

S1-C1

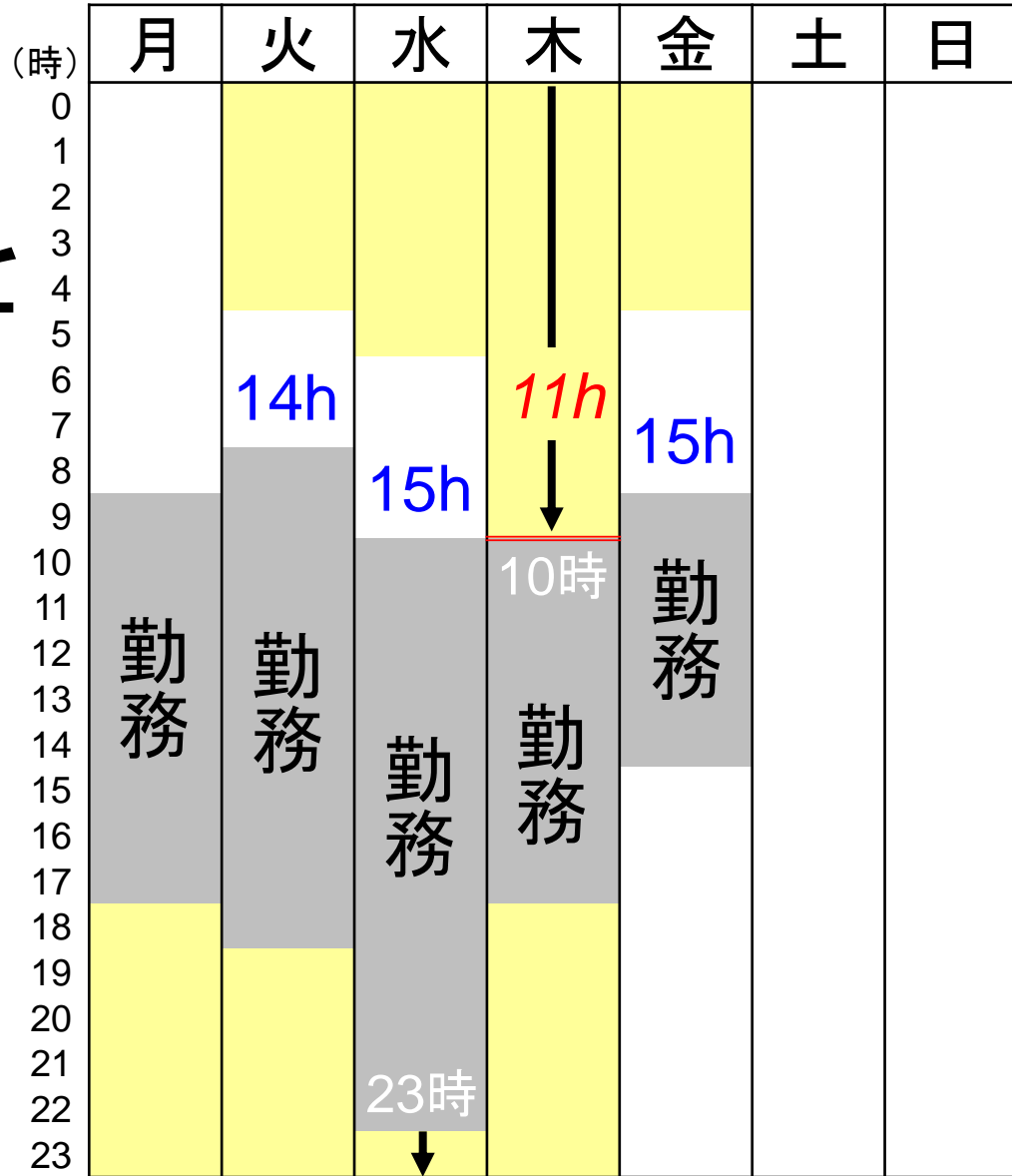
情報通信系労働者における勤務間インターバルと睡眠問題

○ 高橋正也, 土屋政雄,
三木圭一, 久保智英,
井澤修平

労働安全衛生総合研究所

本演題発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

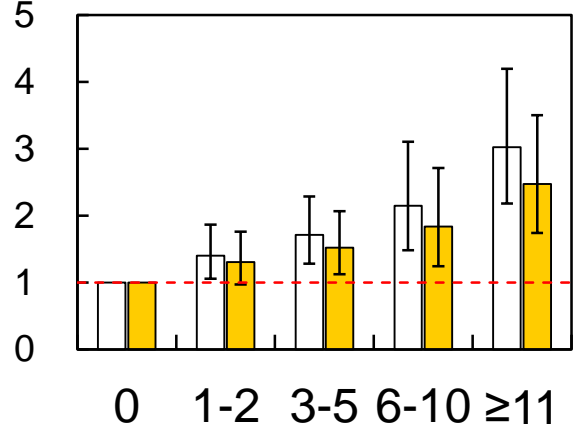
勤務間インターバル制度



