



ひと、暮らし、みらいのために

宮城労働局

Miyagi Labour Bureau

<https://jsite.mhlw.go.jp/miyagi-roudoukyoku/>

Press Release

令和6年10月28日

【照会先】

宮城労働局労働基準部監督課

課長 洞口 宗彦

過重労働特別監督監理官 金子 貴範

電話 022 (299) 8838

022 (207) 3792 (夜間・休日)

報道関係者 各位

## 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 ～

「過労死等防止啓発月間」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関心と理解を深めることなどを目的として、厚生労働省が毎年11月に実施しています。(別添1)

宮城労働局(局長 <sup>おやけ えいさく</sup> 小宅 栄作)では、国民への周知・啓発を目的として、

### 「過労死等防止対策推進シンポジウム」(11月5日)

を行うほか、「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に労働基準監督官が対応する無料電話相談

### 「過重労働解消相談ダイヤル」(11月2日)

### 「SNS(LINE)による労働相談」(11月2日)【今年度からの取組】

などを行います。

月間中の取組概要は別紙のとおりです。

※「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、精神疾患

## 令和6年度過労死等防止啓発月間の取組概要

宮城労働局

### 1 「過労死等防止対策推進シンポジウム」 (別添2)

- ・ 日時：11月5日(火) 16:00～18:00
- ・ 場所：せんだいメディアテーク 7階 スタジオシアター  
(仙台市青葉区春日町2-1)
- ・ プログラム：基調講演、遺族からの声
- ・ 参加費：無料(要事前申込)

### 2 過重労働解消キャンペーン (別添3)

#### (1) 過重労働相談受付集中期間

##### ア 過重労働解消相談ダイヤル

過重労働をはじめとした労働問題全般にわたる相談のほか、労働基準法違反などの問題がある事業場に関する情報の受付、関係機関の紹介など、相談内容に合わせて労働局及び労働基準監督署の労働基準監督官が対応します。匿名での相談等も受け付けます。

- ・ 日時：11月2日(土) 9:00～17:00
- ・ 電話番号：0120 <sup>なくしましょう</sup> (794) <sup>長い残業</sup> 713 (フリーダイヤル)

また、今年度は新たに SNS (LINE) による特別労働相談も実施します。

- ・ 日時：11月2日(土) 9:00～21:00 (厚生労働省委託事業)
- ・ 相談先：<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/lp/hotline/>  
※労働条件相談ほっとラインの相談員が相談に対応します。

##### イ その他の取組

厚生労働省では、11月1日(金)から11月7日(木)までを「過重労働相談受付集中期間」(11月3日(日)、4日(月・祝)を除く。)とし、下記の窓口において、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。

- ・ 労働局・労働基準監督署 (土日を除く 8:30～17:15)  
[URL] <https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/>
- ・ 「労働条件相談ほっとライン」 (厚生労働省委託事業)  
電話番号：<sup>はい！労働</sup> 0120-811-610 (フリーダイヤル)  
相談対応時間等：月～金 17:00～22:00、土日・祝日 9:00～21:00  
[URL] <https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/lp/hotline/>
- ・ 「労働基準関係情報メール窓口」  
[URL] [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/mail\\_madoguchi.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/mail_madoguchi.html)

(2) 労働局長によるベストプラクティス企業との意見交換等

宮城労働局長が、長時間労働削減に向けて取引先と協力して取り組んでいる建設業の企業等との意見交換等を行います。

具体的な企業名及び日時等は、後日お知らせします。

(3) 労使団体等への協力要請

県内の主要な労使団体に対して、傘下企業等における過重労働解消に向けた取組及び大企業等の長時間労働削減等に伴う下請等中小事業者への「しわ寄せ」防止の協力要請を行います。

(4) 重点監督

労働基準監督署が、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、重点的な監督指導を実施します。

(参考) 令和4年度及び令和5年度に県内の労働基準監督署において長時間労働が疑われる事業場に対する監督指導を実施した結果

		令和4年度	令和5年度
監督指導 実施事業 場	監督実施事業場	442	426
	うち、労働基準法などの法令違反あり	387 (87.6%)	352 (82.6%)
主な違反 内容	1 違法な時間外労働があったもの	211 (47.7%)	189 (44.4%)
	うち、時間外・休日労働の実績が最も長い労働者の時間数が1か月当たり80時間を超えるもの	95 <45.0%>	104 <55.0%>
	1か月当たり100時間を超えるもの	62 <29.4%>	70 <37.0%>
	1か月当たり150時間を超えるもの	10 <4.7%>	14 <7.4%>
	1か月当たり200時間を超えるもの	1 <0.5%>	0 <0.0%>
	2 賃金不払残業があったもの	39 (8.8%)	33 (7.7%)
	3 過重労働による健康障害防止措置が未実施のもの	105 (23.8%)	113 (26.5%)

(5) 過重労働解消のためのセミナーの開催

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、11月から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。

宮城県会場の開催日時は令和6年12月5日(木)14時からです。参加費は無料

ですが、次の専用ホームページより事前申し込みが必要です。

[専用ホームページ] <https://shuugyou.mhlw.go.jp/kajyu-kaishou>

**【取材について】**

- 1 月間中の取組を取材いただける場合は、事前に照会先あてご連絡をお願いいたします。
- 2 取材に際し、撮影場所や撮影内容等についてのお問い合わせをすることがありますので、ご承知おきください。
- 3 「過重労働解消相談ダイヤル」（11月2日（土））の会場は、仙台労働基準監督署会議室（仙台市宮城野区鉄砲町1 仙台第四合同庁舎1階）です。

