J-SPEED 健康チェック
操作マニュアル

第 1 版

作成：　J-SPEED 研究会

作成日：　2026/03/26

最終更新日：　2026/03/26

目次

1 はじめに 2
J-SPEED 健康チェックを用いた職員健康管理 2
J-SPEED 健康チェックについて 4
2 自治体　健康管理担当者向け操作手順書 7
3 職員向け　操作手順書(kintone 版) 9
4 職員向け　操作手順書(LINE 版) 11
5 支援チームシステム管理者向け 操作手順書 13
6 本システムに関する問い合わせ 15
問い合わせ先 15
7 リンク集 15
8 参考資料 16
8.1 厚労省検討会資料 令和８年１月 26 日（月） 災害時の保健・医療・福祉分野の連携強化検討会(第 2 回) 16
8.2 メンタルヘルスマネジメント研修会資料 地方公務員安全衛生推進協会　令和7年10月 10 日 22
9 印刷用資料 35

※システムは随時更新されるため、当マニュアルの URL や質問項目については実際の仕様と異なる場合があります。

1 はじめに

J-SPEED 健康チェックを用いた職員健康管理

２０２４年１月１日に発災した石川県能登半島地震では、石川県内の７つの自治体職員及び団体を対象として、行政職員健康管理版 J-SPEED が稼働した（引用１・２）

同取り組みは、災害医療分野で発展してきた J-SPEED と呼ばれるサーベイランス手法を被災地の自治体職員の健康管理に応用したもので、職員は最小限の負担で職員の勤務健康状況を可視化し、緊急性のある体調不良者を迅速に抽出することができる。J-SPEED の特筆すべき点は、単なるデータ収集にとどまらず、産業医科大学から派遣された労働衛生の専門家によるファーストコンタクトや適切なフォローアップにつなげる機能を有していることである（図１）。

このことが休職・離職の予防や、職員への応援メッセージ発信の取り組みにつなげられている。J-SPEED の活用は、個々の職員の健康管理にとどまらず、組織全体の災害対応力の向上にも寄与する。例えば、発災後一日も休めていない職員では、疲労度の有所見割合が有意に高いという解析結果（図２）は迅速に自治体が設置した保健医療福祉調整本部の会議資料とされ、調整会議の連日開催の見直しという組織的アクションにつなげられていった。

J-SPEED の取り組みにより、自治体はデータに基づく適切な人員配置や業務調整が可能となり、長期的な災害対応・復興活動の持続可能性を高めることができる。自治体職員を対象とした J-SPEED 健康チェックは、災害時の行政機能維持と職員の健康保護を両立させる画期的なシステムであり、今後の災害対策においてその重要性はますます高まっていくと予想される。

災害産業保健入門　より
久保達彦　広島大学 大学院医系科学研究科 公衆衛生学



図１　行政職員健康管理版 J-SPEED の概要

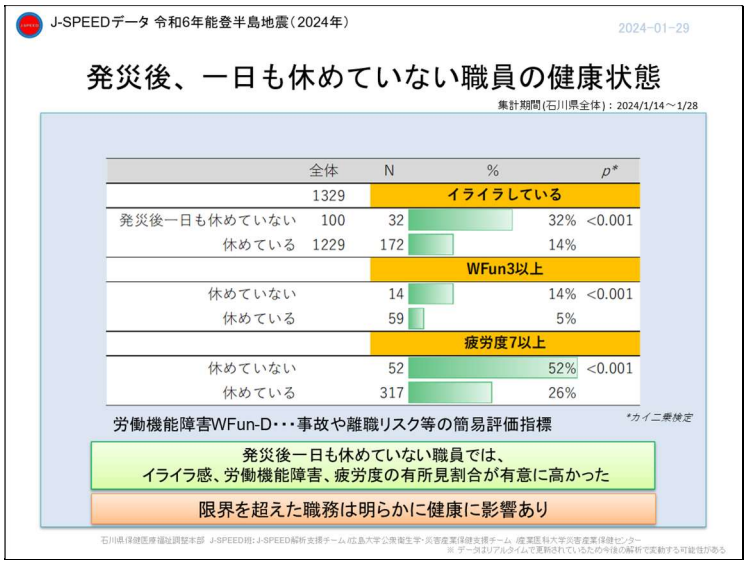


図２　発災後、一日も休めていない職員の健康状態

引用

1. 立石 清一郎ら. 災害産業保健チームとの連携. 令和５年度厚生労働科学研究費 「災害派遣精神医療チーム（DPAT）活動における機能強化と 激甚災害（南海トラフ地震等）への対応検討のための研究」
2. 五十嵐侑 【緊急レポート】能登半島地震：災害時の労働者の健康確保のための災害産業保健の取り組み WEB 医事新報 No. 5209 (2024 年 02 月 24 日発行)

J-SPEED 健康チェックについて

J-SPEED 健康チェックとは災害対応に従事する自治体職員の疲弊対策システムである。

1. 課題認識
   ① 災害時、自治体職員は強い使命感のもと住民保護に従事します。
   ② 自治体職員は災害対応時に、極端な職務環境に晒され疲弊します。
   ◎自治体職員の災害時職務特性
   - 自らも被災するなか、災害対応・復旧復興の前線に立つ
   - 常に正しい情報を出し続けなければならないプレッシャーに晒される
   - 住民のやり場のない怒りの矛先が自治体職員に向けられる、 弱音を吐けない
   - 被災自治体の職員は特別な訓練等を事前に受けていません

   ③ 自治体職員の疲弊対策/健康管理は災害対応の成否に直結する重要課題です。
   “自治体職員は社会インフラであり、災害時は住民のライフラインです”

2. 目的　災害対応自治体職員の健康チェック体制を構築すること。

3. 方法　J-SPEED 健康チェックの実施
   - 職員が健康状態を入力（1日 1 回 1 分程度、2 分はかかりません！）
   - 介入が必要な職員に対しては、産業保健の専門家が介入します
   - 自治体担当者と災害産業保健支援チームが連携して上記を体制化します

   ① J-SPEED に入力すると何がどうなるのか？
   - 最小限の負担で、職員の勤務健康状況を可視化できる
   - 緊急性のある体調の職員を抽出できる
   - 労働衛生の専門家によるファーストコンタクトにつなげることができる
   - 支援者支援窓口との連携等による適切なフォローアップにつなぐことができる
   - 休職・離職を予防することができる
   - 取り組み自体が職員に向けた応援メッセージとなる
   - 職員を守ることで、住民への行政サービスを継続することができる

② 手順

- 機構図/部局名称一覧を J-SPEED システム担当に共有する。
- 各職員が QR コードから連絡先等を初期登録し、日々の健康状態を入力する。
- 支援チームが、データを集計
  - ➢ 対応が必要な職員に対して、産業保健の専門家が電話対応を実施
    （例：相談を希望、疲労度が高い、パフォーマンス低下等）
- 支援チームは、集計報告書を作成して自治体担当者に報告
  - ■ 保健医療福祉調整本部会議等にも提出し、組織的な対応につなげる

4. 自治体本件担当者のタスク

① 職員への周知

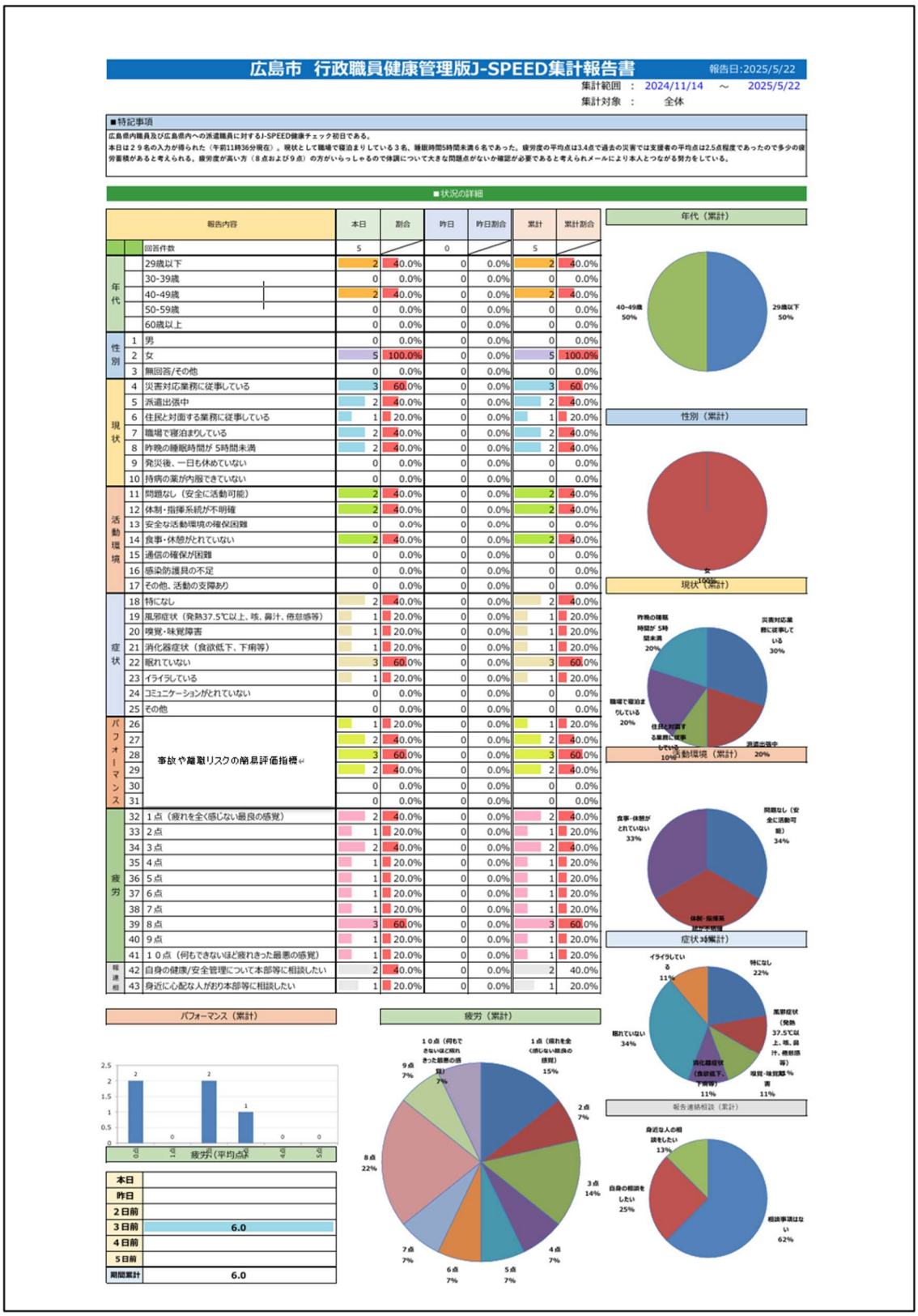
② 支援チームからの報告を受ける（電話等）

5. 運用イメージ



入力データは日々「J-SPEED 統合集計報告書」として自治体へ報告されるため、自治体の健康管理担当者はこれをもとに迅速な対応方針を決定することができます。次ページに同報告書のサンプルを掲載しています。

6. J-SPEED 統合集計報告書（サンプル）



広島市　行政職員健康管理版J-SPEED集計報告書

報告日:2025/5/22

集計範囲 ： 2024/11/14 ～ 2025/5/22

集計対象 ： 全体

■特記事項

広島県内職員及び広島県内への派遣職員に対するJ-SPEED健康チェック初日である。
本日は２９名の入力が得られた（午前11時36分現在）。現状として職場で寝泊まりしている３名、睡眠時間5時間未満６名であった。疲労度の平均点は3.4点で過去の災害では支援者の平均点は2.5点程度であったので多少の疲労蓄積があると考えられる。疲労度が高い方（８点および９点）の方がいらっしゃるので体調について大きな問題点がないか確認が必要であると考えられメールにより本人とつながる努力をしている。

