

## 職員の健康の保持増進に係る取組

### 1 心身の健康の保持増進に関する取組

#### (1) 超過勤務に係る健康の保持増進に関する取組

- 各府省は、超過勤務の一層の縮減を図るため、人事院規則 15—14（職員の勤務時間、休日及び休暇）において設けられた上限等を遵守させ、超過勤務を必要最小限にするとともに、「令和7年度における人事管理運営方針」（令和7年3月31日内閣総理大臣決定）に基づき、長時間労働の是正を推進する。特に、月100時間や月平均（2～6か月の平均。以下同じ。）80時間の上限を超える超過勤務は、脳・心臓疾患の発症との関連性が強いとされていることから、このような超過勤務の最小化に向けた取組を進める。

そのためには、まずは、幹部職員が主導して明確かつ具体的な縮減のための組織目標を設定し、その上で、人事担当部局による繁忙部署への十分な要員確保や人事配置の最適化、各職場での適切な業務マネジメントなどを十全に行う。

- 各府省は、「勤務間のインターバル確保について」（令和6年3月29日人事院事務総局職員福祉局長通知）を参考に、勤務間のインターバル確保の取組の推進に努める。

また、フレックスタイム制や早出遅出勤務の活用により、職員の心身の疲労回復や健康維持のために必要な時間の確保に取り組む。

- 各府省は、人事院規則 10—4（職員の保健及び安全保持）において、月100時間等の上限を超えて超過勤務を行った職員について、面接指導が義務づけられていることに対する幹部・管理職員の認識を確実なものとするとともに、職員一人一人に面接指導などの健康管理の重要性を周知・啓発する。
- 各府省は、月100時間以上又は月平均80時間超の超過勤務を行った職員に対しては、医師による面接指導を確実に実施する。
- 各府省は、月80時間超の超過勤務を行い、かつ疲労の蓄積が認められる職員であって、面接指導の申出を行った職員に対しては、医師による面接指導を確実に実施する。

#### (2) 東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故等の被災地等において職務に従事する職員等に係る健康の保持増進に関する取組

- 各府省は、健康障害及び放射線障害の防止に関する教育を実施する。
- 各府省は、特別定期健康診断又は臨時の健康診断を実施する。
- 各府省は、専門医による問診の実施等の惨事ストレス対策を実施する。

### 2 心の健康づくりに関する取組

#### (1) 一次予防（健康不全の未然防止）

- ・ 各府省は、心の健康づくり研修会等の開催や、セルフケアに関する知識を身に付けるための自習用 e-ラーニング教材の活用等により、管理監督者をはじめとする職員の心の健康づくりに対する意識の向上を図る。
  - ・ 各府省は、特に若手職員については、メンター制度の導入・活用や、個々の職場の事情に応じてカウンセリングの方法を工夫する。
- (2) 二次予防（健康不全の早期発見、早期対処）
- ・ 各府省は、「心理的な負担の程度を把握するための検査（ストレスチェック）」の受検機会を必ず設けるとともに、受検率の向上を図るため、周知を行う。
  - ・ 各府省は、高ストレス者と判断された職員に対しては、積極的に面接指導を受けるよう促す。
  - ・ 各府省は、高ストレス者と判断された職員が面接指導を受けることを希望する場合には、適切に面接指導を実施する。
  - ・ 各府省は、ストレスチェックの集団分析結果を管理監督者にフィードバックするなどして、ストレスの要因の低減を図る。
- (3) 三次予防（職場復帰支援、再発防止）
- ・ 各府省は、本年5月に人事院が公表した「心の健康の問題による長期病休者の職場復帰に関する担当者向けマニュアル」及び「心の健康の問題による長期病休者の職場復帰のための職員向け手引き」（以下「手引き等」という。）を活用し、関係者の対応能力の向上や関係者間の連携を強化して取組を行う。
  - ・ 各府省は、手引き等を管理監督職も含めた職員に広く周知・配布し、職場復帰過程の各段階において必要な対応を適切に行う。
  - ・ 各府省は、心の健康の問題による長期病休者の状況や原因分析等を行う。
- (4) その他
- ・ ハラスメントについては、人事院規則10—16（パワー・ハラスメントの防止等）等において、各府省の責務、研修等の実施、苦情相談への対応等を定めており、各府省は、それらを踏まえ、ハラスメントの防止に取り組む。

### 3 体の健康の保持増進に関する取組

#### (1) 健康診断等による健康管理

- ・ 各府省は、一般定期健康診断、総合的な健康診査（人間ドック）及び臨時の健康診断を適切に実施する。
- ・ 各府省は、健康診断の結果、異常所見が認められた者に対しては、積極的に医療機関を受診して改善を図るよう強く促し、健康管理面で配慮が必要な職員については、健康管理医等がその職員の健康状態を適切に把握するとともに、指導区分の決定や事後措置等を行うなど適切な措置を講じる。
- ・ 各府省は、メタボリックシンドロームに着目した特定保健指導の対象者となった職員については、特定保健指導を積極的に受診して改善を図るよう促すことに

