

報道関係者 各位

令和5年10月30日

【照会先】

青森労働局 労働基準部 監督課

監督課長 岩淵 稔

過重労働特別監督監理官 岡山 康成

(直通電話) 017(734)4112

11月は「過労死等防止啓発月間」です

～過労死等防止対策推進シンポジウムや過重労働解消キャンペーンなどを実施～

厚生労働省では、11月を「過労死等防止啓発月間」と定め、過労死等をなくすためにシンポジウムやキャンペーンなどの取組を行います。この月間は、「過労死等防止対策推進法」に基づくもので、過労死等を防止することの重要性について国民の自覚を促し、関心と理解を深めるため、毎年11月に実施しています。

この月間中、青森労働局（局長 ^{いじま としゆき} 井嶋 俊幸）では、県民への周知・啓発を目的に、青森市内において「過労死等防止対策推進シンポジウム」を開催するほか、「過重労働解消キャンペーン」として、長時間労働の是正や賃金不払残業などの解消に向けた重点的な監督指導やセミナーの開催、一般の方からの労働に関する相談を無料で受け付ける「過重労働解消相談ダイヤル」などを行います。

「過労死等」とは…①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
②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
③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

【取組概要】

1 「過労死等防止対策推進シンポジウム」の実施

過労死等の防止のための活動を行う民間団体と連携して、青森市内においてシンポジウムを開催します（無料でどなたでも参加できます。）。

日時 令和5年11月8日（水）午後6時～午後8時（受付 午後5時30分～）
会場 ハートピアローフク 大会議室（青森市本町三丁目3-11）
（詳細は別添リーフレットをご覧ください。）

[参加申込方法] 事前に下記の特設ホームページからお申込みください。

[過労死等防止対策推進シンポジウム \(p-unique.co.jp\)](http://p-unique.co.jp)

2 過重労働解消キャンペーンの実施（詳細は次項や下記の特設ページを参照ください。）

過労死等につながる過重労働などへの対応として、長時間労働の是正や賃金不払残業などの解消などに向けた重点的な監督指導や、全国一斉の無料電話相談などを行います。

[過重労働解消キャンペーン特設ページ]

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/roudoukijun/campaign_00004.html

■「過重労働解消キャンペーン」概要

1 労使の主体的な取組を促します

キャンペーンの期間中に、県内の使用者団体や労働組合に対し、青森労働局長による協力要請を行います。

2 青森労働局長によるベストプラクティス企業との意見交換を実施します

青森労働局長が管内企業の経営トップとの意見交換により、長時間労働削減等に向けた積極的な取組事例を収集し、ホームページなどを通じて地域に紹介します。

(詳細は別途お知らせします。)

3 重点監督を実施します

長時間労働が行われていると考えられる事業場などへ、県内の労働基準監督署が重点的な監督指導を行います。

4 過重労働相談受付集中期間を設定します

11月1日(水)から11月7日(火)を過重労働相談受付集中期間とし、青森労働局及び労働基準監督署において、過重労働に係る相談と労働基準関係法令違反が疑われる事業場の情報を積極的に受け付けます。

また、労働条件相談ほっとラインでも、平日17:00~22:00、土日祝日9:00~21:00に相談をお受けしています。

※11月4日(土)、5日(日)は、労働条件相談ほっとラインのみの受付となります。

5 特別労働相談を実施します

11月3日(金・祝日)に下記相談窓口にて電話による特別労働相談を実施します。

(1) 過重労働解消相談ダイヤル

[電話番号] 0120(794)713(フリーダイヤル)

令和5年11月3日(金・祝日)9:00~17:00

※労働基準監督官が相談に対応します。

(2) 労働条件相談ほっとライン【委託事業】

[電話番号] 0120(811)610(フリーダイヤル)

令和5年11月3日(金・祝日)9:00~21:00

6 過重労働解消のためのセミナーを開催します

企業における自主的な過重労働防止対策を推進することを目的として、10月~1月に、オンライン又は会場開催により、「過重労働解消のためのセミナー」(委託事業)を実施します。(無料でどなたでも参加できます。)

[専用ホームページ]

[過重労働解消のためのセミナー及び過重労働解消キャンペーンに関する広報事業 | 令和5年度厚生労働省委託事業 \(kajyu-kaisyou-zenkiren.com\)](https://www.kajyu-kaisyou-zenkiren.com)

しごととより、 いのち。

仕事は本来、やりがいや生きがいを生み出し、
人生を豊かにしてくれるもの。
だからこそ、働き過ぎやストレスで心や体の健康を損なうのは
絶対にあってはならないことです。
すべての人が健康で、
毎日イキイキと働き続けられる社会へ。
みんなで一緒に考えてみませんか。

過労死をゼロにし、健康で充実して
働き続けることのできる社会へ。



STOP!
過労死

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

労働条件や健康管理に関する相談窓口等一覧

労働条件等に関するご相談は...

お近くの都道府県労働局労働基準部監督課、労働基準監督署、
総合労働相談コーナーにご相談ください。(開庁時間 平日8:30~17:15)



●労働条件相談ほっとライン(電話相談)

労働条件に関することについて無料で相談に応じています。
日本語の他、13言語に対応しています。

"Labour Standards Advice Hotline" Foreign language support is also available.

0120-811-610

平日/17:00~22:00 土・日・祝日/9:00~21:00 (12/29~1/3を除く)

●確かめよう労働条件(ポータルサイト)

労働条件や労務管理に関するQ&Aを、労働者や
そのご家族向け、事業主や人事労務担当者向けに
その内容を分けて掲載しています。

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/>



ハラスメントに関するご相談は...

●総合労働相談コーナーのご案内

パワーハラスメントについての相談はこちら。
<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html>



●都道府県労働局雇用環境・均等部(室)一覧

セクシュアルハラスメントなどの相談はこちら。

<https://www.mhlw.go.jp/content/000177581.pdf>



●あかるい職場応援団(ポータルサイト)

ハラスメント対策に役立つ情報の
提供を行っています。

<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>



職場における健康管理やメンタルヘルス対策に関するご相談は...