■状況の詳細

報告内容			本日	割合	昨日	昨日割合	累計	累計割合
		回答件数	5		0		5	
年代		29歳以下	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
		30-39歳	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
		40-49歳	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
		50-59歳	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
		60歳以上	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
性別	1	男	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	2	女	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
	3	無回答/その他	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
現状	4	災害対応業務に従事している	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	5	派遣出張中	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	6	住民と対面する業務に従事している	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	7	職場で寝泊まりしている	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	8	昨晩の睡眠時間が 5時間未満	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	9	発災後、一日も休めていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	10	持病の薬が内服できていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
活動環境	11	問題なし（安全に活動可能）	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	12	体制・指揮系統が不明確	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	13	安全な活動環境の確保困難	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	14	食事・休憩がとれていない	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	15	通信の確保が困難	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	16	感染防護具の不足	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	17	その他、活動の支障あり	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
症状	18	特になし	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	19	風邪症状（発熱37.5℃以上、咳、鼻汁、倦怠感等）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	20	嗅覚・味覚障害	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	21	消化器症状（食欲低下、下痢等）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	22	眠れていない	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	23	イライラしている	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	24	コミュニケーションがとれていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	25	その他	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
パフォーマンス	26	事故や離職リスクの簡易評価指標	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	27		2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	28		3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	29		2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	30		0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	31		0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
疲労	32	１点（疲れを全く感じない最良の感覚）	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	33	２点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	34	３点	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	35	４点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	36	５点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	37	６点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	38	７点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	39	８点	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	40	９点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	41	１０点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
報連相	42	自身の健康/安全管理について本部等に相談したい	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	43	身近に心配な人がおり本部等に相談したい	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%

年代（累計）

性別（累計）

現状（累計）

活動環境（累計）

症状3(累計)

報告連絡相談（累計）

パフォーマンス（累計）

本日	
昨日	
2日前	
3日前	6.0
4日前	
5日前	
期間累計	6.0

疲労（累計）

2 自治体　健康管理担当者向け操作手順書

1. **支援チームシステム担当者へ機構図/部局名称一覧を提供**
   - ■ 自治体の機構図/部局名称一覧を支援チームシステム担当者へ提供する
     システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED 解析支援チーム）
     - ○ J-SPEED 解析支援チーム： support@j-speed.org
       - ▪ 090-6979-7362 （村山）
       - ▪ 090-9791-6285 （永田）

2. **職員への周知**
   - ■ 職員へ J-SPEED 健康チェックについて周知・入力の呼びかけを行う（メール送信・ポスター掲示等）

＜メール文例＞

件名：【重要】健康チェック開始のお知らせ

職員各位

災害対応にご尽力、誠にお疲れ様です。
このたび、〇〇自治体では、職員の体調管理を目的とした健康チェックの運用を以下のとおり開始いたします。

簡便な入力形式で、日々の体調変化を把握できるよう設計しておりますので、ご協力をお願いいたします。
■開始日：〇月〇日（〇）より
■対象：本メールを受信した全ての行政職員
■方法：J-SPEED 健康チェック操作手順書①の通り

健康状態に異変が見られた場合には、産業医科大学の災害産業保健支援チームが確認・フォローいたします。
この危機を乗り切っていくためには、あなたの健康を守ることが必要です。ご協力をよろしくお願いいたします。

〇〇市 健康管理担当
担当：〇〇（内線：1234）
Email：health@city.xxx.lg.jp

3. 集計報告書の受け取り・共有

- 支援チームからメール・電話で報告を受け、組織内へ共有する。
  - ① 支援チームより、統合集計報告書を受け取る。
    （支援チームは県全体、自治体ごと、部署ごとの報告書を提供可能）
  - ② 自治体内の必要な報告先に報告書を提供する。
  - ③ 必要に応じて対応を調整する。

※集計報告書の結果を基にした過去の対応事例

- 個別の対応例
  - 体調不良者や緊急対応が必要な事例などの有無を把握
  - 必要に応じて産業保健の専門家による職員健康管理サポートを実施
  - 必要に応じて職場上司と連携して疲弊職員の業務軽減・交代・休養等を調整
- 組織の対応例
  - 保健医療福祉調整本部・災害対策本部等の関係会議への資料挿入
  - 課題認識の関係者共有（外部支援者からの指摘と呼びかけが重要）
  - 会議回数を減らす根拠に（隔日開催など）
  - 部署ごとの業務配分の見直しや、勤務体制（シフト・休憩等）の改善提案
  - 首長等トップによる理解の促進
  - メディアを通じた発信（亜急性期以降に）

3 職員向け　操作手順書(kintone 版)

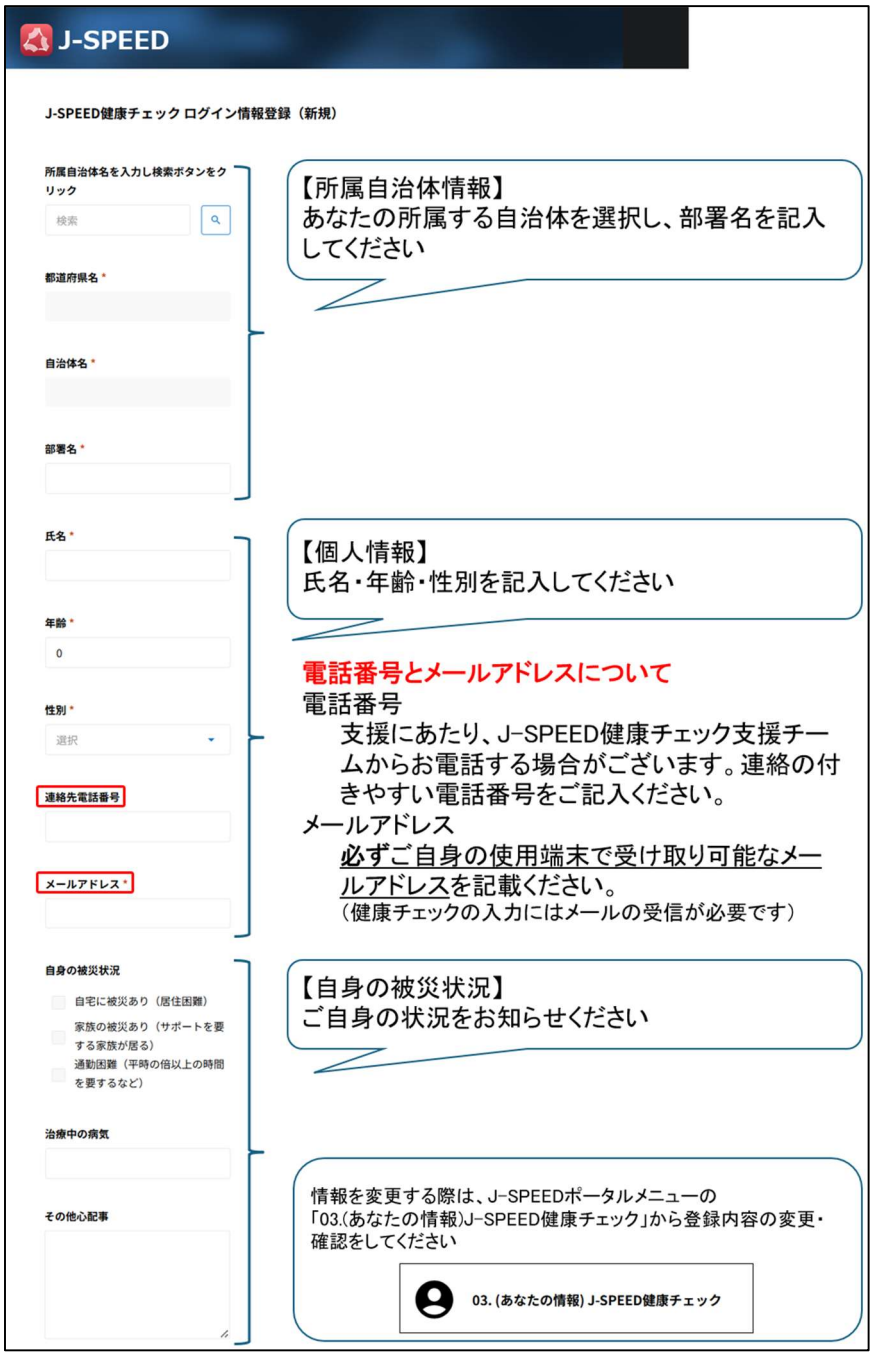
手順 ：

1. **事前登録**

   ■ QR コード、下記 URL から登録用サイトにアクセス

   https://j-speed.form.kintoneapp.com/public/usermember-new

   ■ 画面に表示された内容に従い、自身の情報を入力



2. **ログイン用メールを取得する**

■ 手順1. と同じ自身のメールアドレスを再度、入力する

① QR コード、下記 URL へアクセスする。

Toyokumo kintoneApp：https://account.kintoneapp.com/login

② 表示された画面下部中央にある下図のバナーをクリックする。



③ 手順1. と同じ自身のメールアドレスを入力し、[Send]ボタンをクリックする。

※登録したメールアドレス宛に、件名が[Toyokumo kintoneApp] Sign in to Toyokumo kintoneApp というメール（ログイン用リンク）が届きます。

■ メールから J-SPEED ポータル画面にログインする。

① noreply@kintoneapp.com からのメールを開く。

② メールに記載されている[Sign in to Toyokumo's kintone Integration Service]をクリック

※下図の画面が表示された場合は、自身のメールアドレスを入力し[OK]ボタンをクリックする。



※登録ができない場合は、3分ほど待ってから再度施行してみてください。

3. **自身の健康状態を入力（毎日入力）**

■ J-SPEED ポータル画面にアクセスする

➢ QR コード、下記 URL へアクセスする。

Sign in to Toyokumo kintoneApp: https://account.kintoneapp.com/en

■ 健康状態入力を行う

① ポータル画面に表示されている「01.【入力】J-SPEED 健康チェック」をクリック



② 画面に表示された内容に従い、自身の健康状態等を入力する。

③ 画面最下部の[回答]ボタンをクリックする。

④ 以降は同じメールリンクからシステムにログインできます。

＊接続する端末（PC/スマホ）を変更した場合は、再度手順 2 を実施してください。

4 職員向け　操作手順書(LINE 版)

