

## 面接指導の申出書・面接指導事前質問票

記入日（平成 年 月 日）  
 氏名：（ 男・女 ） 生年月日（S・H 年 月 日 才）  
 所属事業所名：（ ） 部署・役職：（ ）  
 雇用形態：  正社員  契約社員・パートタイム等  派遣労働者

私は労働安全衛生法に定める医師による面接指導の対象となる者として、面接指導を受けることを希望します。

1. 面接指導の区分（いずれかにチェック）
  - ：1月あたり100時間を超える時間外・休日労働（労安法66条の8第1項、安衛則52条の2第1項）
  - ：上記以外の長時間労働等（労安法66条の9、安衛則52条の8第2項）
  - ：高ストレス者（労安法66条の10、労衛則52条の15）
2. 面接指導を受ける医師（いずれかにチェック）
  - ：地域産業保健センターの医師 ：自分が希望する医師
3. 面接指導を受けるに当たり配慮を求める事項があれば記入してください。  
 [ ]
4. 1)～3)についていずれかにチェックを入れてください。
  - 1) 就業する事業場は50人未満です。 はい いいえ
  - 2) 健康相談・面接指導は治療目的でないことを理解しています。 はい いいえ
  - 3) 本事業の実施に必要な個人情報提供について同意します。 はい いいえ
5. 会社の所定就業時間（ : ~ : ）時分 休憩時間（ ）分 交代勤務
6. 最近3ヶ月各月の休んだ日数  
 （ ）月（ ）日、（ ）月（ ）日、（ ）月（ ）日
7. 居住地（ ）
8. 勤務地（ ）
9. 居住地から勤務地の交通手段（ ）所要時間（ ）分
10. 睡眠時間は、昨夜（ ）時間 就寝（ ）時 起床（ ）時  
 最近の平均睡眠時間は（ ）時間
11. 業務繁忙期の睡眠時間は（ ）時間 その継続日数（ ）日
12. 飲酒量 日本酒（ ）合/日 ビール（ ）ml/日 焼酎  
 喫煙量（ ）本/日×（ ）年
13. 配偶者 あり なし
14. 同居者（ ）人 内訳（ 配偶者 親 子供（ ）人 その他）
15. 業務の内容  
 所属部署（ ） 役職（ ）  
 業務内容（ ）  
 ・自分で業務量を調節できますか。  はい ・  いいえ  
 ・突発業務は多いですか。  有 ・  無 （ ）  
 ・現在の残業時間量は、止むを得ないと納得していますか。  
している ・ していない  
 ・残業時間を少なくするための話し合いを上司などとしましたか。 はい・いいえ

16. 休日はどのようにして過ごしていますか。

17. 趣味・運動など定期的に行っていますか。

運動は  特にしない  つとめて歩く程度  積極的にする  
趣味・スポーツ ( )

18. 食べ物

肉が好き  魚が好き  野菜が好き  特にない  
 塩辛いものが好き  甘いものが好き  薄味が好き

19. 定期健康診断、人間ドックなどの所見 (受診日: 年 月 日) 別紙

20. 自覚症状はありますか

特になし  
 頭痛・頭重、 めまい、 しびれ、 歩行障害、 動悸、 息切れ、 胸痛、  
 むくみ、 抑うつ気分、 興味・意欲の低下、 不安感、 思考力の低下、  
 もの忘れ、 食欲低下、 不眠 (入眠障害、断続睡眠・中途覚醒、早朝覚醒、熟睡感喪失など)、 疲労感

21. 疲労蓄積の症状があると思いますか。その原因と思われるものは？

|     |  |
|-----|--|
| 症 状 |  |
| 原 因 |  |

22. 一般生活でなにか精神的なストレスはありますか。

|  |
|--|
|  |
|--|

23. 最近1ヶ月の状況について、最もあてはまると思う項目をチェックしてください。

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

|  |
|--|
|  |
|--|

24. 最近1ヶ月間の勤務状況について最もあてはまると思う項目をチェックしてください。

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

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

次の表を用い、(1) 自覚症状の評価、(2) 勤務の状況の評価結果から、あなたの仕事による負担度の点数 (0～7) を求めてください。

**仕事による負担度点数表**

|      |     | 勤務の状況 |   |   |   |
|------|-----|-------|---|---|---|
|      |     | A     | B | C | D |
| 自覚症状 | I   | 0     | 0 | 2 | 4 |
|      | II  | 0     | 1 | 3 | 5 |
|      | III | 0     | 2 | 4 | 6 |
|      | IV  | 1     | 3 | 5 | 7 |

※糖尿病や高血圧症等の疾病がある方の場合には判定が正しく行われぬ可能性があります。

➡ あなたの仕事による負担度の点数は 点 (0～7)

| 判 定 | 点 数 | 仕事による負担度                             |
|-----|-----|--------------------------------------|
|     | 0～1 | <input type="checkbox"/> 低いと考えられる    |
|     | 2～3 | <input type="checkbox"/> やや高いと考えられる  |
|     | 4～5 | <input type="checkbox"/> 高いと考えられる    |
|     | 6～7 | <input type="checkbox"/> 非常に高いと考えられる |