●こころの耳電話相談

メンタルヘルス不調や過重労働による健康障害に関することについて無料で相談に応じています。

0120-565-455

月・火/17:00~22:00 土・日/10:00~16:00 (祝日及び年末年始を除く)

メール相談 24時間受付

SNS相談 月・火 17:00~22:00 / 土・日 10:00~16:00
(祝日及び年末年始を除く)



●こころの耳(ポータルサイト)

こころの不調や不安に悩む働く方、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方をはじめ、ご家族の方、部下を持つ方、支援者の方など、さまざまな立場の方に役立つ情報やコンテンツを掲載しています。
<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



●まもろうよこころ

もしもあなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。匿名でも大丈夫です。電話でもSNSでも大丈夫です。

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



過労死の防止のための活動を行う 民間団体の相談窓口

▶過労死等防止対策推進全国センター

<https://karoshi-boushi.net/>



▶過労死弁護団全国連絡会議

(過労死110番全国ネットワーク)

<https://karoshi.jp/>



▶全国過労死を考える家族の会

<https://karoshi-kazoku.net/>



参加 無料

過労死等防止対策推進シンポジウム

11月を中心に、全国47都道府県、48か所で開催しています。

お問い合わせ先 専用ナビダイヤル **0570-087-555**
(月~金 9:00~17:30)



リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

青森会場

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

過労死等 防止対策推進 シンポジウム

過労死をゼロにし、健康で充実して
働き続けることのできる社会へ

近年、働き過ぎやパワーハラスメント等の労働問題によって
多くの方の尊い命が失われ、また心身の健康が損なわれ深刻な社会問題となっています。
本シンポジウムでは有識者や過労死で亡くなられた方のご遺族等にもご登壇をいただき、
過労死等の現状や課題、防止対策について考えます。

日時 2023年11月8日(水)
18:00~20:00 (受付17:30~)

会場 ハートピアローフク 大会議室
(青森市本町三丁目3番11号)

参加無料
《事前申込》

▼ 特設ホームページはこちら▼

過労死等防止対策推進シンポジウム

検索



二次元バーコードを
読み込んで下さい。

青森会場

プログラム

[主催者挨拶]

[基調講演]

「過労死等防止に役立つ職場環境改善のヒント ～過労死等に係る労災認定事案の分析研究等の成果から～

吉川 徹氏 (独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所
過労死等防止調査研究センター 統括研究員)

[行政の取組説明] 青森労働局

[企業の取組事例]

「貨物自動車運送業における取組事例等について」

公益社団法人 青森県トラック協会 事務局長 葛西 直樹 氏

[遺族からの声]

会場のご案内

ハートピアローフク 大会議室

(青森市本町三丁目3番11号)

- ・JR「青森駅」より徒歩15分
- ・駐車台数に限りがあります。満車の場合はご容赦願います。

参加申込について

- ▶ 会場の都合上、事前申し込みをお願いします。
- ▶ 申し込みは Web または FAX でお願いします。
- ▶ 受付番号を発行いたします。当日会場受付にて受付番号をお知らせください。
- ▶ 定員になり次第締め切りとさせていただきますのでご了承ください。
- ▶ 定員超過の場合は、電話またはメールでご連絡いたします。
- ▶ 連絡先の TEL か E-mail のどちらかは必ずご記入ください。
- ▶ 参加(証明)書の発行はいたしておりません。予めご了承ください。

◎Webからの申し込み

二次元バーコードを読み込んで下さい。



▼ 特設ホームページはこちら

過労死等防止対策推進シンポジウム



<https://www.p-unique.co.jp/karoushiboushisympo>

- 以下の参加申込書に必要事項を記載の上、FAXをお願いいたします。FAX番号 **03-6264-6445**
- 下記の「個人情報の取扱いについて」に同意の上、ご記入ください。 → 同意しました。

過労死等防止対策推進シンポジウム [参加申込書]

● 次の該当する に をお願いいたします。

- 経営者 会社員 公務員 団体職員 教職員 医療関係者 弁護士
 社会保険労務士 パート・アルバイト 学生 過労死等の当事者・家族
 その他 []

| | | |
|--------|-------------|------|
| お名前 | ふりがな | ふりがな |
| | ふりがな | ふりがな |
| 連絡先 | ●TEL: ●FAX: | |
| | ●E-mail: | |
| 企業・団体名 | | |

【個人情報の取扱いについて】 ・ご記入いただいた事項は、過労死等防止対策推進シンポジウムの申込受付業務を目的として使用します。 ・他の目的ではご本人の同意なく第三者に提供をいたしません。 ・委託運営株式会社プロセスユニークの「個人情報保護方針 (<https://www.p-unique.co.jp/hp/privacy.html>)」に従い適切な保護措置を講じ、厳重に管理いたします。

吉川 徹氏

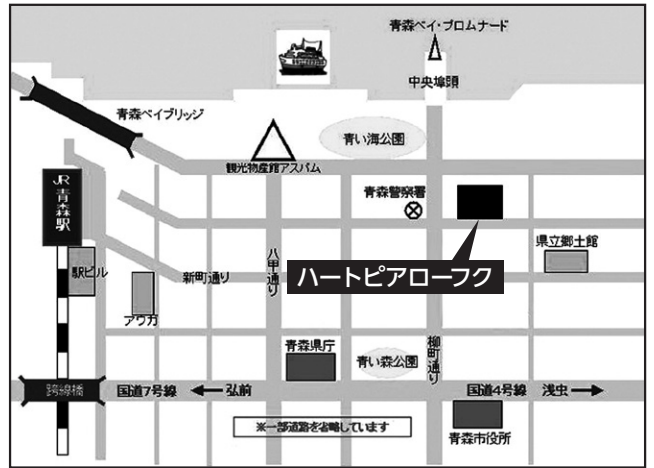
独立行政法人労働者健康安全機構
労働安全衛生総合研究所
過労死等防止調査研究センター 統括研究員