1. LINE 公式アカウントの友だち登録

■ **QR コードまたは下記 URL より公式アカウントを友だち追加する**

友達追加用 URL： https://lin.ee/rTVl3sl



2. ユーザー情報登録　（初回のみ実施）

■ **ユーザー登録（初回のみ）　の回答フォームへ情報を入力**

① 友達追加後、以下のメッセージの URL をタップ



② 情報を入力し、画面下部の[送信]ボタンを押す



③ 情報の入力は初回のみです。
入力内容を訂正する場合は、再度同じ URL より入力ください。

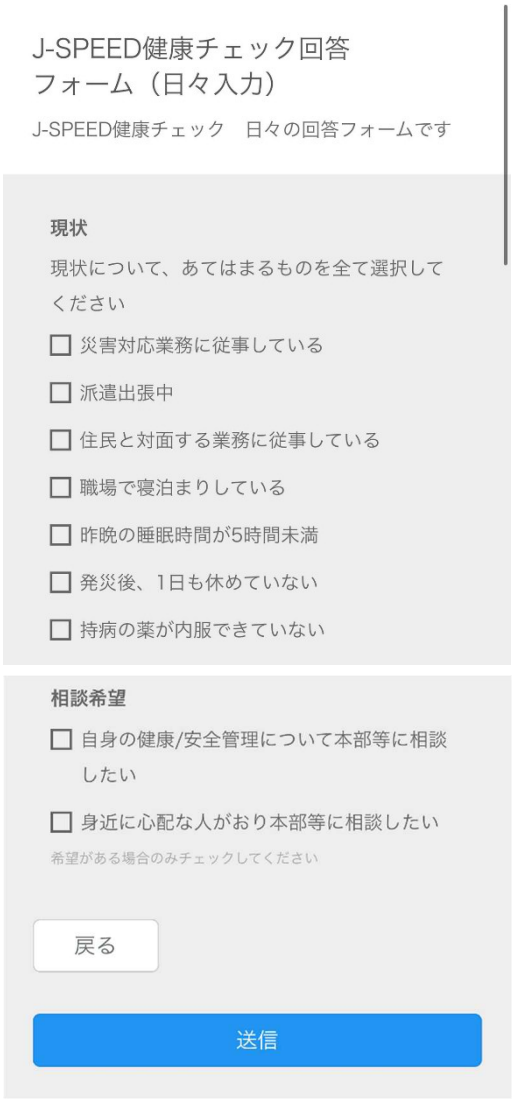
3. 健康状態入力　（日々実施）

■ J-SPEED 健康チェック回答フォームへ、当日の健康状態を入力する

① 以下のメッセージの URL をタップ



② 健康状態を入力し、画面下部の[送信]ボタンを押す



5 支援チームシステム管理者向け 操作手順書

1. 入力システムへ被災地行政の機構図/部局名称一覧を入力

被災地行政の機構図/部局名称一覧を入手し、事前登録 Forms に入力する

手順 ：

① 被災地行政の機構図/部局名称を自治体担当者から入手

② システム担当者に機構図/部局名称を提出

③ システム担当者が、事前登録 Forms の所属欄へ入力

2. ログイン

■ システム（Kintone）ログイン画面へアクセスしログインする。

手順 ：

① 下記 URL へアクセスする。
example@example.com

② 表示された画面にログイン名とパスワードを入力する。
ログイン名： user01
パスワード： （災害ごとに更新し設定）

③ ログインボタンをクリックする。

④ 画面右上の「スペース」内にあるスクロールバーから「すべてのスペース」を選択

⑤ 「002. 自治体職員向け」をクリックする。



3. （参考）集計報告書の作成

■ **集計報告書をダウンロードする。**

① 下記リンクより集計報告書作成マクロ付き Excel をダウンロード
集計報告書作成ツール

■ **Excel のマクロを使用し集計報告書を作成する。**

① Excel のマクロを有効化する

A） マクロの有効化方法： Windows 版
上記ページ内の[警告を表示してすべてのマクロを無効にする]もしくは[すべてのマクロを有効にする]を参照

B） マクロの有効化方法： Mac 版
上記ページ内の[通知ですべてのマクロを無効にする]もしくは[すべてのマクロを有効にする]を参照

② Excel を開き、左上の更新ボタンをクリックする。





③　ユーザーID/パスワードを入力し、OK を押す

ユーザーID/パスワードは災害後に別途通知されます

④　集計報告書の完成

⑤　（県全体だけでなく、自治体ごと、部署ごとでの作成も実装予定）

4,　集計報告書を提出

■　**集計報告書を自治体へ送信する**

完成した集計報告書に日付等ファイル名を作成し、一部を自治体健康管理者へ送信する。もう一部はシステム管理のファイルに保存する

※　職員情報の管理　（閲覧・編集）

アプリの欄から「行政職員健康管理ユーザマスタ」をクリックし、アプリを表示する。



編集は各行の右端のペンマーク  をクリックし編集を実施

6 本システムに関する問い合わせ

問い合わせ先

産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）

- 093-691-7180　（立石）

システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED 解析支援チーム）

- J-SPEED 解析支援チーム： support@j-speed.org
  - 090-6979-7362　（村山）
  - 090-9791-6285　（永田）

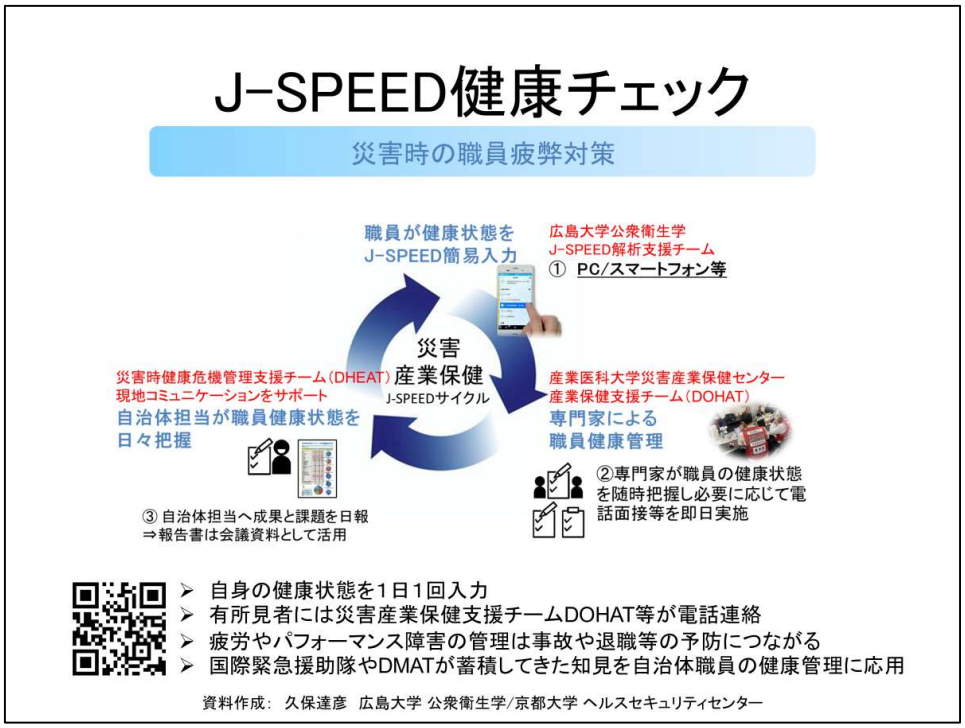
7 リンク集

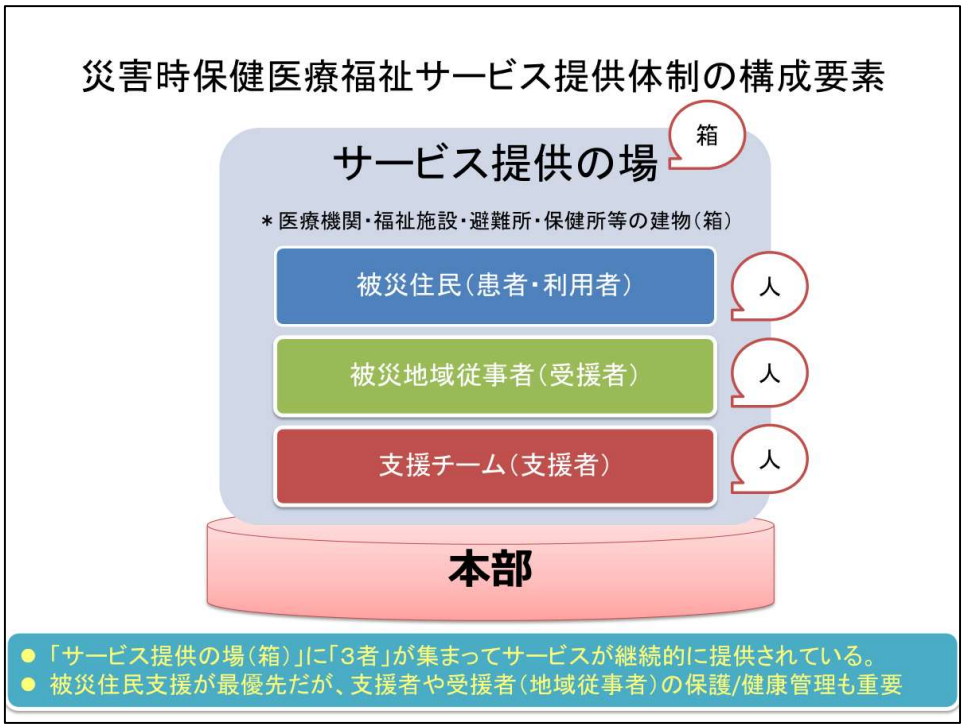
No	資料名等	URL
1	J-SPEED 情報提供サイト	https://www.j-speed.org/
2	産業医科大学　産業生態科学研究所 災害産業保健センター	https://dohcuoeh.com/
3	J-SPEED のご案内	https://dohcuoeh.com/j-speeed_information/
4	J-SPEED 健康チェック	https://www.j-speed.org/gyosei

8 参考資料

8.1 厚労省検討会資料 令和８年１月 26 日（月）

災害時の保健・医療・福祉分野の連携強化検討会(第 2 回)





令和6年能登地震対応における行政職の疲弊対策について

課題認識

発災以降、自治体職員は**強い使命感のもと住民保護に従事**する。

行政職は災害対応時に、**極端な職務環境**に晒され疲弊する。

行政職の疲弊は災害対応の成否に直結する重要課題である。

必要性

1） 被災地の職員は多様かつ大きな健康リスクを受け入れつつ勤務している

2） 被災地の職員は特別な訓練等を事前に受けていない

3） スクリーニング体制がないと体調不良を気づかれぬまま勤務することがある

4） 健康管理を通じて復旧過程の円滑な進捗に貢献する

5） 前線の市町村は産業保健体制が元々脆弱かつ、より過酷な環境で勤務

令和6年能登半島地震（2024年）

支援者健康管理版J-SPEED

		報告内容	累計割合
活動環境	4	問題なし（安全に活動可能）	89.8%
	5	体制・指揮系統が不明確	1.3%
	6	安全な活動環境の確保困難	0.5%
	7	食事・休憩がとれていない	1.4%
	8	通信の確保が困難	0.6%
	9	感染防護具の不足	0.3%
	10	その他、活動の支障あり	0.8%
	11	特になし	95.5%
症状	12	風邪症状（発熱37.5℃以上、咳、鼻汁、倦怠感等）	0.3%
	13	嗅覚・味覚障害	0.0%
	14	消化器症状（食欲低下、下痢等）	0.4%
	15	眠れていない	2.0%
	16	イライラしている	0.6%
	17	コミュニケーションがとれていない	0.2%
	18	その他	0.8%
疲労	25	1点（疲れを全く感じない最良の感覚）	20.7%
	26	2点	24.9%
	27	3点	24.4%
	28	4点	10.0%
	29	5点	8.6%
	30	6点	4.4%
	31	7点	3.0%
	32	8点	1.2%
	33	9点	0.2%
	34	10点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	0.1%
相談相	35	自身の健康/安全管理について本部等に相談したい	0.5%
	36	身近に心配な人がおり本部等に相談したい	0.1%

