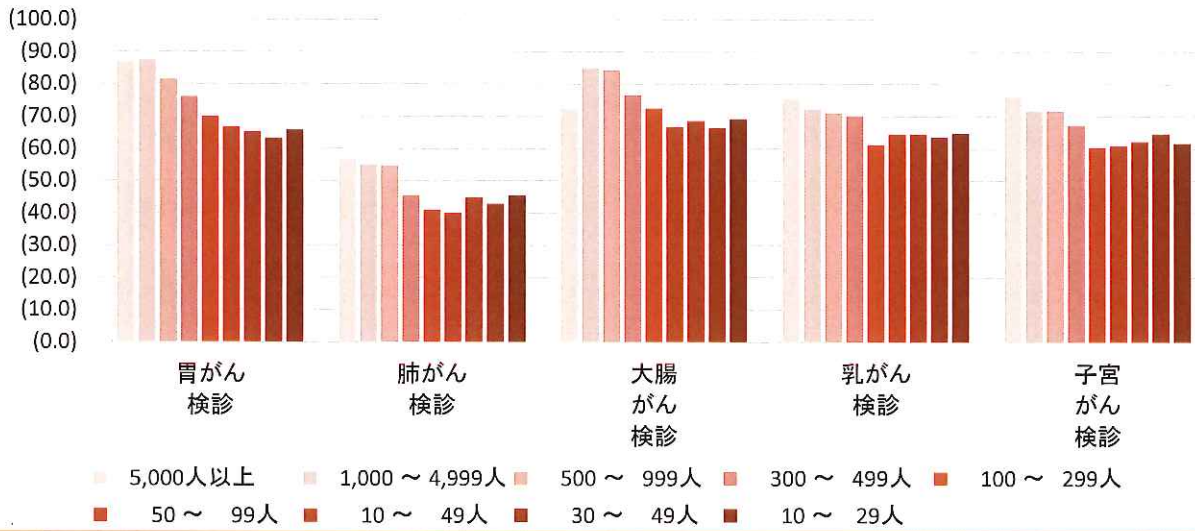
- 腰痛健診
- VDT健診            など

### <任意のもの>

- 人間ドック
- がん検診



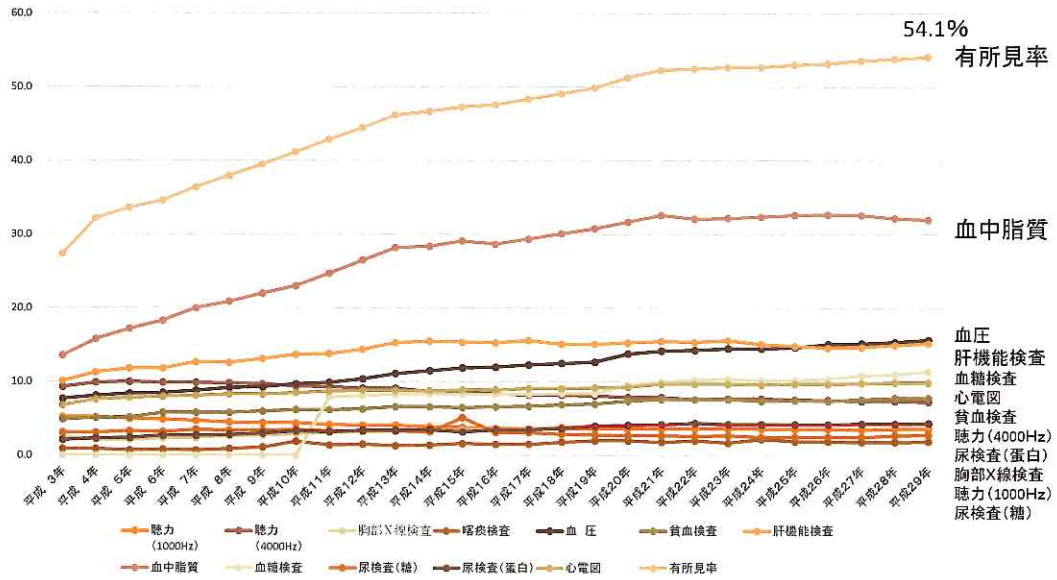
## 各種がん検診実施率



(平成24年労働者健康状況調査)

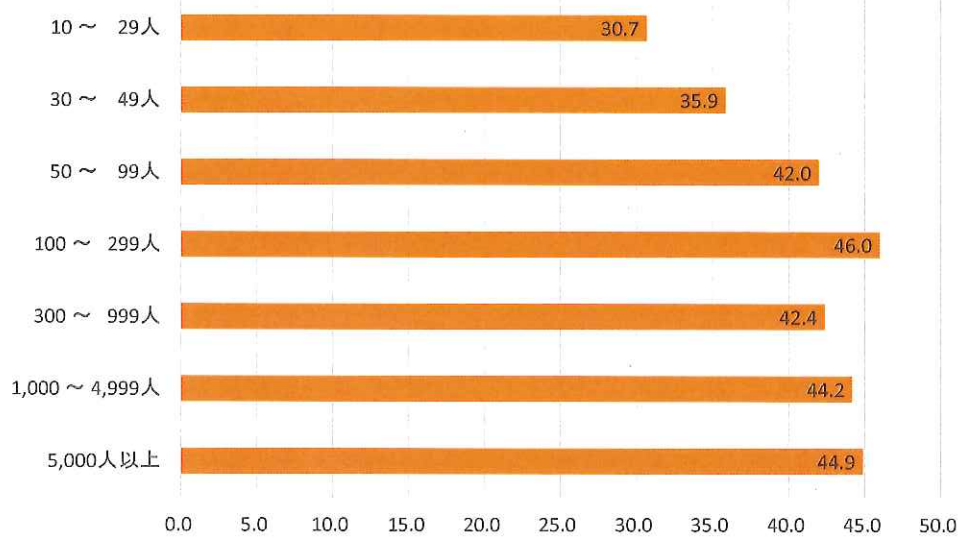
## 働く人の健康状態

## 定期健康診断有所見率の推移



(平成24年労働者健康状況調査)

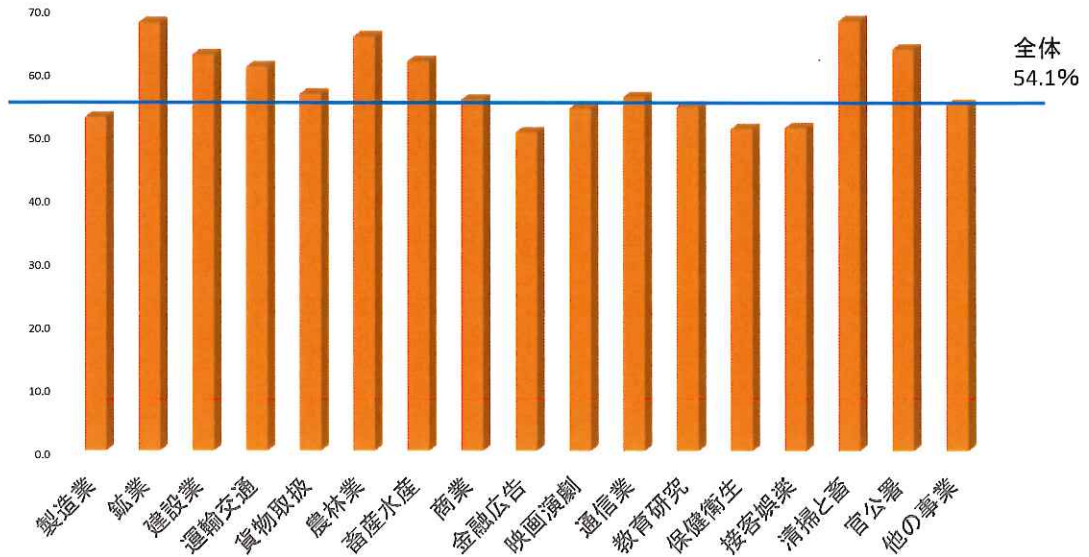
## 事業所規模別有所見率



(平成24年労働者健康状況調査)

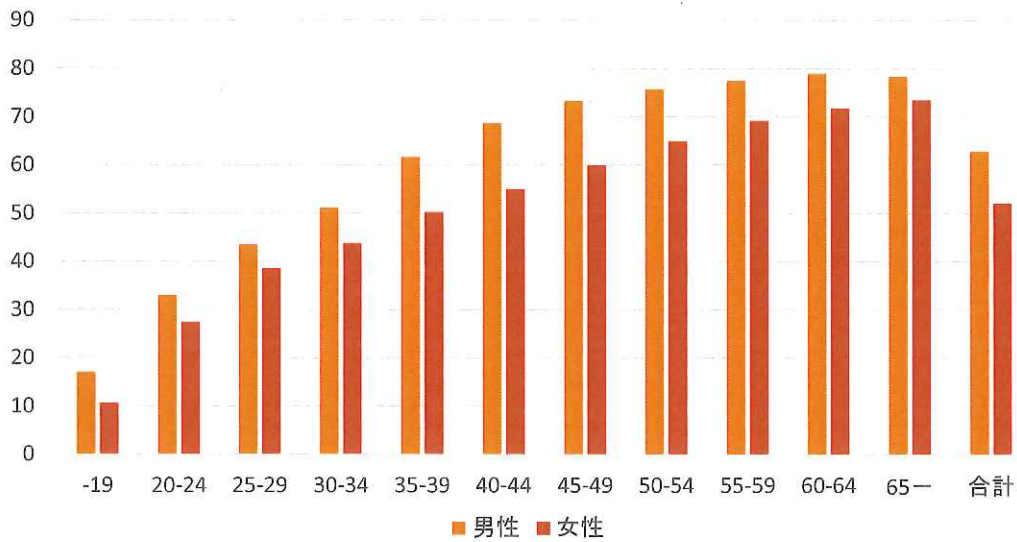


### 業種別定期健診有所見率(平成29年)



(平成24年労働者健康状況調査)

### 年齢別有所見率



(東京都産業保健健康診断機関連絡協議会 平成28年度 職域における定期健康診断の有所見率より)

# 健康診断結果

健康診断結果に基づき事業所が講ずべき措置に関する指針(抄)

医師の意見聴取

就業区分の判断(通常勤務・就業制限・要休業)

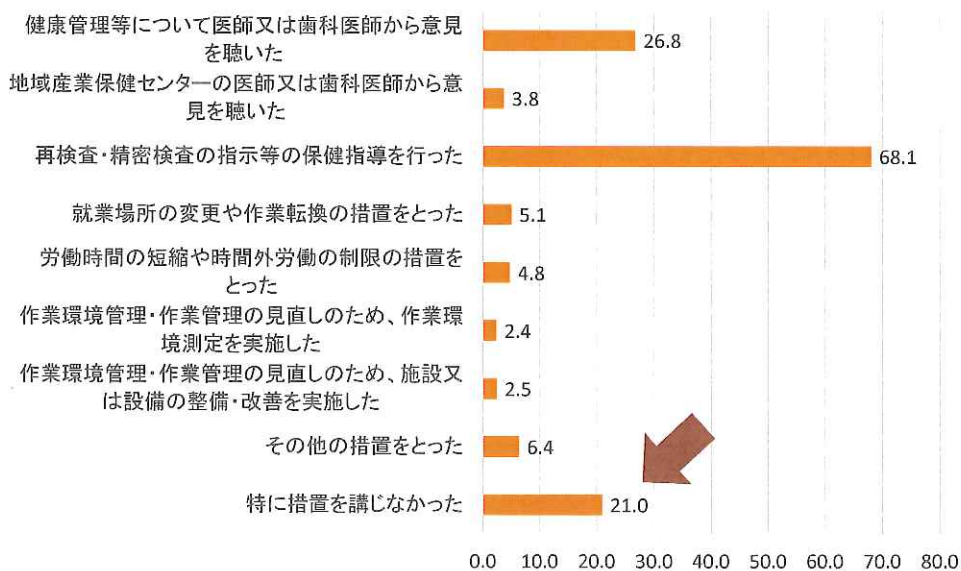
就業上の措置の決定

受診勧奨(要再検査者・労災二次健診対象者含む)

保健指導

(長期的な経過観察:体重コントロール・食事指導・運動指導)

## 健康診断事後措置実施状況




(平成24年労働者健康状況調査)

# 弊社における健診後措置

## 健診事後措置について

健診結果と面談結果をもとに就業区分を判定  
同時に各個人の状況に応じた受診勧奨・指導などを実施



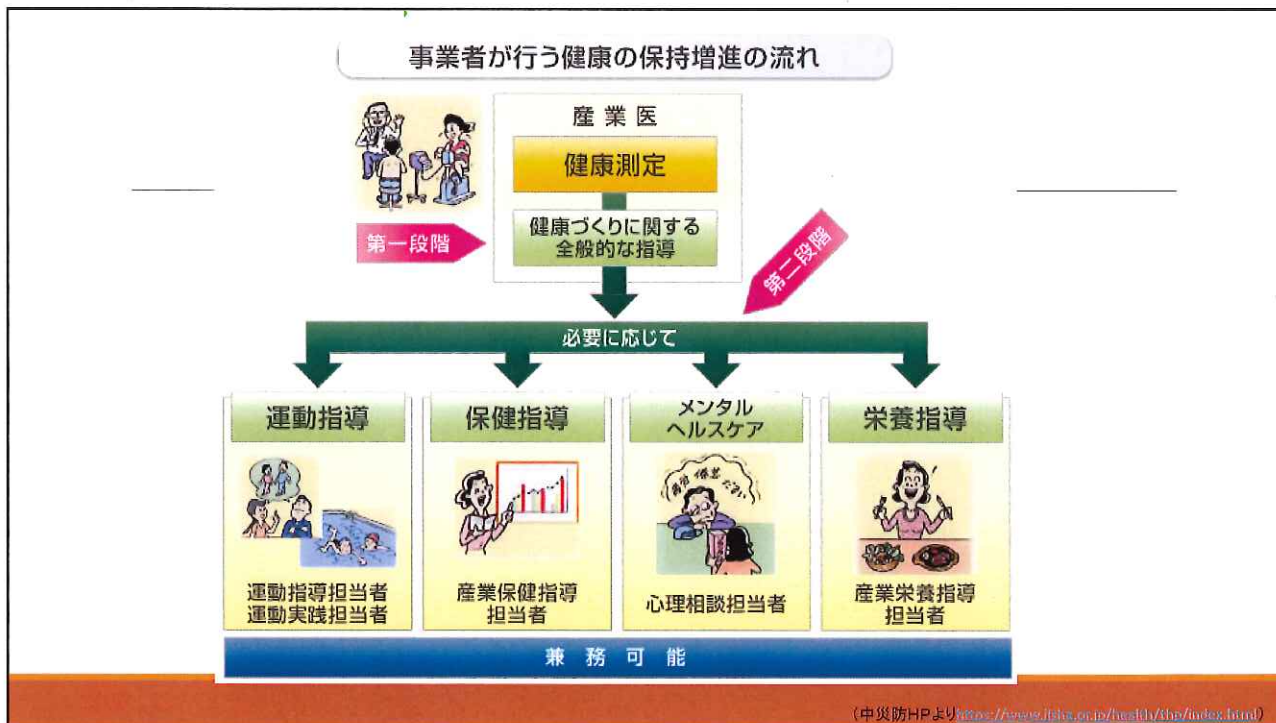
管理区分	大まかな指示内容	グループ	詳細内容
管理⑤	(産業医管理群) 速やかに産業医面談実施	⑤-1	面談後症例毎に判断 (就業制限・就業禁止・定期的面談など)
		⑤-2	面談にて定期的フォローが必要と判断された方
管理④	(要受診群) 受診勧奨の必要の方	④	医療機関受診勧奨をする方
管理③	(治療中群) 治療中の方	③-1	治療しておりコントロール良好の方
		③-2	治療中であるがコントロールが不良である方
管理②	(要再検査および 要保健指導群)	②-1	要再検査群 (保健指導の後、再検査を実行する必要がある方)
		②-2	保健指導の必要な方
管理①	(正常範囲内群)	①-1	異常なし
		①-2	軽度の異常のみでほぼ正常範囲内と考えられる方

