しごとより、いのち。

仕事は、たいせつ。でも、働き過ぎて、

心や体の健康を損なうことは、絶対にあってはなりません。

どんなに時代や働き方や常識や価値観が変わっても、それは同じ。

あなたの職場環境、みんなで一緒に考え直してみませんか。

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。

11月を中心に、全国47都道府県、48か所で開催しています。

参加無料 **過労死等防止対策推進シンポジウム▸0570-036-222**（専用ナビダイヤル（月～金 9:00～17:30））

「過重労働解消キャンペーン」を実施します。／令和8年11月7日（土）に全国一斉の**過重労働解消相談ダイヤル▸0120-794-713** 相談無料

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

人事院　内閣官房内閣人事局　総務省　文部科学省

厚生労働省ホームページ ▶ https://www.mhlw.go.jp

詳しい情報や相談窓口はこちら
厚労省　過労死防止　検索

取引関係者の皆さま、国民の皆さま

くらし、
はたらき、
ともに
ススメ！



2024年4月から

建設業、ドライバー、医師の
時間外労働の上限規制適用開始！

みなさまに お願いがあります！



くらし・はたらき
マエストロ
たしかめたん

たしかめよう！

適正な工期の設定を！

週休2日の実現に向け、
ご配慮をお願いいたします。

荷待ち時間・荷役時間の削減を！

再配達の削減に向け、
確実に受け取れる時間の指定や
置き配などの活用もお願いいたします。

行程・ダイヤについてよく話し合いを！

停留所からの安全な発車にも
ご協力ください。

受診は診療時間内に！

医療のかかり方への
ご理解・ご配慮をお願いいたします。

詳しくは裏面をご覧ください

働き方改革の推進にご協力をお願いいたします。
詳しくは特設サイトへ！ はたらきかたススメ 検索

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

国土交通省
Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

暮らしを支える方々のためにも

みなさまへ大切なお願いです！

みなさまへお願い



くらし・はたらきマエストロ
たしかめたん

建設業



抱える問題

工期が短いと、土日も働かなければならず、
長時間労働につながります。

わたしたちにできること

**工事を受注・発注するときは、
ゆとりをもった適正なスケジュールに。
また、工事の受注・発注に当たっては適切な金額での契約を
心がけてください。**

トラックドライバー



抱える問題

荷待ち時間・荷役時間は、一運行あたり平均3時間程度と言われており、
長時間労働の原因となっています。

わたしたちにできること

**荷待ち・荷役作業時間削減のため、適切な日時指定、
予約システムの導入、作業効率化などの工夫を。
また、「標準的運賃」を参考に、運賃や、荷待ち、荷役作業の
料金の見直しもお願いいたします。**

バス運転者



抱える問題

運行スケジュールによっては、
休憩できずに運転時間が長くなってしまいます。

わたしたちにできること

**貸切バスや送迎バス、コミュニティバスを発注するときには、
行程やダイヤについてバス事業者とよく話し合いを。
また、運転者が必要なときに休憩をとれるように
SA・PAの駐車ルールを守ることも重要です。**

医師



抱える問題

夜間や休日など診療時間外に緊急でない受診をすることは、
医師の負担につながります。

わたしたちにできること

**受診すべきか迷う場合には
☎#7119（大人）または☎#8000（小児）へご相談ください。(※)
また、ご家族の方も病状説明などは
決められた診療時間内の受診をお願いいたします。**

※#7119/#8000の実施状況は地域によって異なります。
非対応地域については、全国版救急受診アプリ「Q助」をご活用ください。
詳しくはウェブサイトをご覧ください。

無理な取引の「しわ寄せ」を防止しましょう！



11月は「しわ寄せ」防止キャンペーン月間です。

中小企業・小規模事業者・フリーランスの皆さまへ
仕事上の取引のご相談はこちらへ！

取引かけこみ寺

https://www.zenkyo.or.jp/kakekomi/index.htm

相談無料	全国48か所
秘密厳守	匿名相談可能

0120-418-618

【受付時間】平日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になれます。
お近くの「取引かけこみ寺」に繋がります。

厚生労働省 | 都道府県労働局 | 労働基準監督署

中小企業庁

公正取引委員会
Japan Fair Trade Commission

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! しわ寄せ

大企業等と取引先中小事業者は共存共栄！

大企業・委託事業者による長時間労働の削減等の取組が、
取引先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。