行政職員健康管理版J-SPEED

		報告内容	%
現状	4	住民と対面する業務に従事している	66.3%
	5	職場で寝泊まりしている	21.7%
	6	昨晩の睡眠時間が 5時間未満	19.6%
	7	発災後、一日も休めていない	15.2%
	8	持病の薬が内服できていない	1.1%
活動環境	10	体制・指揮系統が不明確	9.8%
	11	安全な活動環境の確保困難	13.0%
	12	食事・休憩がとれていない	7.6%
	13	通信の確保が困難	12.0%
	14	感染防護具の不足	5.4%
	15	その他、活動の支障あり	20.7%
	16	特になし	47.8%
症状	17	風邪症状（発熱37.5℃以上、咳、鼻汁、倦怠感等）	19.6%
	18	嗅覚・味覚障害	1.1%
	19	消化器症状（食欲低下、下痢等）	9.8%
	20	眠れていない	16.3%
	21	イライラしている	15.2%
	22	コミュニケーションがとれていない	2.2%
	23	その他	7.6%
疲労	30	1点（疲れを全く感じない最良の感覚）	0.0%
	31	2点	2.2%
	32	3点	5.4%
	33	4点	10.9%
	34	5点	22.8%
	35	6点	17.4%
	36	7点	28.3%
	37	8点	10.9%
	38	9点	0.0%
	39	10点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	0.0%
相談相	40	自身の健康/安全管理について本部等に相談したい	2.2%
	41	身近に心配な人がおり本部等に相談したい	2.2%

＊　発災後一日も休めていない職員は疲労度・イライラ感が高い

＊　調整会議の開催頻度を見直す根拠に

自治体職員は支援者より風邪症状65倍、下痢症状25倍

疲労度（10段階評価）
支援者は最頻値2点
自治体職員は7点

被災者、支援者、そして被災しつつも働く地域の受援者、誰も取り残さない三位一体での情報管理

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-01-29

前線自治体職員の疲労度

集計期間(石川県と珠洲市)：2024/1/14～1/28

	疲労度		前線自治体		県	
32	1点（疲れを全く感じない最良の感覚）	3	0.6%	6	1.6%
33	2点	11	2.3%	35	9.6%
34	3点	75	15.6%	89	24.4%
35	4点	55	11.5%	48	13.2%
36	5点	136	28.3%	49	13.4%
37	6点	72	15.0%	41	11.2%
38	7点	77	16.0%	51	14.0%
39	8点	35	7.3%	35	9.6%
40	9点	7	1.5%	7	1.9%
41	10点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	1	0.2%	1	0.3%

被災の大きい前線自治体職員の疲労度は明らかに高い

支援資源配分の根拠

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター

※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-01-29

住民と対面する業務に従事している職員の健康状態

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～1/28

	全体	N	%	p*
	1329	イライラしている		
住民と対面する業務に従事している	441	102	23%	<0.001
従事していない	888	102	11%	
		WFun3以上		
住民と対面する業務に従事している		38	9%	<0.001
従事していない		35	4%	
		疲労度7以上		
住民と対面する業務に従事している		162	37%	<0.001
従事していない		207	23%	

災害版労働機能障害WFunD：パフォーマンス障害（事故・離職リスク）等の簡易予測指標

住民との対面業務に従事する職員では、
イライラ感、労働機能障害、疲労度の有所見割合が有意に高かった

自らも被災しつつ、被災住民を直接的に支える職員に大きな負担

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター

※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-02-08

ハイリスク者への個別対応事例

内服中断　**50代　男性職員**

- 糖尿病の内服中断あり
- 復旧対応で業務多忙、日中の受診が困難
  →夜間処方可のモバイルファーマシーへとつなぐ

相談希望　**40代　男性職員**

- 家族を失った子供の精神不安定と相談あり
  →DPAT、県保健師と連携して介入
  本人・子供が支援者につながる体制を構築

疲労　**20代　男性職員**

- 被災地への派遣業務中に急性ストレス障害、不眠症を発症
  →人事課に連絡、産業医面談で派遣中止の就業配慮、
  医療機関へ紹介

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-01-29

発災後、一日も休めていない職員の健康状態

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～1/28

	全体	N	%	p*
	1329	**イライラしている**		
発災後一日も休めていない	100	32	32%	<0.001
休めている	1229	172	14%	
		WFun3以上		
休めていない		14	14%	<0.001
休めている		59	5%	
		疲労度7以上		
休めていない		52	52%	<0.001
休めている		317	26%	

災害版労働機能障害WFunD：パフォーマンス障害（事故・離職リスク）等の簡易予測指標

発災後一日も休めていない職員では、
イライラ感、労働機能障害、疲労度の有所見割合が有意に高かった

交勤勤務の早期導入や調整会議開催頻度の見直しの根拠に（休ませ方）

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2026-01-20

体制・指揮系統が不明確な職員の健康状態

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～3/31・災害対応者のみ

	全体	N	%	p*
	5,509	**イライラしている**		
体制・指揮系統が不明確である	547	255	47%	<0.001
不明確でない	4,962	541	11%	
		パフォーマンス障害（W-FunD）		
体制・指揮系統が不明確である		101	18%	<0.001
不明確でない		145	3%	
		疲労度7以上		
体制・指揮系統が不明確である		280	51%	<0.001
不明確でない		928	19%	

災害版労働機能障害WFunD：パフォーマンス障害（事故・離職リスク）等の簡易予測指標

体制・指揮系統が不明確だった職員は、
イライラ感、パフォーマンス障害（事故・退職リスク）、疲労度の有所見割合が有意に高かった

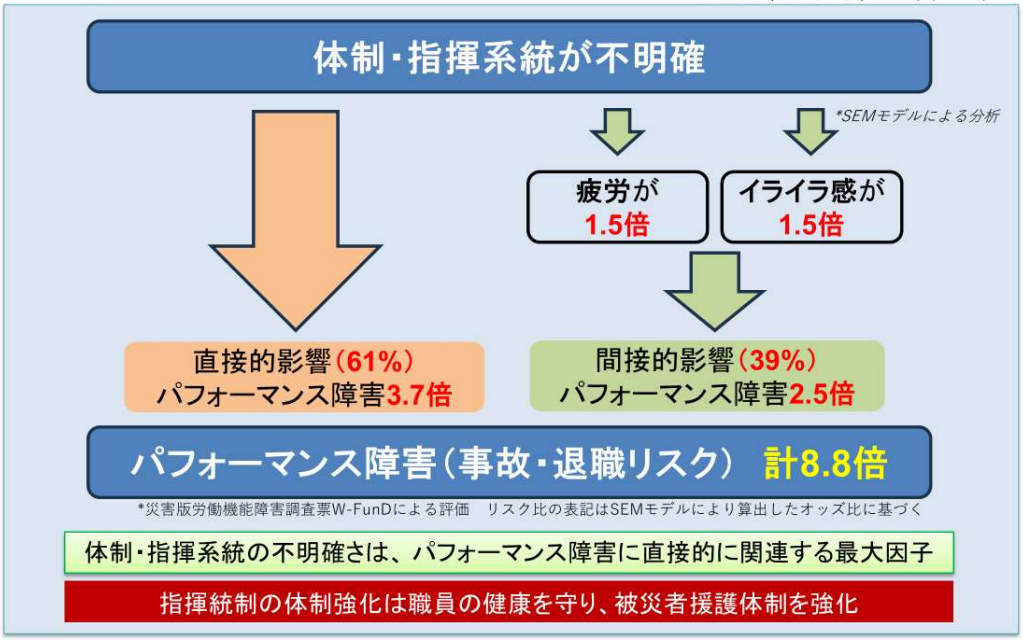
職員の健康を守る観点からも、指揮統制に係る能力・体制強化は重要（仕事の仕方）

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2026-01-20

体制・指揮系統はパフォーマンスに直接的に影響

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～3/31



*災害版労働機能障害調査票W-FunDによる評価　リスク比の表記はSEMモデルにより算出したオッズ比に基づく

体制・指揮系統の不明確さは、パフォーマンス障害に直接的に関連する最大因子

指揮統制の体制強化は職員の健康を守り、被災者援護体制を強化

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）支援者健康管理版J-SPEED

支援者の疲労度

職種	疲労度（平均）	差	p
医師	2.63		
看護師	2.84	8%	<0.01
ロジスティシャン	2.99	14%	<0.01

活動種別	疲労度（平均）	差	p
本部	2.93		
現場活動	2.65	-10%	<0.01
その他	2.39	-18%	<0.01

本部スタッフのほうが現場活動スタッフよりも疲労度が高く負荷がかかっていた

今後は指揮統制を支える本部の能力・体制強化が重要

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEED : Surveillance in Post Extreme Emergencies and Disasters, Japan version

J-SPEED個人アセスデータに基づく災害対応
誰も取り残さない三位一体での体制強化

三位一体

被災住民（患者・利用者）

被災地域従事者（受援者）

支援チーム（支援者）

能登半島地震（2024年）のJ-SPEED健康チェックデータに基づく教訓
①本部の指揮統制能力・体制強化
②自治体職員の災害時産業保健体制制化

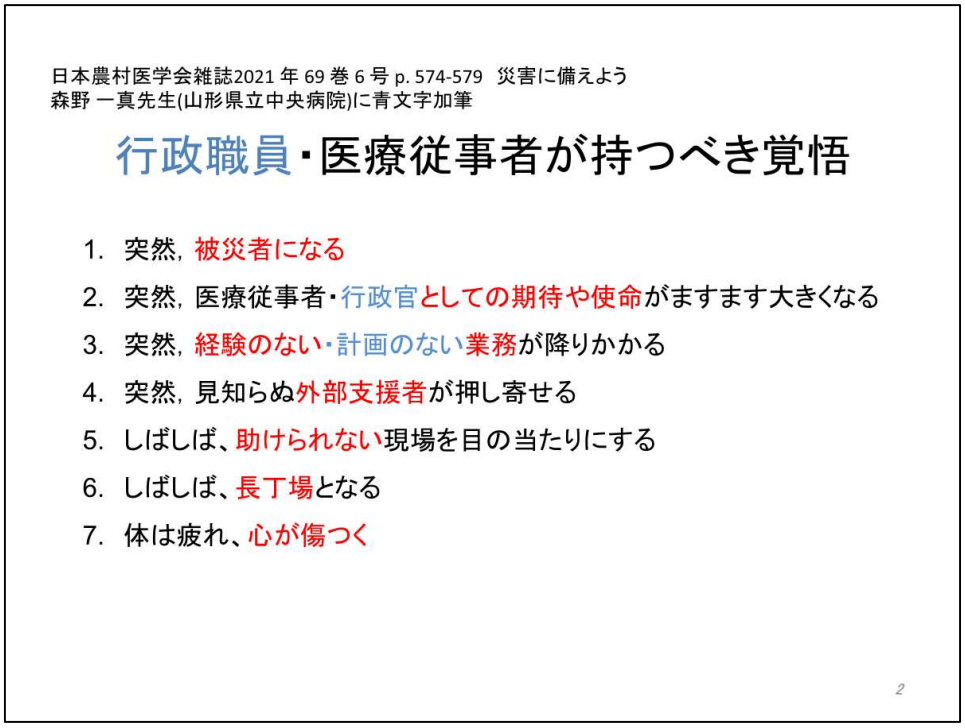
従事者の仕事の仕方と休ませ方の改善により、被災者援護体制を強化（災害時の働き方改革）