リスクの高い方から順に、できる限り多くの社員さんと面談（産業医・保健師・看護師）できるよう進めます

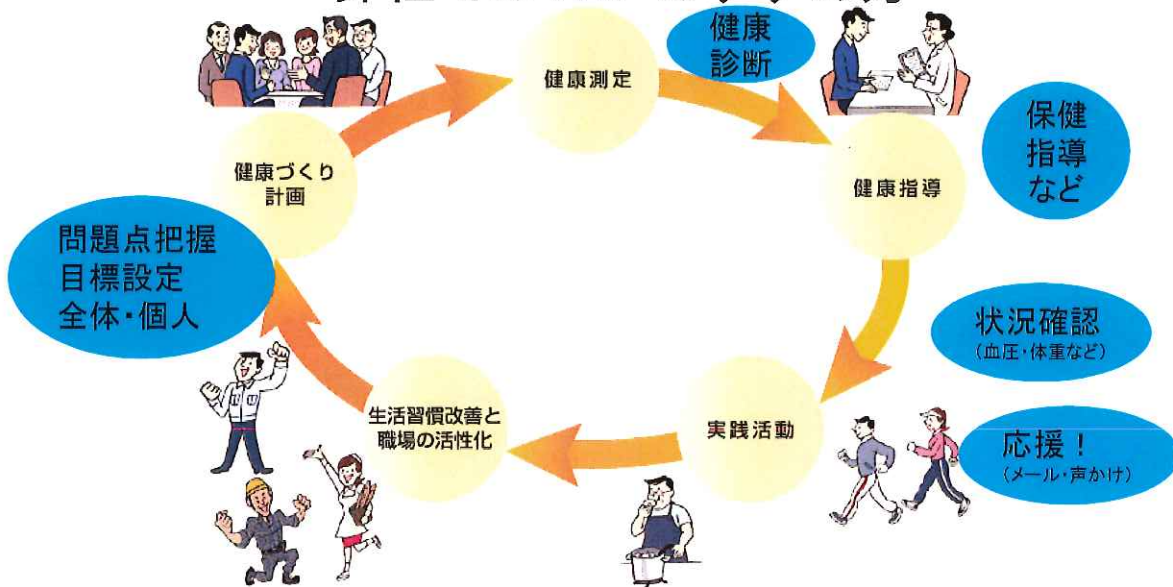
# THPとは？ 心とからだの健康づくり

厚生労働省では、働く人の健康の保持増進に資するため、昭和63年からTHP(トータル・ヘルスプロモーション・プラン)を愛称として、働く人の心とからだの健康づくりを推進しています。

THPでは、個人の生活習慣を見直し、若い頃から継続的で計画的な健康づくりをすすめることで、働く人がより健康になることを目標にしています。



## 弊社でのTHPのすすめ方



(中災防HPより <https://www.jishu.or.jp/health/thp/index.html>)

### ◇健康推進活動-1

#### 1. 健康推進検討会

健康推進室/食堂/労働組合/総務協業「健康推進検討会」の開催

- ☛ 食堂提供メニューの確認→確認結果に基づく議論/改善活動
- ☛ 「ヘルシープレート」等健康推進メニューの設定・提供
- ☛ イベント開催、健康推進メンバーの健康イベント・サポートの実施
  - 血流・血管年齢チェック、体脂肪、骨密度測定等と血圧測定・産業医/看護師健康相談の協業
- 隔月に会合開催し上記対応を検討/実施  
(他は「食堂委員会」として食堂意見・改善、新規/変更メニュー、価格帯検討会)

#### 2. 健康増進活動(運動)

■ 健康推進室が企画、メニュー検討し、スポーツクラブとの共催で健康サポート運動・活動を開始  
2014年度第1弾として

- ☛ 「お腹引き締め体操」…呼吸法を意識し簡単な運動で即効的にお腹引き締め
- ☛ 「肩こり・腰痛予防」…疲労軽減、事務作業、現場作業後のストレッチ体操を実践



みんなで考える  
(性別・年齢・業務内容  
などひとそれぞれ)

みんなで  
楽しく  
健康づくり

## ◇健康推進活動-2

### 3. 健康推進広報誌の発行

看護師、健康推進メンバーが独自に作成した広報誌を発行、事業所内イントラ、現場休憩所等に掲載/掲示。

健康推進活動の紹介、“産業医のつぶやき”を掲載。(4回/年発行計画)

### 4. 食生活改善活動

健康推進室主体：他社食堂見学の開催  
(参加者：産業医、看護師、総務メンバー等)

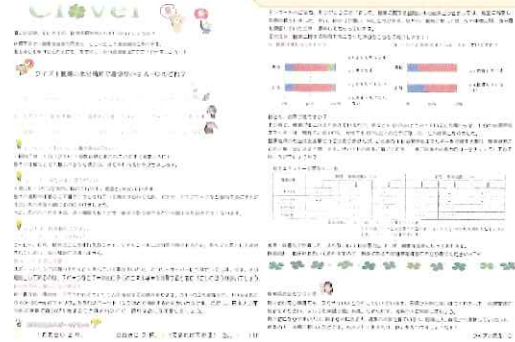
<見学/試食実施先事業所>

- ①住友電装(株)鈴鹿製作所様
- ②旭化成ケミカルズ(株)鈴鹿事業場様
- ③大日本住友製薬(株)鈴鹿工場様
- ④シャープ(株)亀山工場様

※近隣従業員食堂の見学及び見学先健康管理メンバーまたは食堂運営責任者との懇談会実施。

- ◆事業所内健康イベント状況の確認(食堂業者、事業所一体化した健康イベント開催)
- ◆食堂提供メニューの確認(職の安全、健康推進対応の状況確認)
- ◆食堂提供内容における健康サポート状況の確認(塩分量、ヘルシーメニュー対応等)

## 情報提供に心がけて



気遣いなし  
ところから  
の  
アプローチ  
一勝手に  
減塩一



## 社員食堂と連携

減塩推奨

カロリー制限

個々人の必要な注意を

わかりやすいように表示(カロリー・塩分など)

各種イベントとそれに対応したメニューの提供

(例: 血圧測定→減塩メニュー)

骨密度測定→カルシウム量の多いメニューなど)



## 健康保険組合からの応援

---

Kencom(健康応援サイト)

健診補助制度

禁煙サポート

健康増進事業への補助(ワーキングイベント、運動会、講習会など)

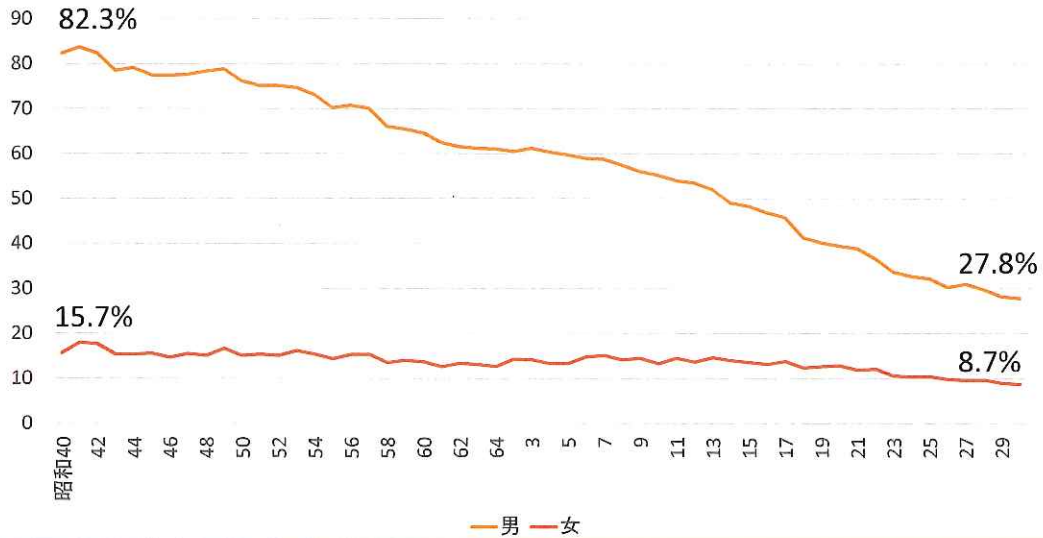
スポーツクラブとの提携

広報活動

## たばこ 禁煙・分煙対策

---

## 喫煙率



(日本専売公社、日本たばこ産業株式会社による調査より)

## たばこと病気の因果関係

(レベル1: 科学的証拠は、因果関係を推定するのに十分である)

### 能動喫煙との因果関係

- がん** 肺がん、口腔・咽頭がん、喉頭がん、鼻腔・副鼻腔がん、食道がん、胃がん、肝臓がん、膵臓がん、膀胱がん、子宮頸部がん  
肺がん患者の死亡、がん患者の二次がん罹患かぎたばこによる発がん
- 循環器疾患** 虚血性心疾患、脳卒中、腹部大動脈瘤、末梢動脈硬化症
- 呼吸器疾患** 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)、呼吸機能低下、結核死亡
- その他** 妊婦の喫煙では、早産、低出生体重・胎児発育遅延、乳幼児突然死症候群 (SIDS)  
2型糖尿病の発症、歯周病、ニコチン依存症

### 受動喫煙との因果関係

- 肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、臭気・不快感および鼻の刺激感  
小児の喘息の既往、乳幼児突然死症候群 (SIDS)

### 未成年者の喫煙との因果関係 (喫煙開始年齢が若いことによる)

- 全死因死亡、がん死亡、循環器疾患死亡、がん罹患のリスク増加

厚生労働省「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」(2016年)より



## 禁煙のメリット(健康上)

A. あらゆる喫煙者にとって、禁煙は即効的、長期的な健康上のメリットがある

禁煙してからの経過時間	健康上の好ましい変化
20分以内	心拍数と血圧が低下する
12時間	血中一酸化炭素値が低下し正常値になる
2-12週間	血液循環が改善し肺機能が高まる
1-9カ月	咳や息切れが減る
1年	冠動脈性心疾患のリスクが喫煙者の約半分に低下する
5年	禁煙後5~15年で年で脳卒中のリスクが非喫煙者と同じになる
10年	肺がんのリスクが喫煙者に比べて約半分に低下し、口腔、咽喉、食道、膀胱、頸部、膵臓がんのリスクも低下する
15年	冠動脈性心疾患のリスクが非喫煙者と同じになる

B. 全年齢層ですでに喫煙関連の健康問題が生じている人にもたらされるメリット。それでも禁煙のメリットはある。

生命に関わる疾患の発症後

C. 禁煙によって、呼吸疾患（喘息ほか）や耳感染など、受動喫煙関連の多くの小児病の過度のリスクを減らすことができる

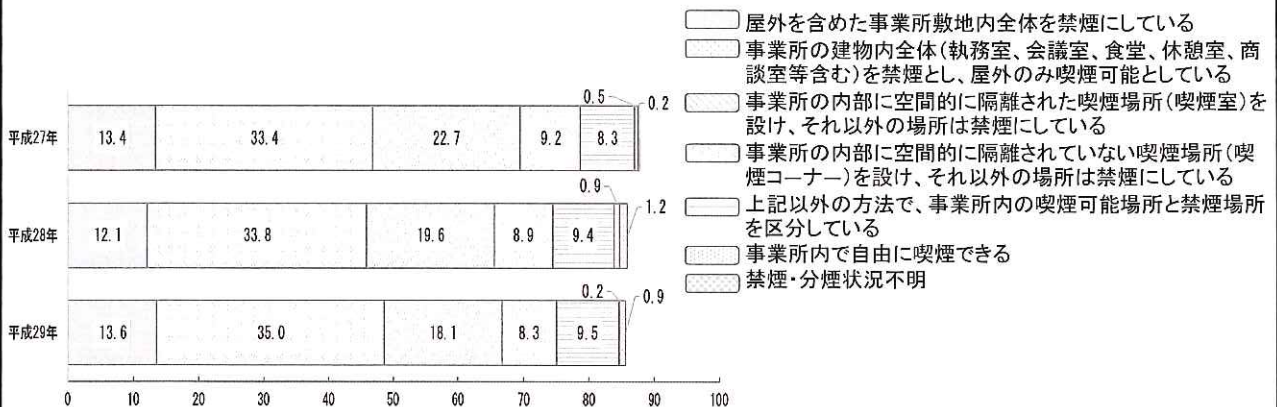
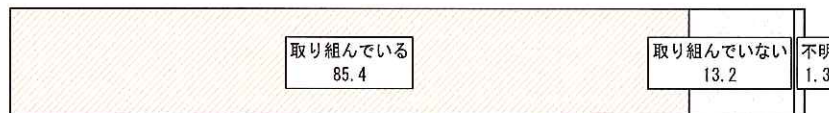
D. 禁煙によって、性的不全、不妊、早産、低出生体重児、流産の可能性が低下する

禁煙の時期	喫煙を続けている人と比較したメリット
30歳程度	寿命が約10年長くなる
40歳程度	寿命が9年長くなる
50歳程度	寿命が6年長くなる
60歳程度	寿命が3年長くなる

(たばこ使用者のための禁煙ガイドより)

## 受動喫煙防止対策の取組の有無

(平成29年)(事業所計=100%)



(平成29年労働安全衛生調査)

