

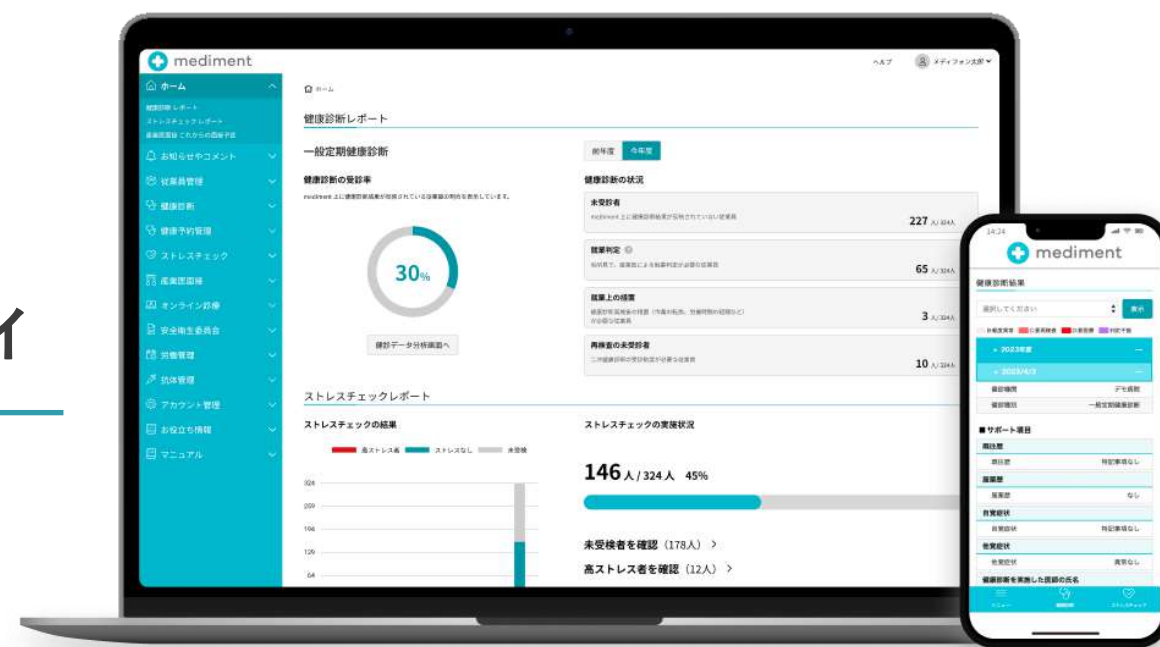
HEALTH PULSE SURVEY

なごや健康経営応援パートナーシップ

女性の健康を応援するヘルスパルスサーベイ

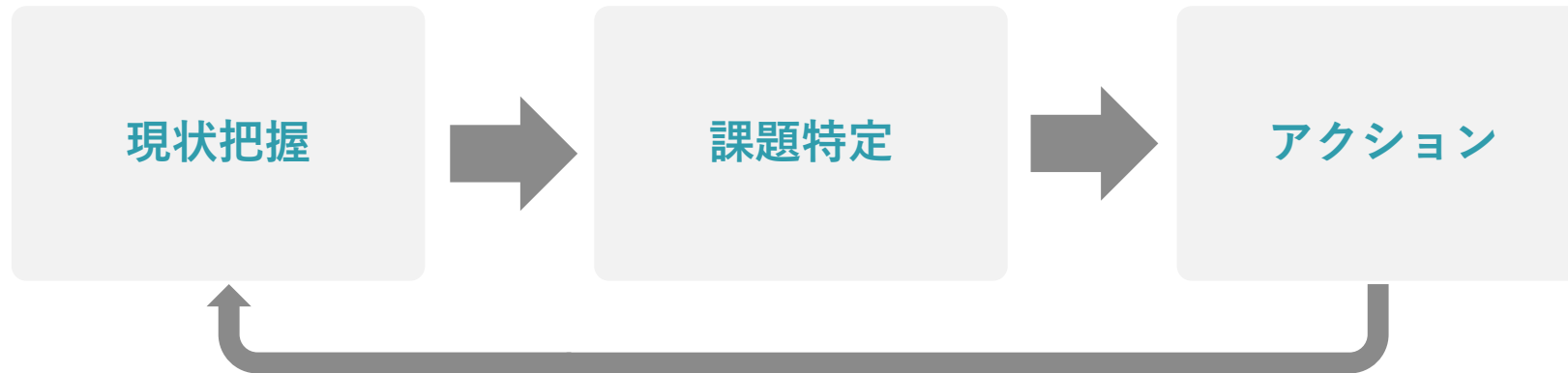
2025年6月

メディフォン株式会社



ヘルスパルスサーベイの目的

企業における従業員の健康状態を改善するモデルの作成



あらゆる人がよりいきいきと日常生活を送ることができる社会の実現

企業様の健康状況を見える化します

01 事前設定

従業員情報をシステムに登録。
サーベ이의配信スケジュールを決定



02 サーベ이의実施

女性特有の健康課題（更年期症状・PMS）とプレゼンティーズムに関するサーベイを実施



03 課題の見える化

健康リスクが高い集団とその原因を特定



健康経営優良法人の申請に役立てることが可能

令和5年度より強化された質問項目への対応

Q.56 女性特有の健康関連課題に関する知識を得るための取り組み（セミナー等での教育）について、どのような従業員を対象に行っていますか。

Q.57 女性特有の健康関連課題に関する行動を促すために、どのような取り組みを行っていますか。
→13. その他

