

トレンド：2025年「休職」事情

医師・佐上徹

2025-06-13 産業カウンセリング研究会

医師・佐上徹（さがみとおる）の自己紹介

現在のミッション

- 働くすべての人が健康の知識・スキルを身につけて活躍する社会の実現

現在のポジション

- 医師・美容皮膚科クリニック院長・産業医活動。看護学校講師など教育活動。
 - 将来の病気を減らす ◦ 現在の元気を増やす医療
 - 産業医は指導者レベル（医師向け研修会講師を務める）。
- 海苔貴族 美味しい海苔の普及のための趣味 https://note.com/nori_kizoku

過去のポジション

- 放射線診断専門医として勤務。大学院で公共健康医学「みんなの健康」を専攻。

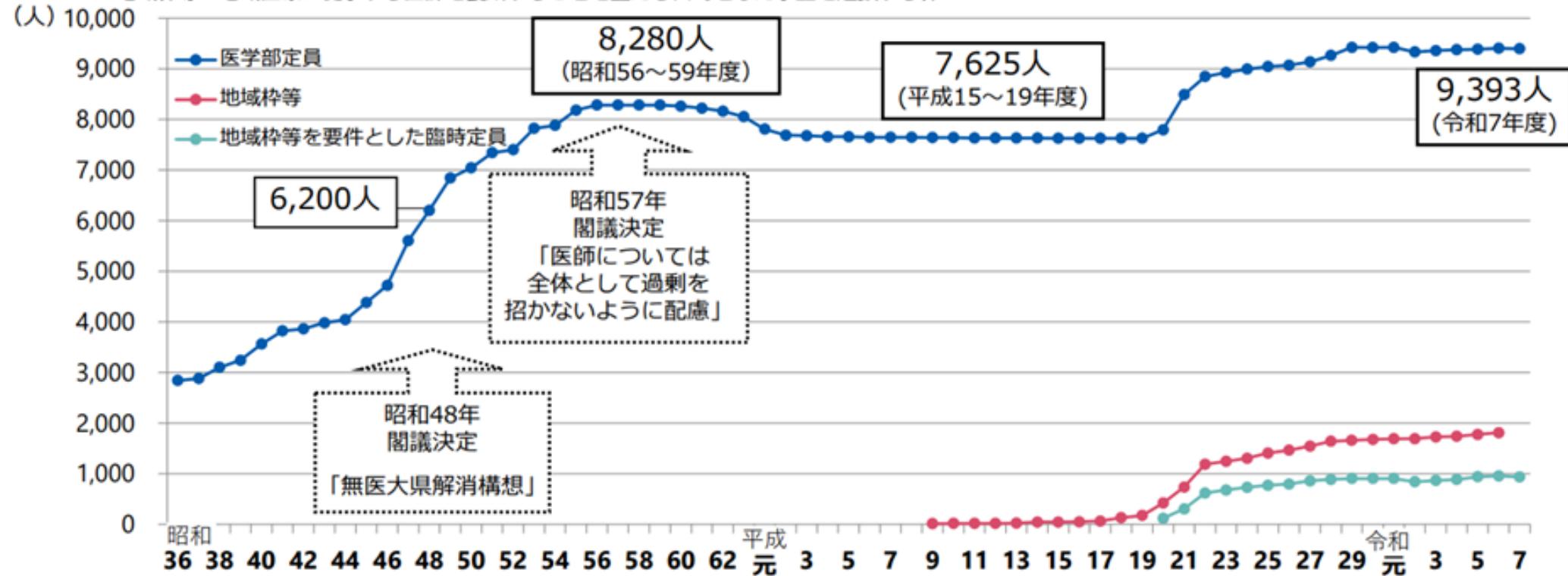
この10年、医師が増えている

医学部定員 高止まり

医学部入学定員と地域枠の年次推移

- 平成20年度以降、医学部の入学定員が過去最大規模となっている。
- 医学部定員に占める地域枠等*の数・割合も、増加してきている。 (平成19年度173人 (2.3%) →令和6年1,808人 (19.5%))