より、職員の健康の保持を図る。

(2) 有害な作業環境等の点検・整備及び有害業務等従事職員の保護に関する取組

- ・ 各府省は、特定有害業務を行う場所については、勤務環境を検査し、作業環境の評価及び健康障害防止のための設備、機器、保護具等についての必要な点検・整備を行う。また、作業方法の改善に努める。
- ・ 各府省は、有害な業務等に従事する職員に対し、その業務に関して発生するおそれのある疾病及びその予防について、健康教育の徹底を図る。特に、新たに有害な業務等に従事する職員について、重点的に行う。
- ・ 有害物質の使用等の申請や、特別定期健康診断の実施が漏れなく適切に行われていることを確認する。
- ・ 労働安全衛生法等の民間労働法制を参考に、リスクアセスメント対象物質について有害性又は危険性の調査を実施し、調査結果に基づいて適切な対策を選択、実施する。
- ・ 有害物質取扱い等業務、粉じん発散場所における業務及び放射線に被ばくするおそれのある業務について、その業務を離れた場合の健康管理手帳の交付申請が適切に行われていることを確認する。
- ・ 有害な業務に従事していた職員のうち、離職の後、特別健康管理手帳の交付要件に前年10月以降該当することとなった者について、交付申請が適切に行われていることを確認する。

(3) 高齢層職員及び女性職員の健康の保持増進に関する取組

- ・ 各府省は、「女性活躍・男女共同参画の重点方針2025」を踏まえ、性差に応じた健康課題への理解促進のため、新規採用職員向けや管理職を含む職員向けの健康教育に取り組むとともに、本年5月より人事院が設置している「女性の健康に関する相談窓口」の周知を行う。
- ・ 各府省は、「第5次男女共同参画基本計画」を踏まえ、子宮頸がんや乳がん等女性特有のがん検診について受診の必要性を啓発し、受診しやすい環境整備を行う。
- ・ 各府省は、高齢層職員の健康づくりとして、厚生労働省が策定した「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」（エイジフレンドリーガイドライン）を参考として措置や取組を行う。
- ・ 各府省は、高齢層職員への定期健康診断等を実施し、健康状況を客観的に把握し、必要な場合には、保健指導や医療機関への受診の勧奨を行う。

(4) 治療を受けながら働く職員を支援するための担当者の知識向上

- ・ 国家公務員の職場においても、治療と仕事の両立支援を進めていくため、健康

管理者、健康管理担当者、産業保健スタッフ等は、「国家公務員のがんの治療と仕事の両立支援ハンドブック」等を参照し、自らの知識を向上するように努める。

(5) 障害者である職員、その他の健康障害の防止上特に配慮を必要とする職員に対する配慮等

- ・ 各府省は、障害者である職員について、業務遂行において適切な配慮がなされていることを確認する。
- ・ 各府省は、その他の健康障害の防止上特に配慮を必要とする職員についても、同様の配慮がなされていることを確認する。

(6) 快適で安全な執務環境の確保

- ・ 各府省は、職員の健康保持の観点から、執務室の温度等、職員の執務環境について、快適で安全に勤務できるよう、気象状況を考慮しつつ適切に管理する。

(7) テレワーク時の職員の健康の保持増進に関する取組

- ・ 各府省は、「国家公務員におけるテレワークの適切な実施の推進のためのガイドライン」（令和6年3月（令和7年4月改定）内閣官房内閣人事局・人事院）を参考に、管理者・職員双方に向けたテレワーク時を含めた健康管理に関する研修の実施、テレワーク実施職員に対する作業環境チェック実施に係る周知啓発等をはじめとして、テレワーク勤務時の健康管理や安全確保に関する理解を深めるための支援を行う。

(8) 受動喫煙防止に関する取組

- ・ 各府省は、健康増進法の一部を改正する法律及び「職場における受動喫煙防止対策及び健康確保に係る取組について」（令和2年3月2日人事院事務総局職員福祉局長通知）に基づき、第一種施設（行政機関の庁舎等）において原則として敷地内禁煙とすることや、特定屋外喫煙場所等（第一種施設の屋外など）の対象となる地点での空気環境の測定等を行うことなど、受動喫煙の防止対策に係る取組を徹底するとともに、職員が受動喫煙防止対策に積極的に協力するよう促す。
- ・ 各府省は、喫煙者に対する禁煙サポートを行うように努める。

4 その他

各府省において、適宜健康管理上必要な事項を行う。

以 上