★◎ Q56. 女性特有の健康関連課題（※）に関する知識を得るための取り組み（セミナー等での教育）について、どのような従業員を対象に行っていますか。（いくつでも）

また、行っている場合は、それぞれの属性の全従業員における2022年度の参加率をご記入ください。

※PMS（月経前症候群）や月経随伴症状といった月経周期に伴う心身の変化、妊娠/不妊、周産期ケア、更年期症状や更年期障害、婦人科系がん等の婦人科疾患を指します。

◆eラーニング等を含みます。啓発書類の配布のみ行っている場合は除いてください。

◆参加割合について、2023年度から始めた場合は2023年度の実績でご回答ください。

◆参加率は小数点第2位を四捨五入でご記入ください。

◆Q6で選択肢1～3を選択している場合、それぞれの場合に応じて、当設問へのご回答を公開する予定です。

◆今回調査から、認定要件がQ56 or Q57からQ56 and Q57に変更しています。

	実施有無		参加率
1 参加者を女性のみ限定して実施	☐	⇒ 全女性従業員の	0/0
2 参加者を管理職のみ限定し、管理職向けの内容で実施	☐	⇒ 全管理職の	0/0
3 男女や管理職等の対象を限定せず実施	☐	⇒ 全従業員の	0/0
4 特に行っていない ⇒ 評価項目不適合	☐		

