

No.13 過重労働者の面接指導（帳票）

長時間残業者問診票

健康管理室

この問診票は健康管理室のみで使用し、他に情報が漏れることはありません。  
あなたの健康のため、ありのまま記載してください。

所属 \_\_\_\_\_ GM \_\_\_\_\_  
 氏名 \_\_\_\_\_ TL \_\_\_\_\_  
 PIN-No. \_\_\_\_\_  
 内線 ( \_\_\_\_\_ )

前々月時間外労働 ( \_\_\_\_\_ ) 時間 土曜出勤 \_\_\_\_\_ 回 日祝出勤 \_\_\_\_\_ 回  
 前月時間外労働 ( \_\_\_\_\_ ) 時間 土曜出勤 \_\_\_\_\_ 回 日祝出勤 \_\_\_\_\_ 回

**通勤手段** 電車（乗車時間 \_\_\_\_\_ 分、乗継 \_\_\_\_\_ 回、もより駅 \_\_\_\_\_ ）  
 （片道） 徒歩合計 \_\_\_\_\_ 分 バイク \_\_\_\_\_ 分  
 自転車 \_\_\_\_\_ 分 自家用車 \_\_\_\_\_ 分  
 バス \_\_\_\_\_ 分 営業車 \_\_\_\_\_ 分

**退社時間** 24時以降 \_\_\_\_\_ 回 **帰宅時間** 24時以降 \_\_\_\_\_ 回  
 週平均 22～24時 \_\_\_\_\_ 回 週平均 22～24時 \_\_\_\_\_ 回  
 20～22時 \_\_\_\_\_ 回 20～22時 \_\_\_\_\_ 回  
 18～20時 \_\_\_\_\_ 回 18～20時 \_\_\_\_\_ 回  
 18時以前 \_\_\_\_\_ 回 18時以前 \_\_\_\_\_ 回

**平日就寝** 26時以降 \_\_\_\_\_ 回 **平日起床** 7時以降 \_\_\_\_\_ 回  
 週平均 25～26時 \_\_\_\_\_ 回 週平均 6～7時 \_\_\_\_\_ 回  
 24～25時 \_\_\_\_\_ 回 5～6時 \_\_\_\_\_ 回  
 23～24時 \_\_\_\_\_ 回 4～5時 \_\_\_\_\_ 回  
 23時以前 \_\_\_\_\_ 回 4時以前 \_\_\_\_\_ 回

休日の睡眠時間 \_\_\_\_\_ 時間

夕食は誰が作りますか ・自分 ・配偶者 ・外食 ・弁当/惣菜購入  
 今の体調はいかがですか ・よい ・普通 ・悪い  
 今の仕事に満足していますか ・満足 ・やや満足 ・やや不満 ・不満  
 睡眠中に目が覚めることがありますか ・はい（週 \_\_\_\_\_ 回） ・いいえ  
 気分がふさぎこむことがありますか ・はい（週 \_\_\_\_\_ 回） ・いいえ  
 新たなことにチャレンジできますか ・はい ・場合によっては ・いいえ  
 趣味を持っていますか ・はい（具体的に \_\_\_\_\_） ・いいえ  
 最近その趣味を楽しんでいますか ・はい ・時々 ・ごくたまに ・いいえ

相談したいことがあれば記入してください