## 喫煙者への働きかけ

---

たばこによる健康障害の説明

呼気中一酸化炭素濃度測定(簡易測定)

禁煙(禁煙外来)のすすめ

健康保険組合の補助制度の説明

禁煙応援



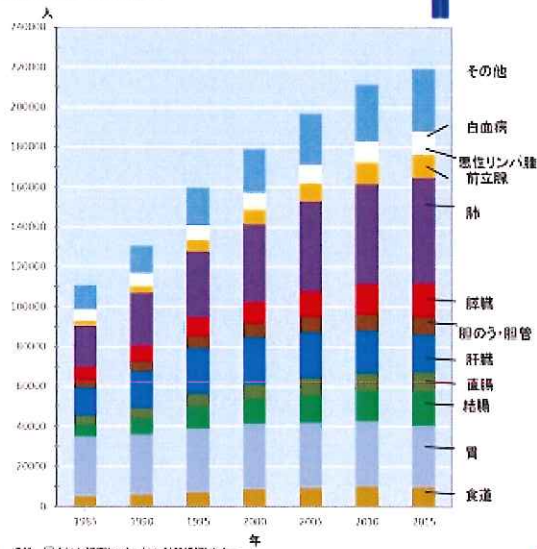
(<https://webshiro.com/syohinsetumei3/PICO+SMDKERLYZER.html>)

## がん(悪性疾患)

---

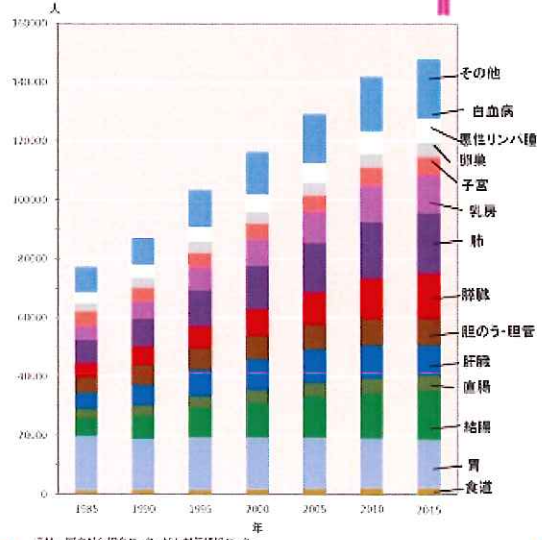
## 部位別がん死亡数の推移

部位別がん死亡数の推移  
(男性)  
[ 全年齢 複数年 ]



資料: 国立がん研究センターがん情報提供センター  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Centre, Japan

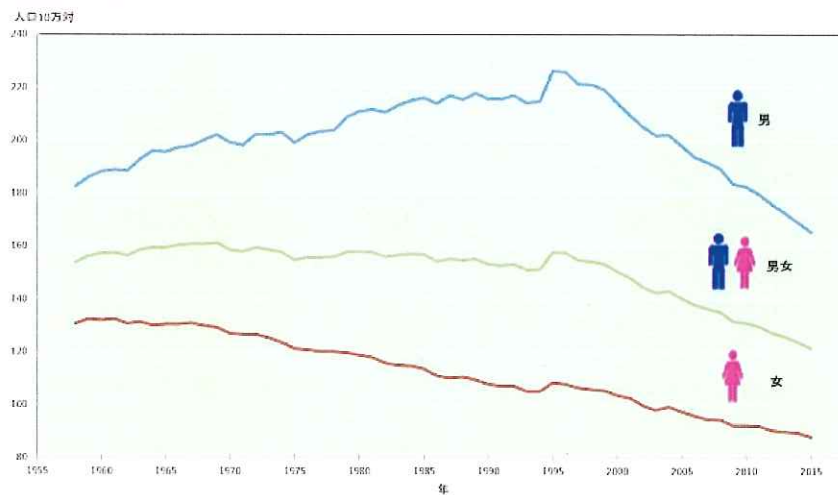
部位別がん死亡数の推移  
(女性)  
[ 全年齢 複数年 ]



資料: 国立がん研究センターがん情報提供センター  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Centre, Japan

## がん年齢調整死亡率の推移

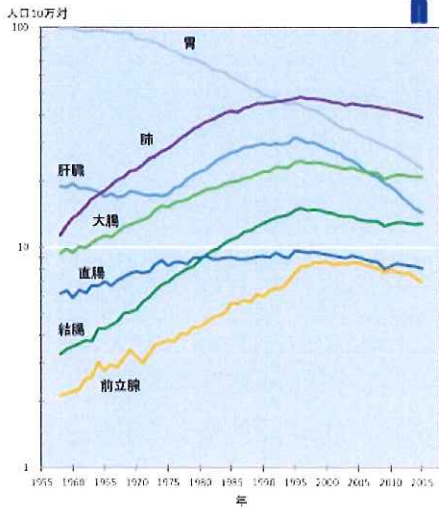
部位別がん年齢調整死亡率の推移  
(全部位・性別)  
[ 1955年~2015年 ]



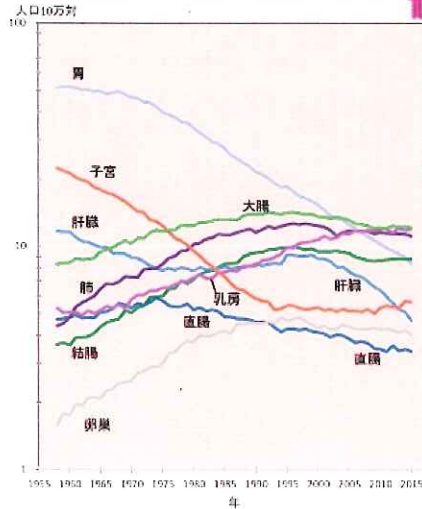
資料: 国立がん研究センターがん情報提供センター  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Centre, Japan

## 部位別がん年齢調整死亡率の推移

部位別がん年齢調整死亡率の推移  
(主要部位・対数)  
〔男性 1958～2015年〕

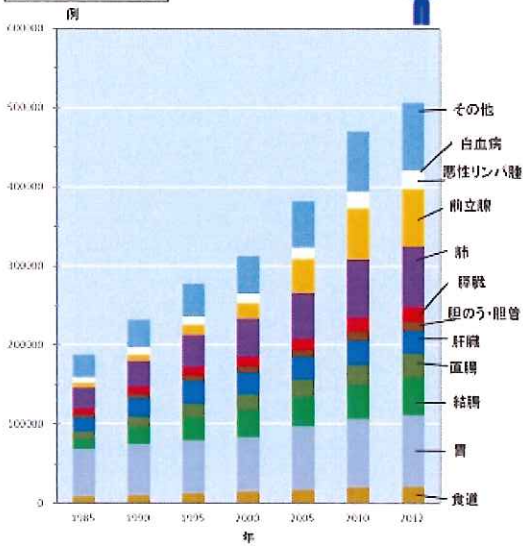


部位別がん年齢調整死亡率の推移  
(主要部位・対数)  
〔女性 1958～2015年〕

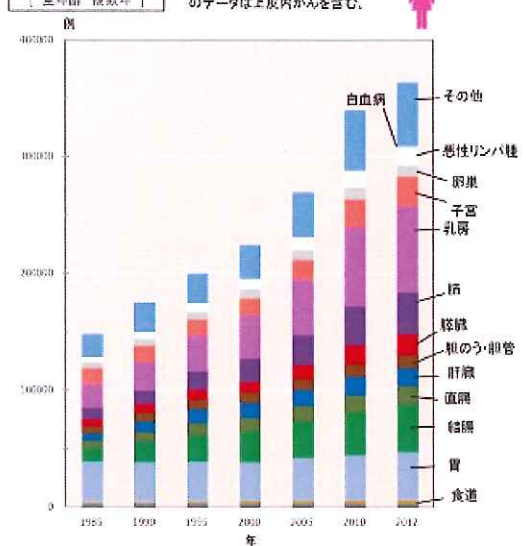


## 部位別がん罹患数の推移

部位別がん罹患数の推移  
(男性)  
〔全年齢・複数年〕



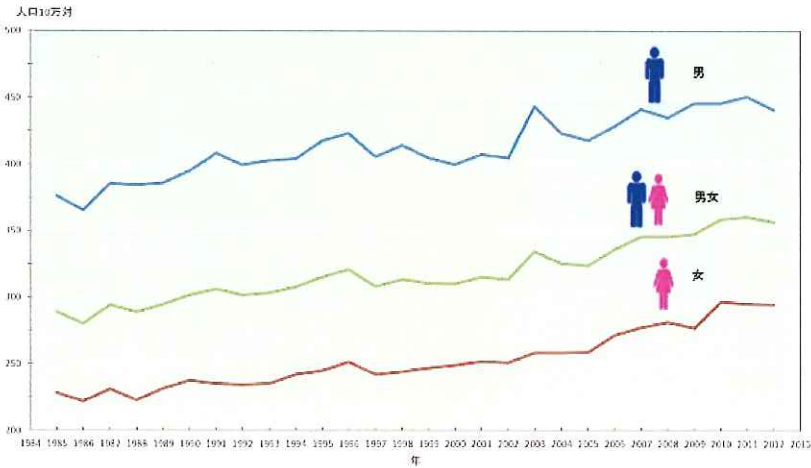
部位別がん罹患数の推移  
(女性)  
〔全年齢・複数年〕



## 部位別年齢調整罹患率の推移

部位別がん年齢調整罹患率の推移  
(全部位・性別)  
| 1985～2012年 |

【山形・福井・長崎の3県】

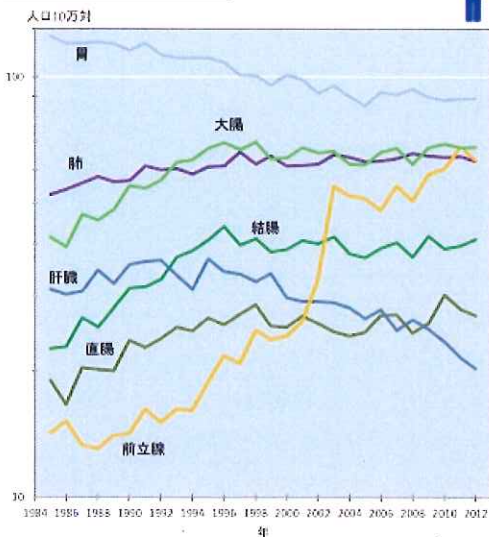


資料：国立がん研究センターがん情報サービス  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Center, Japan

## 部位別がん年齢調整罹患率の推移

部位別がん年齢調整罹患率の推移  
(主要部位・対数)  
| 男性 1985～2012年 |

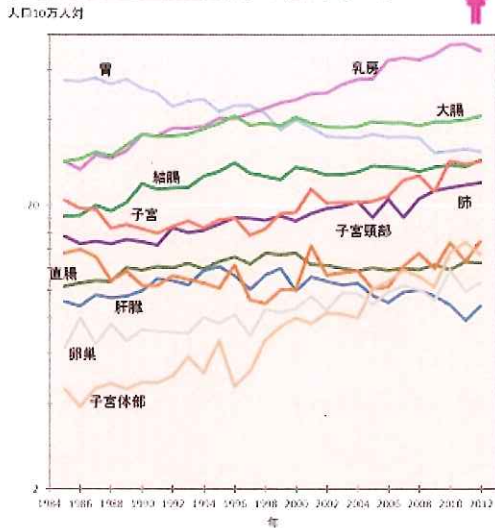
【山形・福井・長崎の3県】



資料：国立がん研究センターがん情報サービス  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Center, Japan

部位別がん年齢調整罹患率の推移  
(主要部位・対数)  
| 女性 1985～2012年 |

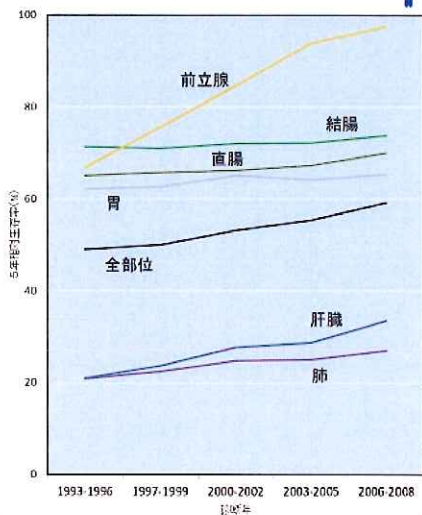
【山形・福井・長崎の3県】



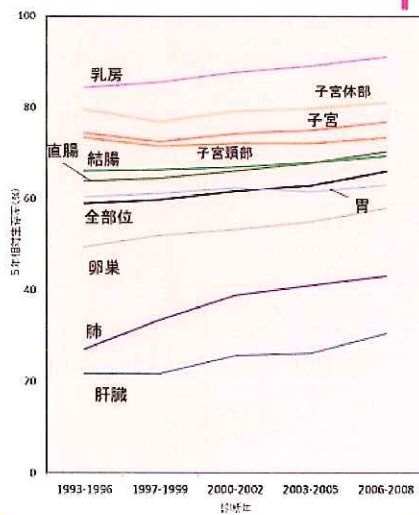
資料：国立がん研究センターがん情報サービス  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Center, Japan

## 5年相対生存率の推移

5年相対生存率の推移  
(主要部位)  
[男 1993年～2008年]



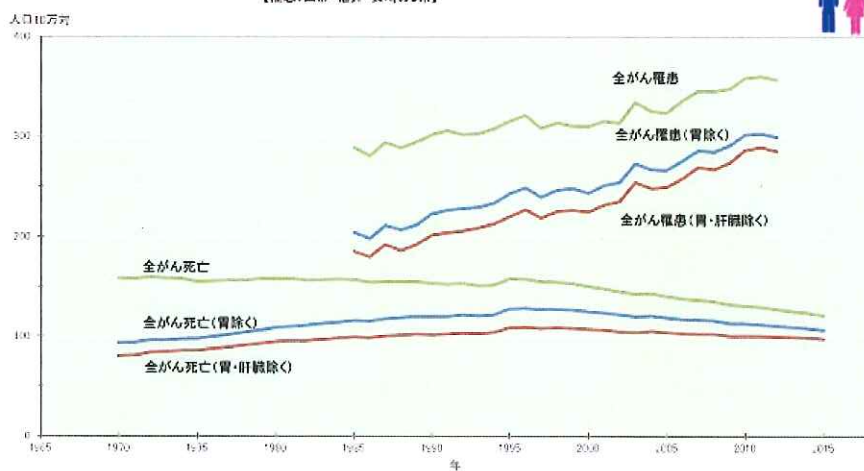
5年相対生存率の推移  
(主要部位)  
[女 1993年～2008年]



## 部位別がん年齢調整死亡率・罹患率の推移

部位別がん年齢調整死亡率・罹患率の推移  
(全部位・男女計・全年齢)  
[1970～2015年]

【死亡：全国】  
【罹患：山形・福井・長崎の3県】



資料：国立がん研究センターがん対策情報センター  
Source: Center for Cancer Control and Information Services,  
National Cancer Center, Japan.

