

様式地 5 (東京中央) 労働時間等に関するチェックリスト (高ストレス者)

- 1 氏 名 性別 男 女 年齢 歳
- 2 所属事業場名・部署 役職
- 3 雇用形態 正社員 契約社員・パートタイム等 派遣労働者
- 4 労働時間制等 変形労働時間制または裁量労働制の適用
(該当項目をチェック)

高ストレス者向け面接指導の対象者
以下の該当事項をチェック
<input type="checkbox"/> 「心身のストレス反応」の合計点数が高い
<input type="checkbox"/> 「仕事のストレス要因」と「周囲のサポートの合計点数が一定以上であって、かつ「心身のストレス反応」の合計点数が高い
<input type="checkbox"/> その他の者：

過去の面接指導 (なし あり ・ 過去の指導年月 年 月)

前 1 か月間について

年 月 日 ~ 月 日

- ①労働時間等
- | | | |
|------------|--|------|
| 総労働時間 (実績) | <input type="text"/> | 時間/月 |
| 時間外・休日労働時間 | <input type="text"/> | 時間/月 |
| 通勤時間 (片道) | <input type="text"/> 時間 <input type="text"/> 分 | |
- ②労働日数等
- | | | |
|------------|----------------------|-----|
| 総労働日数 (実績) | <input type="text"/> | 日/月 |
| 所定休日数 | <input type="text"/> | 日/月 |
| 有給休暇・欠勤日数 | <input type="text"/> | 日/月 |

③業務内容 (責任性などを含む)、上司からの情報 (あれば) ※<別表>参照

作成者

氏名 事業場名 連絡先	<input type="text"/>
-------------------	----------------------

以下の〈別表〉に示すような負荷の高い業務の有無についてチェックしてください。

： 特に負荷の高い業務はありません

： 負荷の高い業務があります（〈別表〉の当てはまる項目にチェックしてください）

〈別表〉労働時間以外の労働に関する負荷要因

チェック	就労態様	負荷の程度を評価する視点	
<input type="checkbox"/>	不規則な勤務 (トラック運転手、警備員、 医療スタッフ、記者など)	予定された業務スケジュールの変更の頻度・程度、事前の通知状況、予測の 度合、業務内容の変更の程度等	
<input type="checkbox"/>	拘束時間の長い勤務	拘束時間数、実労働時間数、労働密度(実作業時間と手待時間との割合 等)、業務内容、休憩・仮眠時間数、休憩・仮眠施設の状況(広さ、空調、騒音 等)等	
<input type="checkbox"/>	出張の多い業務	出張中の業務内容、出張(特に時差のある海外出張)頻度、交通手段、 移動時間及び移動時間中の状況、宿泊の有無、宿泊施設の状況、出張中 における睡眠を含む休憩・休息の状況、出張による疲労の回復状況等	
<input type="checkbox"/>	交替制勤務・深夜勤務	勤務シフトの変更の度合、勤務と次の勤務までの時間、交替制勤務にお ける深夜時間帯の頻度等	
<input type="checkbox"/>	人間関係のストレスが多い 業務	労働者のストレスの内容の中で最も多い回答項目であるが、自分が感じ ている具体的内容を聞く。	
<input type="checkbox"/>	作 業 環 境	温度環境	寒冷の程度、防寒衣類の着用の状況、一連続作業時間中の採暖の状況、 暑熱と寒冷との交互のばく露の状況、激しい温度差がある場所への出入りの 頻度等
		騒音	おおむね 80dB を超える騒音の程度、そのばく露時間・期間、防音保護具の 着用の状況等
		時差	5時間を超える時差の程度、時差を伴う移動の頻度等
<input type="checkbox"/>	精神的緊張を伴う業務	【日常的に精神的緊張を伴う業務】 業務量、就労期間、経験、適応能力、会社の支援等 【発症に近接した時期における精神的緊張を伴う業務に関連する出来事】 出来事(事故、事件等)の大きさ、損害の程度等	

(平成 27 年 11 月長時間労働者、高ストレス者の面接指導に関する報告書・意見書作成マニュアル p 19 を改変)