医師、博士(医学)、産業衛生専門医・指導医
1996年産業医科大学卒業、2000年労働科学研究所研究員、
2015年より現職。専門は産業安全保健学、国際保健学。現在、
過労死・過労自殺等の労災認定事案の分析、メンタルヘルスと
職場環境改善、COVID-19を含む職業感染対策等の研究に取
り組んでいる。

[主な著書]

- 「メンタルヘルスに役立つ職場ドック」(共著)
- 「医療職場の人間工学チェックポイント」(共訳)



厚生労働省では、過重労働解消キャンペーン期間中、次の取組を実施します



01 労使の主体的な取組を促します

使用者団体や労働組合に対し、長時間労働削減に向けた取組に関する周知・啓発等について、協力要請を行います。

02 労働局長によるベストプラクティス企業との意見交換を実施します

都道府県労働局長が管内企業の経営トップとの意見交換により、長時間労働削減に向けた積極的な取組事例を収集・紹介します。

03 過重労働が行われている事業場などへの重点監督を実施します

長時間労働が疑われる事業場等に対して、重点的に監督指導を行います。

04 労働相談を実施します

11月3日(金・祝)を特別労働相談受付日として、「過重労働解消相談ダイヤル」(無料)を全国一斉に実施し、過重労働をはじめ労働条件全般にわたり、都道府県労働局の担当官が相談に応じます。

相談無料

令和5年11月3日(金・祝) 9時~17時

なくしましろう 長い残業 **0120-794-713**

11月1日・2日・3日・6日・7日を過重労働相談受付集中期間とし、都道府県労働局・労働基準監督署のほか、「労働条件相談ほっとライン」で相談をお受けしています。



相談窓口の詳細

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/>

05 過重労働解消のためのセミナーを開催します

事業主や人事労務担当者などを対象として、10月から1月を中心に、「過重労働解消のためのセミナー」【委託事業】を開催します(無料でどなたでも参加できます)。

参加費無料

*詳細は専用ホームページをご覧ください。

専用ホームページ

<https://kajyu-kaisyuu-zenkiren.com/>



「過労死等防止対策推進シンポジウム」を開催します

過労死をゼロにし、健康で充実して働き続けることのできる社会の実現に向け、過労死等とその防止について考えるシンポジウムを、11月の過労死等防止啓発月間を中心に開催します。

*全国47都道府県で全48回開催(無料でどなたでも参加できます)。詳細は専用ホームページをご覧ください。

参加費無料

専用ホームページ

<https://www.p-unique.co.jp/karoushiboushisympo/>



11月は「しわ寄せ」防止キャンペーン月間です

大企業・親事業者による長時間労働の削減等の取組が、下請等中小事業者への「しわ寄せ」を生じさせないよう、適正なコスト負担を伴わない短期発注や急な仕様変更などはやめましょう。

「しわ寄せ」防止特設サイト

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/shiwayoseboushi/>



11月 「過労死等防止啓発月間」に「過重労働解消キャンペーン」を実施します!

労働基準監督官が相談をお受けします。

無料 令和5年11月3日(金・祝) 9時~17時

過重労働解消
相談ダイヤル

なくしましろう 長い残業 **0120-794-713**

※全国どこからでも利用できます(スマートフォンからでも無料) ※匿名でもOK



過重労働解消キャンペーン 検索

労働条件相談
ほっとライン
(厚生労働省委託事業)

11月1日・2日・3日・6日・7日は、過重労働相談受付集中期間です

都道府県労働局・労働基準監督署のほか、「労働条件相談ほっとライン」にご相談ください。

はい! ろうどう **0120-811-610** 月~金 17:00~22:00 土日・祝日 9:00~21:00

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です

「過労死等防止対策推進法」では、11月を「過労死等防止啓発月間」としてしています。このため、厚生労働省では、その一環として「過重労働解消キャンペーン」を11月に実施し、長時間労働の削減等の過重労働解消に向け、集中的な周知・啓発等に取り組むこととしています。



知っていますか?



労働時間の現状をみると、週の労働時間が60時間以上の労働者の割合は近年低下傾向であるものの、労働者全体の5%以上となっており、いまだ長時間労働の実態がみられます。また、脳・心臓疾患が業務上によるものと認められた労災支給決定件数についても、依然として高い水準で推移しています。近年では、仕事上の強いストレスが原因となつてうつ病などの精神障害を発病し、それが労災と認められる件数も年々増加しています。

長時間労働が健康に与える影響は?

長時間にわたる過重な労働は疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因です。具体的には、時間外・休日労働が月45時間を超えて長くなるほど、業務と脳・心臓疾患の発症との関連性が強まります。

(右の図は、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。)

過重労働と健康リスクとの関連性



確かめよう労働条件

働く人や事業主、人事労務担当者の方に向け、労働基準関係法令などの知っておきたいルールや、労務管理の改善に役立つ情報などを掲載している労働条件に関する総合サイトです。時間外・休日労働、年次有給休暇、労働者の健康管理など、併せてチェックしてみてください。



たしかめたん



確かめよう労働条件サイト

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/>

働き方・休み方改善ポータルサイト

企業の皆様に、自社の社員の働き方・休み方の見直しや改善に役立つ情報を提供するサイトです。企業・社員の方が「働き方・休み方改善指標」を活用して自己診断をしたり、企業の取組事例を検索して参考にすることができます。豊富な取組事例の中から、過重労働を防止するための方策や取組のヒントを取り入れ、自社内の取組にぜひご活用ください。