8.2 メンタルヘルスマネジメント研修会資料

地方公務員安全衛生推進協会　令和 7 年 10 月 10 日

地方公務員安全衛生推進協会　メンタルヘルスマネジメント研修会





①事前準備

①**自治体管理者**
自治体の機構図/部局名称一覧を提供

②**システム管理者**
一覧表の内容をJ-SPEED健康管理チェックシステムへ登録登録後、自治体管理者へ登録完了を報告

③**自治体管理者**
自治体職員へJ-SPEED健康管理チェックを周知する

②職員の登録

①**自治体職員**
手順書のURLから、J-SPEED健康チェックシステムにアクセスする。
自身のメールアドレスを登録

②**自治体職員**
自身のメールアドレスに送られてきたシステムURLに接続し個人情報を入力する

③**自治体職員**
自身の健康状態を入力する（この作業は継続）

③運用開始



健康危機における世界共通課題

どこに、
どのようなニーズを持つ人が、
何人いるのか？





データに基づく
調整体制の確立

前線からの個人アセスメントデータの収集

J-SPEED

開発創世期

被災者

5

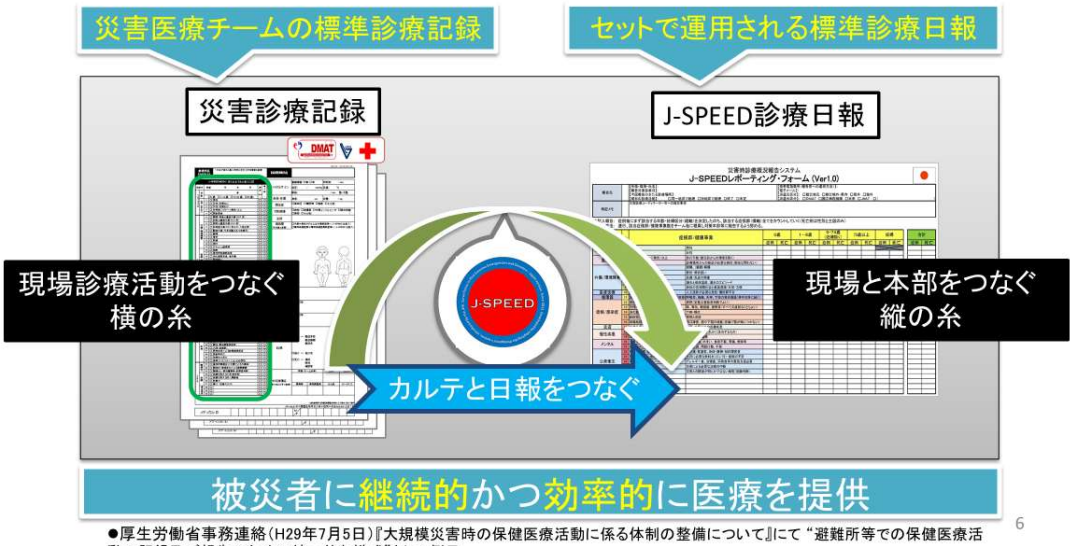
背景 オールジャパン体制を実現するための合同委員会が結成され、2つの標準様式（記録・日報）を提唱

災害診療記録×J-SPEED

提唱母体 災害時の診療録のあり方に関する合同委員会（小井土雄一委員長）

–東日本大震災の教訓（標準カルテ・集計可能な診療日報の欠如）を受け設置

–日本医師会・日本災害医学会・日本救急医学会・日本診療情報管理学会・日本病院会・日本精神科病院協会・国際協力機構



被災者に継続的かつ効率的に医療を提供

6

●厚生労働省事務連絡（H29年7月5日）『大規模災害時の保健医療活動に係る体制の整備について』にて“避難所等での保健医療活動の記録及び報告のための統一的な様式”として例示



医療救護班(医師)

災害診療記録のチェックボックス

- 医師が実施＊
- “当てはまるもの全てに☑”

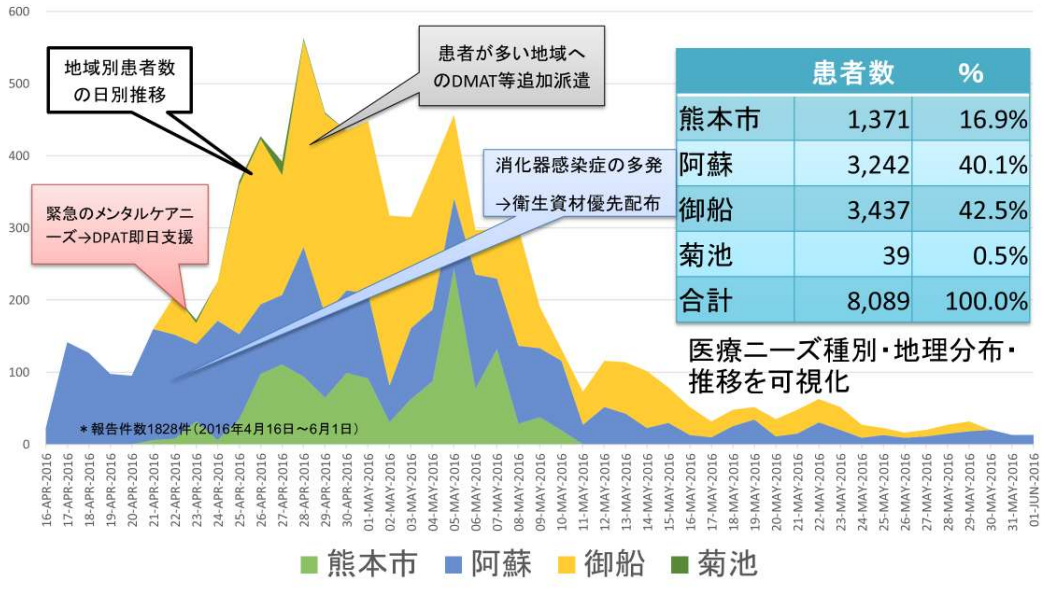
症例- 68 歳
- ✓ 男性(1),
- ✓ 下痢症（消化器感染症）(18)
- ✓ 高血圧状態（169/100）(29)
- ✓ 医療フォロー必要(43)
- ✓ 間接的関連(52).

＊モジュール毎に1つ以上☑が入る（☑最低4つ）
＊看護師等が医師の指示のもと実施する運用も可

災害診療記録/J-SPEEDの導入意義②

“どこで･どのような患者が、何人診療されたか”を即日可視化

熊本地震（2016年） J-SPEEDに基づく医療救護班診療患者数推移



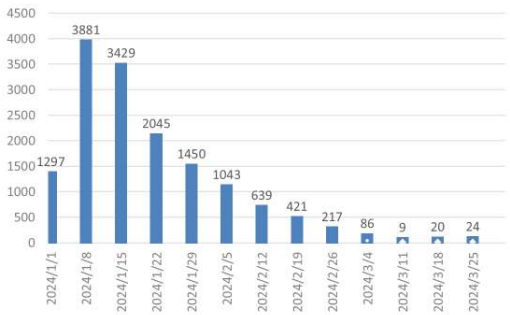
	患者数	%
熊本市	1,371	16.9%
阿蘇	3,242	40.1%
御船	3,437	42.5%
菊池	39	0.5%
合計	8,089	100.0%

医療ニーズ種別・地理分布・推移を可視化

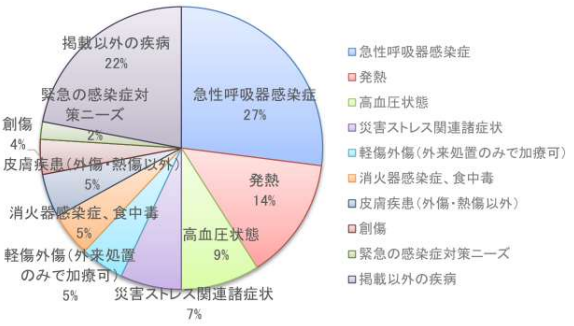
J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）　2024年5月26日時点解析データ

令和6年能登半島地震 J-SPEED診療概況データ（一般診療版）

診療件数推移　累積14,568件（男性5,945件、女性8518件）

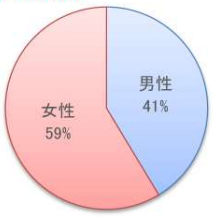


健康事象TOP10:



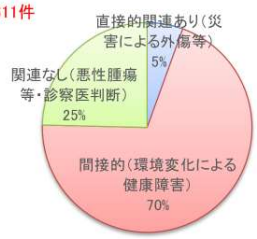
男女比

＊N = 14,463件

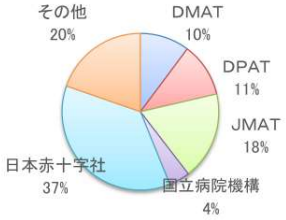


関連性

＊N = 7611件



診療日報数



＊欠損値のある症例は解析毎に解析対象から除外した
例）健康事象は健康事象に欠損値がない記録を解析対象とした
例）関連性は当該項目に欠損値がない記録を解析対象とした

作成：J-SPEED研究会

熊本地震（2016年）

撤収判断支援

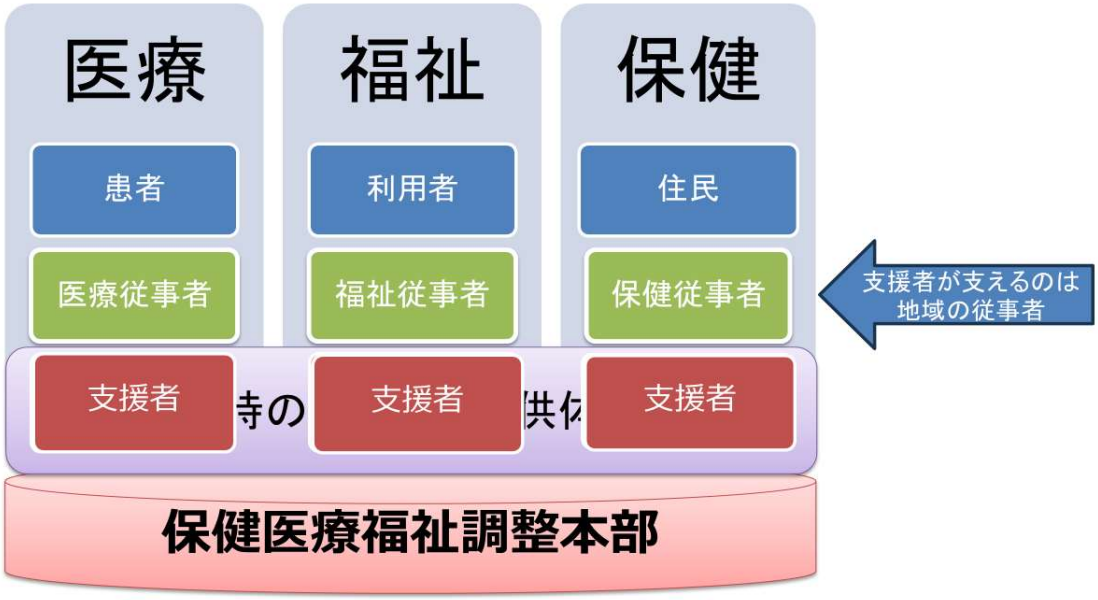
Date (Sunday/Holiday)	総患者数 N	災害関連性なし N	災害関連性なし %
26-APR-2016	427	32	7.5%
27-APR-2016	392	52	13.3%
28-APR-2016	563	89	15.8%
29-APR-2016	460	77	16.7%
30-APR-2016	435	52	12.0%
01-MAY-2016	448	74	16.5%
02-MAY-2016	317	53	16.7%
03-MAY-2016	315	37	11.7%
04-MAY-2016	384	64	16.7%
05-MAY-2016	457	111	24.3%
06-MAY-2016	297	91	30.6%
07-MAY-2016	299	67	22.4%
08-MAY-2016	300	100	33.3%
09-MAY-2016	190	55	28.9%
10-MAY-2016	132	36	27.3%
11-MAY-2016	73	23	31.5%
12-MAY-2016	116	49	42.2%
13-MAY-2016	114	34	29.8%
14-MAY-2016	102	37	36.3%
15-MAY-2016	79	38	48.1%
16-MAY-2016	52	24	46.2%
17-MAY-2016	32	17	53.1%

