

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

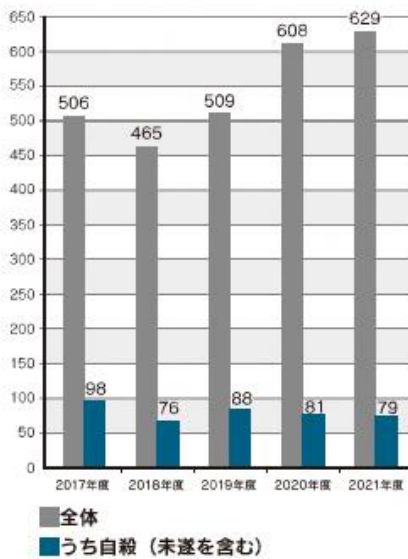
みなさん、お仕事お疲れ様です。ただ、疲れがたまっていますか？ おそらく聞いたことがある、あるいはもしかしたら身近に感じている方もいらっしゃるかもしれません。今回のお話は「過労死等」についてです。

「過労死等」とは、業務における過重な負荷による脳血管疾患・心臓疾患を原因とする死亡、業務における強い心理的負荷による精神障害を原因とする自殺による死亡、加えて、死亡には至らないが、これらの脳血管疾患・心臓疾患、精神障害のことをいいます。

右上のグラフのとおり、精神障害に係る労災認定件数は増加傾向にあり、2021年度は629件となっています。脳・心臓疾患に係る労災認定件数は徐々に減少する傾向にはありますが、それでも2021年度に172件が認定されています。

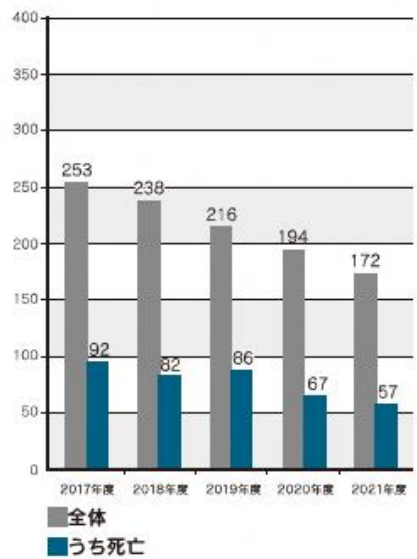
また、宇都宮監督署にも過重労働に関する相談や情報が多く寄せられています。「夫の帰りが毎日遅く、休日出勤も続いている。そのうち倒れるのではないか」「上司のパワハラが酷い。もう限界だ」といった切実な相談も珍しいものではありません。

■精神障害に係る労災認定件数の推移



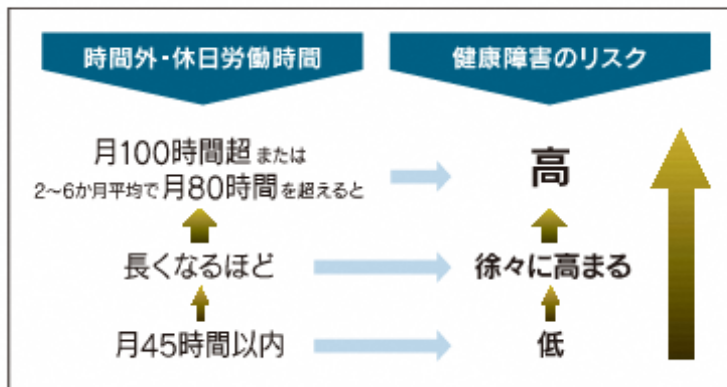
注) 労災認定件数は、当該年度内に「業務上」と認定した件数で、当該年度以前に請求があったものを含む

■脳・心臓疾患に係る労災認定件数の推移



注) 労災認定件数は、当該年度内に「業務上」と認定した件数で、当該年度以前に請求があったものを含む

■時間外・休日労働時間と健康障害リスクの関係



【注意】

- ①上の図は、労災補償に係る脳・心臓疾患の労災認定基準の考え方の基礎となった医学的検討結果を踏まえたものです。
- ②業務の過重性は、労働時間のみによって評価されるものではなく、就労態様の諸要因も含めて総合的に評価されるべきものです。
- ③「時間外・休日労働時間」とは、休憩時間を除き1週間当たり40時間を超えて労働させた場合におけるその超えた時間のことです。
- ④2~6か月平均でおおむね月80時間を超える時間外・休日労働時間とは、過去2か月間、3か月間、4か月間、5か月間、6か月間のいずれかの月平均の時間外・休日労働時間が、おおむね80時間を超えるという意味です。

働くことにより、健康や生活が損なわれてしまうということはありません。また、「過労死等」は本人やご家族だけではなく、職場や社会にとっても大きな損失となります。

過労死等の原因の一つである長時間労働を削減して仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を図ることや健康維持に努めることに加え、良好な職場環境・職場風土を作って心理的負荷を軽減していくことが重要となっています。

作成：宇都宮労働基準監督署
(令和4年12月)