働き方・休み方改善ポータルサイト

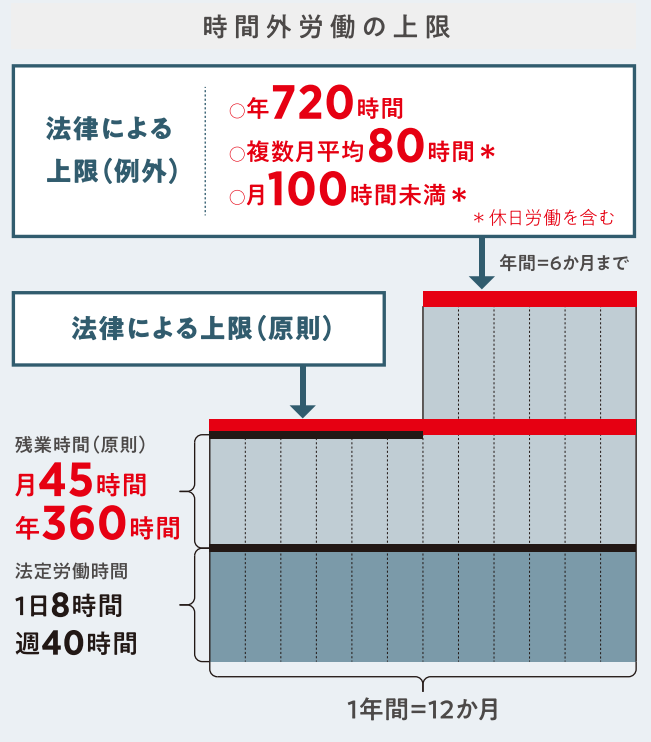
<https://work-holiday.mhlw.go.jp/>



過重労働による健康障害を防止するために

01 時間外・休日労働時間を削減しましょう。

- ◆労働基準法で定められている時間外労働の上限規制(→右枠参照)は必ず守ってください。
- ◆時間外労働は本来、臨時的な場合にのみ行われるものです。時間外・休日労働を行わせる場合の労使協定(36協定)の締結に当たっては、その内容が指針※1)に適合したものとなるようにしてください。
- ◆労働時間を適正に把握※2)してください。

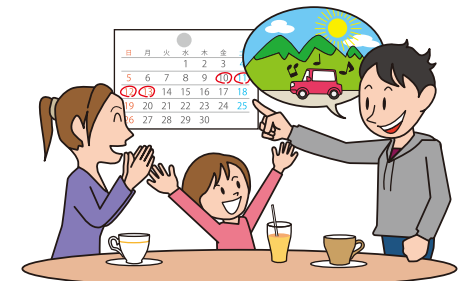


02 年次有給休暇の取得を促進しましょう。

- ◆年次有給休暇を確実に取得させるため、年5日については、時季を定めて労働者に与えなければなりません。
- ◆年次有給休暇の計画的付与制度の活用や休暇を取得しやすい職場環境の整備に取り組みましょう。

03 労働時間等の設定を改善しましょう。

- ◆勤務間インターバル制度※3)をはじめとした労働時間等の設定の改善に努めましょう。
- ◆具体的な措置の内容は、労働時間等見直しガイドラインを確認しましょう。



04 労働者の健康管理に係る措置を徹底しましょう。

- ◆健康管理体制(産業医・衛生管理者・衛生推進者等の選任、衛生委員会等の設置等)を整え、健康診断を実施し、必要な事後措置を講じてください。
- ◆時間外・休日労働時間が1月当たり80時間を超え、かつ、疲労の蓄積が認められる労働者が申し出た場合は、医師による面接指導を実施しなければなりません。
- ◆指針※4)に基づき、職場でメンタルヘルス対策にも取り組んでください。

※1「労働基準法第三十六条第一項の協定で定める労働時間の延長及び休日の労働について留意すべき事項等に関する指針」(平成30年厚生労働省告示323号)
 ※2「労働時間の適正な把握のために使用者が講ずべき措置に関するガイドライン」(厚生労働省、平成29年1月)
 ※3 終業時刻から次の始業時刻の間に、一定時間以上の休息時間(インターバル時間)を確保する仕組み
 ※4「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(平成18年、厚生労働省、健康保持増進のための指針公示3号)



労働条件相談

「ほっとライン」に相談してみよう!

労働条件などの悩みや不安・疑問を相談できる! **14言語**に対応
“Labour Standards Advice Hotline” Foreign Language support is also available!

日本語 / English / 汉语 / Português / Español / Tagalog / Tiếng Việt / မြန်မာဘာသာစကား / नेपाली भाषा / 한국어 / ภาษาไทย / Bahasa Indonesia / ភាសាខ្មែរ / Монгол хэл



日本語 **0120-811-610**

相談
対応時間 [月~金] 17:00~22:00
[土・日・祝日] 9:00~21:00
※12月29日~1月3日は除く

| | | |
|---|--------------|----------------------------------|
| Labour Standards Advice Hotline | 0120-531-401 | (Mon~Sun) |
| 劳动条件咨询热线 | 0120-531-402 | (周一~周日) |
| Linha direta de consultoria trabalhista | 0120-531-403 | (Segunda a sábado) |
| Línea directa de asesoramiento sobre normas laborales | 0120-531-404 | (Jueves, viernes, sábado) |
| Hotline sa telepono para sa pagkonsulta tungkol sa mga kondisyon sa paggawa | 0120-531-405 | (Martes, Miyerkules, Sabado) |
| Đường dây nóng tư vấn điều kiện lao động | 0120-531-406 | (Thứ 3, Thứ 4, Thứ 6 ~ Chủ nhật) |
| လူမှုဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အဖွဲ့ Hot line | 0120-531-407 | (ဗုဒ္ဓဟူး, တနင်္ဂနွေ) |
| श्रम अवस्था परामर्श हट लाइन | 0120-531-408 | (बुधवार, आइतवार) |
| 외국인 노동조건 상담 핫라인 | 0120-613-801 | (목, 일) |
| สายด่วนปรึกษาปัญหาแรงงาน | 0120-613-802 | (วันพฤหัสบดี วันอาทิตย์) |
| Hotline Konsultasi Standar Ketenagakerjaan | 0120-613-803 | (Kamis, Minggu) |
| លេខទូរស័ព្ទទាន់តែភ្លាមសម្រាប់ពិគ្រោះយោបល់ពីស្តង់ដារការងារ | 0120-613-804 | (ច័ន្ទ និង សៅរ៍) |
| Хөдөлмөрийн стандартын тухай зөвлөгөө өгөх тусгай дугаар | 0120-613-805 | (Даваа, Бямба) |