★◎ Q57. 女性特有の健康関連課題に関する行動を促すために、どのような取り組みを行っていますか。（いくつでも）

◆法令に基づく妊娠中の従業員に対する業務上の配慮に留まる取り組みは除きます。

◆今回調査から、認定要件がQ56 or Q57からQ56 and Q57に変更しています。

- ☐ 1 婦人科健診・検診への金銭補助を行っている（がん検診を含む）
 - ☐ 2 婦人科健診・検診の受診に対する就業時間認定や有給の特別休暇付与を行っている
 - ☐ 3 従業員や保健師等による女性の健康専門の相談窓口を設置している（メールや電話等による相談を含む）
 - ☐ 4 女性特有の健康関連課題に対応可能な体制を構築している（産業医や婦人科医の配置、外部の医師や相談窓口の紹介等）
 - ☐ 5 女性の健康づくりを推進する部署やプロジェクトチームを設置している
 - ☐ 6 妊婦健診等の母性健康管理のためのサポートの周知徹底を行っている
 - ☐ 8 生理休暇を取得しやすい環境を整備している（有給化や管理職への周知徹底等）
- ⇒ある場合、2022年度の生理休暇取得総日数 日（一人当たり平均ではなく法人全体）
- ※単に生理休暇の制度があるだけでなく、利用を促進する環境の整備が求められます。
- ☐ 9 更年期症状や更年期障害の改善に向けた支援を行っている（通院の際の有給の特別休暇付与等）
 - ☐ 10 骨密度低下（骨粗鬆症）予防の支援を行っている（骨密度測定、サプリ提供等）
 - ☐ 11 女性専用の休憩室を設置している（※法律上設置義務のある休養室は除く）
 - ☐ 12 月経随伴症状の自己管理を支援するツールやアプリを提供している
 - ☐ 13 その他
 - ☐ 14 特に行っていない ⇒ 評価項目不適合

強み：医療的なエビデンスに基づいたサーベイ・分析が可能

エビデンスに基づいたサーベイを用意

例）睡眠障害、精神疾患のスクリーニング調査の指標について

アテネ式不眠尺度 (AIS) (睡眠障害のスクリーニング)	- 合計8項目、0-24点で評価を行う主観的な睡眠障害のスクリーニングツール - AISの他、ピッツバーグ睡眠質問票 (PSQI)、不眠症重症度質問票 (ISI) が不眠症のスクリーニングツールとして存在 ✓ AIS・PSQI・ISIにおいて診断精度に有意差はないとの報告あり⁽⁵⁾ ✓ PSQIは評価の煩雑性^(注)、ISIは日本語版の入手困難があり、AISを選択
K6 (精神疾患のスクリーニング)	- 合計6項目、0-24点で評価を行う精神的健康度のスクリーニングツール - うつをはじめとした気分障害に加え、不安障害、PTSDなどの精神疾患もスクリーニングできる質問票 - 米国や東京都の統計データとしても使用されており、信頼性のある指標と考えられる
原典からの編集箇所	- AIS・K6ともに数値化できない主観的感覚に基づくため、文意に乖離がなければ多少の表現の編集は許容される前提で文言を編集 - 両者とも英語を直訳した表現が多く、不自然な表現も散見されるため、なるべく同義になるよう、一部ストレスチェックの質問項目を参照しつつ作成

5. Chiu HY, Chang LY, Hsieh YJ, Tsai PS. A meta-analysis of diagnostic accuracy of three screening tools for insomnia. J Psychosom Res. 2016;87:85-92.

医師による監修

土井 善貴 氏（医師/精神保健指定医/産業医）

公益財団法人がん研究会有明病院東京大学医学部医学科卒業。三菱UFJモルガン・スタンレー証券に新卒入社し、投資銀行本部で資金調達やM&A案件に関与。東京都立豊島病院にて初期研修医、精神科医としての勤務を経て、2022年より現職。臨床業務・産業医活動と並行し、ヘルスケア関連事業に携わる複数企業にて、アドバイザー等の立ち位置で参画している。

日本精神神経学会精神科専門医、日本医師会認定産業医、精神保健指定医。

補足）更年期/PMS症状のスクリーニングのサーベイ項目

女性の更年期症状について（SMI）	強	中	弱	無	点数
①顔がほてる	10	6	3	0	
②汗をかきやすい	10	6	3	0	
③腰や手足が冷えやすい	10	6	3	0	
④息切れ、動悸がする	10	6	3	0	
⑤寝つきが悪い、または眠りが浅い	10	6	3	0	
⑥怒りやすい、すぐにイライラする	10	6	3	0	
⑦くよくよしたり、憂うつになることがある	10	6	3	0	
⑧頭痛、めまい、吐き気がよくある	10	6	3	0	
⑨疲れやすい	10	6	3	0	
⑩肩こり、腰痛、手足の痛みがある	10	6	3	0	

