働くすべての人、そのご家族の皆さまへ　過労死等を防止するための対策BOOK



毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

参加無料　11月を中心に、全国47都道府県、48か所で開催しています。
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）

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

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

11月は過労死等防止啓発月間です。
過労死等防止啓発月間には、過重労働解消キャンペーンを実施しています

1　労使の主体的な取組を促進します
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。

2　労働局長によるベストプラクティス企業の職場訪問等を実施します
都道府県労働局長が管内の企業を訪問する等により、当該企業の長時間労働削減に向けた積極的な取組事例を収集し、広く紹介します。

3　長時間労働が疑われる事業場等への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等に対して、重点的に監督指導を行います。

4　労働相談を実施します　相談無料
11月7日（土）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。

令和8年11月7日（土）
9:00～17:00

なくしましょう　長い残業
0120-794-713

11月1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/

5　過重労働解消のためのセミナーを開催します　参加費無料
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）。
＊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://shuugyou.mhlw.go.jp/kajyu-kaishou

11月を中心に「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。　参加費無料
＊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。

専用ホームページ ▶ https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/

11月は「しわ寄せ」防止キャンペーン月間でもあります

大企業・委託事業者による長時間労働の削減等の取組が、取引先中小事業者への「しわ寄せ」を生じさせないように、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。

「しわ寄せ」防止特設サイト ▶ https://work-holiday.mhlw.go.jp/shiwayoseboushi/

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷物の新たなリサイクルができます。