「外国人労働者向け相談ダイヤル」

Telephone Consultation Service for Foreign Workers
相談対応時間 [月~金] 10:00~15:00 ※正午~13:00は除く

| | | |
|---|--------------|----------------------|
| Telephone Consultation Service for Foreign Workers | 0570-001-701 | (Mon~Fri) |
| 面向外籍劳动者的咨询专线 | 0570-001-702 | (周一~周五) |
| centrais de atendimento para trabalhadores estrangeiros | 0570-001-703 | (Segunda à sexta) |
| Servicio de consultas telefónicas para los trabajadores extranjeros | 0570-001-704 | (De lunes a viernes) |
| Konsultasyon sa telepono para sa mga dayuhang manggagawa | 0570-001-705 | (Lunes-Biyernes) |
| Số điện thoại tư vấn dành cho lao động nước ngoài | 0570-001-706 | (Từ thứ 2~thứ 6) |
| နိုငံခြားသားအလုပ်သမားမပြီးအတူကျဆုံးတိုပျံ့ရရှိခွင့် | 0570-001-707 | (တနင်္လာ နေ့) |
| विदेशी कामदारहरूको लागि टेलिफोन परामर्श | 0570-001-708 | (सोम~ बुध) |
| 외국인 노동자를 위한 상담 콜센터 | 0570-001-709 | (목, 금) |
| บริการให้คำปรึกษาสำหรับแรงงานต่างชาติด | 0570-001-712 | (พศ) |
| Layanan Konsultasi via Telepon untuk Pekerja Asing | 0570-001-715 | (Rabu) |
| សេវាកម្មពិគ្រោះយោបល់តាមទូរស័ព្ទសម្រាប់ពលករចរទេស | 0570-001-716 | (ពុធ) |
| Гадаад ажилчдад утсаар зөвлөгөө өгөх үйлчилгээ | 0570-001-718 | (Баасан) |

確かめよう 労働条件



過重
労働

賃金
不払残業

ハラス
メント

解雇・
雇止め

副業・兼業
問題

サイトで確認

労働条件ポータルサイト
「確かめよう労働条件」

確かめよう労働条件 検索

携帯電話・スマホでも



車内の携帯電話のご利用マナーにご協力ください。

電話で確認

労働条件相談「ほっとライン」

は い ! ろう どう
0120-811-610

相談
対応時間 [月~金] 17:00~22:00 [土・日・祝日] 9:00~21:00
※12月29日~1月3日は除きます。

◆専門知識を持つ相談員が対応します。
◆厚生労働省委託事業
(委託先:株式会社東京リーガルマインド)





サイトで確認

労働条件ポータルサイト

「確かめよう労働条件」

働くときのQ&Aやアルバイト向け情報で労働条件がわかる!

確かめよう労働条件

検索



FOR WORKERS

働いている方向けコンテンツ

試しに
やってみよう!



アプリで学習

労働条件に関する法律を
クイズやマンガを通して学習できる!



ダウンロードはこちら

※AppleおよびAppleロゴは米国および
その他の国で登録されたApple Inc.の商標です。
App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
※Google PlayおよびGoogle Playロゴは
Google LLCの商標です。



アニメで学ぶ労働条件

ストーリーを楽しみながら労働基準関係法令を
学習することができます。



マンガで学ぶ労働条件

働き始めるとき・働くときの注意点について、
マンガでやさしく紹介します。



学習コンテンツ

働く方、事業主の方双方にとって
有益な情報を網羅しています。

コンテンツ内容例(一部)

- 労働条件の明示
- 時間外・休日労働と割増賃金
- アルバイト先でのトラブル
- 退職、解雇、雇止め
- 過重労働の防止
- ハラスメント

労働条件Q&A

労働条件に関する疑問にお答えします。

Q&Aの
一例

- 「ブラック企業」ってどんな会社なの?
- 労基法は、働く人みんなに適用されるのですか。
- 労基法に違反する内容の契約でも、結んでしまえばこれに従わなければならないのですか?
- 労働基準監督官はどのようにして会社を監督しているのでしょうか。

友だち
追加完了!

こちらのQRコードからも
LINEの友だちに追加可能!

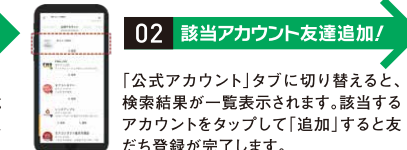
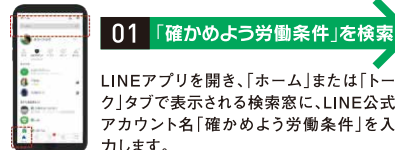
※QRコードをスキャンするには、
LINEアプリのコードリーダーを
ご利用ください。



LINEで
相談

LINE公式アカウント
「確かめよう労働条件」

利用者からのお問い合わせに対して、
チャットボットが労働関係法令の解説や
相談窓口のURLをご案内します。



FOR MANAGERS

事業者・企業の労務管理担当の
方向けコンテンツ

3ステップで
診断できる!

スタートアップ労働条件

WEB診断

労働条件や就労環境を3ステップで診断できます!