## 弊社での取り組み

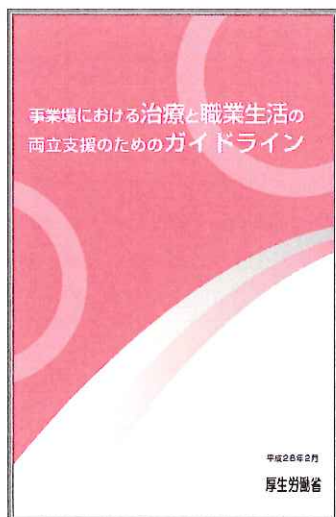
がん検診受診率向上対策

がんに関する情報発信

検診非申込者に対して個人的なアプローチ

入社時教育の中でがん検診をうけていただくように説明

がん体験者・がん患者の家族による座談会を実施・情報発信



## 治療と職業生活の 両立支援

基本方針等の表明・周知

意識啓発

相談窓口の明確化

制度・体制等の整備(休暇制度・勤務制度など)  
など



# 長時間残業者への対応

過重労働による健康障害防止のための総合対策について(平成28年4月1日基発0401第72号)

## 長時間労働者面談

1. 1ヶ月 100H/月以上となった時
2. 2-6ヶ月平均80h/月以上となった時



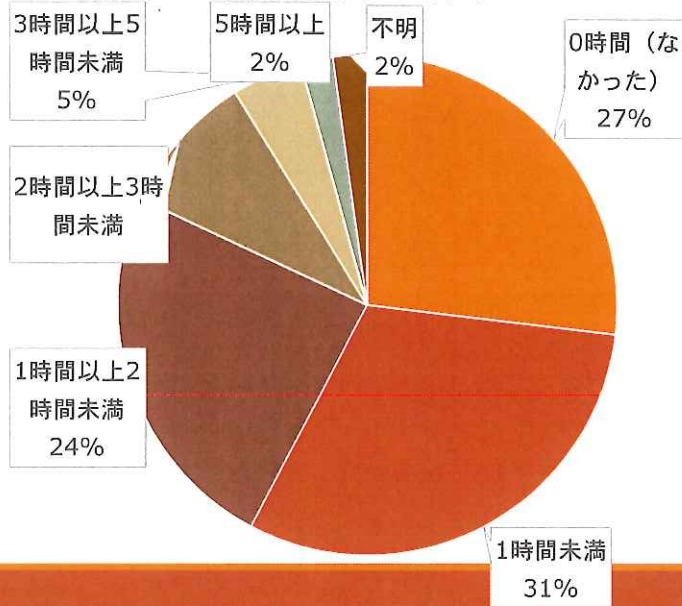
1. 3ヶ月合計 150H/月以上になった時
  2. 3ヶ月連続 50H/月以上となった時
- 残業医判断や本人希望で面談実施



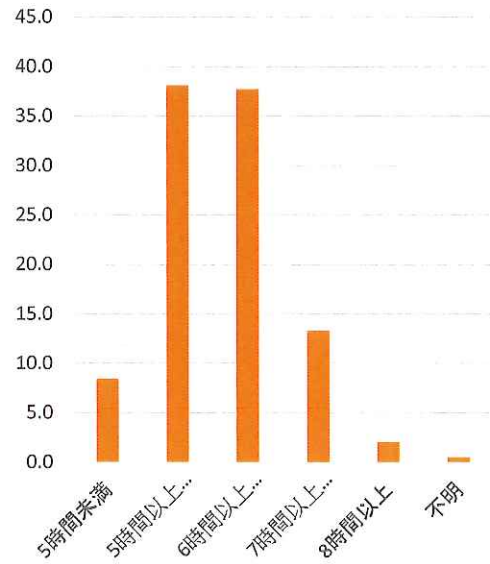
働き方改革へ



## 時間外の状況1日平均の 時間外・休日労働時間



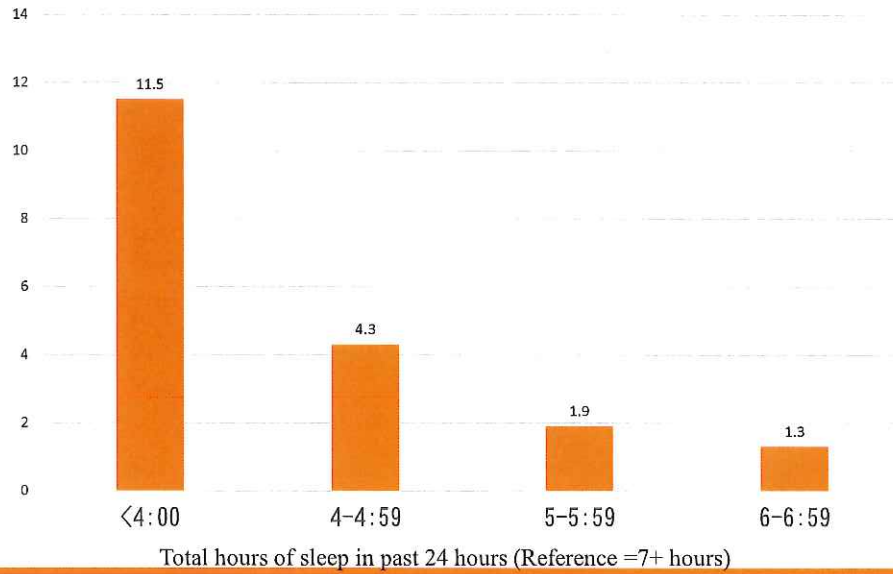
## 睡眠時間



(平成24年労働者健康状況調査)

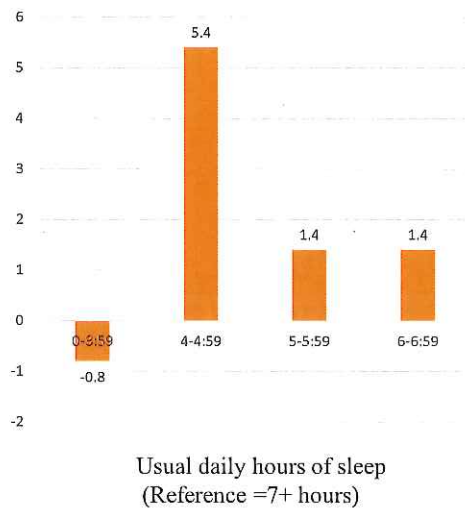
# 居眠り運転と睡眠

居眠り運転事故前の24時間に運転者がどれだけ睡眠を取っていたか？

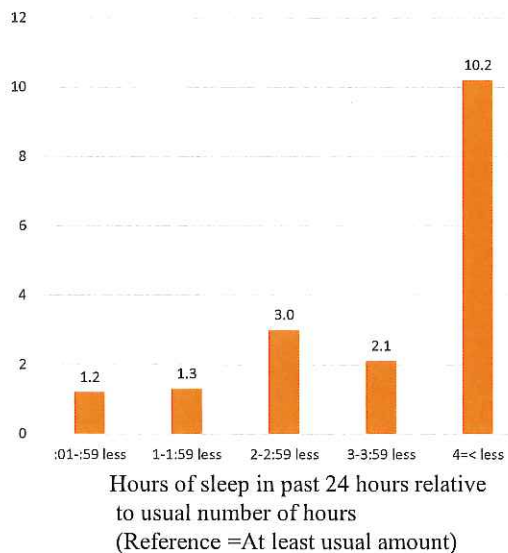


Brian C. Tefft et al: Acute Sleep Deprivation and Risk of Motor Vehicle Crash Involvement (December 2016)

居眠り運転事故を起こした人、いつもはどのくらいの睡眠時間？



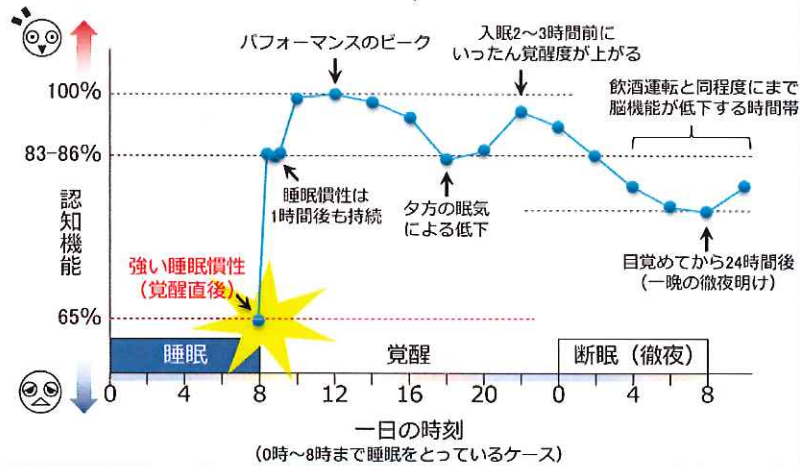
事故前の24時間の睡眠時間はいつもの睡眠時間よりどのくらい短い？



Brian C. Tefft et al: Acute Sleep Deprivation and Risk of Motor Vehicle Crash Involvement (December 2016)

睡眠慣性：起きてから続く眠気のこと

## 覚醒直後の認知機能は徹夜明けより低下



Wertzら (2006) らのデータから作成

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16503374/figure/fig/10.1371/journal.pone.00150337.g002>より

## 昼間の過剰な眠気に関連する要因

男性

若年者

短時間睡眠者 (睡眠時間6時間未満)

自覚的睡眠評価不充足者

深い眠りが喪失していると感じている者

イビキや息苦しさを目覚めてしまう者

脚の違和感を有する者

ストレスを自覚している者

8時30分時点の覚醒度

退社時間との関連ありという報告もあり

(22時以降の退社の人の方が、それ以前の退社の人より覚醒度は有意に低かった)

睡眠時無呼吸症  
候群の可能性

# 労災補償からみる 働く人の健康状態

## 労働災害発生状況の推移

- ・ 死亡者数は、長期的には減少傾向にあるが、3年ぶりに増加した。
- ・ 休業4日以上の死傷者数は、陸上貨物運送事業や第三次産業で増加するなどして、2年連続で増加した。



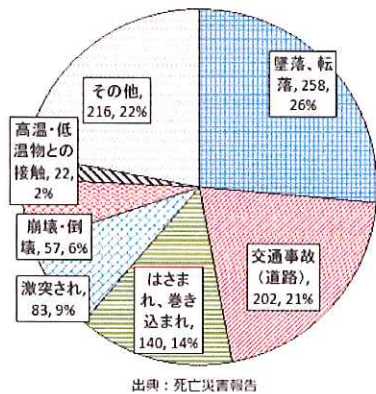
出典：平成23年までは、労災保険統計予（労災非運搬車を含む）、労働者死傷病報告、死亡災害報告より作成  
平成24年からは、労働者死傷病報告、死亡災害報告より作成

(<https://www.mhlw.go.jp/files/04-Houdouhappyou-11302000-Beidoukiunkyokuanzenseiseibu-Anzenka/000208034.pdf>より)

## 平成29年事故の型別労働災害発生状況(確定値)

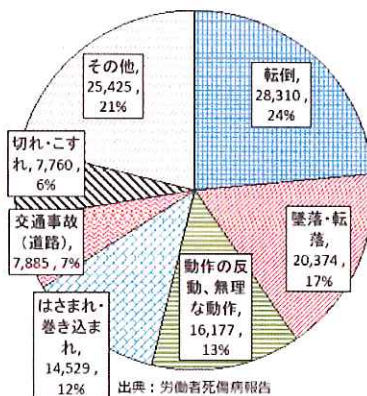
### 死亡災害

978人、前年同期比+5.4%



### 休業4日以上の死傷災害

120,460人、前年同期比+2.2%



(http://www.mhlw.go.jp/06/09/11/motodanpan.htm#17301000-Rouhoukai/n/wakana/press/02/021208126.pdfより)

## 脳血管疾患労災補償請求・決定状況

表1-1 脳・心臓疾患の労災補償請求状況

種別	請求年数	平成26年度		平成27年度		平成28年度		平成29年度	
		件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合
脳・心臓疾患	請求年数	683	67	637	67	673	68	680	71
	請求件数	306	8	277	15	251	11	290	12
	請求率	44.8%	11.9%	43.5%	10.4%	37.5%	16.2%	42.6%	16.3%
5人単位	請求年数	292	12	242	17	263	18	261	14
	請求件数	290	20	245	14	246	14	253	16
	請求率	132	2	121	3	96	3	101	3
	請求率	45.9%	10.0%	50.8%	11.6%	47.9%	13.8%	50.6%	10.0%

脳血管疾患の労災補償請求・決定状況(5人単位)

種別	請求年数	平成26年度		平成27年度		平成28年度		平成29年度	
		件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合
脳・心臓疾患	請求年数	12	1	7	0	6	1	4	0
	請求件数	6	0	5	0	5	0	4	0
	請求率	50.0%	0.0%	71.4%	0.0%	83.3%	0.0%	100.0%	0.0%

- 請求率は、労働災害発生件数(労災発生)と脳・心臓疾患(心臓疾患)との割合である。
- 請求率(請求件数/請求年数)は、請求年数(労災発生)と脳・心臓疾患(心臓疾患)との割合である。
- 請求率(請求件数/請求年数)は、請求年数(労災発生)と脳・心臓疾患(心臓疾患)との割合である。
- 請求率(請求件数/請求年数)は、請求年数(労災発生)と脳・心臓疾患(心臓疾患)との割合である。
- 請求率(請求件数/請求年数)は、請求年数(労災発生)と脳・心臓疾患(心臓疾患)との割合である。