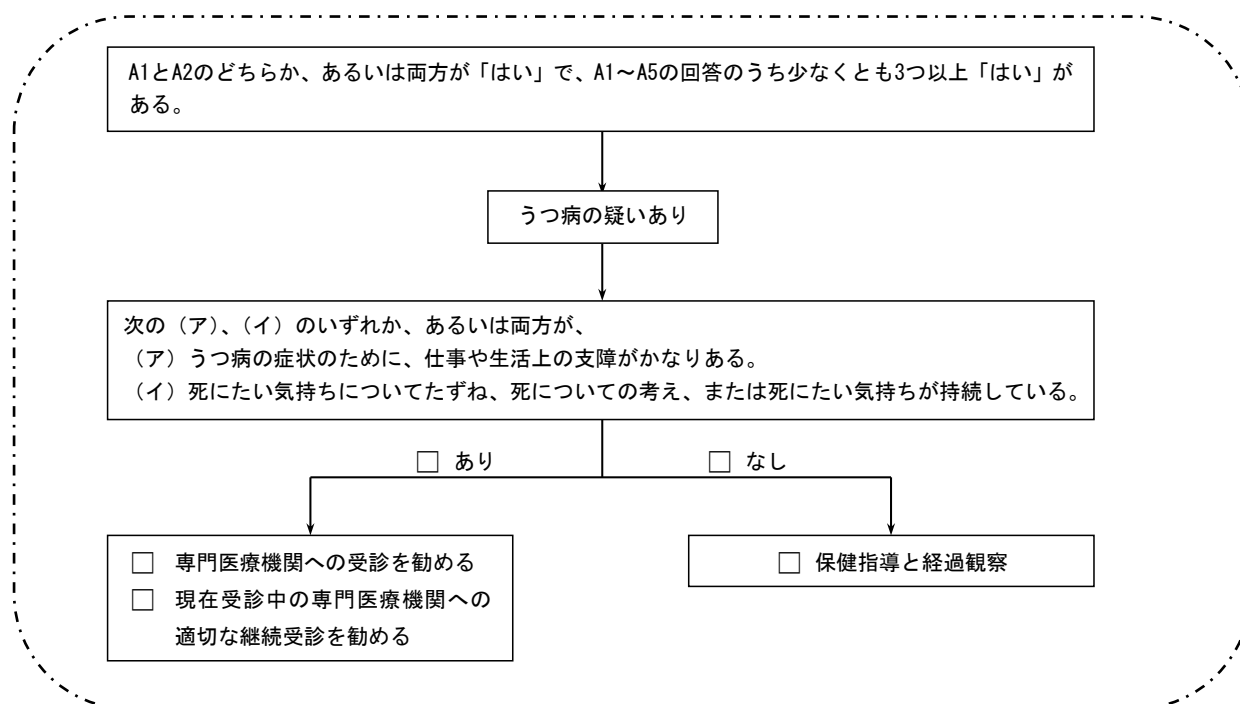
25. 次の質問に該当するものをチェックして下さい。

|           |   |                              |                             |
|-----------|---|------------------------------|-----------------------------|
| <b>A1</b> | この2週間以上、毎日のように、ほとんど1日中ずっと憂うつであったり沈んだ気持ちでいましたか？              | <input type="checkbox"/> いいえ | <input type="checkbox"/> はい |
| <b>A2</b> | この2週間以上、ほとんどのことに興味がなくなったり、大抵いつもなら楽しめていたことが楽しめなくなったりしていましたか？ | <input type="checkbox"/> いいえ | <input type="checkbox"/> はい |

A1とA2のどちらか、あるいは両方が「はい」である場合、下記に回答して下さい。  
両方とも「いいえ」の場合、以下のA3からA5までの質問については回答不要です。

|           |   |                              |                             |
|-----------|---|------------------------------|-----------------------------|
| <b>A3</b> | 毎晩のように、睡眠に問題（たとえば、寝つきが悪い、真夜中に目が覚める、朝早く目覚める、寝過ぎてしまうなど）がありましたか？ | <input type="checkbox"/> いいえ | <input type="checkbox"/> はい |
| <b>A4</b> | 毎日のように、自分に価値がないと感じたり、または罪の意識を感じたりしましたか？                       | <input type="checkbox"/> いいえ | <input type="checkbox"/> はい |
| <b>A5</b> | 毎日のように、集中したり決断したりすることが難しいと感じましたか？                             | <input type="checkbox"/> いいえ | <input type="checkbox"/> はい |

#### 面接指導医師記入欄



26. 最近6ヶ月の超過勤務時間

|       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ( )月  | ( )月  | ( )月  | ( )月  | ( )月  | ( )月  |
| ( )時間 | ( )時間 | ( )時間 | ( )時間 | ( )時間 | ( )時間 |