取引上の3つの注意！ ～「労働時間等設定改善法」より～

●納期の適正化を図りましょう。
●発注内容の頻繁な変更は控えましょう。
●発注方法の改善を図りましょう。

事業主の皆様は、長時間労働につながる発注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もあり、取引先の労働者の健康障害防止のためにも必要です。

労働時間等見直しガイドライン

■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

こんなときは？ ～「振興基準」より～

「振興基準」は、受託中小企業の振興を図るため、中小受託事業者及び委託事業者のよるべき一般的な基準として定められたものです。

「振興基準」

1 労務費、原材料費、エネルギー価格費のコストが増加してしまった

▶労務費の指針を用いて、労務費の上昇分を**適切に転嫁できるよう協議**しましょう。
▶特に原材料費やエネルギーコストについては、高騰があった場合には、適切なコスト増加分の**全額転嫁**を目指しましょう。

労務費転嫁指針

2 やむを得ず短期発注や急な仕様変更を行うことになってしまった

▶**残業代などのコスト**は委託者が負担しましょう！
▶**働き方改革を阻害する取引**を行わないよう、**取引条件を改善**しましょう。

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
●過度に短納期となる時間指定配送、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　など

3 発注内容を変更することになってしまった

▶不当なやり直しが生じないように**配慮**しましょう！
▶長期発注計画を示すなど、**発注の安定化**に努めましょう。

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7日(土)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8年11月7日(土)9:00～17:00　0120-794-713
※11月7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

(R8.10)

事業主の皆さまへ

賃金引き上げの支援策

厚生労働省は事業主の皆さまの賃上げを支援しています

業務改善助成金

事業場内最低賃金を引き上げ、**設備投資等を行った中小企業等**に、その費用の一部を助成します。
中小企業で働く労働者の賃金引き上げのための生産性向上の取り組みが支援対象(※)です。
※申請前の賃金引き上げ、交付決定前の設備投資は対象となりません。

活用例 事業場内最低賃金労働者3人の時給を70円引き上げた場合、設備投資にかかった費用に対し最大100万円が助成されます。

賃上げコース区分	助成上限額
50円コース	30～130万円
70円コース	40～300万円
90円コース	90～600万円

活用のポイント 賃上げ＋設備投資

- 賃上げと設備投資等を含む生産性向上に資する計画の作成が必要
- 中小企業が利用可能
- 助成額は、賃金の引き上げ額、引き上げ労働者数等によって決定
- 交付決定を受けた後に設備投資等を行う

キャリアアップ助成金(賃金規定等改定コース)

非正規雇用労働者の基本給の賃金規定等を**3%以上増額**改定し、その規定を適用させた場合に助成します。
パートタイム労働者など非正規雇用労働者の賃金引き上げが対象です。

活用例 中小企業が賃金規定等を5%増額改定し、10人の有期雇用労働者の賃金引き上げを実施した場合、65万円が支給されます。

非正規雇用労働者の賃上げ率の区分	助成額(1人当たり)
3%以上4%未満の場合	4万円(2.6万円)
4%以上5%未満の場合	5万円(3.3万円)
5%以上6%未満の場合	6.5万円(4.3万円)
6%以上の場合	7万円(4.6万円)

活用のポイント 非正規雇用労働者の賃上げ

- 賃金規定等の増額改定に関するキャリアアップ計画の作成が必要
- 中小企業、大企業どちらも利用可能
- 原則、事業所内全ての非正規雇用労働者の賃金規定等を改定する必要あり
- 改定にあたり職務評価を活用した場合、昇給制度を新たに規定した場合は助成額を加算

(※)括弧内の金額は、大企業の場合の助成額。1年度1事業所あたりの支給申請上限人数は100人。

働き方改革推進支援助成金

労働時間の削減や年次有給休暇の取得促進等に取り組む中小企業事業主に、外部専門家のコンサルティング、労働能率の増進に資する設備・機器の導入等を実施し、成果を上げた場合に助成します。

活用例 建設業の事業場が設備投資等を実施して、36協定で設定する時間外・休日労働時間数の上限を引き下げた場合等に、設備投資等にかかった費用に対し最大25～550万円が助成されます。