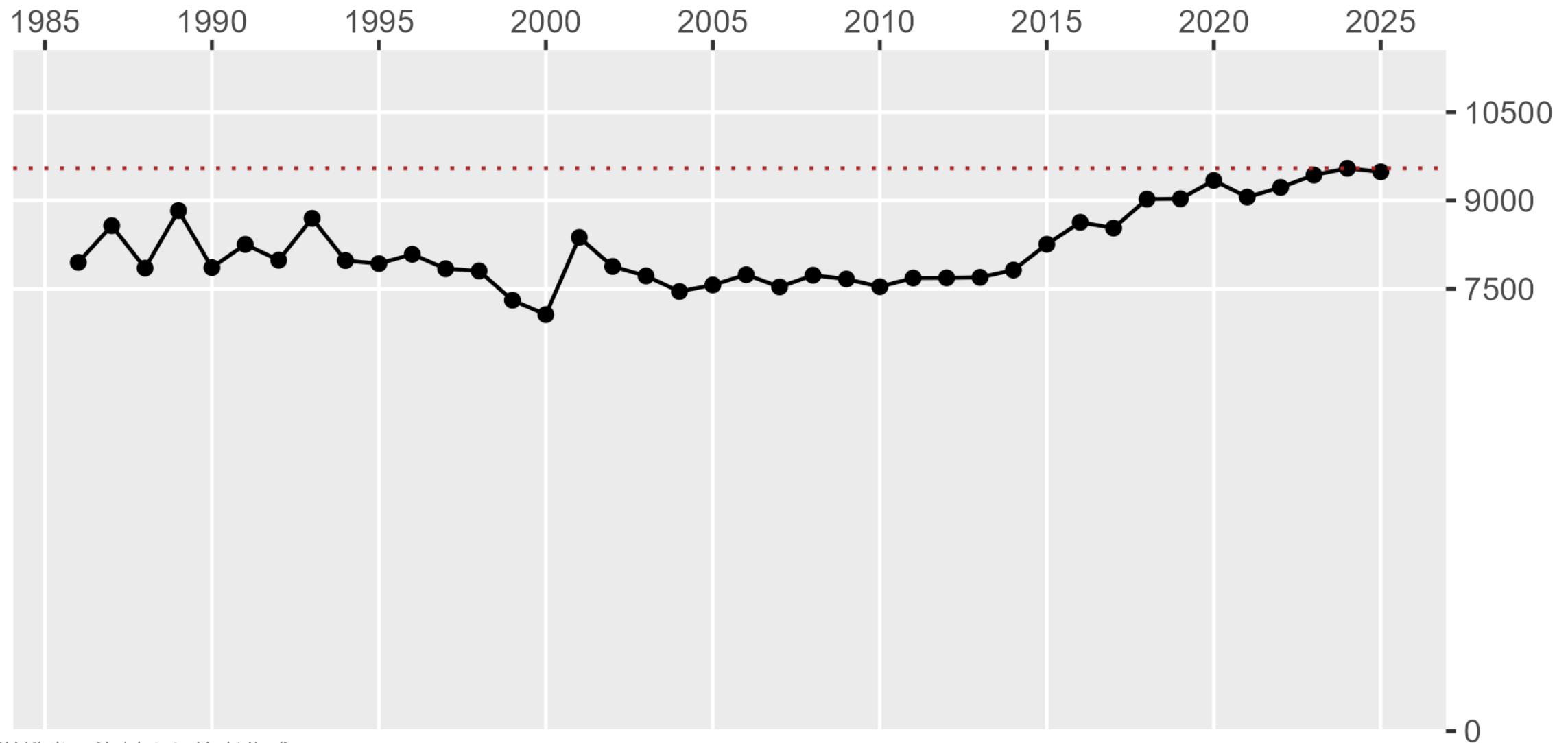
*地域枠等：地域医療に従事する医師を養成することを主たる目的とした学生を選抜する枠



	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7
医学部定員	7,625	7,793	8,486	8,846	8,923	8,991	9,041	9,069	9,134	9,262	9,420	9,419	9,420	9,330	9,357	9,374	9,384	9,403	9,393
医学部定員（自治医科大学を除く）	7,525	7,683	8,373	8,733	8,810	8,868	8,918	8,946	9,011	9,139	9,297	9,296	9,297	9,207	9,234	9,251	9,261	9,280	9,270
地域枠等以外の医学部定員	7,452	7,375	7,750	7,660	7,681	7,687	7,635	7,607	7,591	7,623	7,763	7,743	7,731	7,640	7,632	7,636	7,611	7,595	-
地域枠等	173	418	736	1,186	1,242	1,304	1,406	1,462	1,543	1,639	1,657	1,676	1,689	1,690	1,725	1,738	1,773	1,808	-
地域枠等の割合	2.3%	5.4%	8.8%	13.6%	14.1%	14.7%	15.8%	16.3%	17.1%	17.9%	17.8%	18.0%	18.2%	18.4%	18.7%	18.8%	19.1%	19.5%	-
地域枠等を要件とした臨時定員	0	118	304	617	676	731	770	794	858	886	904	903	904	840	865	885	938	955	933
地域枠等を要件とした臨時定員の割合	0%	1.5%	3.6%	7.1%	7.7%	8.2%	8.6%	8.9%	9.5%	9.7%	9.7%	9.7%	9.7%	9.1%	9.4%	9.6%	10.1%	10.3%	10.1%

