中之条労働基準監督署からのお知らせ（令和８年１１月号）

〒377-0424　吾妻郡中之条町大字中之条町664-1　☎0279-75-3034

11月は過労死等防止啓発月間です！

詳しくはこちら ☞

毎年11月は過労死等防止啓発月間として、皆さまに過労死等を防止することの重要性をご理解いただけるよう、厚生労働省では過労死等をなくすためのシンポジウムやキャンペーンなどを行っています。

事業者や労働者の皆さまには日頃から長時間労働の防止やメンタルヘルスケアにご尽力いただいておりますが、この過労死等防止啓発月間を踏まえ、改めて安全衛生委員会または労働者から意見を聴く機会などを利用して、過労死等の防止のために必要な対策を検討していただくようお願いします。

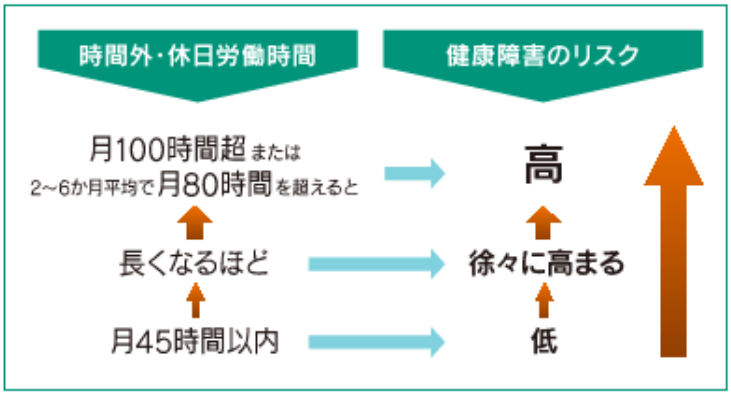
〔過労死等の定義〕

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

〔長時間労働と健康障害のリスクの関係〕

長期間にわたる特に過重な労働は、著しい疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因と考えられ、さらには脳・心臓疾患の発症に影響を及ぼすと言われています。

脳・心臓疾患に係る労災認定基準においては、週40時間を超える時間外・休日労働がおおむね月45時間を超えて長くなるほど、業務と発症との関連性が徐々に強まり、発症前1か月間におおむね100時間または発症前2か月間ないし6か月間にわたって、1か月当たりおおむね80時間を超える時間外・休日労働が認められる場合は、業務と発症との関連性が強いと評価できるとされています。



《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。

〔令和7年度　過労死等の労災補償状況〕

厚生労働省では、先日、令和7年度過労死等の労災補償状況を公表しました。特に時間外労働時間別で、脳・心臓疾患または精神障害の支給決定件数の特徴は下記のとおりです。

詳しくはこちら ☞

○過労死等に関する支給決定件数の推移

区分＼年度	R3	R4	R5	R6	R7
過労死等	803	910	1,108	1,305	1,310
脳・心臓疾患	174	198	221	247	224
業務災害	172	194	216	241	217
複数業務要因災害	2	4	5	6	7
精神障害	629	712	887	1,058	1,086
業務災害	629	710	883	1,056	1,082
複数業務要因災害	0	2	4	2	4

○脳・心臓疾患

「評価期間1か月」では、「100時間以上～120時間未満」（27件）が最も多い。

「評価期間2～6か月における1か月平均」では、「60時間以上～80時間未満」（48件）が最も多い。

○精神障害

「評価期間1か月または2～6か月における1か月平均」では、「20時間未満」（57件）で最も多く、次いで「40時間以上～60時間未満」（55件）が多い。

過重労働による健康障害を防止するために、医師の面接指導について社内制度を整えましょう！

詳しくはこちら ☞

STEP1　労働者の労働時間を適正に把握しましょう。

労働安全衛生法第66条の8の3及び**労働時間の適正把握ガイドライン**において、事業者は労働者の始業及び終業時刻を把握することとされており、その方法は事業者が現認する方法、タイムカード、ICカードの記録等の客観的な記録により把握する方法を原則としており、例えば出勤簿への押印のみの方法は認められていません。現在の労働時間の管理方法を確認し、法令やガイドラインに基づいた方法としているか、また打刻漏れや申告漏れなど不適切な運用がされていないか点検いただくようお願いします。

STEP2　医師の面接指導の対象者を定めましょう。

（1）月80時間を超える時間外・休日労働を行った労働者で、医師の面接指導の申出があった者
（2）月100時間を超える時間外・休日労働を行った研究開発業務に従事する労働者
（3）高度プロフェッショナル制度適用者で、一定の上限を超えた者
（4）上記のほか、事業場で定める基準に該当する労働者
　例1）時間外・休日労働時間が1か月当たり45時間を超える労働者で、健康への配慮が必要な者
　例2）月80時間を超える時間外・休日労働を行った全ての労働者

※上記(1)～(3)の対象者は労働安全衛生法で面接指導の実施が義務付けられています。

STEP3　時間外・休日労働時間の算定・申出の手続きを定めましょう。

時間外・休日労働時間数の算定は、毎月1回以上、一定の期日（例えば賃金締切日）を定めて行う必要があります。時間外・休日労働時間数の算定は下記計算式により行います。

1か月の時間外・休日労働時間数＝1か月の総労働時間数－(計算期間1か月間の総暦日数／7)×40
1か月の総労働時間数＝労働時間数（所定労働時間数）＋延長時間数（時間外労働時間数）＋休日労働時間数

そして、各労働者に時間外・休日労働時間数を通知し、STEP2の対象者に該当する労働者には併せて医師の面接指導の希望の有無を確認します。そのため、ここで定める必要がある事項は下記のとおりです。

□時間外・休日労働時間数の算定期日　□時間外・休日労働時間数の通知方法
□医師の面接指導の申出方法　□医師の面接指導の申出期日　□申出窓口（事務担当者の設定）

※通知方法や申出方法は、書面や電子媒体など記録として残るものとしましょう。

STEP4　面接指導を実施する医師を調整しましょう。

面接指導を行う医師は、産業医や産業医の要件を備えた医師等が望まれます。労働者50人以上の事業場では選任した産業医と面接指導の方法や労働者の時間外・休日労働時間数、健康状態等の通知内容、通知時期などを調整しましょう。労働者50人未満の事業場では地域産業保健センター（吾妻地域は吾妻地域産業保健センター(☎0279-75-3334)）において医師の面接指導をご利用できます。

STEP5　面接指導を確実に実施するための環境整備を行いましょう。

医師の面接指導の社内制度について説明会を設けたり、概要書を掲示したりすることで労働者に周知するとともに、面接指導を受けることで不利益な行為を受けることがないこと、個人情報の取扱い等についても十分説明し、安心して面接指導の申出ができる環境を整えましょう。

上記の他にも、面接指導の結果の記録の保存やその結果を踏まえた事後措置などを行う必要があります。