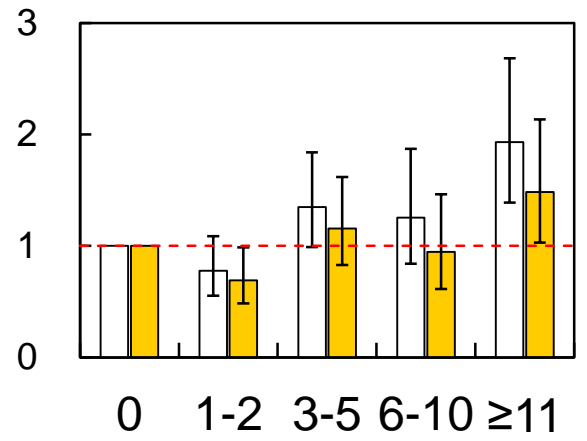
短い勤務間インターバルは睡眠の回復効果を低減する

(OR)

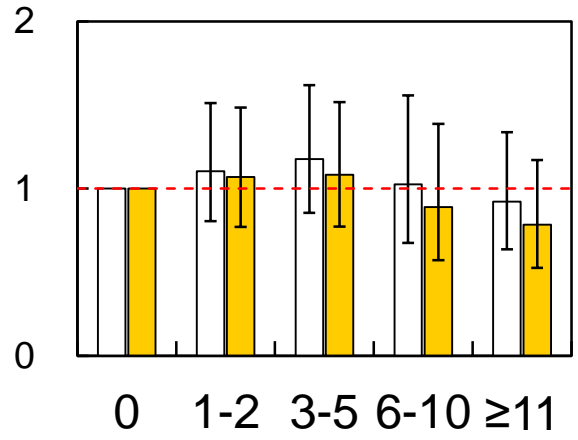
睡眠6時間
未満



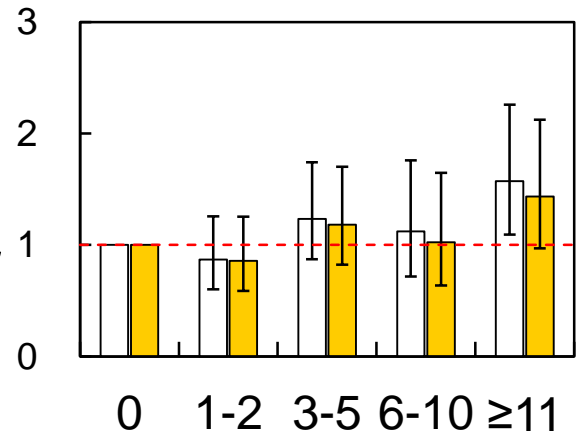
起床時
疲労感



不眠症状



仕事中の
過剰な眠気



勤務間インターバル11時間未満の月間日数

N = 1,907

□ 調整なし

■ 調整あり: 性別, 年齢, 勤務形態, 週労働時間, 仕事のストレス要因