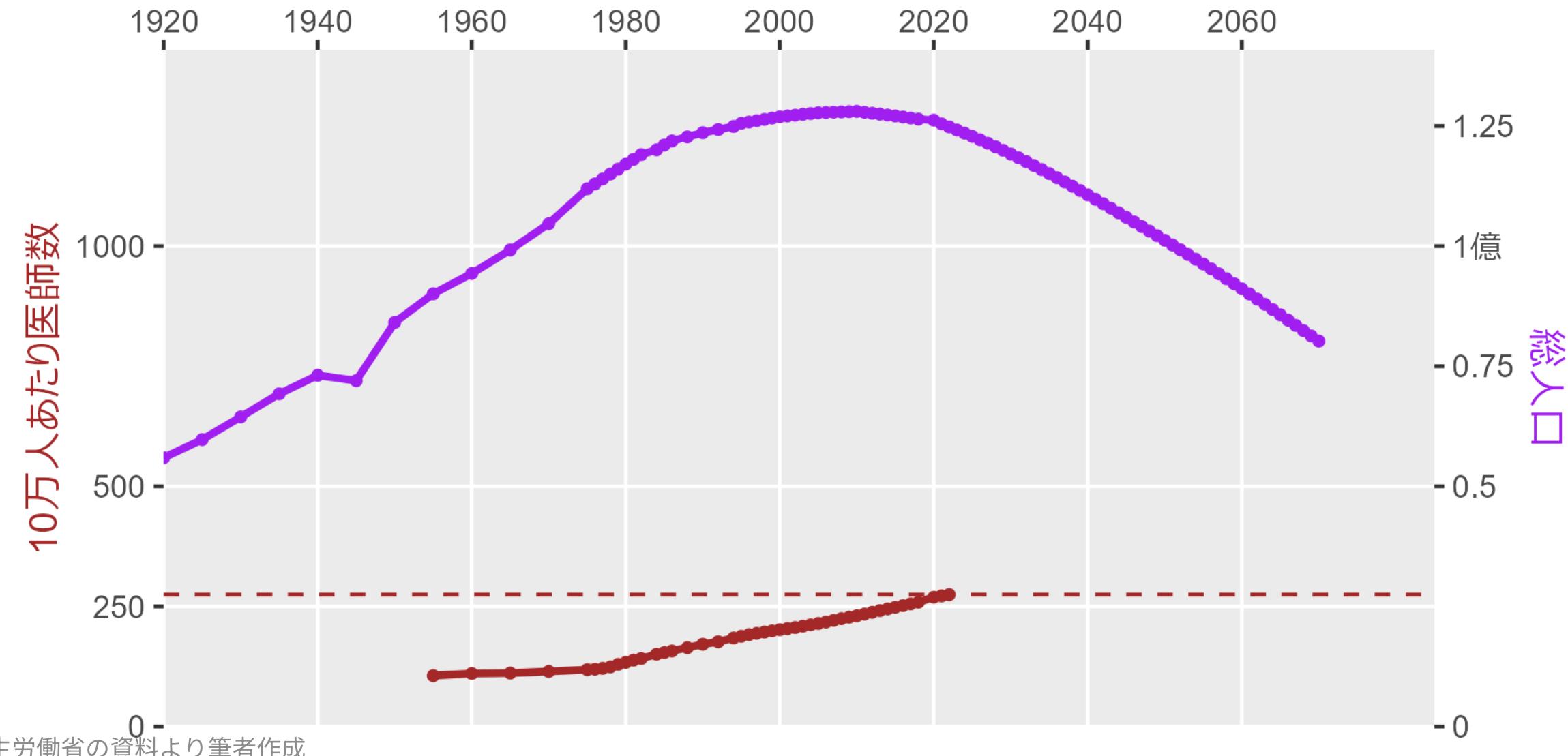
医師国家試験合格者年次推移1986-2025

合格者数2015年から増加: 最大9547人(2024年)