コース区分	助成上限額		
	基本部分	加算	
		賃上げ	割増賃金率
業種別課題対応コース (※1)	25～550万円	6～360万円(※2)	25～100万円
労働時間短縮・年休促進支援コース	25～200万円		
勤務間インターバル導入コース	50～150万円		

活用のポイント 労働時間削減等の取組(賃上げ・割増賃金率)＋設備投資等

- 労働時間削減等の取組計画の作成が必要
- 中小企業や中小企業が属する団体が利用可能
- 助成額は、成果目標の達成、賃金の引き上げ額、賃金を引き上げた労働者数等により決定
- 交付決定を受けた後に設備投資等を行う

(※1)建設業の場合
(※2)常時使用する労働者数が10人以上30人以下の場合は、5%以上の賃上げに係る加算額は2倍になります。
また、常時使用する労働者数が10人未満の場合は、5%以上の賃上げに係る加算額は2.5倍になります。
(※3)別途団体向けのコースあり。

人材開発支援助成金

職務に関連した**専門的な知識及び技能を習得させるための職業訓練**等を実施した場合等に訓練経費や訓練期間中の賃金の一部等を助成します。

活用例 中小企業事業主が、正規雇用労働者1人につき、10時間の訓練（※1）（訓練経費10万円）を受講させ、訓練終了後、訓練受講者の賃上げ（※2）を行った場合、7万円が支給されます。

（※1） 人材育成支援コース（人材育成訓練）の場合
（※2） 5%以上の賃上げ又は資格等手当を就業規則等に規定し、訓練受講者に実際に資格等手当を支払い3%以上賃金を上昇させた場合

区分（※）	賃上げした場合の助成率・額
①賃金助成額	労働者1人1時間あたり 500円・1000円
②経費助成率	訓練経費の45%～ ※制度導入に係る助成の場合は、 24万円・36万円
③OJT実施助成額	1人1コースあたり 12万円～25万円

活用のポイント 職業訓練＋経費助成等（訓練終了後の賃上げ等加算）

- 職業訓練実施計画を作成し、訓練開始前に労働局への提出が必要。計画に沿って訓練を実施した後、申請
- 10時間以上のOFF-JTによる訓練等が対象
- 中小企業、大企業どちらも利用可能
- 助成額は、訓練内容、企業規模により決定

（※3） 訓練コース・メニューによって上記区分①～③のいずれが支給されるか異なります（①～③全てが支給される場合もあれば②のみとなる場合もあります。）。

人材確保等支援助成金（雇用管理制度・雇用環境整備助成コース）

人材確保のために**雇用管理制度**（賃金規定制度、諸手当等制度、人事評価制度、職場活性化制度、健康づくり制度）の導入や**雇用環境の整備**（従業員の作業負担を軽減する機器等の導入）により、離職率低下を実現した事業主に対して助成します。

活用例 複数の雇用管理制度や作業負担を軽減する機器等を導入し、賃上げを行った場合、最大325万円が支給されます。

区分	助成額・助成率（※1・2）
①賃金規定制度 ②諸手当等制度 ③人事評価制度	50万円（40万円）
④職場活性化制度 ⑤健康づくり制度	25万円（20万円）
⑥作業負担を 軽減する機器等	導入経費の62.5%又は75% （50%）

活用のポイント 雇用管理改善の取り組み（賃上げ加算）

- 雇用管理制度又は従業員の作業負担を軽減する機器の導入計画の作成、実施後の離職率の低下が必要
- 原則、中小企業、大企業どちらも利用可能（※）
- 助成額は、雇用管理制度・導入機器に応じて決定
- 対象労働者の賃上げで、助成額を加算

（※） 賃金規定制度は中小企業のみ利用可能

（※1）括弧内の金額は、賃上げを行った場合以外の助成額又は助成率。
（※2）①～⑤を複数導入した場合の上限額は100万円（80万円）。⑥を導入した場合の上限額は225万円（150万円）。

より高い処遇への労働移動等への支援

早期再就職支援等助成金（雇入れ支援コース、中途採用拡大コース）

- 雇入れ支援コース：事業規模の縮小等に伴い離職を余儀なくされる労働者を早期に無期雇用で雇入れ、雇入れ前と比較して5%以上賃上げした場合に助成します。
- 中途採用拡大コース：中途採用者の雇用管理制度を整備した上で、中途採用率を一定以上拡大させ、雇い入れた中途採用者について、雇入れ前と比較して5%以上賃上げした場合に助成します。