図1-1 脳・心臓疾患の請求・決定及び支給決定件数の推移

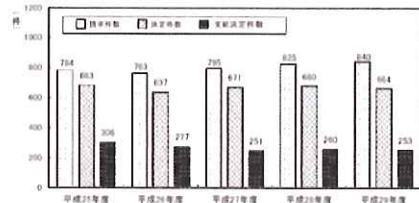


表1-2-2 脳・心臓疾患の支給決定件数の業種(中分類)上位15業種

業種(大分類)	業種(中分類)	平成29年度 決定件数
1 運輸業 軽便業	道路貨物運送業	35 (1.7)
2 製造業 製造サービス業	製菓業	19 (1.2)
3 サービス業(他):分類されないもの	その他のサービス業	16 (1.0)
4 卸売業 小売業	飲食料品の小売業	11 (1.1)
5 運輸業 軽便業	道路旅客運送業	10 (1.1)
6 建設業	新築工事業	8 (1.0)
6 製造業 製造サービス業	製菓業	6 (1.0)
6 建設業	修繕工事業	6 (1.0)
6 製造業	電気機械器具製造業	6 (1.0)
10 卸売業 小売業	各種商品の小売業	5 (1.2)
11 卸売業 小売業	機械器具卸売業	5 (1.0)
12 製造業	業務用機械器具製造業	4 (1.0)
12 製造業	食料品製造業	4 (1.1)
14 運輸業 軽便業	道路旅客運送サービス業	3 (1.0)
14 卸売業 小売業	その他の小売業	3 (1.0)
14 卸売業 小売業	機械器具小売業	3 (1.0)
14 学術研究 専門・技術サービス業	技術サービス業(他に分類されないもの)	3 (1.0)
14 製造業	皮革・皮革製物品製造業	3 (1.0)
14 建設業	修繕工事業(設備工事業を除く)	3 (1.0)
14 生活関連サービス業 娯楽業	その他の生活関連サービス業	3 (1.1)
14 生活関連サービス業 娯楽業	洗濯・乾洗・染整業	3 (1.1)
14 製造業	繊維用機械器具製造業	3 (1.0)

- 業種は、5人単位は、脳・心臓疾患発生件数(労災発生)との割合である。
- 業種は、請求年数(労災発生)との割合である。
- 業種は、請求年数(労災発生)との割合である。

(厚生労働省HPより) <https://www.mhlw.go.jp/06/09/11/motodanpan.htm#17301000-Rouhoukai/n/wakana/press/02/021208126.pdf>

(別紙1.2)

# 精神障害労災補償請求・決定状況

表2-1 精神障害の労災補償状況

年次	種別	件数				
		平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
精神障害	請求件数	1409 ( 522 )	1438 ( 551 )	1545 ( 514 )	1508 ( 627 )	1722 ( 608 )
	決定件数	1193 ( 465 )	1357 ( 462 )	1390 ( 462 )	1551 ( 617 )	1545 ( 626 )
	75%超過請求件数	436 ( 147 )	467 ( 150 )	472 ( 146 )	466 ( 146 )	506 ( 140 )
	認定率	84.6%	94.9%	89.4%	103.5%	89.8%
5.5.05.06.07	請求件数	112 ( 12 )	211 ( 21 )	199 ( 15 )	308 ( 14 )	227 ( 14 )
	決定件数	157 ( 12 )	210 ( 21 )	205 ( 15 )	316 ( 14 )	208 ( 14 )
	75%超過請求件数	63 ( 2 )	99 ( 2 )	93 ( 5 )	94 ( 2 )	98 ( 4 )
	認定率	140.2%	99.5%	103.0%	102.6%	91.6%

精神障害者数の労災決定率（75%超過請求率別）

年次	種別	決定率				
		平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
精神障害	決定率	84.6%	94.9%	89.4%	103.5%	89.8%
	75%超過	57.0%	101.1%	113.0%	71.1%	81.0%

1. 請求件数：労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計
2. 決定件数：労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計
3. 75%超過請求件数：労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計
4. 認定率：決定件数/請求件数×100
5. 75%超過請求率：75%超過請求件数/請求件数×100
6. 労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計
7. 労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計

表2-2 精神障害の請求・決定及び労災決定件数の種別

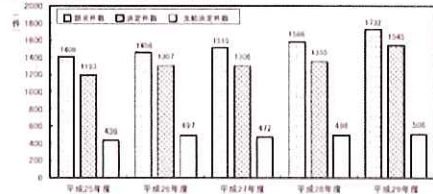


表2-2-2 精神障害の労災決定件数の業種・中分類の上位15業種

業種・中分類	業種(中分類)	平成29年度	
		決定件数	件数
1 運輸業 郵便業	運輸郵便業	45	( 1 )
2 医療業 福祉	医療業	41	( 1 )
2 医療業 福祉	社会福祉・社会福祉・介護事業	41	( 2 )
4 建設業	総合工事業	25	( 1 )
5 建設業	設備工事業	23	( 0 )
8 福祉業 障害サービス事業	障害福祉	21	( 6 )
7 情報通信業	情報サービス事業	19	( 3 )
9 卸売業 小売業	各種商品小売業	16	( 7 )
9 卸売業 小売業	食料品製造業	14	( 5 )
10 製造業	繊維繊維機械製造業	12	( 3 )
11 卸売業 小売業	その他の小売業	10	( 4 )
11 福祉業 障害サービス事業	福祉業	10	( 3 )
13 製造業	電気機械器具製造業	9	( 7 )
13 情報通信業	映像・音声・文字情報制作業	9	( 4 )
15 卸売業 小売業	機械器具製造業	8	( 5 )
15 学芸娯楽・専門・技術サービス業	芸術サービス業(他に分類されないもの)	8	( 1 )

1. 業種：15業種（卸売業・小売業、製造業、建設業、情報通信業、医療業、福祉業、運輸業、宿泊業、飲食サービス業、サービス業、学芸娯楽・専門・技術サービス業、学芸娯楽・専門・技術サービス業、学芸娯楽・専門・技術サービス業、学芸娯楽・専門・技術サービス業、学芸娯楽・専門・技術サービス業）
2. 中分類：業種の下位分類
3. 決定件数：労災認定請求件数（労災認定請求件数）と労災認定請求件数（労災認定請求件数）の合計

（厚生労働省HPより[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_06038.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_06038.html)）

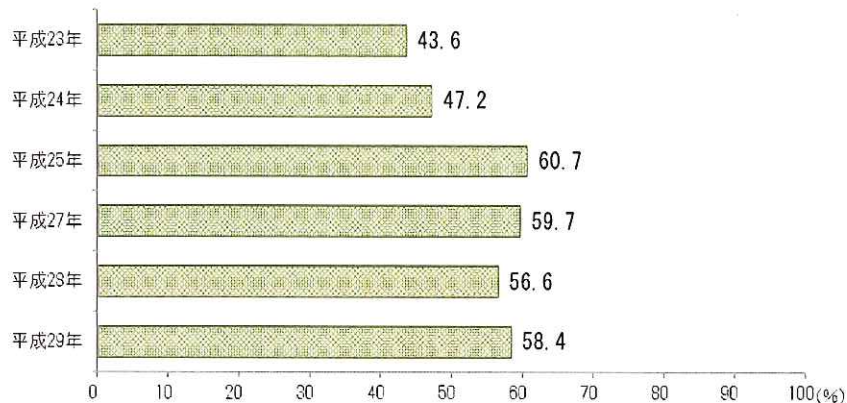
(別紙3.4)



## 職場で取り組むメンタルヘルス



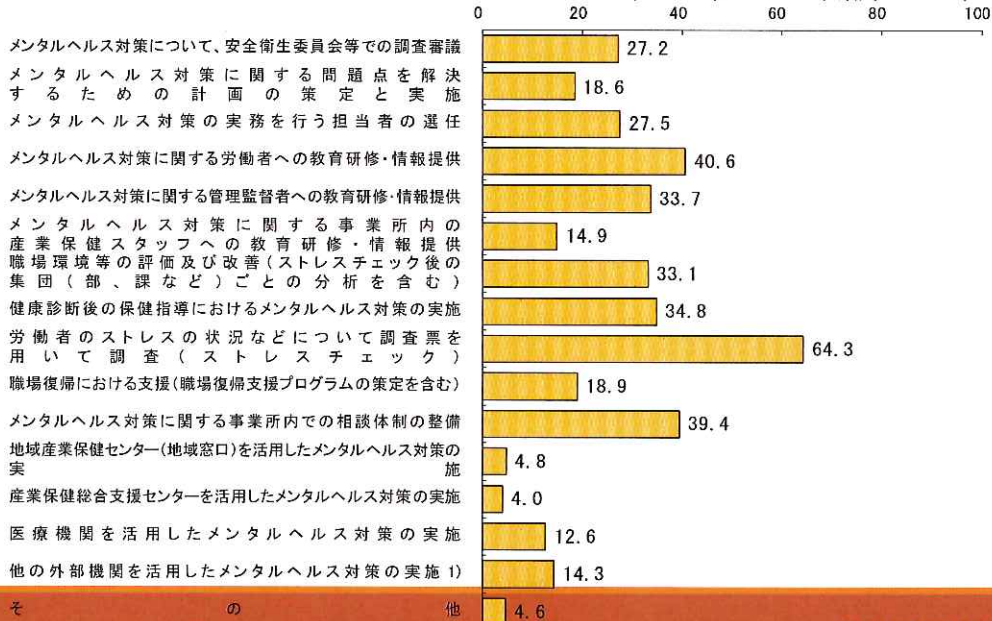
# メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所割合の推移 (事業所計=100%)



注：1)平成23年は労働災害防止対策等重点調査の結果による。  
2)平成24年は労働者健康状況調査の結果による。  
平成29年労働安全衛生調査

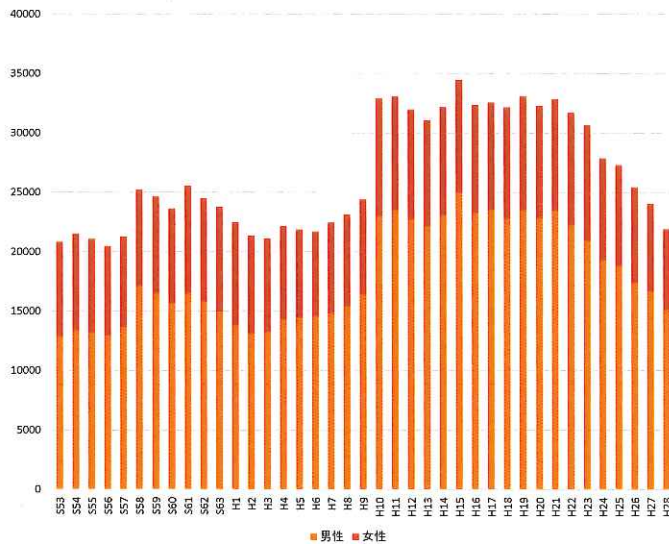
# メンタルヘルス対策の取組内容 (複数回答) (平成29年)

(メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所=100%)



(平成29年労働安全衛生調査)

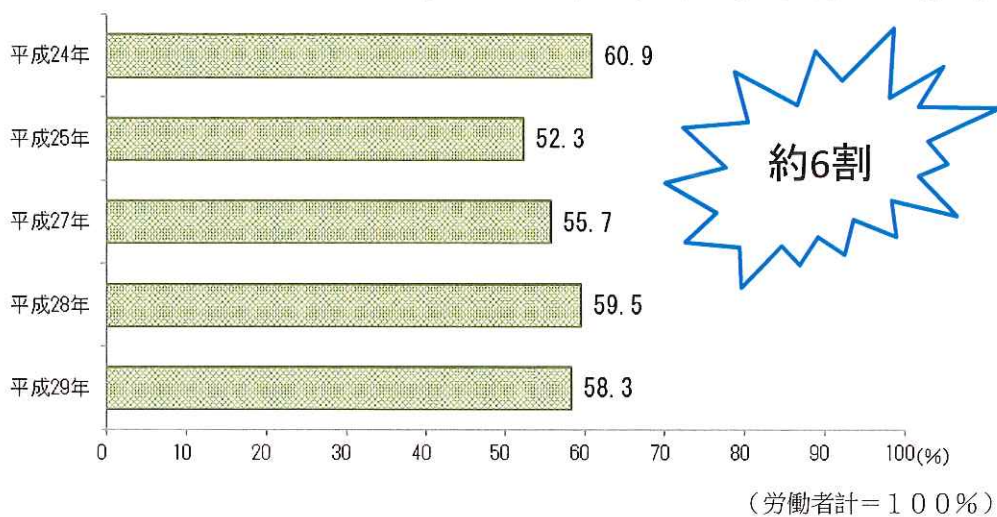
## 自殺者数



## 職業別自殺者数の年次推移



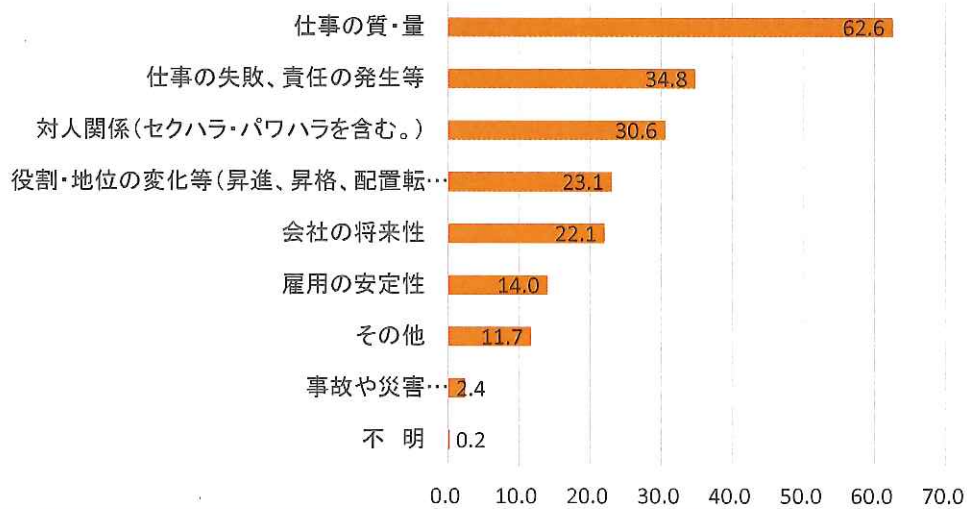
## 現在の仕事や職業生活に関することで強いストレスと なっていると感じる事柄がある労働者割合の推移



注: 1)平成24年は労働者健康状況調査の結果による。  
(平成29年労働安全衛生調査)