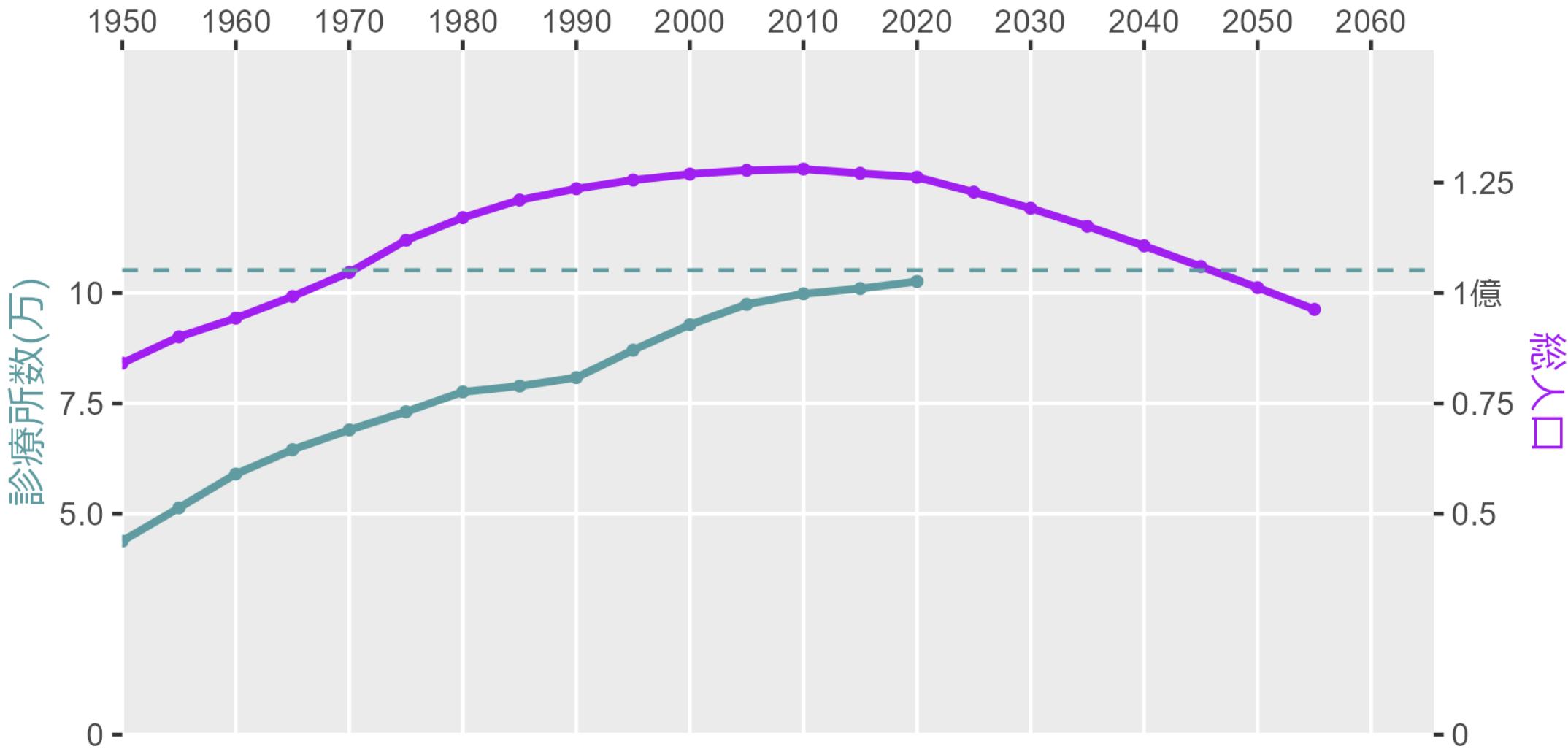
人口10万人あたり医師数と我が国の総人口(推計)

人口10万人あたり医師数：274.7人(2022年)