月経開始前の症状について（PMS-8）	点数 (1～6)
①希望が持てなかった	
②不安と緊張を感じた、ピリピリしていた、ぎりぎりな感じだった	
③気分に変化があった（急に悲しくなったり涙が出たりした）	
④人と衝突したり、うまくいかなかったりした	
⑤疲れやすかった、だるかった、元気が出なかった	
⑥特定のものを食べたくてしかなかった	
⑦寝すぎた、居眠りをした、起きづらかった	
⑧乳房の張り、お腹の張り、体重増加があった	

【実際の画面①】 従業員様は自分の状態に合致する回答を選択して回答可能。

設問数は通常1回につき4－5問で、1分以内に回答は完了します。

個人の回答画面



ホーム > ヘルスマネジメントサーベイ > 2024年睡眠状態のサーベイ_2/2 (2024/04/24)

2024年睡眠状態のサーベイ_2/2 (2024/04/24)

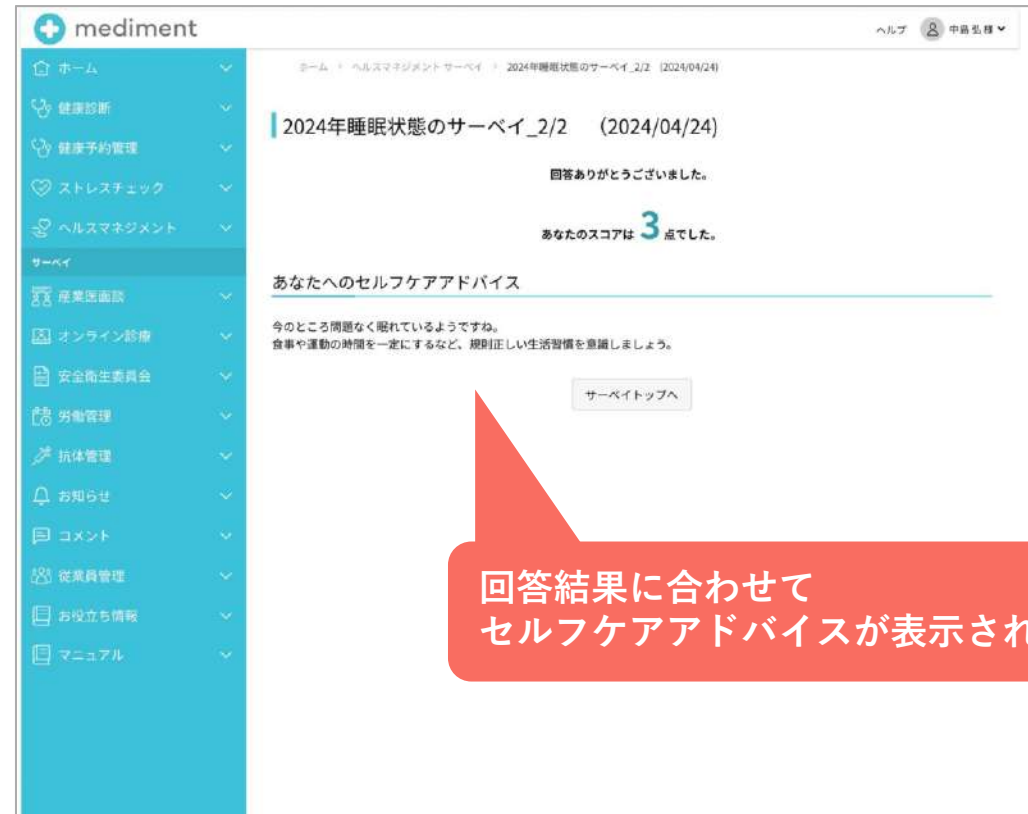
こちらのサーベイは2回に分かれて配信されているため、両方回答しない場合は正しくスコアが集計できません。