産業雇用安定助成金（スキルアップ支援コース）

- 在籍型出向により労働者をスキルアップさせ、復帰後の賃金を復帰前と比較し5%以上増加させた場合に、出向元・出向先双方の事業主に対して助成（上限額9,110円／1人1日あたり（1事業主あたり1,000万円））します。

☑ 支援策の詳細はHPをチェック

厚生労働省HP
「賃上げ」支援助成金パッケージ
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku
nitsuite/bunya/package_00007.html

（R8．9）

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



賃金引き上げ特設ページを公開中！





この特設ページには、賃金引き上げを実施した企業の取り組み事例や、各地域における平均的な賃金額がわかる検索機能など、賃金引き上げのために参考となる情報を掲載しています。
賃金引き上げを検討される際に、是非ご利用下さい！

賃金引き上げ特設ページのメニュー

MENU1
賃金引き上げに向けた
取り組み事例の紹介

MENU2
地域・業種・職種ごとの
平均的な賃金検索機能

MENU3
賃金引き上げに向けた
政府の支援策の紹介

PICK UP!

地域・業種・職種の平均的な賃金検索機能

いざ賃金を引き上げようと思っても、いくらにすれば良いか悩ましいところ…。賃金検索機能は、地域・業種・職種の平均的な賃金を調べることができます。企業内の賃金を決める上での参考としてお使いいただけます。

検索結果の例

A県における「▲▲業」における平均的な賃金額

A県	所定内給与額(月額)(千円)	所定内給与額時給(円)	年間賞与等特別給(千円)
合　計	378.9	2,301	1,339.3
～19歳	186.7	1,125	122.0
20～24歳	221.1	1,351	420.8
25～29歳	260.1	1,586	783.7
30～34歳	301.1	1,821	959.6
35～39歳	354.5	2,149	1,213.0
40～44歳	401.5	2,428	1,422.3
45～49歳	412.5	2,490	1,482.9
50～54歳	460.6	2,780	1,889.8
55～59歳	492.7	3,042	1,983.9
60～64歳	344.0	2,110	1,068.1
65～69歳	284.4	1,734	542.2
70歳～	266.4	1,602	296.6

A県における「職種」別における平均的な賃金額

職　種	平均年齢	所定内給与額(月額)(千円)	所定内給与額時給(円)	年間賞与等特別給(千円)
生産工程従事者	41.6歳	283.3	1,700	683.1
はん用・生産用・業務用機械器具組立従事者	44.2歳	274.1	1,675	905.9
金属プレス従事者	42.6歳	281.2	1,595	719.1
金属溶接・溶断従事者	38.8歳	269.9	1,579	824.9
運搬・清掃・包装等従事者	48.4歳	251.3	1,533	432.9
清掃員(ビル・建物を除く)、廃棄物処理従事者	49.4歳	282.6	1,759	623.5

A県の「短時間労働者」における平均的な賃金額

A県	1時間当たり所定内給与額(円)	A県	1時間当たり所定内給与額(円)
産業計	1,752	製造業	1,483

詳しくは賃金引き上げ特設ページでチェック
https://saiteichingin.mhlw.go.jp/chingin/

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

賃金引き上げに向けた取り組み事例の紹介

CASE1 株式会社ゆめの樹 洋菓子の製造・販売業

パート・アルバイト５名の時給を5.5%、正社員は中小企業退職金制度の掛け金を平均20%引き上げた。これらの原資を生み出すため業務改善助成金を活用して、シュリンクバッカー（熱縮包装機）を導入。長期の冷凍保存ができるだけでなく、廃棄処分も激減し、１カ月約10万円ものコスト削減にも結びついた。無駄と思われる固定費を削減しながら売上を伸ばし、利益を確保して従業員に還元するのは経営者の責任という。

COMPANY PROFILE 企業プロフィール
- 社所在地：熊本県八代市
- 従業員数：12名



CASE2 栄研化学株式会社 医薬品・試薬等製造販売業

正社員を対象に、定期昇給を含めて平均で前年度比9.0%を超える年収の引き上げを実施。また、非正規雇用者には正社員に先立って時給を100円引き上げ、昼食補助手当支給や正社員へのキャリアアップ促進も強化。併せて、賃金・労働条件の改善について約２年にわたる労働組合との話し合いを経て、役割・職責に応じた報酬体系などを内容とする新人事・賃金制度を導入した。