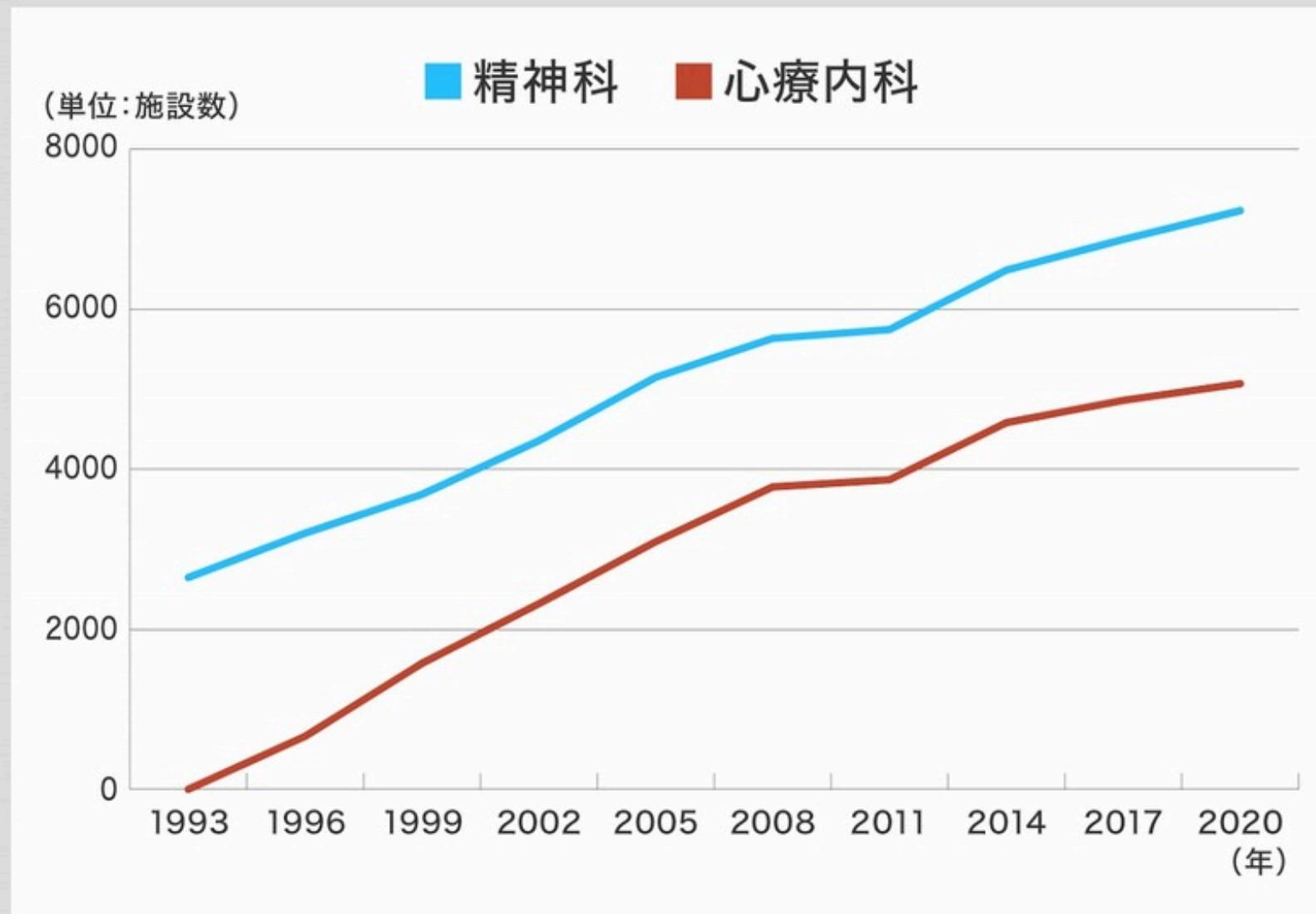


外来患者
2025年
ピーク

診療所数と我が国の総人口(推計)
診療所は一貫して増加中：105182箇所(2022年)