STEP1 カテゴリー選択

- 一般の設問のみ(47問)
- 一般の設問+外国人労働者(56問)
- 一般の設問+パートタイム労働者(56問)
- 一般の設問+自動車運転者[トラック](55問)
- 一般の設問+自動車運転者[バス](55問)
- 一般の設問+介護(57問)

一般的な設問と、トラックやバスの自動車運転者、介護業界、外国人労働者、パートタイム労働者の設問に回答することができます。



STEP2 診断

- 問A-1 A 募集・採用、労働契約の締結
- 労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。いずれか一つを選んでください。 01/05問
- 1.特段の必要性がある訳ではないが、制限している。
 - 2.特段の必要性があつて制限している。
 - 3.制限していない。

設問画面です。いずれか一つを選んでください。



STEP3 診断結果

問A-1 労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。いずれか一つを選んでください。

あなたの回答 3.制限していない。

評価コメント 問題はありません。年齢によって一律に選別するのではなく、業務等に応じて適性や能力を見極めて採否を決めることが肝要です。今後とも、この方針を維持してください。



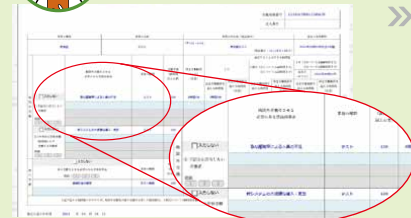
設問毎の回答に対する評価コメント、基本情報、参考・支援情報も提示します。

36協定届等作成支援ツール

そのまま出せる36協定届を作成!



STEP1 データを入力



画面内の各項目に、労使で協定する内容を入力していきます。



STEP2 出力



実際の36協定届として出力されます。



STEP3 提出



管轄の労働基準監督署にそのまま届け出ることができます。

2021年4月1日より、36協定届における使用者の押印及び署名が不要となりました。

就業規則作成支援ツール

そのまま出せる就業規則を作成!



STEP1 データを入力



画面内の各項目に、タイトルと内容を入力していきます。



STEP2 出力



就業規則のPDFデータを出力できます。



STEP3 提出



管轄の労働基準監督署にそのまま届け出ることができます。

※就業規則を作成し、又は変更する場合の所轄労働基準監督署長への届出については、労働者の過半数で組織する労働組合がある場合はその労働組合、過半数で組織する労働組合がない場合は労働者の過半数を代表する者の意見を記し、その者の氏名を記載した書面(意見書)を添付してください。



事業主、企業の人事労務担当者、管理職の方向け

本セミナーでは、過重労働防止に関連する基本ルールや裁判例の解説、企業の事例紹介など、「**実務的に使える知識やノウハウ**」を提供します！



過重労働解消

健康的でやる気あふれる職場の実現のために

のためのセミナー

セミナー内容

- ★ 法令、ガイドライン等のポイント解説
- ★ 過重労働に関連する脳・心臓疾患、精神疾患に係る裁判例
- ★ 過重労働解消に関する企業の取組事例

※また、受講回ごとに、各講師の専門分野に重点テーマを設定し、60分程度深掘りして詳細に解説します。

開催日程 2023 **10**月 ~ 2024 **1**月
詳しくは、裏面及び下記専用Webサイトをご覧ください。

開催方法
オンライン開催 (Zoomウェビナー使用) : 50回開催
会場開催 : 東京・大阪で各1回の計2回開催
★ **特別企画** として「業務効率化セミナー」をオンライン開催と東京・大阪の会場開催で各1回の計3回

個別開催 企業単位・団体単位での開催のご希望がございましたら、下記へお問い合わせください。

全55回
〈参加費〉
無料

お問い合わせ・セミナー受講のお申し込みはこちら

過重労働解消のためのセミナー 専用Webサイト

<https://kajyu-kaisyou-zenkiren.com/>

過重労働解消セミナー 検索

※お預かりした個人情報は、本セミナー事業に必要な範囲でのみ利用させていただきます。





オンライン開催(50回) + 会場開催(2回)

労働法に詳しい弁護士、大学教授、元労働基準監督官などの経歴を持つ専門家が担当します!