- 患者数が漸減
- 災害関連性がない患者割合が漸増
- 行政官（災害医療の専門家ではない）の現状把握・判断を支援

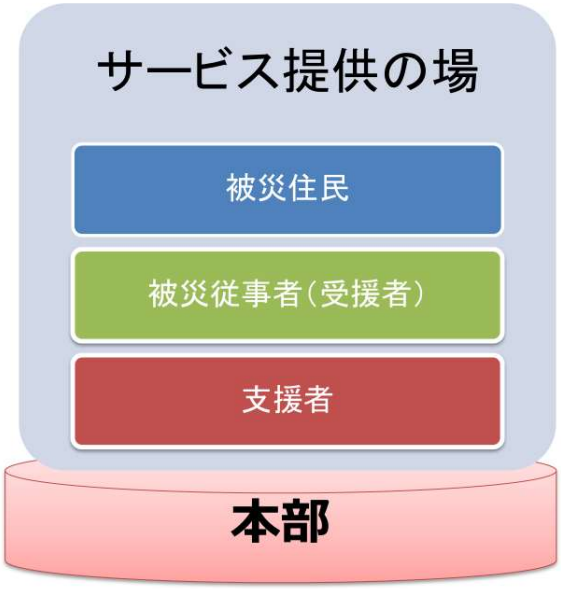
災害時診療概況報告システム
その本質は
受援支援システム

広島大学久保達彦　10

サービス提供体制を支える人の観点



保健医療福祉で共通の枠組み



- 目的は、住民が必要とする保健医療福祉サービスへの継続アクセスの確保
- 「サービス提供の場（箱）」「者(3層)」の構造は分野を超えて共通

J-SPEED

展開期

支援者

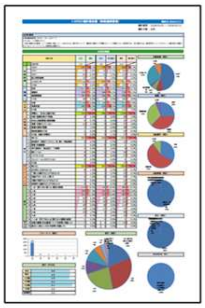
13

支援者健康管理版J-SPEED

1日1度、健康状態を個人毎に入力

簡単入力　迅速把握　初期介入





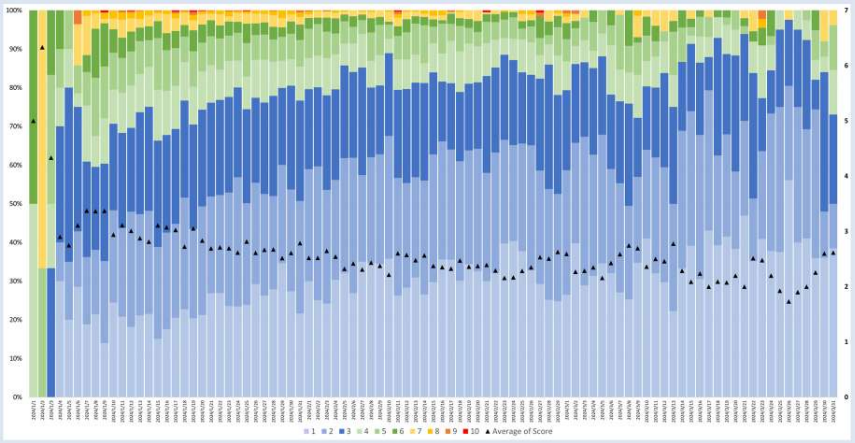


- DMAT等支援者が各自の健康状態をJ-SPEED＋アプリに1日1回入力
- 有所見者にはJ-SPEED解析支援チーム産業医/看護師等が電話連絡
- 疲労やパフォーマンス障害の管理は事故等の予防につながる
- 発熱などの問題がないことの確認は、被災地側にとっても、重要

厚生労働行政推進調査事業久保班成果「新型コロナウイルス感染症等のリスクを踏まえた災害時診療状況報告システム」の有効な活用に資する研究（20CA2063）

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

支援者健康管理版J-SPEED



支援者の疲労度は直後に高く、徐々に低下

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEED data 2024 Noto Peninsula Earthquake (2024) Supporters' Health Care Version J-SPEED

支援者の疲労度

Tatsuhiro Nagata



職種	疲労度（平均）	差	p
医師	2.63		
看護師	2.84	8%	<0.01
ロジスティシャン	2.99	14%	<0.01

活動種別	疲労度（平均）	差	p
本部	2.93		
現場活動	2.65	-10%	<0.01
その他	2.39	-18%	<0.01

- 現場活動よりも本部のほうが疲労度が高い
- 医師よりも看護師、ロジのほうが疲労度が高い

J-SPEED Team, Health and Medical Welfare Coordination Headquarters, Ishikawa Prefecture: J-SPEED Analysis Support Team/ Public Health and Disaster Occupational Health Support Team, Hiroshima University/ Center for Disaster Occupational Health, Occupational and Medical Science University

J-SPEED data 2024 Noto Peninsula Earthquake (2024) Supporters' Health Care Version J-SPEED

Inn Kynn Khaing



Odgerel Chimed-Ochir

疲労の何が問題なのか?

疲労度	プレゼンティーイズム (%)	p
高度(6-10)	25.8	<0.01
中等度(4-5)	10.8	<0.01
低度(1-3)	3.2	

- 疲労はプレゼンティーイズム(健康問題により労働生産性が落ちている状態)と関連
- プレゼンティーイズムは事故や退職の予測因子

(参考)プレゼンティーイズムの最大の要因は指揮統制体制が不明確であること

J-SPEED Team, Health and Medical Welfare Coordination Headquarters, Ishikawa Prefecture: J-SPEED Analysis Support Team/ Public Health and Disaster Occupational Health Support Team, Hiroshima University/ Center for Disaster Occupational Health, Occupational and Medical Science University

J-SPEED

領域拡大

受援者

18

令和6年能登地震対応における行政職の疲弊対策について

課題認識

発災以降、自治体職員は**強い使命感のもと住民保護に従事**する。

行政職は災害対応時に、**極端な職務環境**に晒され疲弊する。

行政職の疲弊は災害対応の成否に直結する重要課題である。

必要性

1） 被災地の職員は多様かつ大きな健康リスクを受け入れつつ勤務している

2） 被災地の職員は特別な訓練等を事前に受けていない

3） スクリーニング体制がないと体調不良を気づかれぬまま勤務することがある

4） 健康管理を通じて復旧過程の円滑な進捗に貢献する

5） 前線の市町村は産業保健体制が元々脆弱かつ、より過酷な環境で勤務

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-01-29

前線自治体職員と非前線自治体の比較

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～1/28

	疲労度		前線自治体		非前線自治体	
32	1点（疲れを全く感じない最良の感覚）	3	0.6%	6	1.6%
33	2点	11	2.3%	35	9.6%
34	3点	75	15.6%	89	24.4%
35	4点	55	11.5%	48	13.2%
36	5点	136	28.3%	49	13.4%
37	6点	72	15.0%	41	11.2%
38	7点	77	16.0%	51	14.0%
39	8点	35	7.3%	35	9.6%
40	9点	7	1.5%	7	1.9%
41	10点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	1	0.2%	1	0.3%

前線自治体職員は、疲労度は明らかに高い
自治体職員は疲労度（平均5.0）が支援者（2.9）より高い

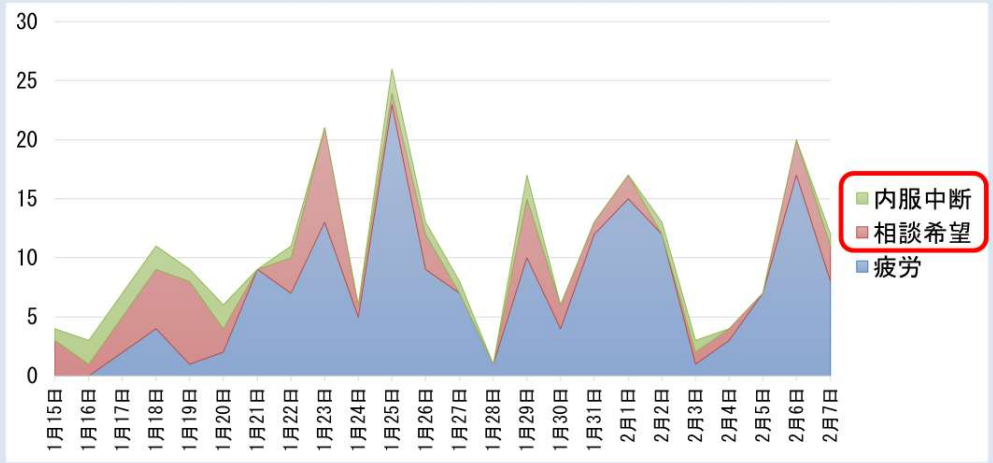
石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-02-08

ハイリスク者への対応件数の推移

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～2/7



内服中断や相談希望は減少傾向
著しい疲労の蓄積は遷延

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-02-08

ハイリスク者への対応の具体例

内服中断　**50代　男性職員**

- 糖尿病の内服中断あり
- 復旧対応で業務多忙、日中の受診が困難
  →夜間処方可のモバイルファーマシーへとつなぐ

相談希望　**40代　男性職員**

- 目の前で母親と祖母が死亡、子供の精神不安定と相談あり
  →DPAT、県保健師と連携して介入
  本人・子供が支援者につながる体制を構築

疲労　**20代　男性職員**

- 被災地への派遣業務中に急性ストレス障害、不眠症を発症
  →人事課に連絡、産業医面談で派遣中止の就業配慮、
  医療機関へ紹介

石川県保健医療福祉調整本部 J-SPEED班：J-SPEED解析支援チーム/広島大学公衆衛生学・災害産業保健支援チーム/産業医科大学災害産業保健センター
※ データはリアルタイムで更新されているため今後の解析で変動する可能性がある

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-01-29

発災後、一日も休めていない職員の健康状態

集計期間(石川県全体)：2024/1/14～1/28

	全体	N	%	p*
	1329	**イライラしている**		
発災後一日も休めていない	100	32	32%	<0.001
休めている	1229	172	14%	
		WFun3以上		
休めていない		14	14%	<0.001
休めている		59	5%	
		疲労度7以上		
休めていない		52	52%	<0.001
休めている		317	26%	

*カイ二乗検定

労働機能障害WFun-D･･･事故や離職リスク等の簡易評価指標

発災後一日も休めていない職員では、
イライラ感、労働機能障害（事故・退職リスク）、疲労度が有意に高い

関係会議の連日開催等を見直すべき

J-SPEEDデータ 令和6年能登半島地震（2024年）

2024-02-08

データを活用した組織的対応

* 関係会議への資料挿入（最終ページ）
* 課題認識の関係者共有
* 外部支援者からの指摘と呼びかけが重要
* 会議回数の減らす根拠に（隔日開催等）
* 首長等トップによる理解醸成
* メディアを通じた発信（亜急性期以降に）

J-SPEED個人アセスデータに基づく健康危機管理

三位一体

- サービスを必要とする住民
- 被災職員（受援者）
- 支援者

誰も取り残さない、人に着目した三位一体での情報管理の重要性

25

厚生労働行政推進調査事業費補助金（健康安全・危機管理対策総合研究事業）「健康危機管理センターと他分野連携体制の推進のための研究」（課題番号：22LA2004）「健康危機対策本部運営の手引き」-ハザード種別を超えた本部運営手法の標準化（通称SOP）