精神科と心療内科を掲げる診療所数の推移

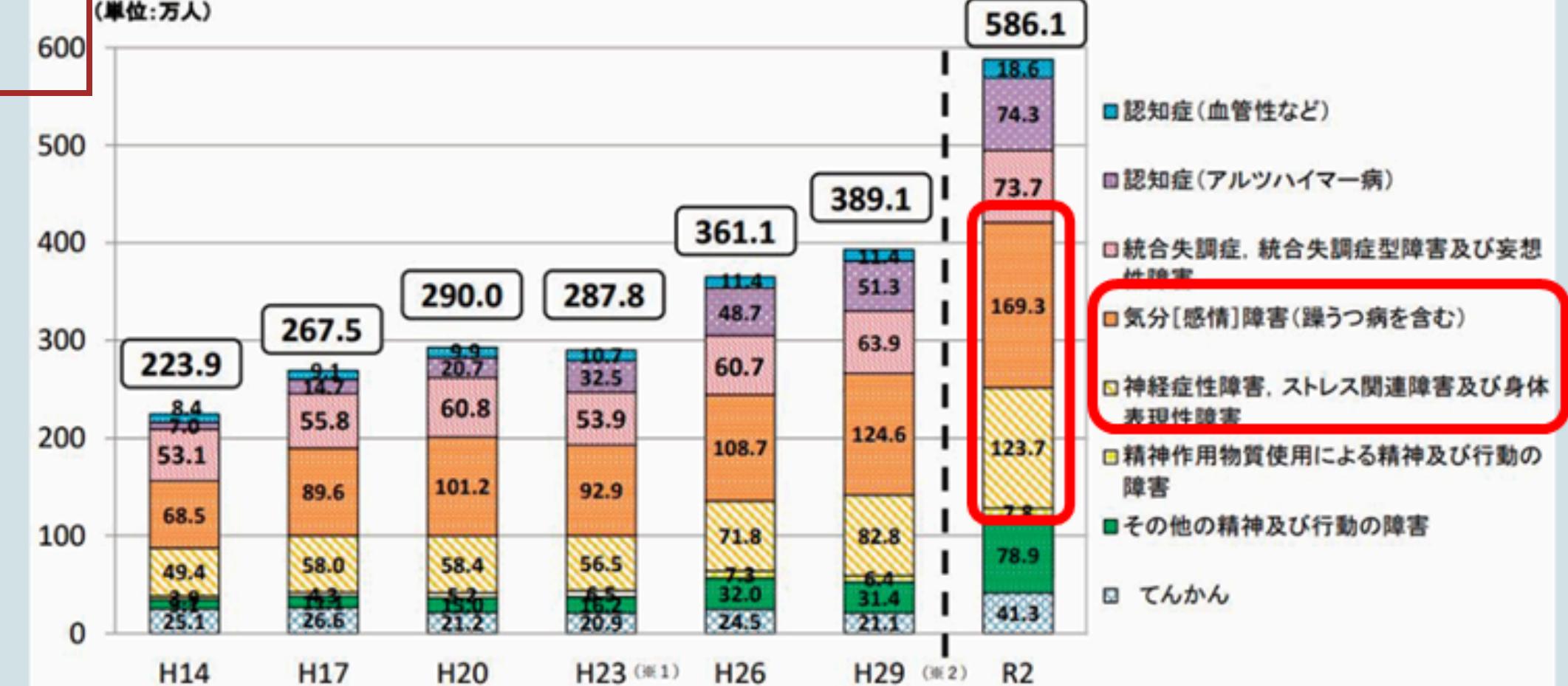


<https://news->

出典: 厚生労働省
「令和2(2020)年医療施設(静態・動態)調査(確定数)・病院報告の概況」

Yahoo!ニュース
オリジナル

外来患者 増加

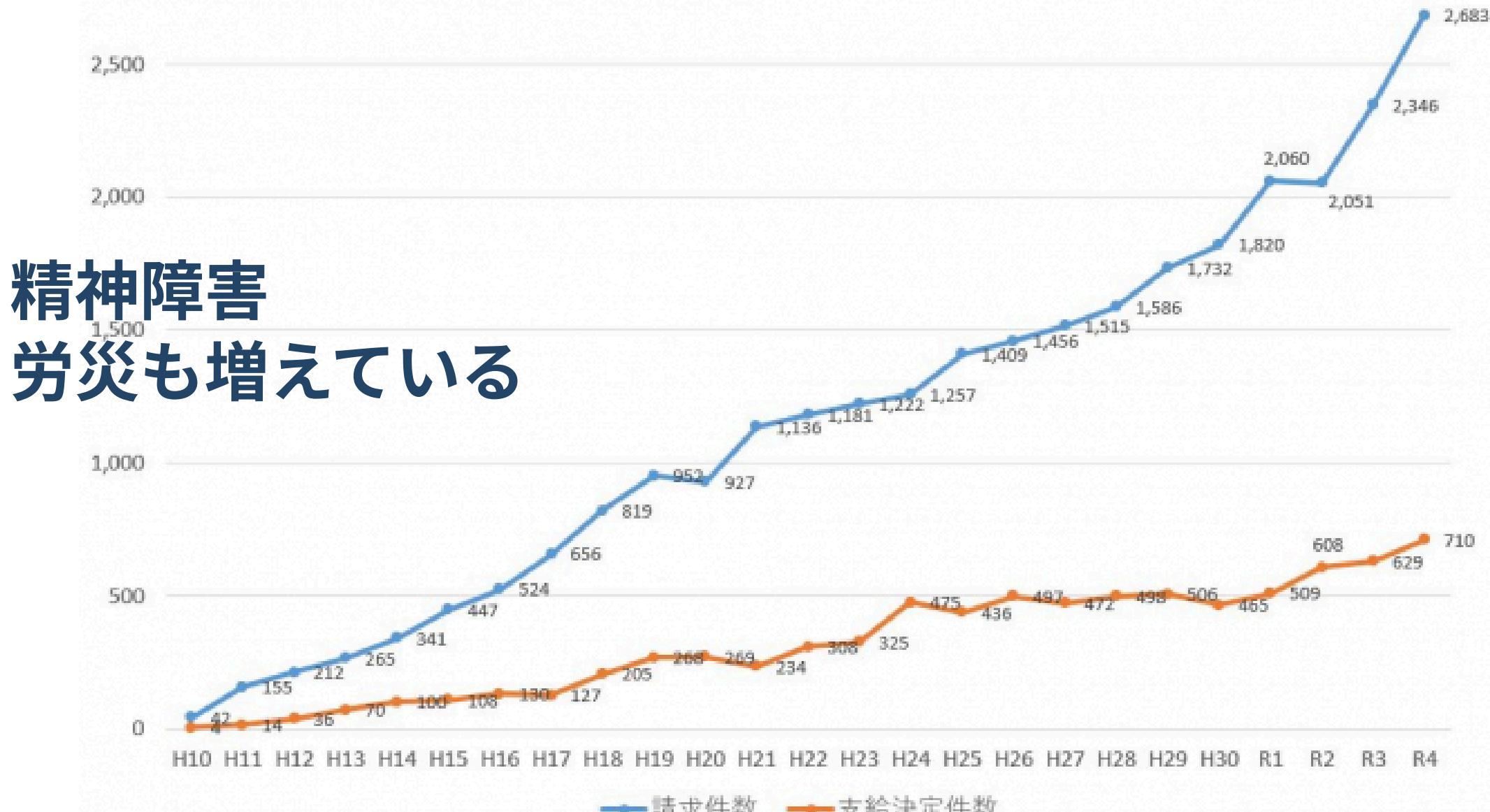


※1) H23年の調査では宮城県の一部と福島県を除いている。

※2) R2年から総患者数の推計方法を変更している。具体的には、外来患者数の推計に用いる平均診療間隔の算出において、前回診療日から調査日までの算定対象の上限を変更している(H29年までは31日以上を除外していたが、R2年からは99日以上を除外して算出)。

資料：厚生労働省「患者調査」に基づき、厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部作成

精神障害にかかる労災請求件数と支給決定件数の推移



精神障害
労災も増えている

現状分析：何が起きている？

- 医者・診療所の増加→患者増加と相関
- すぐ休ませる医師の増加（後述）
 - 専門性が高くない精神科・心療内科クリニックの増加
 - オンライン診療の悪夢
- 医師が患者を作っている側面は否定できない
 - 「軽い病気」「従来は病気とは言えなかった状態」