| 開催回 | 開催日 | 開催時間 | 講師 | 詳細解説テーマ | 開催形式 |
|------|----------|----------------|-----------------------------|--|----------|
| 第1回 | 10/3(火) | 午前 9:30~12:00 | 弁護士 外井浩志 | 過重労働に係る損害賠償事例 | オンライン |
| 第2回 | 10/3(火) | 午後 14:00~16:30 | 特定社会保険労務士 中辻めぐみ | 過労死等に係る精神疾患認定基準の運用 | オンライン |
| 第3回 | 10/5(木) | 午後 14:00~16:30 | 特定社会保険労務士・東洋大学准教授 北岡大介 | 過労死等に係る損害賠償事例 | オンライン |
| 第4回 | 10/12(木) | 午前 9:30~12:00 | 外井浩志 | 過重労働によるメンタル不調に係る損害賠償事例 | オンライン |
| 第5回 | 10/12(木) | 午後 14:00~16:30 | 社会保険労務士 河合智則 | 医師の過重労働と働き方改革~過労死等認定事例を中心に~ | オンライン |
| 第6回 | 10/13(金) | 午後 14:00~16:30 | 東京大学社会科学研究所教授 水町勇一郎 | なぜ過重労働の解消か?~過重労働対策とこれからの働き方 | 会場開催(東京) |
| 第7回 | 10/16(月) | 午後 14:00~16:30 | 特定社会保険労務士 森井博子 | 過重労働とパワハラ防止対策 | オンライン |
| 第8回 | 10/18(水) | 午前 9:30~12:00 | 中辻めぐみ | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第9回 | 10/18(水) | 午後 14:00~16:30 | 特定社会保険労務士 上村俊一 | 過重労働と下請けへの「しわ寄せ」防止 | オンライン |
| 第10回 | 10/19(木) | 午後 14:00~16:30 | 北岡大介 | フリーランスと労働関係法令の適用 | オンライン |
| 第11回 | 10/20(金) | 午前 9:30~12:00 | 上村俊一 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第12回 | 10/20(金) | 午後 14:00~16:30 | 森井博子 | 建設業における時間外上限規制の適用 | オンライン |
| 第13回 | 10/23(月) | 午前 9:30~12:00 | 特定社会保険労務士・労働衛生コンサルタント 田原さえ子 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第14回 | 10/23(月) | 午後 14:00~16:30 | 田原さえ子 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第15回 | 10/27(金) | 午前 9:30~12:00 | 水町勇一郎 | なぜ過重労働の解消か?~過重労働対策とこれからの働き方 | オンライン |
| 第16回 | 10/31(火) | 午前 9:30~12:00 | 河合智則 | 過労死等労災認定の基本~業務上疾病と労災認定基準~ | オンライン |
| 第17回 | 11/2(木) | 午前 9:30~12:00 | 元北海道労働局長 引地陸夫 | 過重労働防止に向けた労働基準監督署等の対応(監督指導、送検事例、企業名公表) | オンライン |
| 第18回 | 11/2(木) | 午後 14:00~16:30 | 引地陸夫 | 過労死等労災認定基準から見た過重労働防止のポイント | オンライン |
| 第19回 | 11/6(月) | 午後 14:00~16:30 | 森井博子 | 安全衛生パト結果から見える製造業・建設業等の従業員エンゲージメントの向上の取組み | オンライン |
| 第20回 | 11/7(火) | 午前 9:30~12:00 | 外井浩志 | 損害賠償請求事例と労災上積み補償 | オンライン |
| 第21回 | 11/9(木) | 午前 9:30~12:00 | 中辻めぐみ | 過労死等に係る精神疾患認定基準の運用 | オンライン |
| 第22回 | 11/10(金) | 午前 9:30~12:00 | 田原さえ子 | ストレスチェックの効果的な活用と留意点 | オンライン |
| 第23回 | 11/10(金) | 午後 14:00~16:30 | 田原さえ子 | ストレスチェックの効果的な活用と留意点 | オンライン |
| 第24回 | 11/14(火) | 午前 9:30~12:00 | 河合智則 | 医師の過重労働と働き方改革~休日直許可を中心に~ | オンライン |
| 第25回 | 11/14(火) | 午後 14:00~16:30 | 森井博子 | 過重労働に係る労働基準監督署等の施策 | オンライン |
| 第26回 | 11/16(木) | 午前 9:30~12:00 | 引地陸夫 | 今日的課題(テレワーク、副業・兼業、リスキリング)における労働時間管理上の留意点 | オンライン |
| 第27回 | 11/16(木) | 午後 14:00~16:30 | 引地陸夫 | 過重労働防止に向けた労働基準監督署等の対応(監督指導、送検事例、企業名公表) | オンライン |
| 第28回 | 11/21(火) | 午前 9:30~12:00 | 外井浩志 | 過重労働によるメンタル不調に係る損害賠償事例 | オンライン |
| 第29回 | 11/21(火) | 午後 14:00~16:30 | 河合智則 | 過労死等労災認定基準~改正精神障害労災認定基準を中心に~ | オンライン |
| 第30回 | 11/22(水) | 午前 9:30~12:00 | 中辻めぐみ | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第31回 | 11/22(水) | 午後 14:00~16:30 | 中辻めぐみ | 建設業、自動車運転者に係る時間外上限規制の適用 | オンライン |
| 第32回 | 11/27(月) | 午前 9:30~12:00 | 田原さえ子 | 過重労働とパワハラ防止対策 | オンライン |
| 第33回 | 11/27(月) | 午後 14:00~16:30 | 田原さえ子 | 過重労働とパワハラ防止対策 | オンライン |
| 第34回 | 11/28(火) | 午前 9:30~12:00 | 上村俊一 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第35回 | 11/28(火) | 午後 14:00~16:30 | 上村俊一 | 過重労働と下請け等への「しわ寄せ」防止 | オンライン |
| 第36回 | 11/30(木) | 午前 9:30~12:00 | 中辻めぐみ | 過重労働とパワハラ防止対策 | オンライン |
| 第37回 | 12/5(火) | 午前 9:30~12:00 | 外井浩志 | 過重労働に係る損害賠償事例 | オンライン |
| 第38回 | 12/5(火) | 午後 14:00~16:30 | 森井博子 | 安全衛生パト結果から見える製造業・建設業等の従業員エンゲージメントの向上の取組み | オンライン |
| 第39回 | 12/7(木) | 午前 9:30~12:00 | 北岡大介 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第40回 | 12/7(木) | 午後 14:00~16:30 | 北岡大介 | フリーランスと労働関係法令の適用 | オンライン |
| 第41回 | 12/8(金) | 午前 9:30~12:00 | 上村俊一 | 先取り、フリーランス新法 | オンライン |
| 第42回 | 12/11(月) | 午前 9:30~12:00 | 河合智則 | 過重労働と労災認定~副業・兼業、認定基準対象外疾病~ | オンライン |
| 第43回 | 12/11(月) | 午後 14:00~16:30 | 河合智則 | 待ったなし!医師の働き方改革~直前報告~ | オンライン |
| 第44回 | 12/12(火) | 午前 9:30~12:00 | 外井浩志 | 損害賠償請求事例と労災上積み補償 | オンライン |
| 第45回 | 12/13(水) | 午前 9:30~12:00 | 上村俊一 | 過重労働とメンタルヘルス対策 | オンライン |
| 第46回 | 12/15(金) | 午後 14:00~16:30 | 社会保険労務士 茶園幸子 | 過重労働の防止に向けて | 会場開催(大阪) |
| 第47回 | 12/19(火) | 午前 9:30~12:00 | 上村俊一 | 先取り、フリーランス新法 | オンライン |
| 第48回 | 12/19(火) | 午後 14:00~16:30 | 森井博子 | 建設業における時間外上限規制の適用 | オンライン |
| 第49回 | 12/21(木) | 午前 9:30~12:00 | 引地陸夫 | 過労死等労災認定基準から見た過重労働防止のポイント | オンライン |
| 第50回 | 12/21(木) | 午後 14:00~16:30 | 引地陸夫 | 今日的課題(テレワーク、副業・兼業、リスキリング)における労働時間管理上の留意点 | オンライン |
| 第51回 | 1/18(木) | 午前 9:30~12:00 | 北岡大介 | 過重労働とパワハラ防止対策 | オンライン |
| 第52回 | 1/18(木) | 午後 14:00~16:30 | 北岡大介 | フリーランスと労働関係法令の適用 | オンライン |