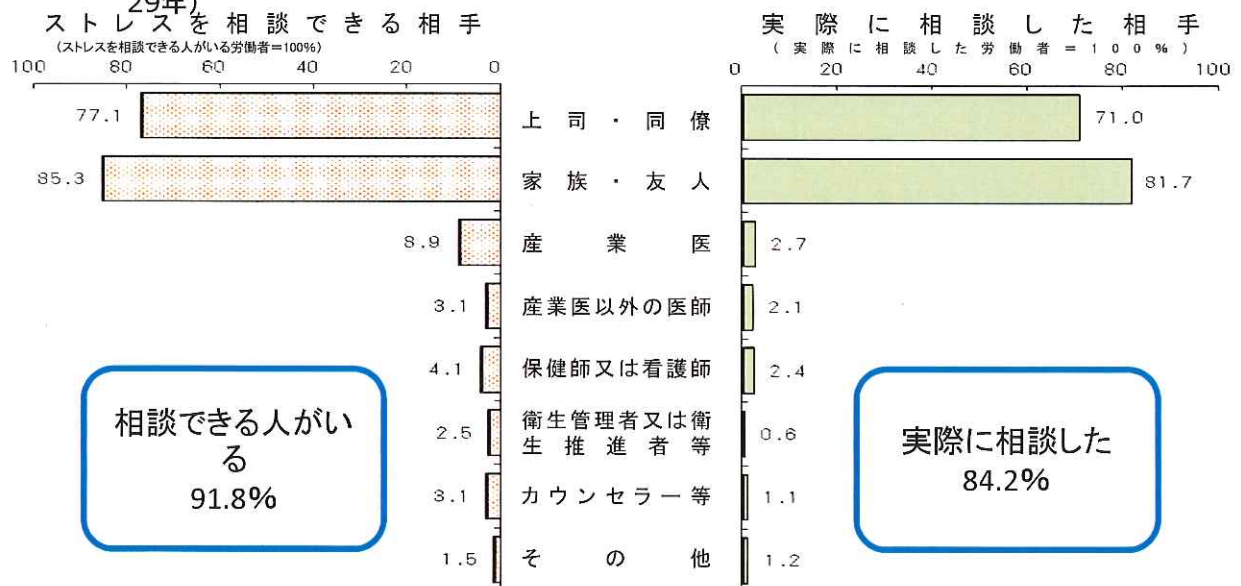
## 強いストレスとなっていると感じている事柄 (主なもの3つ以内) (平成29年)



(強いストレスとなっていると感じる事柄がある労働者=100%)

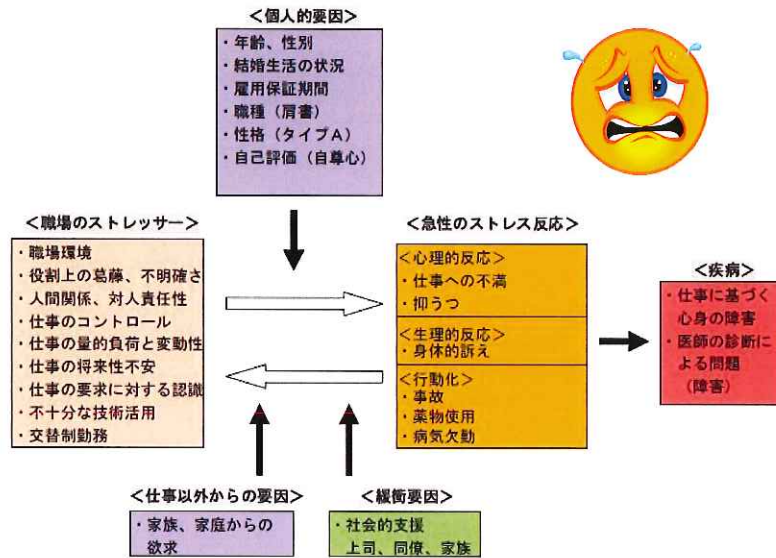
(平成29年労働安全衛生調査)

## ストレスを相談できる相手及び実際に相談した相手 (複数回答) (平成29年)

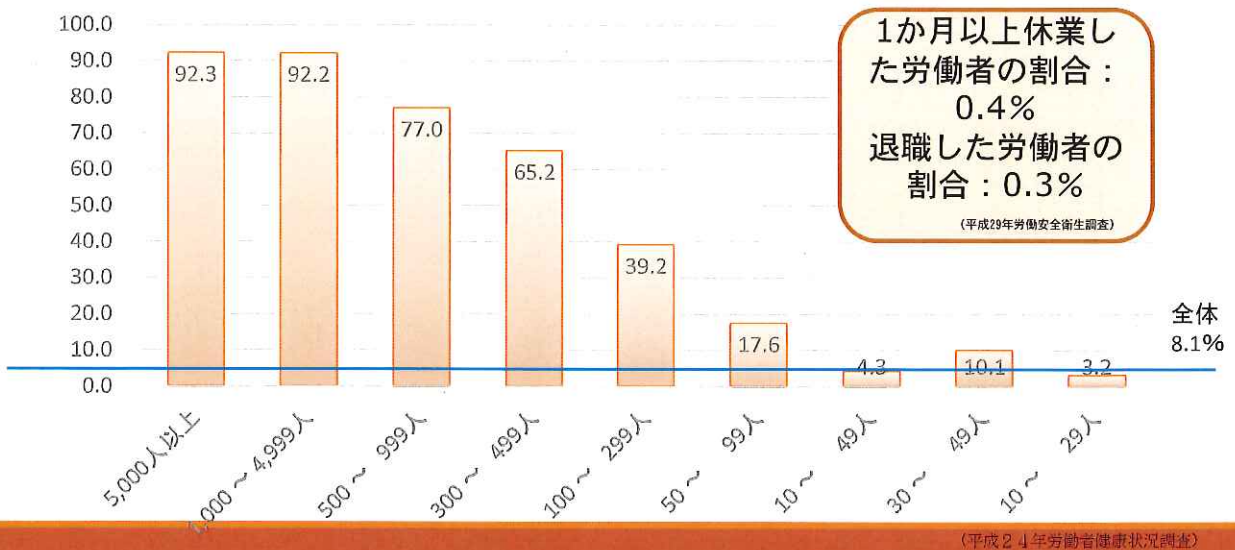


(平成29年労働安全衛生調査)

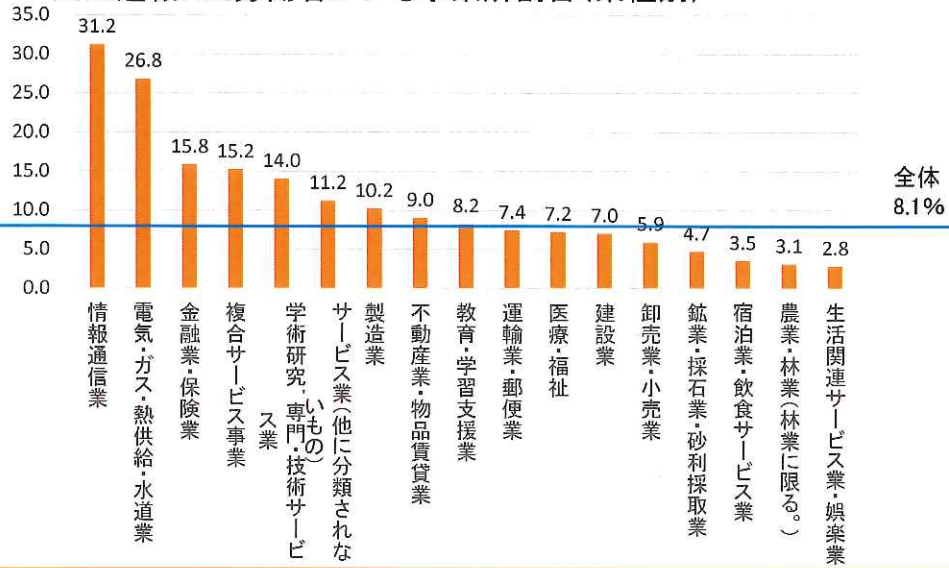
# NIOSH職業性ストレスモデル



## 過去1年間におけるメンタルヘルス不調により連続1か月以上休業又は退職した労働者がいる事業所割合



### 過去1年間におけるメンタルヘルス不調により連続1か月以上休業 又は退職した労働者がいる事業所割合（業種別）



（平成24年労働者健康状況調査）

### 「いじめ・嫌がらせ」に関する相談

（都道府県労働局等に設置した総合労働相談コーナーに寄せられた相談内容）



（平成29年度個別労働紛争解決制度の施行状況より）

## 職場におけるメンタルヘルスケアの概念

一次予防	発症防止	重要だが、完全な防止は不可能
二次予防	早期発見対処	重症化や事態の複雑化を防ぐ
三次予防	再発防止	復職支援



# メンタルヘルス教育

- ・管理職に対して  
1回/年、教育会を開催  
(座学・ロールプレーなど)
- ・全社員に対して  
健康診断後の面談で状況をうかがいながら  
個別にアドバイス

## 職場におけるメンタルヘルスカケア（4つのケア）

心の健康づくり計画の策定

・・・ 4つのケア ・・・

セルフケア

ラインによるケア

事業場内産業保健  
スタッフ等によるケア

事業場外資源によるケア

- ・心の健康づくりの体制の整備
- ・事業場における問題点の把握
- ・必要な人材の確保
- ・労働者のプライバシーへの配慮

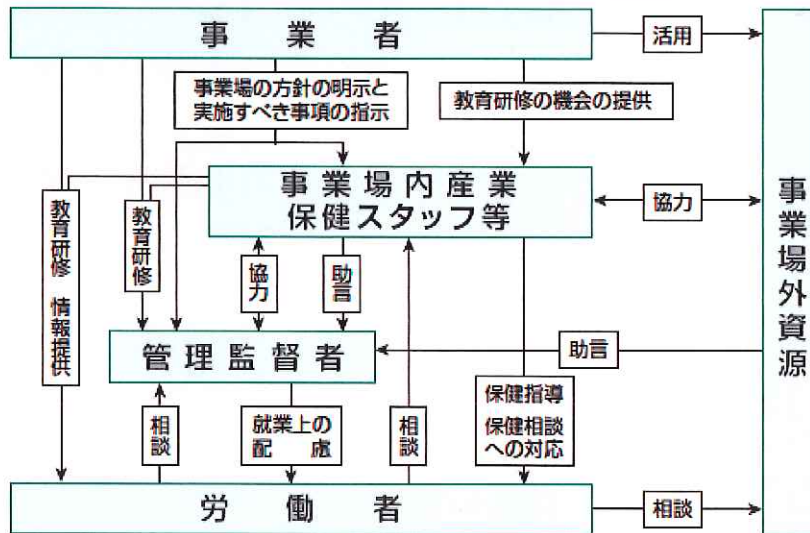
- 労働者による
- ・ストレスへの気づき
  - ・ストレスへの対処
  - ・自発的な相談

- 管理監督者による
- ・職場環境等の改善
  - ・個別の相談対応

- 産業医、衛生管理者等による
- ・職場環境等の改善
  - ・個別の相談対応等
  - ・ネットワークの形成
  - ・ラインによるケアへの支援
  - ・教育研修の実施

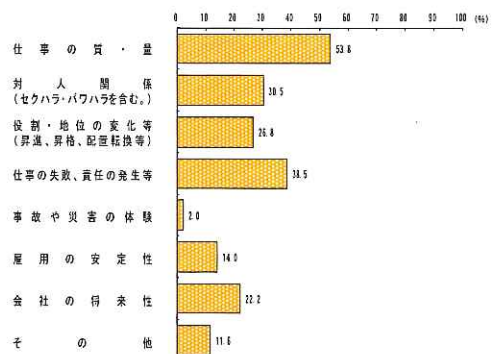
- 事業場外の機関、専門家による
- ・サービスの活用
  - ・ネットワークの形成