「医療化」 medicalization

- 医学の対象ではなかった現象や行動が、医学の枠組みで理解・介入されるようになること。社会的・文化的・道徳的な問題や、単なる「個人差」「老化現象」などが「病気」とされ、治療や介入の対象に
 - 適応障害・職場の不適応が「病気」に

「疾患喧伝」 Disease Mongering

- 特定の病気を社会問題として大きく取り上げ治療を促すことで、自社の治療薬の販売を促進する行為を指します。疾患の定義を広げ、必要以上に問題化し、治療の必要性を強調することで、市場を拡大しようとする行為
 - メンタル対策・カウンセリング・健康経営がビジネス化

すぐ休ませる医者の増加

- 土日・祝日も診察中
- 診断書「即日発行」
- 専門性が極めて低い医師による低質診療
 - 気軽に診断書がほしい患者との利害関係が完全に一致

オンライン診療の悪夢

- 話もろくに聞かず、本人希望で休職・復職の診断書
- 自己都合休職・自己都合復職の増加
- 「他の患者に会わない→感染のリスクが少ない」触れ込み
 - 患者を診るつもりのない医者の増加？

新患さんいらっしゃい

新宿駅前の精神科・心療内科

365日営業・当日利用OK

休職手続きや保険申請にお使いいただける

「診断書」の即日発行可能



医師の診察内容に基づき

即日診断書発行の手続きが可能です。

*ご相談内容によっては記載できない事例もございます。医師判断となりますので、予めご了承ください

いつでもどこでもオンライン診療



PC・スマホで簡単オンライン診療

- 自宅やオフィスで診察、待ち時間・通院不要。 薬の自宅配送が選べる。
- 平日・土日ともに24時まで診療、24時間 & 当日予約可能。



「リワーク」ビジネスが跋扈している？

日本最大級？

リワークセンターってどんなところ？

日本最大級の
復職支援の専門機関だよ



リワークセンターは、**休職・離職中の方**が利用できる**復職専門の支援機関**です。

うつ病や適応障害などのメンタル不調のある方が、主に利用しています。

安心して復職できるように、**全国で日々500名以上の方をサポート**しています。

職場復帰率

92%

職場復帰者

2000
名以上

年間相談数

8000
件以上

復帰率23年度実績、相談数24年度実績、職場復帰者数は事業開始年度以降の累計実績

リワーク施設「リウェル」はエムステージグループ



企業情報 サービス概要 ▼ リワーク施設一覧 コラム 採用 ニュース お問い合わせ ▼



株式会社リウェル
代表取締役

鈴木 友紀夫

事業内容

就労移行支援サービス事業

障害者総合支援法に基づく障害福祉サービス事業

法人向けリワーク支援と関連業務の請負事業

設立

2022年4月

資本金

9,900万円

役員

代表取締役 鈴木 友紀夫

取締役 杉田 雄二

本社

〒141-6005 東京都品川区大崎2-1-1 ThinkPark Tower5F

アクセス：JR・りんかい線「大崎駅」南改札より徒歩2分

株式会社エムステージ

事業場向け産業保健支援事業、医療人材総合サービス事業をおこなう事業会社です。

産業保健支援事業では、産業医のご紹介から実働支援までをワンストップで提供。産業保健改革を後押しすることで、生産性の向上や医療費の適正化にも貢献していきます。

医療人材総合サービス事業では、医療機関と医療従事者の最適なマッチングを支援。多様な働き方を可能にし、すべての人が最大限に能力を活かせるようにすることで、誰もが安心して医療を受けられる社会を実現します。

医療人材

ヘルスケア



株式会社が「医療」に参入

- 医療需要の掘り起こし？
- 休職が増えたほうが得？

すぐ辞める若者の増加

- 退職代行「モームリ」
 - 無駄な軋轢の排除（争い事となるべく避ける）
 - クラス替えをしない学校、希望を言える学校…
- 上司ガチャ・配属ガチャ
- 就職（内定獲得）がゴール

上司に「きつく」言われた…

- 合理的指導の範囲内 **vs** ハラスメント

傷病手当金・失業給付

- 最近の若者→まず自分の「権利」を主張
 - もらえるものは、とにかくもらう

「リワーク」の実態は？

- 商業ベース？
 - 自立支援医療・福祉の措置（勤労者は負担が少ない）
 - 大手企業の進出・大企業との連携（復職時の**義務化**）
- 再発しないスキルを養成するというが、漫然と通所する・させるケースも多い
 - 私見：通院期間3-6ヶ月以上は長すぎではないか？
 - 会社によっては3年休職
 - リワークへの不適応はある