実施者からのメッセージ
みなさんお疲れ様です！みなさんの睡眠状態についてサーベイを実施したいと思います。率直な回答をお願いします。

最も当てはまるものを選んでください。

1. 全体的な睡眠の質について、どう感じていますか。 **必須**
2. 日中の気分はいかがですか。 **必須**
3. 日中活動（日常生活や仕事等）に変化はありますか。 **必須**
4. 日中に眠気はありますか。 **必須**

個人の回答結果画面（イメージ）



ホーム > ヘルスマネジメントサーベイ > 2024年睡眠状態のサーベイ_2/2 (2024/04/24)

2024年睡眠状態のサーベイ_2/2 (2024/04/24)

回答ありがとうございました。

あなたのスコアは **3** 点でした。

あなたへのセルフケアアドバイス

今のところ問題なく眠れているようですね。
食事や運動の時間を一定にするなど、規則正しい生活習慣を意識しましょう。

**回答結果に合わせて
セルフケアアドバイスが表示されます**

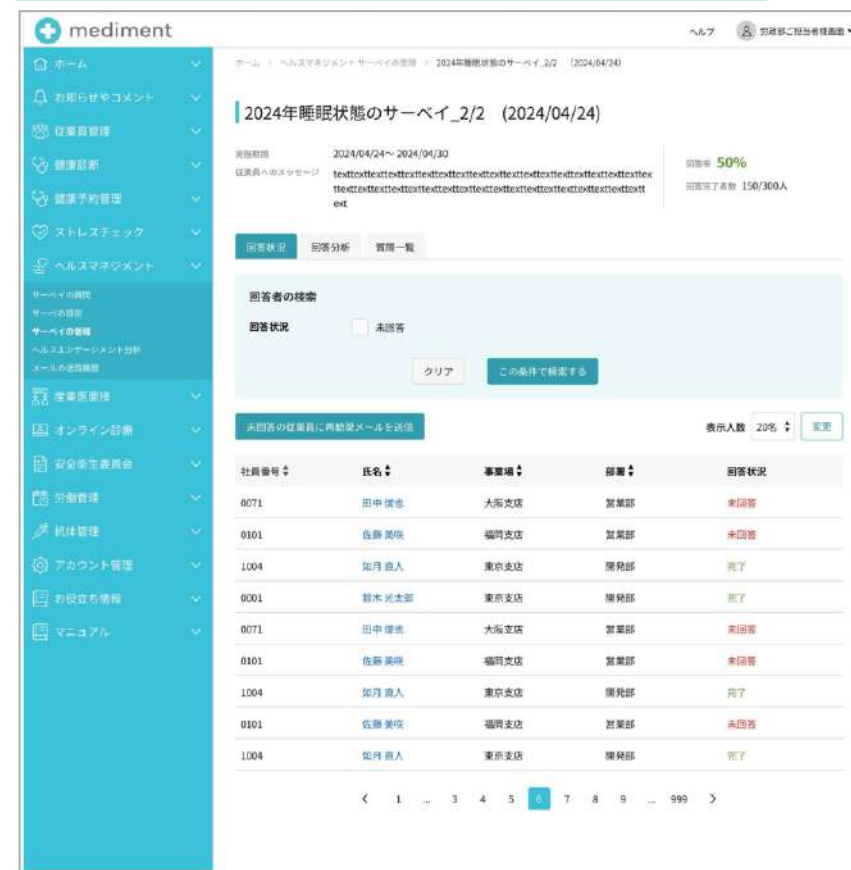
【実際の画面②】 回答状況を可視化し、全社及び事業部別の状況を迅速に把握可能。

未回答者を抽出して一斉に受検勧奨することもできます。

回答結果確認画面



回答状況確認画面





HEALTH PULSE SURVEY

お問合せ先

電話番号 : 050-3171-8522
メールアドレス : planning@mediphone.jp
担当者 : 田代 寛二