図 事業場におけるメンタルヘルス体制例



## 職場のストレスを減少させるには？

- 量的・質的に業務内容を見直す
- 職場環境を物理的に改善する
- 職場環境を精神的に改善する
- 事業の安定化をめざす
- 雇用の安定性をめざす などなど

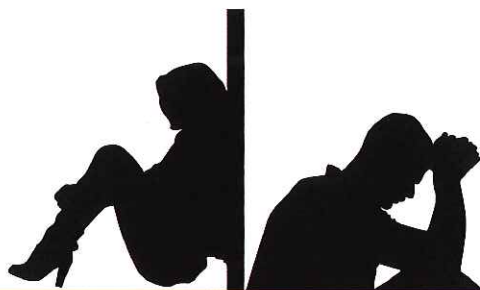


ストレス対策  
～現場でできること～

職場の  
コミュニケーション

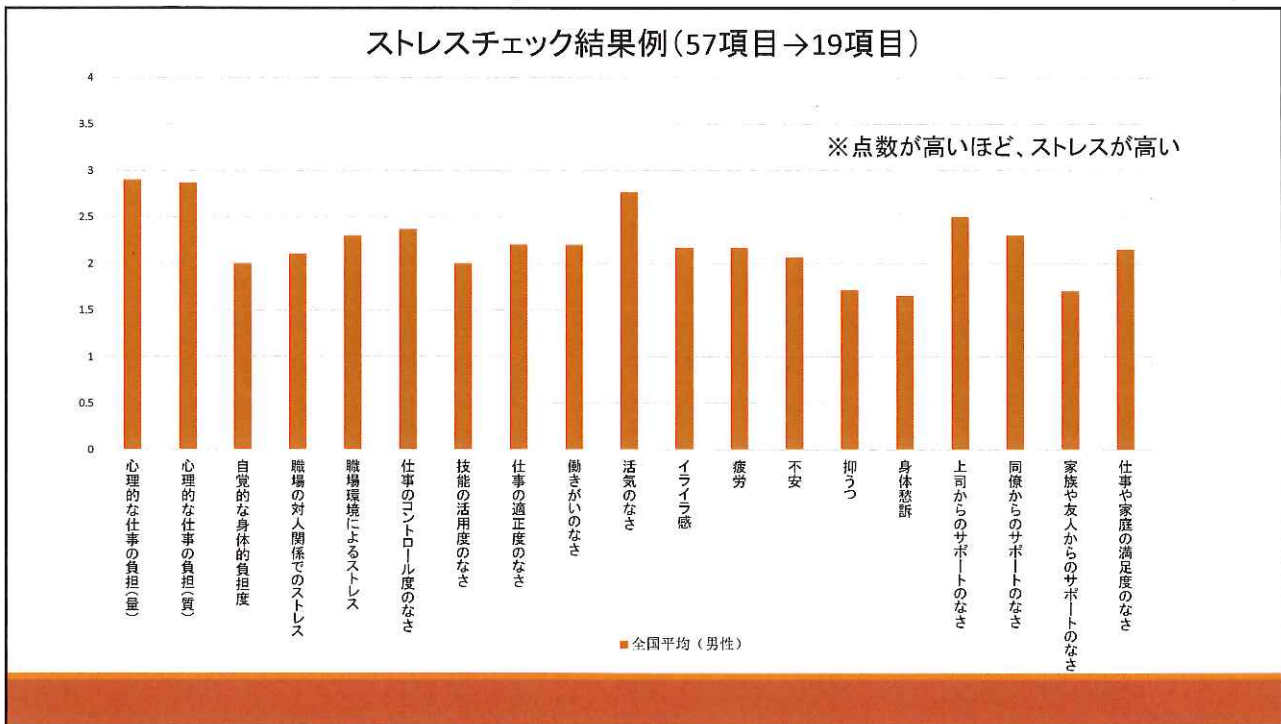
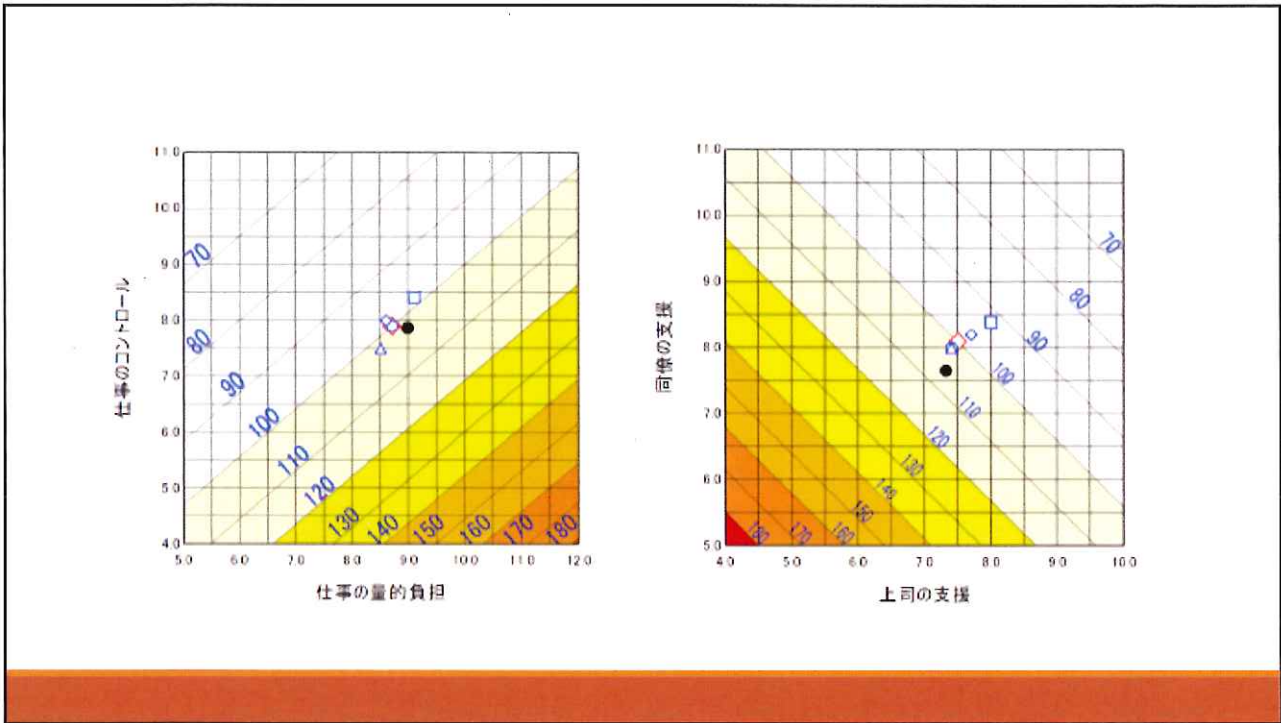


ストレスチェック

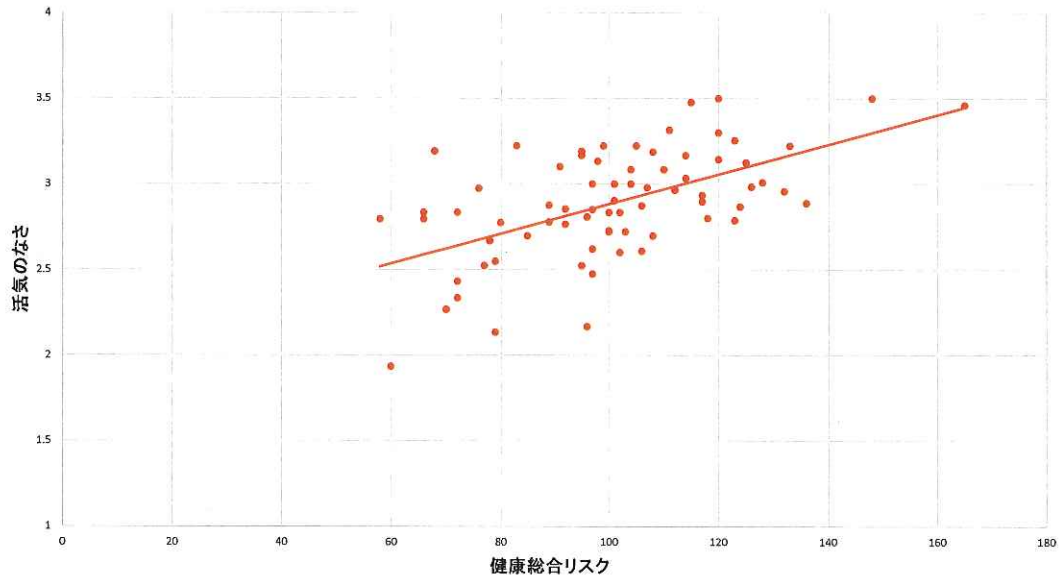






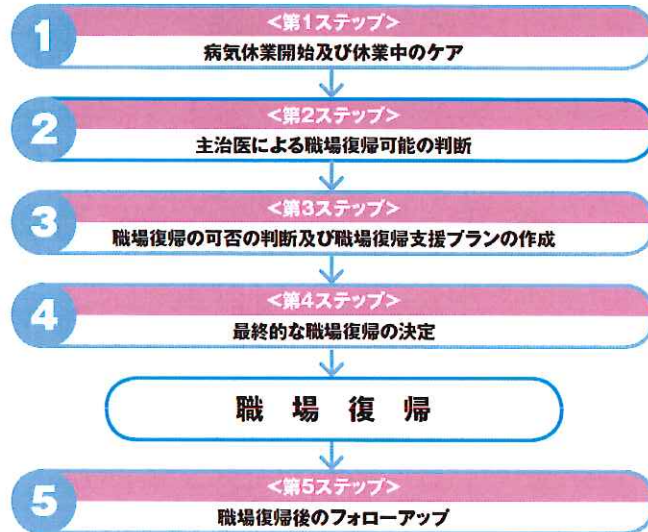


健康総合リスクと活気のなさの関係



## 長期療養者への対応

## 職場復帰支援の流れ



## 長期療養者への対応

職場・人事チームと連携して実施

- 療養開始時面談
- 休職中面談
- 復職前面談
- 復職面談（四者面談）
- 復職プログラム作成
- 復職支援

など

職場でのお願いしたいこと

コミュニケーション

## 自尊心の3大欲求

アメリカの心理学者 ウィル・シュッツ博士

### 自己重要感

「自己を大事な存在として認めてほしい」という欲求。  
「ありがとう」

### 自己有能感

「的確な意思決定と行動ができるようになりたい」という欲求。  
「すごいね」・「成長したね」

### 自己好感

「人に好かれたい」という欲求。  
「好きだよ」・「好感が持てる」

## あいさつ

無意識  
コミュニケーションの土台  
自分の存在が受け入れられている

↓  
安心感

## ほめる

↓  
認められたい人を肯定する  
言葉  
居場所を作る言葉  
愛情を持って「叱る」こと  
=ほめること

まずは「自分ほめ」から  
1日1ほめ  
継続は力なりです。  
「あいさつ」・「ほめる」で  
自分も人も幸せに

ご清聴ありがとうございました

# 參考資料

表1-1 脳・心臓疾患の労災補償状況

年度		平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
脳・心臓疾患	請求件数	784 ( 81 )	763 ( 92 )	795 ( 83 )	825 ( 91 )	840 ( 120 )
	決定件数	683 ( 67 )	637 ( 67 )	671 ( 68 )	680 ( 71 )	664 ( 95 )
	うち支給決定件数	306 ( 8 )	277 ( 15 )	251 ( 11 )	260 ( 12 )	253 ( 17 )
	[認定率]	[44.8%] ( 11.9% )	[43.5%] ( 22.4% )	[37.4%] ( 16.2% )	[38.2%] ( 16.9% )	[38.1%] ( 17.9% )
うち死亡	請求件数	283 ( 17 )	242 ( 17 )	283 ( 18 )	261 ( 14 )	241 ( 18 )
	決定件数	290 ( 20 )	245 ( 14 )	246 ( 14 )	253 ( 16 )	236 ( 20 )
	うち支給決定件数	133 ( 2 )	121 ( 3 )	96 ( 1 )	107 ( 3 )	92 ( 2 )
	[認定率]	[45.9%] ( 10.0% )	[49.4%] ( 21.4% )	[39.0%] ( 7.1% )	[42.3%] ( 18.8% )	[39.0%] ( 10.0% )

審査請求事案の取消決定等による支給決定状況 注5

年度		平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
脳・心臓疾患	支給決定件数	12 ( 1 )	7 ( 0 )	6 ( 0 )	16 ( 1 )	6 ( 0 )
	うち死亡	8 ( 0 )	3 ( 0 )	5 ( 0 )	8 ( 0 )	4 ( 0 )

- 注 1 本表は、労働基準法施行規則別表第1の2第8号に係る脳・心臓疾患について集計したものである。
- 注 2 決定件数は、当該年度内に業務上又は業務外の決定を行った件数で、当該年度以前に請求があったものを含む。
- 注 3 支給決定件数は、決定件数のうち「業務上」と認定した件数である。
- 注 4 認定率は、支給決定件数を決定件数で除した数である。
- 注 5 審査請求事案の取消決定等とは、審査請求、再審査請求、訴訟により処分取消となったことに伴い新たに支給決定した事案である。
- 注 6 審査請求事案の取消決定等による支給決定件数は、上表における支給決定件数の外数である。
- 注 7 ( )内は女性の件数で、内数である。なお、認定率の( )内は、女性の支給決定件数を決定件数で除した数である。

図1-1 脳・心臓疾患の請求、決定及び支給決定件数の推移

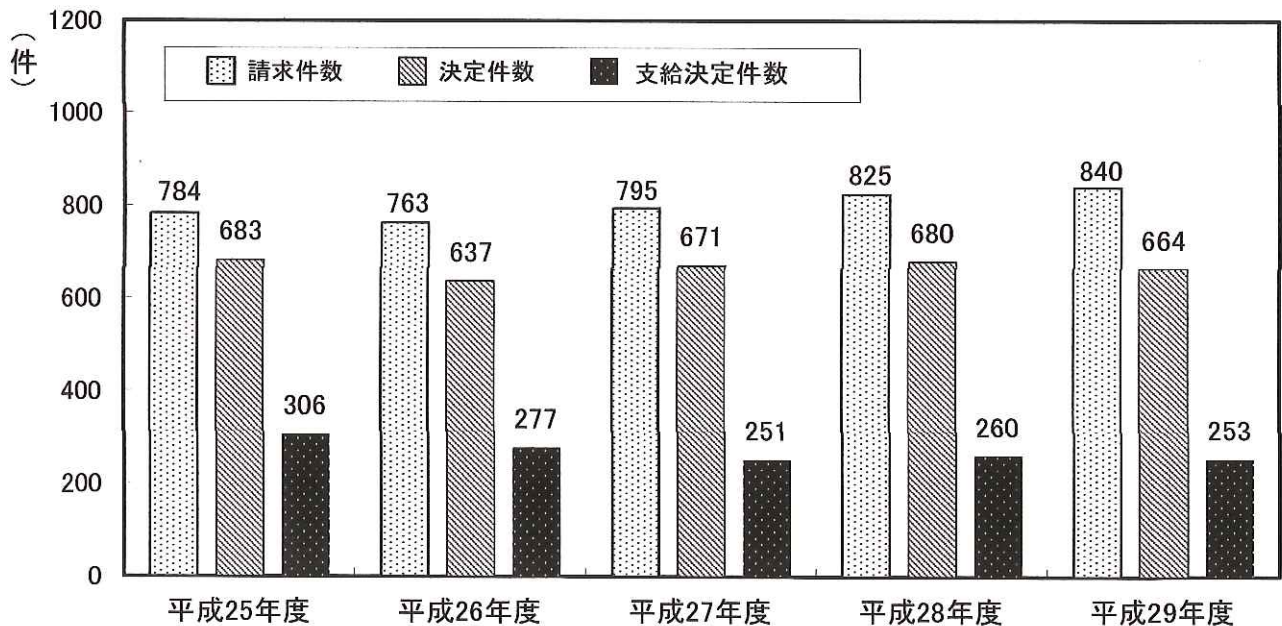


表1-2-2 脳・心臓疾患の支給決定件数の多い業種(中分類の上位15業種)

平成29年度

	業種(大分類)	業種(中分類)	支給決定 件数
1	運輸業, 郵便業	道路貨物運送業	85 ( 1 ) < 37 ( 1 ) >
2	宿泊業, 飲食サービス業	飲食店	19 ( 2 ) < 3 ( 0 ) >
3	サービス業(他に分類されないもの)	その他の事業サービス業	16 ( 0 ) < 6 ( 0 ) >
4	卸売業, 小売業	飲食料品小売業	11 ( 1 ) < 5 ( 1 ) >
5	運輸業, 郵便業	道路旅客運送業	10 ( 0 ) < 1 ( 0 ) >
6	建設業	総合工事業	8 ( 0 ) < 3 ( 0 ) >
6	宿泊業, 飲食サービス業	宿泊業	8 ( 3 ) < 0 ( 0 ) >
8	建設業	設備工事業	6 ( 0 ) < 2 ( 0 ) >
8	製造業	電気機械器具製造業	6 ( 0 ) < 4 ( 0 ) >
10	卸売業, 小売業	各種商品小売業	5 ( 2 ) < 2 ( 0 ) >
10	卸売業, 小売業	機械器具卸売業	5 ( 0 ) < 2 ( 0 ) >
12	製造業	業務用機械器具製造業	4 ( 0 ) < 2 ( 0 ) >
12	製造業	食料品製造業	4 ( 1 ) < 1 ( 0 ) >
14	運輸業, 郵便業	運輸に附帯するサービス業	3 ( 0 ) < 1 ( 0 ) >
14	卸売業, 小売業	その他の小売業	3 ( 0 ) < 1 ( 0 ) >
14	卸売業, 小売業	機械器具小売業	3 ( 0 ) < 2 ( 0 ) >
14	学術研究, 専門・技術サービス業	技術サービス業(他に分類されないもの)	3 ( 0 ) < 2 ( 0 ) >
14	漁業	漁業(水産養殖業を除く)	3 ( 0 ) < 0 ( 0 ) >
14	建設業	職別工事業(設備工事業を除く)	3 ( 0 ) < 1 ( 0 ) >
14	生活関連サービス業, 娯楽業	その他の生活関連サービス業	3 ( 1 ) < 1 ( 0 ) >
14	生活関連サービス業, 娯楽業	洗濯・理容・美容・浴場業	3 ( 1 ) < 0 ( 0 ) >
14	製造業	輸送用機械器具製造業	3 ( 0 ) < 3 ( 0 ) >