COMPANY PROFILE 企業プロフィール
- 本社所在地：東京都台東区
- 従業員数：708名、連結754名（2023年３月31日現在）



CASE3 南九施設株式会社 造園・土木工事業

生産性向上のための設備投資を支援する業務改善助成金を活用し、手書きの紙媒体で管理していた顧客情報を電子化し、迅速な検索を可能とした。業務改善助成金による支援もあいまって、時給制の従業員の賃金を60円引き上げることができた。続いて、働き方改革推進支援助成金を活用し、ホワイトボードを電子化。進捗を現場から直接記入できるようになり、現場作業員が直帰できるようになるなど作業効率が向上。また、協力会社もホワイトボードを確認・編集可能な仕組みとしたため、電話業務も大幅に減ったという。

COMPANY PROFILE 企業プロフィール
- 本社所在地：鹿児島県鹿児島市
- 従業員数：19名



主な支援策の紹介

業務改善助成金	キャリアアップ助成金	ものづくり補助金	IT導入補助金	賃上げ促進税制
働き方改革推進支援センター		よろず支援拠点		

その他にも様々な支援策をご用意

▶「年収の壁・支援強化パッケージ」のご案内

人手不足への対応が急務となる中で、パート・アルバイトで働く方が「年収の壁」を意識せず希望どおり働くことができる環境づくりを支援するため、当面の対応として下記施策に取り組みます。

- 106万円の壁への対応
- 130万円の壁への対応
- 配偶者手当への対応

年収の壁・支援強化パッケージの詳細はこちら

福 井
会場

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

過労死等防止対策推進シンポジウム

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

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へ

参加無料
事前申込

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 2026年11月24日(火)
13:30～16:00 (受付13:00～)

会場 福井商工会議所 B1F
コンベンションホール
(福井県福井市西木田2-8-1)

基調講演

パワハラを防ぐ為のコミュニケーション
～自分も相手も大切に～



株式会社クオレ・シー・キューブ 取締役
稲尾 和泉 氏

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

二次元コードを読み込んで下さい。

主催：厚生労働省　　後援：福井県、福井市、福井弁護士会
協力：過労死等防止対策推進全国センター、全国過労死を考える家族の会、過労死弁護団全国連絡会議、福井過労死弁護団、福井県経営者協会、福井県商工会議所連合会、福井県社会保険労務士会、連合福井、福井県労連

福井会場

プログラム

[基調講演]

「パワハラを防ぐ為のコミュニケーション ～自分も相手も大切に～」

稲尾 和泉 氏（株式会社クオレ・シー・キューブ 取締役）

[企業からの取り組み事例発表]

「医療機関におけるDXの取り組みについて」

社会医療法人財団董仙会恵寿総合病院

[過労死遺族の声]

稲尾 和泉 氏

株式会社クオレ・シー・キューブ 取締役

市職員、ソニー(株)、中学校カウンセラーを経て、
2003年(株)クオレ・シー・キューブカウンセラーおよび研修講師
現在 取締役、シニアコンサルタント

[厚労省]
平成27年度 サポートガイド改訂に向けた調査研究委員会 委員
平成28年度～31年度 パワーハラスメント対策企画委員会 委員

[人事院]
平成31年度 公務職場におけるパワーハラスメント防止対策検討会 委員

[著書]
『上司と部下の深いみぞ ～パワー・ハラスメント完全理解』
(紀伊国屋書店)共著
『あんなパワハラこんなパワハラ』(全国労働基準関係団体連合会)著
『パワーハラスメント』(日本経済新聞出版社)共著

会場のご案内

福井商工会議所 B1F コンベンションホール

(福井県福井市西木田2-8-1)

・JR福井駅から5番 商工会議所行きバスに乗車、「福井商工会議所」停で下車
・福鉄 福井駅より上りに乗車、「商工会議所前」駅で下車



参加申込みについて

○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からのお申し込みはこちら 過労死等防止対策推進シンポジウム 検索
https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/

●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 052-915-1523**
●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 5名以上のお申込みは、別紙(様式自由)にてFAXしてください。	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。

(お問い合わせ先) 厚生労働省本シンポジウム事業受託事業者 株式会社プロセスユニーク 電 話：0570-036-222（ナビダイヤル）
E-mail：karoushiboushisympo@p-unique.co.jp