

令和 8（2026）年度関西医科大学大学院看護学研究科

博士前期課程

入学試験問題 夏期

専門科目（精神看護学）

問題 1 職場における労働者のメンタルヘルスケアについて、以下の設問に答えなさい。

- 1) 第 14 次労働災害防止計画の重点対策の 1 つにあげられている労働者の健康確保対策の推進（①メンタルヘルス対策、②過重労働対策、③産業保健活動）について、①②③をそれぞれ説明しなさい。
- 2) 労働者の心の健康保持の増進のための指針（厚生労働省）の 4 つのメンタルヘルスケアのうち、労働者のセルフケアについて、具体例を挙げて説明しなさい。

問題 2 自殺の危険の高い患者に対する援助について、以下の設問に答えなさい。

- 1) 自殺の危険因子を挙げなさい。
- 2) 自殺の危険の高い患者に対する援助について記述しなさい。

令和 8 年度 (2026) 関西医科大学大学院看護学研究科
博士前期課程 入学試験問題 夏期 専門科目 (精神看護学)
出題の意図および解答例

問題 1

【出題の意図】

第 14 次労働災害防止計画の重点対策である「労働者の健康確保対策の推進」から、メンタルヘルス対策、過重労働対策、産業保健活動に関する基本知識を問う。また、『労働者の心の健康保持増進のための指針』に示される 4 つのケアのうち、「セルフケア」に焦点を当て、職場におけるストレス対処などの自己管理能力を評価する。

1)

- ①メンタルヘルス対策では、事業主はストレスチェックの実施とその結果に基づく職場環境の改善、ハラスメント防止対策に取り組む。
- ②過重労働対策では、時間外労働の削減、年次有給休暇の取得促進、勤務間インターバル制度の導入を進める。
- ③産業保健活動では、事業場の状況に応じた産業保健スタッフの確保と必要なサービスの提供、治療と仕事の両立支援を行う。

2)

Rest：休息、休養、睡眠。オンとオフを切り替え、休息をしっかりとる。疲労が蓄積する前に意識して短い休憩をとる。

Recreation：運動、趣味、娯楽などで、ストレスを発散させる。レクリエーションの時間を取り入れ、好きなことに打ち込むことで、日々のストレスから意識をそらせるようにこころがける。

Relax：ストレッチ、瞑想、音楽などのリラクセーションで、筋肉の緊張を解くなど、精神を安定させる。家族や友人との団らんなど、緊張を解きほぐす時間を持つ。

問題 2

【出題の意図】

自殺の危険の高い患者は生命の危機的状況にあり、自殺予防と安全の確保は精神看護における最優先課題である。そのため、自殺の危険因子の的確なアセスメント、および心理的危機にある患者への適切な関係性の構築と危機援助法について、看護職として必要な基礎的知識と援助方策を問う。特に、自殺の危険因子の正確な把握、心理的危機援助法の理解といった、臨床で求められる精神看護学のアセスメント力とケアの方向性を評価する。

【解答例】

1)

自殺企図歴

精神疾患の既往

サポートの不足

喪失体験

虐待体験

2)

※心理的危機援助法

り：リスク評価で、自傷・他害のリスクをチェックする。

は：はんだん、批判せずに話を聴く。

あ：悩んでいる人にあんしん、情報を与える。

さ：サポートを得るように勧める。

る：自分で対応できる対処法（セルフ・ヘルプ）を勧める。