【SOP】 オペレーションテンポ（会議周期）

- 本部間の情報連携を踏まえたタイムスケジュール

圏域・地域の本部

時間	取組内容
8:00	・本部要員交代
8:30	・ミーティング（活動方針の確認）
9:00	・情報データから情報資料を作成（Information ⇒ Intelligence）
① 10:00	・**地域保健医療福祉調整本部会議**　11:00の会議用資料提出
11:00	・保健医療福祉調整本部会議（県）※各地域からはオンライン参加
13:00	
14:00	・市町での災害対策本部会議（政治的リーダーシップへの報告）
15:00	・情報データから情報資料を作成
16:00	・ミーティング（地域の現状分析と活動方針の立案）　17:00の会議用資料提出
② 17:00	・県との連絡会議
20:00	・本部要員交代（夜間中に活動方針の精緻化と資料作成）

都道府県の本部

時間	取組内容
8:00	・本部要員交代
8:30	・ミーティング（活動方針の確認）
9:00	・情報データから情報資料を作成（Information ⇒ Intelligence）
10:00	締切時刻 10:30
① 11:00	・**保健医療福祉調整本部会議（県）**
13:00	・国との連絡会議
14:00	・県での災害対策本部会議（政治的リーダーシップへの報告）
15:00	・知事や局長の記者会見
16:00	・情報データから情報資料を作成　締切時刻 16:30
17:00	・地域との連絡会議（県での現状分析と活動方針の立案）
20:00	・本部要員交代（夜間中に活動方針の精緻化と資料作成）

②は当日の活動を振り返り、明日からの活動方針を資料化する会議
①は活動方針の資料を保健医療福祉で統合のうえ、活動を最適化する会議

Ver.260116



9 印刷用資料

以降は実災害時に使用する印刷用資料です。
A4 用紙 1 ページに両面印刷し使用してください。

J-SPEEDを活用した災害時自治体職員の健康チェックについて

1. 課題認識
   1　災害時、自治体職員は強い使命感のもと住民保護に従事します。
   2　自治体職員は災害対応時に、極端な職務環境に晒され疲弊します。
   ◎自治体職員の災害時職務特性
   □　自らも被災するなか、災害対応・復旧復興の前線に立つ
   □　常に正しい情報を出し続けなければならないプレッシャーに晒される
   □　住民のやり場のない怒りの矛先が自治体職員に向けられる、弱音を吐けない
   □　被災自治体の職員は特別な訓練等を事前に受けていません
   3　自治体職員の疲弊対策/健康管理は災害対応の成否に直結する重要課題です。
   “自治体職員は社会インフラであり、災害時は住民のライフラインです”

2. 目的　災害対応自治体職員の健康チェック体制を構築すること。

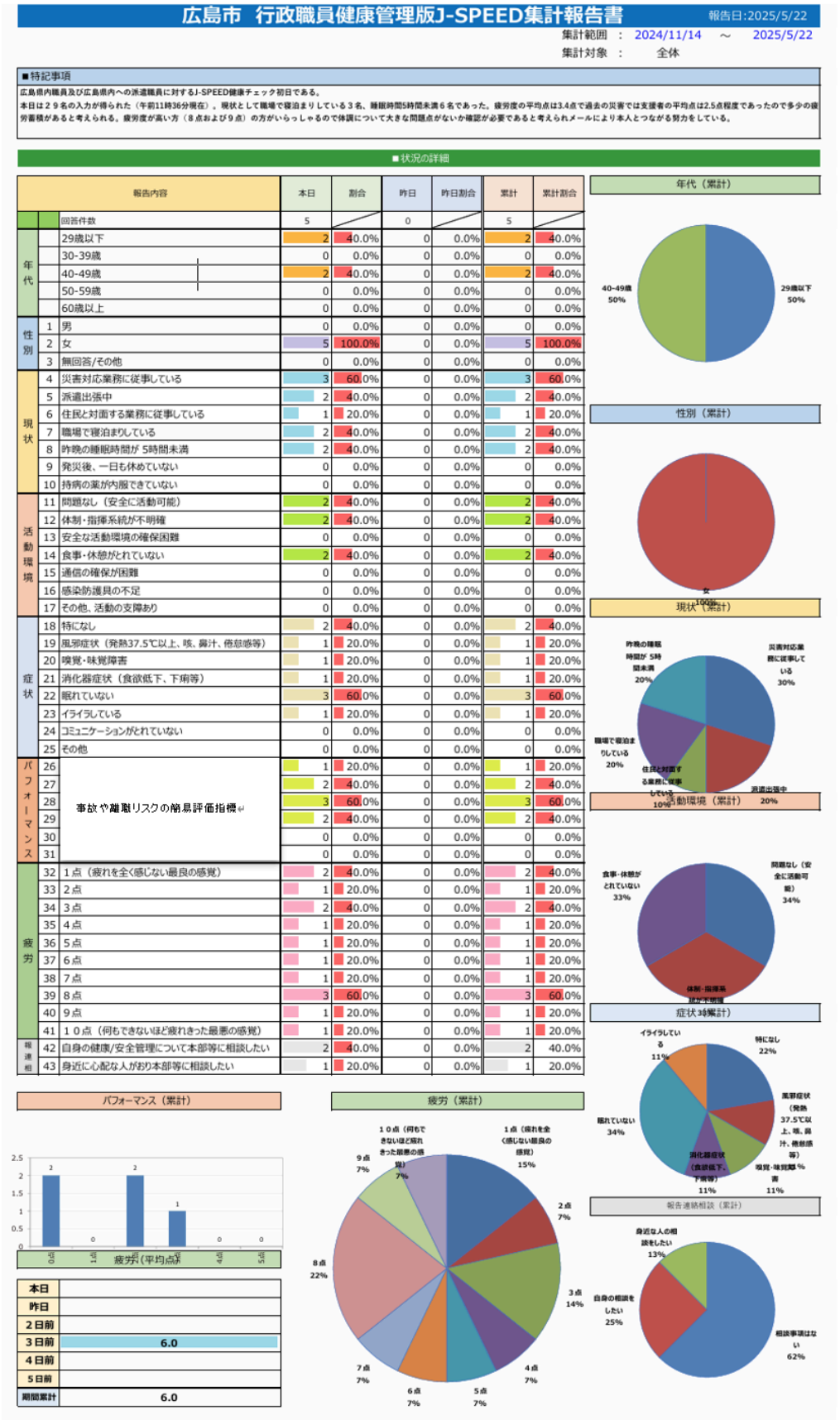
3. 方法　J-SPEED健康チェックの実施
   □　職員が健康状態を入力（1日1回1分程度、2分はかかりません！）
   □　介入が必要な職員に対しては、産業保健の専門家が介入します
   □　自治体担当者と災害産業保健支援チームが連携して上記を体制化します
   1　J-SPEEDに入力すると何がどうなるのか？
   □　最小限の負担で、職員の勤務健康状況を可視化できる
   □　緊急性のある体調の職員を抽出できる
   □　労働衛生の専門家によるファーストコンタクトにつなげることができる
   □　支援者支援窓口との連携等による適切なフォローアップにつなぐことができる
   □　休職・離職を予防することができる
   □　取り組み自体が職員に向けた応援メッセージとなる
   □　職員を守ることで、住民への行政サービスを継続することができる
   2　手順
   □　機構図/部局名称一覧をJ-SPEEDシステム担当に共有する。
   □　各職員がQRコードから連絡先等を初期登録し、日々の健康状態を入力する。
   □　支援チームが、データを集計
   ✧　対応が必要な職員に対して、産業保健の専門家が電話対応を実施
   （例：相談を希望、疲労度が高い、パフォーマンス低下等）
   □　支援チームは、集計報告書を作成して自治体担当者に報告
   ✧　保健医療福祉調整本部会議等にも提出し、組織的な対応につなげる

4. 自治体本件担当者のタスク
   1）　職員名簿の提供
   2）　職員への周知
   3）　支援チームからの報告を受ける（電話等）

5. J-SPEED統合集計報告書（サンプル）



支援チーム連絡先
- 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-7180
- システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）田治090-6406-5704 村山090-6979-7362 永田090-9791-6285



広島市　行政職員健康管理版J-SPEED集計報告書

報告日:2025/5/22

集計範囲 ： 2024/11/14 ～ 2025/5/22

集計対象 ： 全体

■特記事項

広島県内職員及び広島県内への派遣職員に対するJ-SPEED健康チェック初日である。
本日は２９名の入力が得られた（午前11時36分現在）。現状として職場で寝泊まりしている３名、睡眠時間5時間未満６名であった。疲労度の平均点は3.4点で過去の災害では支援者の平均点は2.5点程度であったので多少の疲労蓄積があると考えられる。疲労度が高い方（８点および９点）の方がいらっしゃるので体調について大きな問題点がないか確認が必要であると考えられメールにより本人とつながる努力をしている。

■状況の詳細

		報告内容	本日	割合	昨日	昨日割合	累計	累計割合
		回答件数	5		0		5	
年代		29歳以下	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
		30-39歳	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
		40-49歳	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
		50-59歳	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
		60歳以上	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
性別	1	男	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	2	女	5	100.0%	0	0.0%	5	100.0%
	3	無回答/その他	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
現状	4	災害対応業務に従事している	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	5	派遣出張中	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	6	住民と対面する業務に従事している	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	7	職場で寝泊まりしている	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	8	昨晩の睡眠時間が 5時間未満	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	9	発災後、一日も休めていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	10	持病の薬が内服できていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
活動環境	11	問題なし（安全に活動可能）	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	12	体制・指揮系統が不明確	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	13	安全な活動環境の確保困難	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	14	食事・休憩がとれていない	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	15	通信の確保が困難	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	16	感染防護具の不足	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	17	その他、活動の支障あり	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
症状	18	特になし	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	19	風邪症状（発熱37.5℃以上、咳、鼻汁、倦怠感等）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	20	嗅覚・味覚障害	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	21	消化器症状（食欲低下、下痢等）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	22	眠れていない	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	23	イライラしている	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	24	コミュニケーションがとれていない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	25	その他	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
パフォーマンス	26	事故や離職リスクの簡易評価指標	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	27		2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	28		3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	29		2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	30		0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	31		0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
疲労	32	１点（疲れを全く感じない最良の感覚）	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	33	２点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	34	３点	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	35	４点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	36	５点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	37	６点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	38	７点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	39	８点	3	60.0%	0	0.0%	3	60.0%
	40	９点	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
	41	１０点（何もできないほど疲れきった最悪の感覚）	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%
報連相	42	自身の健康/安全管理について本部等に相談したい	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%
	43	身近に心配な人がおり本部等に相談したい	1	20.0%	0	0.0%	1	20.0%

本日	
昨日	
2日前	
3日前	6.0
4日前	
5日前	
期間累計	6.0

支援チーム連絡先

- 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-7180
- システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）田治090-6406-5704 村山090-6979-7362 永田090-9791-6285