注 1 業種については、「日本標準産業分類」により分類している。

2 ( )内は女性の件数で、内数である。

3 < >内は死亡の件数で、内数である。

表2-1 精神障害の労災補償状況

区 分		年 度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
精神障害	請求件数		1409 ( 532 )	1456 ( 551 )	1515 ( 574 )	1586 ( 627 )	1732 ( 689 )
	決定件数		1193 ( 465 )	1307 ( 462 )	1306 ( 492 )	1355 ( 497 )	1545 ( 605 )
	うち支給決定件数		436 ( 147 )	497 ( 150 )	472 ( 146 )	498 ( 168 )	506 ( 160 )
	[認定率]		[36.5%] ( 31.6% )	[38.0%] ( 32.5% )	[36.1%] ( 29.7% )	[36.8%] ( 33.8% )	[32.8%] ( 26.4% )
うち自殺	請求件数		177 ( 13 )	213 ( 19 )	199 ( 15 )	198 ( 18 )	221 ( 14 )
	決定件数		157 ( 12 )	210 ( 21 )	205 ( 16 )	176 ( 14 )	208 ( 14 )
	うち支給決定件数		63 ( 2 )	99 ( 2 )	93 ( 5 )	84 ( 2 )	98 ( 4 )
	[認定率]		[40.1%] ( 16.7% )	[47.1%] ( 9.5% )	[45.4%] ( 31.3% )	[47.7%] ( 14.3% )	[47.1%] ( 28.6% )

審査請求事案の取消決定等による支給決定状況 注6

区 分		年 度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
精神障害	支給決定件数		12 ( 2 )	21 ( 6 )	21 ( 4 )	13 ( 2 )	7 ( 0 )
	うち自殺		5 ( 0 )	10 ( 1 )	13 ( 0 )	7 ( 1 )	4 ( 0 )

- 注 1 本表は、労働基準法施行規則別表第1の2第9号に係る精神障害について集計したものである。
- 注 2 決定件数は、当該年度内に業務上又は業務外の決定を行った件数で、当該年度以前に請求があったものを含む。
- 注 3 支給決定件数は、決定件数のうち「業務上」と認定した件数である。
- 注 4 認定率は、支給決定件数を決定件数で除した数である。
- 注 5 自殺は、未遂を含む件数である。
- 注 6 審査請求事案の取消決定等とは、審査請求、再審査請求、訴訟により処分取消となったことに伴い新たに支給決定した事案である。
- 注 7 審査請求事案の取消決定等による支給決定件数は、上表における支給決定件数の外数である。
- 注 8 ( )内は女性の件数で、内数である。なお、認定率の( )内は、女性の支給決定件数を決定件数で除した数である。

図2-1 精神障害の請求、決定及び支給決定件数の推移

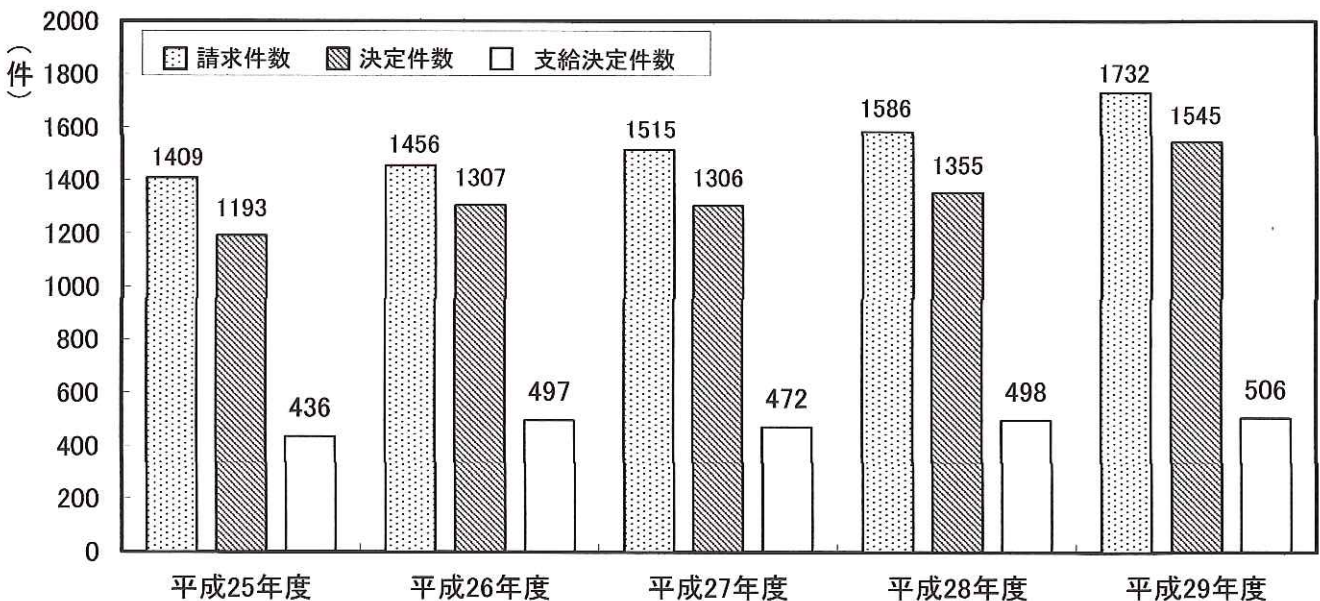




表2-2-2 精神障害の支給決定件数の多い業種(中分類の上位15業種)

平成29年度

	業種(大分類)	業種(中分類)	支給決定 件数
1	運輸業, 郵便業	道路貨物運送業	45 ( 1 ) < 6 ( 0 ) >
2	医療, 福祉	医療業	41 ( 31 ) < 5 ( 2 ) >
2	医療, 福祉	社会保険・社会福祉・介護事業	41 ( 29 ) < 2 ( 0 ) >
4	建設業	総合工事業	25 ( 1 ) < 9 ( 0 ) >
5	建設業	設備工事業	23 ( 0 ) < 12 ( 0 ) >
6	宿泊業, 飲食サービス業	飲食店	21 ( 6 ) < 3 ( 0 ) >
7	情報通信業	情報サービス業	19 ( 3 ) < 2 ( 0 ) >
8	卸売業, 小売業	各種商品小売業	16 ( 7 ) < 1 ( 1 ) >
9	製造業	食料品製造業	14 ( 5 ) < 4 ( 0 ) >
10	製造業	輸送用機械器具製造業	12 ( 3 ) < 1 ( 0 ) >
11	卸売業, 小売業	その他の小売業	10 ( 4 ) < 0 ( 0 ) >
11	宿泊業, 飲食サービス業	宿泊業	10 ( 3 ) < 2 ( 0 ) >
13	製造業	電気機械器具製造業	9 ( 1 ) < 2 ( 0 ) >
13	情報通信業	映像・音声・文字情報制作業	9 ( 4 ) < 2 ( 0 ) >
15	卸売業, 小売業	機械器具卸売業	8 ( 5 ) < 1 ( 0 ) >
15	学術研究, 専門・技術サービス業	技術サービス業(他に分類されないもの)	8 ( 1 ) < 3 ( 0 ) >

注 1 業種については、「日本標準産業分類」により分類している。  
 2 ( )内女性の件数で、内数である。  
 3 < >内は自殺(未遂を含む)の件数で、内数である。

## 国が推奨する 57 項目の質問票 (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。
1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない
  2. 時間内に仕事が処理しきれない
  3. 一生懸命働かなければならない
  4. かなり注意を集中する必要がある
  5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ
  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
  7. からだを大変よく使う仕事だ
  8. 自分のペースで仕事ができる
  9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる
  10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる
  11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない
  12. 私の部署内で意見のくい違いがある
  13. 私の部署と他の部署とはうまが合わない
  14. 私の職場の雰囲気は友好的である
  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
  16. 仕事の内容は自分にあっている
  17. 働きがいのある仕事だ
- 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。
- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1. 活気がわいてくる | 7. ひどく疲れた     |
| 2. 元気がいっぱいだ | 8. へとへとだ      |
| 3. 生き生きする   | 9. だるい        |
| 4. 怒りを感じる   | 10. 気がはりつめている |
| 5. 内心腹立たい   | 11. 不安だ       |
| 6. イライラしている | 12. 落ち着かない    |

13. ゆううつだ
  14. 何をしても面倒だ
  15. 物事に集中できない
  16. 気分が晴れない
  17. 仕事が手につかない
  18. 悲しいと感じる
  19. めまいがする
  20. 体のふしぶしが痛む
  21. 頭が重かったり頭痛がする
  22. 首筋や肩がこる
  23. 腰が痛い
  24. 目が疲れる
  25. 動悸や息切れがする
  26. 胃腸の具合が悪い
  27. 食欲がない
  28. 便秘や下痢をする
  29. よく眠れない
- C** あなたの周りの方々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。  
次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？
1. 上司
  2. 職場の同僚
  3. 配偶者、家族、友人等
- 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
  5. 職場の同僚
  6. 配偶者、家族、友人等
- 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
  8. 職場の同僚
  9. 配偶者、家族、友人等
- 【回答肢(4段階)】

A そうだ/まあそうだ/ややちがう/ちがう

B 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

C 非常に/かなり/多少/全くない

D 満足/まあ満足/やや不満足/不満足
- D** 満足度について
1. 仕事に満足だ
  2. 家庭生活に満足だ
- ※ストレスチェック指針(平成27年4月15日)より

## 本人に通知するストレスチェック結果のイメージ

### あなたのストレスプロフィール

ストレスの原因と誘発される因子

ストレスによって起こる心身の反応

ストレス反応に影響を与える他の因子

### <評価結果(点数)について>

項目	評価点(合計)
ストレスの要因に関する項目	〇〇点
心身のストレス反応に関する項目	〇〇点
周囲のサポートに関する項目	〇〇点
合計	〇〇点

### <あなたのストレスの程度について>

あなたはストレスが高い状態です(高ストレス者に該当します)。

セルフケアのためのアドバイス

.....

.....

.....

.....

.....

### <面接指導の要否について>

医師の面接指導を受けていただくことをおすすめします。  
以下の申出窓口にご連絡下さい。

〇〇〇〇(メール: \*\*\*\*@\*\*\*\* 電話: \*\*\*\*\_\*\*\*\*)

※面接指導を申し出た場合は、ストレスチェック結果は会社側に提供されます。また、面接指導の結果、必要に応じて就業上の措置が講じられることとなります。

※医師の面接指導ではなく、相談をご希望の方は、下記までご連絡下さい。

〇〇〇〇(メール: \*\*\*\*@\*\*\*\* 電話: \*\*\*\*\_\*\*\*\*)

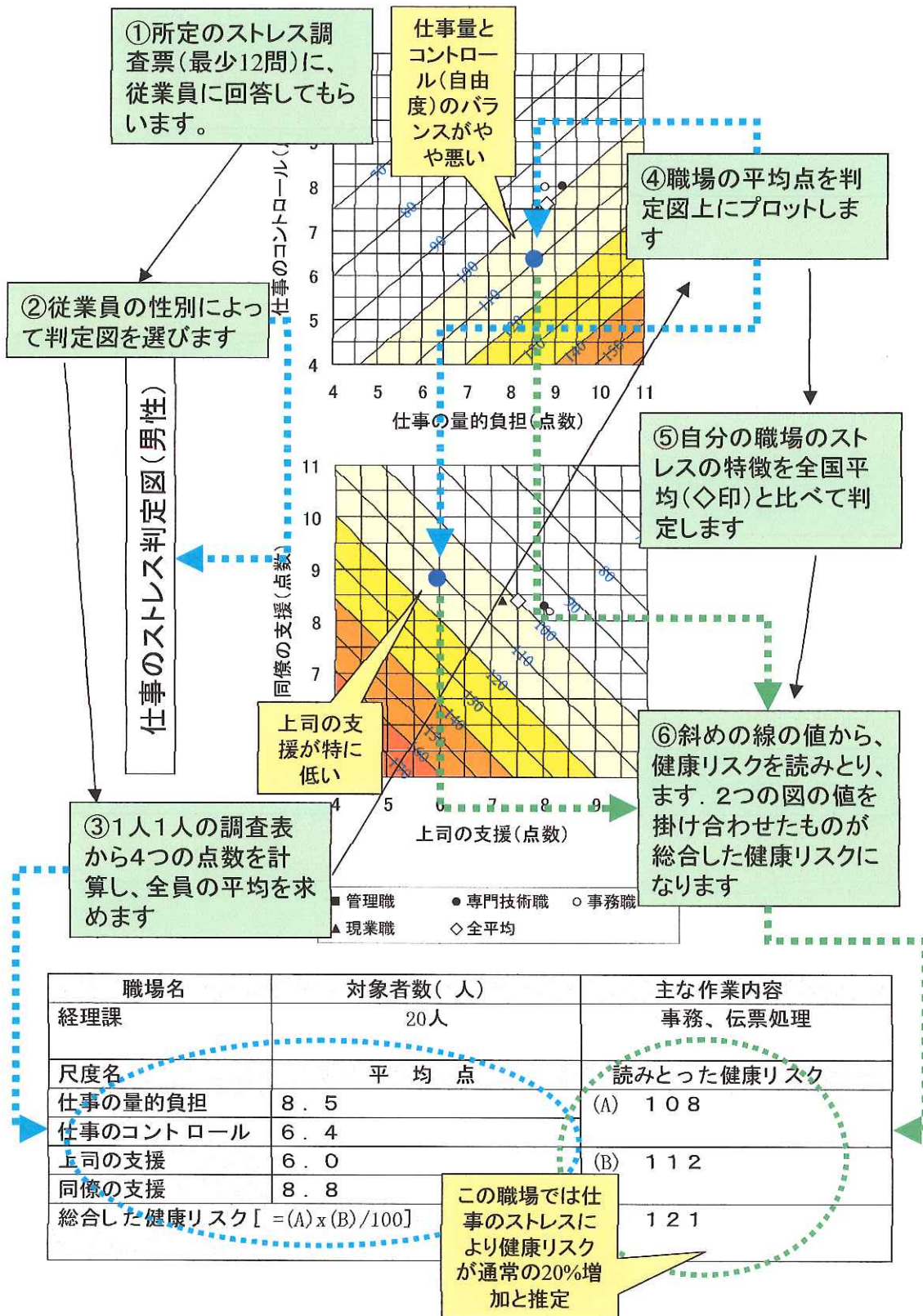


図 仕事のストレス判定図の使用法