開催会場 ○東京会場:角筈区民ホール(新宿区) ○大阪会場:エル・おおさか本館(大阪市中央区北浜東)

※オンラインセミナーにお申し込みいただいた方には、開催前に、セミナー参加に必要なZoomのURL等をメールにてご案内します。

特別企画 業務効率化セミナー(オンライン開催1回 + 会場開催2回)

| 開催地 | 開催日 | 開催時間 | 会場 | 講師 |
|-----|----------|-------------|----------------------|--|
| 東京 | 10/11(水) | 14:00~16:30 | 角筈区民ホール(新宿区) | (株)日本能率協会コンサルティング チーフコンサルタント 小河原 光司 |
| WEB | 11/8(水) | 14:00~16:30 | オンライン | |
| 大阪 | 12/14(木) | 14:00~16:30 | エル・おおさか本館(大阪市中央区北浜東) | |

お問い合わせ・セミナー受講のお申し込みはこちら

過重労働解消のためのセミナー 専用Webサイト

<https://kajyu-kaisyuu-zenkiren.com/>

過重労働解消セミナー

検索



※お預かりした個人情報、本セミナー事業に必要な範囲でのみ利用させていただきます。

11月は 「しわ寄せ」 防止キャンペーン 月間です。

その無理な発注の
「しわ寄せ」で
あなたの取引先が途方に
暮れていませんか？

よろしく頼むよ!

STOP!
しわ寄せ

…わかりました。
(もう無理だよ。)

大企業・親事業者による長時間労働の削減等の取組が、
下請等中小事業者に対する適正なコスト負担を伴わない短納期発注、
急な仕様変更などの「しわ寄せ」を生じさせている場合があります。

概要版

大企業等と下請等中小事業者は共存共栄!

適正なコスト負担を伴わない短納期発注や急な仕様変更などはやめましょう!

厚生労働省 | 都道府県労働局 | 労働基準監督署



<https://work-holiday.mhlw.go.jp/shiwayoseboushi/>

しわ寄せ防止特設サイト



しわ寄せ防止
特設サイト



STOP!
し寄せ

大企業等と下請等中小事業者は共存共栄!

適正なコスト負担を伴わない短納期発注や
急な仕様変更などはやめましょう!

厚生労働省が所管する「労働時間等設定改善法(平成4年法律第90号)」に基づき、事業主の皆様は、他の事業主との取引において、長時間労働につながる短納期発注や発注内容の頻繁な変更を行わないよう配慮する必要があります。長期間にわたる特に過重な労働は、過労死等を引き起こすおそれがあると言われており、取引先の労働者の健康障害防止のためにも必要です。

他の事業主との取引を行うに当たって、次のような取組が行われるよう、社内に周知・徹底を図りましょう。

- ① 週末発注・週初納入、終業後発注・翌朝納入等の短納期発注を抑制し、納期の適正化を図ること。
- ② 発注内容の頻繁な変更を抑制すること。
- ③ 発注の平準化、発注内容の明確化その他の発注方法の改善を図ること。

■労働時間等設定改善法については、都道府県労働局 雇用環境・均等部(室)にご相談ください。

経済産業省・中小企業庁が所管する「下請中小企業振興法(昭和45年法律第145号)」に基づく「振興基準」には、親事業者と下請事業者の望ましい取引関係が定められています。

① 親事業者も下請事業者も共に「働き方改革」に取り組みましょう!

- やむを得ず短納期発注や急な仕様変更などを行う場合には、残業代等の **適正なコストは親事業者が負担**すること。
- 親事業者は、下請事業者の「**働き方改革**」を阻害する不利益となるような取引や要請は行わないこと。

例えば… ●無理な短納期発注への納期遅れを理由とした受領拒否や減額

- 親事業者自らの人手不足や長時間労働削減による検収体制不備に起因した受領拒否や支払遅延
- 過度に短納期となる時間指定配送、過剰な賞味期限対応や欠品対応に起因する短いリードタイム、適正なコスト負担を伴わない多頻度小口配送
- 納期や工期の過度な年度末集中

② 発注内容は明確にしましょう!

- 親事業者は、継続的な取引を行う下請事業者に対して、安定的な生産が行えるよう **長期発注計画を提示し、発注の安定化に努める**こと。
- 発注内容を変更するときは、**不当なやり直しが生じないように十分に配慮**すること。

③ 対価には、労務費が上昇した影響を反映しましょう!

親事業者は、取引対価の見直し要請があった場合には、**人手不足や最低賃金の引き上げなどによる労務費の上昇**について、**その影響を反映するよう協議**すること。

■中小企業の取引上の悩み相談は、下請かけこみ寺 ☎0120-418-618 にご相談ください。

(受付時間) 9:00 ~ 12:00 / 13:00 ~ 17:00 (土日・祝日・年末年始を除く) 携帯電話からもご利用いただけます。

お近くの「下請かけこみ寺」につながります。

11月は「**過労死等防止啓発月間**」です。

同月間に「**過重労働解消キャンペーン**」も実施します。

11月3日(金・祝)には「**過重労働解消相談ダイヤル**」を設置し、都道府県労働局の担当官による特別労働相談を実施します。

過重労働解消相談ダイヤル 令和5年11月3日(金・祝) 9:00~17:00 ☎0120-794-713

※11月3日以外でも、各労働基準監督署、労働条件相談ほっとライン(☎0120-811-610)で相談できます。



過重労働解消
キャンペーン