J-SPEED健康チェック　操作手順書（職員向け）

手順：

1. **事前登録**

   ☐ QRコード、下記URLから登録用サイトにアクセス

   https://j-speed.form.kintoneapp.com/public/usermember-new

   ☐ 画面に表示された内容に従い、自身の情報を入力



J-SPEED健康チェック ログイン情報登録（新規）

所属自治体名を入力し検索ボタンをクリック

検索

都道府県名 *

自治体名 *

部署名 *

【所属自治体情報】
あなたの所属する自治体を選択し、部署名を記入してください

氏名 *

年齢 *

0

性別 *

選択

連絡先電話番号

メールアドレス *

【個人情報】
氏名・年齢・性別を記入してください

電話番号とメールアドレスについて

電話番号

支援にあたり、J-SPEED健康チェック支援チームからお電話する場合がございます。連絡の付きやすい電話番号をご記入ください。

メールアドレス

必ずご自身の使用端末で受け取り可能なメールアドレスを記載ください。

（健康チェックの入力にはメールの受信が必要です）

自身の被災状況

- 自宅に被災あり（居住困難）
- 家族の被災あり（サポートを要する家族が居る）
- 通勤困難（平時の倍以上の時間を要するなど）

治療中の病気

その他心配事

【自身の被災状況】
ご自身の状況をお知らせください

情報を変更する際は、J-SPEEDポータルメニューの「03.(あなたの情報)J-SPEED健康チェック」から登録内容の変更・確認をしてください

03. (あなたの情報) J-SPEED健康チェック

J-SPEED健康チェック　操作手順書（職員向け）

「あなたの健康が、地域の力になる。」
― 自分のため、そして住民のために。まずは自分を守ることから ―

手順：

2. **ログイン用メールを取得する**

☐ 手順1．と同じ自身のメールアドレスを再度、入力する

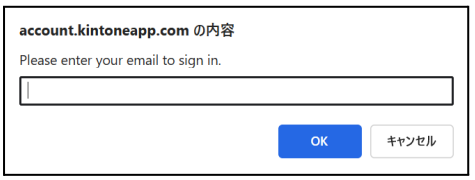
1. QRコード、下記URLへアクセスする。
   Toyokumo kintoneApp：https://account.kintoneapp.com/login
2. 表示された画面下部中央にある下図のバナーをクリックする。



3. 手順1．と同じ自身のメールアドレスを入力し、[Send]ボタンをクリックする。
   ※登録したメールアドレス宛に、件名が[Toyokumo kintoneApp] Sign in to Toyokumo kintoneAppというメール（ログイン用リンク）が届きます。

☐ メールからJ-SPEEDポータル画面にログインする。

1. noreply@kintoneapp.com　からのメールを開く。
2. メールに記載されている[Sign in to Toyokumo's kintone Integration Service]をクリック
   ※下図の画面が表示された場合は、自身のメールアドレスを入力し[OK]ボタンをクリックする。



※登録ができない場合は、3分ほど待ってから再度施行してみてください。

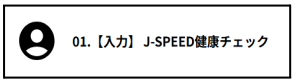
3. **自身の健康状態を入力（毎日入力）**

☐ J-SPEEDポータル画面にアクセスする

1. QRコード、下記URLへアクセスする。
   Sign in to Toyokumo kintoneApp: https://account.kintoneapp.com/en

☐ 健康状態入力を行う

1. ポータル画面に表示されている「01.【入力】J-SPEED健康チェック」をクリック



2. 画面に表示された内容に従い、自身の健康状態等を入力する。
3. 画面最下部の[回答]ボタンをクリックする。
4. 以降は同じメールリンクからシステムにログインできます。
   ＊接続する端末（PC/スマホ）を変更した場合は、再度手順2を実施してください。

ご記入いただいた内容はプライバシーを守って管理され必要に応じて産業保健の専門家が支援を行います。日々のご対応、誠にお疲れさまです。

【お問い合わせ先】
● システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）村山090-6979-7362 永田090-9791-6285
● 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-7180

J-SPEED健康チェック　操作手順書（職員向け_LINE版）

個人のスマートフォンを使用します。

※システムは随時更新されるため、メッセージの内容や質問項目は変更される場合があります。

1. LINE公式アカウントの友だち登録

- **QRコードまたは下記URLより公式アカウントを友だち追加する**

友達追加用URL：https://lin.ee/rTVl3sI



2. ユーザー情報登録 （初回のみ実施）

- **ユーザー情報登録（初回のみ） の回答フォームへ情報を入力**

1） 友達追加後、以下のメッセージのURLをタップ



2） 情報を入力し、画面下部の[送信]ボタンを押す



3） 情報の入力は初回のみです。
入力内容を訂正する場合は、再度同じURLより入力ください。

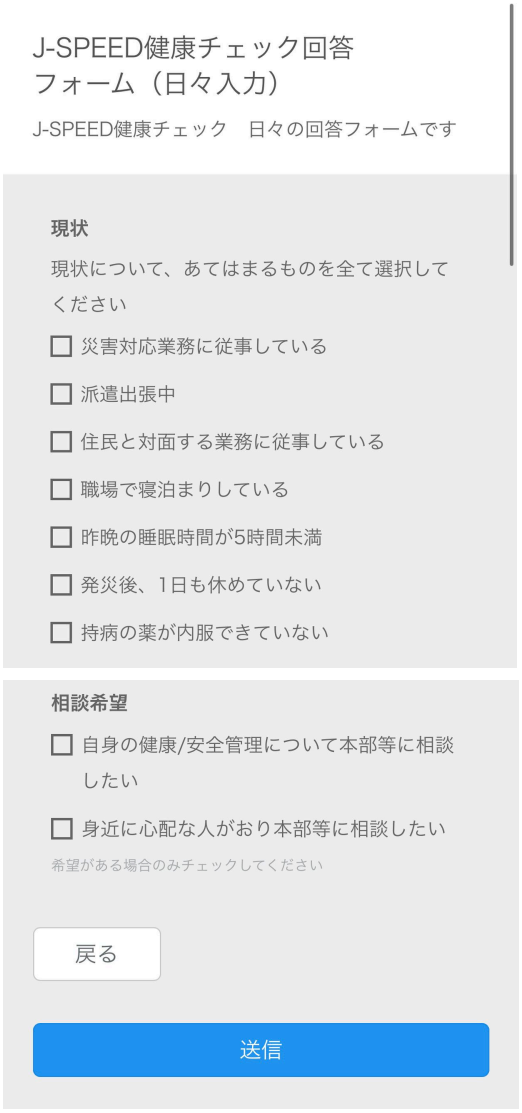
3. 健康状態入力 （日々実施）

- **J-SPEED健康チェック回答フォームへ、当日の健康状態を入力する**

1） 以下のメッセージのURLをタップ



2） 健康状態を入力し、画面下部の[送信]ボタンを押す



ご記入いただいた内容はプライバシーを守って管理され必要に応じて産業保健の専門家が支援を行います。
日々のご対応、誠にお疲れさまです。

【お問い合わせ先】
- システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）村山090-6979-7362 永田090-9791-6285
- 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-718

J-SPEED健康チェック　操作手順書（自治体 健康管理担当者向け）

□にチェックを入れながら進めてください。

1. 支援チームシステム担当者へ機構図/部局名称一覧を提供

☐ 自治体の機構図/部局名称一覧を支援チームシステム担当者へ提供する

2. 職員への周知

☐ 職員へJ-SPEED健康チェックについて周知・入力の呼びかけを行う

＜メール送信文例・ポスター掲示等＞

件名：【重要】健康チェック開始のお知らせ

職員各位

災害対応にご尽力、誠にお疲れ様です。

このたび、〇〇自治体では、職員の体調管理を目的とした健康チェックの運用を以下のとおり開始いたします。

簡便な入力形式で、日々の体調変化を把握できるよう設計しておりますので、ご協力をお願いいたします。

■開始日：〇月〇日（〇）より
■対象：本メールを受信した全ての行政職員
■方法：添付手順書の通り

健康状態に異変が見られた場合には、産業医科大学の災害産業保健支援チームが確認・フォローいたします。

この危機を乗り切っていくためには、あなたの健康を守ることが必要です。ご協力をよろしくお願いいたします。

――――――――――――――――――
〇〇市 健康管理担当
担当：〇〇（内線：1234）
Email：health@city.xxx.lg.jp

3. 集計報告書の受け取り・共有

☐ 支援チームからメール・電話で報告を受け、組織内へ共有する。

1. 支援チームより、統合集計報告書を受け取る。
   （支援チームは県全体、自治体ごと、部署ごとの報告書を提供可能）
2. 自治体内の必要な報告先に報告書を提供する。
3. 必要に応じて対応を調整する。

※集計報告書の結果からの対応例

- 個別の対応
  - 体調不良者や緊急対応が必要な事例などの有無を把握
  - 必要に応じて産業保健の専門家による職員健康管理サポートを実施
  - 必要に応じて職場上司と連携して疲弊職員の業務軽減・交代・休養等を調整
- 組織の対応
  - 保健医療福祉調整本部・災害対策本部等の関係会議への資料挿入
  - 課題認識の関係者共有（外部支援者からの指摘と呼びかけが重要）
  - 会議回数を減らす根拠に（隔日開催など）
  - 部署ごとの業務配分の見直しや、勤務体制（シフト・休憩等）の改善提案
  - 首長等トップによる理解の促進
  - メディアを通じた発信（亜急性期以降に）

お問い合わせ先
● システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）村山090-6979-7362 永田090-9791-6285
● 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-7180

J-SPEED健康チェック　操作手順書（支援チームシステム管理者向け）

PCもしくは、タブレットのWebブラウザを使用します。
□にチェックを入れながら進めてください。

1. 入力システムへ被災地行政の機構図/部局名称一覧を入力

□被災地行政の機構図/部局名称一覧を入手し、事前登録Formsに入力する

手順：

1) 被災地行政の機構図/部局名称を自治体担当者から入手
2) システム担当者に機構図/部局名称を提出
3) システム担当者が、事前登録Formsの所属欄へ入力

2. ログイン

□ システム（Kintone）ログイン画面へアクセスしログインする。

手順：

4) 下記URLへアクセスする。
https://j-speed.cybozu.com/k/

5) 表示された画面にログイン名とパスワードを入力する。
ログイン名：data@j-speed.org
パスワード：data123!

6) ログインボタンをクリックする。

7) 画面右上の「スペース」内にあるスクロールバー から「すべてのスペース」を選択

8) 「002. 自治体職員向け」をクリックする。



3. （参考）集計報告書の作成

□ 集計報告書をダウンロードする。

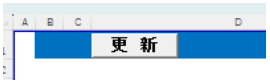
手順：

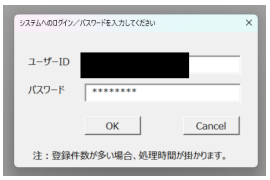
1) 下記リンクより集計報告書作成マクロ付きExcelをダウンロード
集計報告書作成ツール

□ Excelのマクロを使用し集計報告書を作成する。

手順：

2) Excelのマクロを有効化する
   a) マクロの有効化方法：Windows版
   上記ページ内の[警告を表示してすべてのマクロを無効にする]もしくは[すべてのマクロを有効にする]を参照
   b) マクロの有効化方法：Mac版
   上記ページ内の[通知ですべてのマクロを無効にする]もしくは[すべてのマクロを有効にする]を参照
3) Excelを開き、左上の更新ボタンをクリックする。
4) ユーザーID/パスワードを入力し、OKを押す
ユーザーID：
パスワード：
5) 集計報告書の完成
6) （県全体だけでなく、自治体ごと、部署ごとでの作成も可能となる予定）





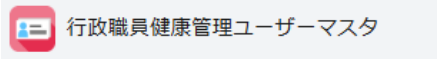
4, 集計報告書を提出

□ 集計報告書を自治体へ送信する

完成した集計報告書に日付等ファイル名を作成し、一部を自治体健康管理者へ送信する。
もう一部はシステム管理のファイルに保存する

※ 職員情報の管理（閲覧・編集）

1 アプリの欄から「行政職員健康管理ユーザマスタ」をクリックし、アプリを表示する。



編集は各行の右端のペンマーク をクリックし編集を実施

お問い合わせ先

- システム担当（広島大学公衆衛生学　J-SPEED解析支援チーム）村山090-6979-7362 永田090-9791-6285
- 産業保健担当（産業医科大学 災害産業保健センター　DOHAT）立石093-691-7180