私見：さっさと退職・転職したほうがいいケースもある

- 適応障害であれば「ストレス因がなくなると、6ヶ月以内に症状が改善される」
 - 職場復帰がストレスという人もいる

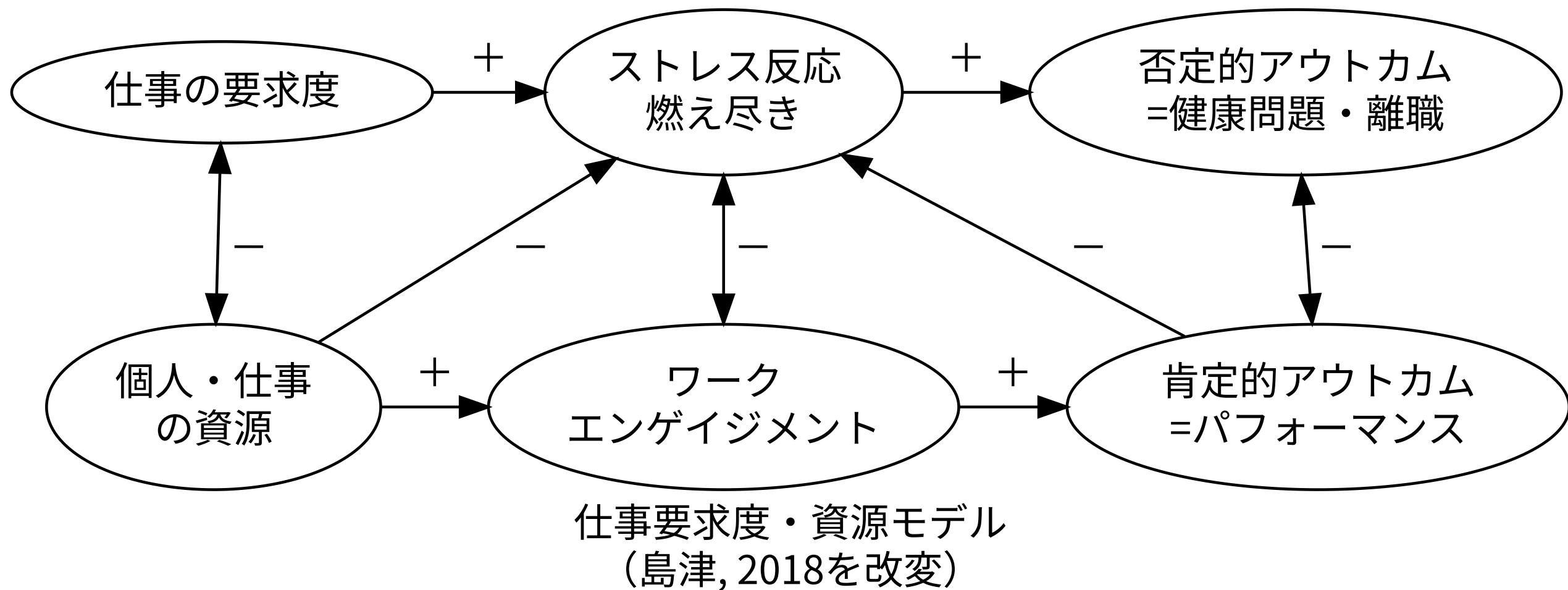
そんなやり方では「再発」「再休職」する

- やめグセ・休みグセ
- 疾病利得
 - 治療意欲を低下させたり、病気の回復を妨げたり…
 - 病気の自己認定が強化される
- 若者に寄り添い風味の、心地よさげ受け皿
 - メンタルクリニック
 - リワーク
 - 退職代行

便利・アクセスの良いことを「親切」と勘違いさせている？

私見：職場全体への産業保健・メンタル対策の失敗

- 事前領域（予防）の対策が不十分
 - 長時間労働・過重労働・職場のストレスに対する配慮・対策
 - 職場適応・コミュニケーションの問題
 - リモート勤務、職場文化
 - 勤労者全体の「ストレス対処能力の育成」が不十分
 - 健康診断の無意味化・ストレスチェックの形骸化
- 「受け皿」を充実させても休職は減らない
 - 1次予防（そもそも病気にならない対策・教育・働き方）にシフトすべき



仕事要求度・資源モデル vs 職業性ストレスモデル

- 否定的アウトカム（健康問題＝疾病発生・休職と離職）の予防には...
 - 仕事の要求度を減らす：職種変更 長時間労働改善 増員 権限委譲と裁量...
 - 個人・仕事の資源を増やす
 - 個人の資源：テクニカルスキル・ストレス解消スキル
 - ヒューマンスキル（コミュ力・サポート力）
 - 仕事の資源：職場でのサポーター・スキルアップの機会・福利厚生

「辞めない会社は病まない会社」「病まない会社は辞めない会社」

- ワーク・エンゲイジメント＝働き手が仕事に誇りをもち、仕事にエネルギーを注ぎ、仕事から活力を得て生き生きしている状態
- パフォーマンス・業績につながる → 失業や倒産の予防