# 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。  
働き過ぎで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。

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。(2022/4/1現在)

"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](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](https://www.mhlw.go.jp/content/000177581.pdf)



### ●ハラスメント悩み相談室

土曜・日曜の相談やメール・SNSでの  
相談にも無料で応じています。

<https://harasu-soudan.mhlw.go.jp/>



### ●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や職場のメン  
タルヘルス対策に取り組む事業者の方などの  
支援や、役立つ情報の提供を行っています。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



### ●まもろうよこころ

「死にたい」、「消えたい」などの悩みや不安を  
抱えていたら、相談してください。電話やSNS  
の相談窓口を紹介しています。

<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

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



全国過労死を考える家族の会

<http://karoshi-kazoku.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)

<http://karoshi.jp/>



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  
(月~金 9:00~17:30)

# 0570-080-082



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。

# 過労死等 防止対策推進 シンポジウム

宮城  
会場

働き続けることのできる社会へ  
過労死をゼロにし、健康で充実して

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

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、過労死等防止対策推進法施行から10年、改めて過労死等の現状や課題、防止対策について考えます。

参加  
無料  
事前申込

日時

2024年11月5日(火)  
16:00~18:00 (受付15:30~)

会場

せんだいメディアテーク  
7階 スタジオシアター  
(仙台市青葉区春日町2-1)



二次元バーコードを  
読み込んで下さい。

主催：厚生労働省 後援：宮城県、仙台市 (予定)

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、宮城過労死を考える家族の会、仙台弁護士会、宮城県医師会、仙台市医師会、仙台地域産業保健センター、宮城労働基準協会、宮城働き方改革推進支援センター、宮城県社会保険労務士会、日本産業カウンセラー協会東北支部、宮城産業保健総合支援センター、河北新報社 (予定)





# 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



**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。

**3 長時間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。

**労働相談を実施します**

11月2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。

**相談無料**

4 **令和6年11月2日(土)** なくしましろう **0120-794-713** 長い残業  
9:00~17:00

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/>

**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)。  
\*詳細は専用ホームページをご覧ください。

**参加費無料**

5 **専用ホームページ** ▶ <https://shuugyou.mhlw.go.jp/kajyu-kaishou>

**「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もあります**

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/>

働き過ぎにより生じるさまざまなリスク、ご存知ですか?  
あなたの心や体は大丈夫ですか?  
健康のために必要なこと、それは適切な労働時間と健全な労働環境です。  
あなたは、働き過ぎていませんか?  
毎日の労働時間、この機会に一度、見直してみませんか。



# ダメ、働きすぎ!

# 毎日の労働時間、見直しませんか?

## 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6年11月2日(土) 9:00~17:00  
なくしましろう 長い残業

**過重労働解消相談ダイヤル** **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も無料)※匿名でもOK **過重労働解消キャンペーン** **検索**

11月1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

**労働条件相談ほっとライン** **0120-811-610**  
はい! ろうどう  
【厚生労働省委託事業】 **相談受付時間** 月~金17:00~22:00 土日・祝日9:00~21:00

11月2日(土)は、SNS相談も実施しています

# 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？

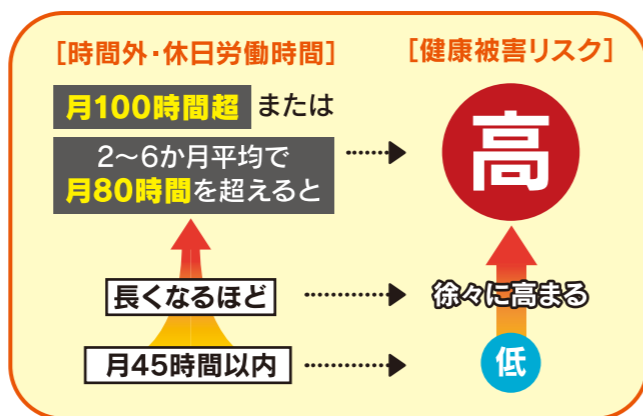
労働時間の現状をみると、週の労働時間が60時間以上の労働者の割合は近年低下傾向であるものの、労働者全体の5%以上となっており、いまだ長時間労働の実態がみられます。また、脳・心臓疾患が業務上によるものと認められた労災支給決定件数についても、依然として高い水準で推移しています。近年では、仕事上の強いストレスが原因となつてうつ病などの精神障害を発病し、それが労災と認められる件数も年々増加しています。

## 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。

**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。

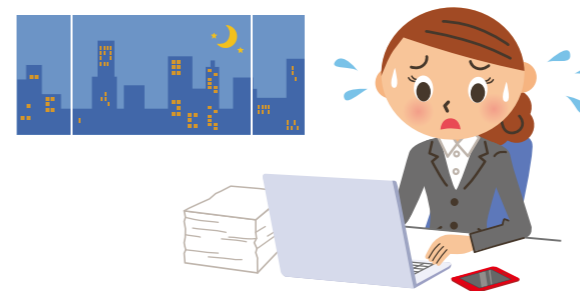
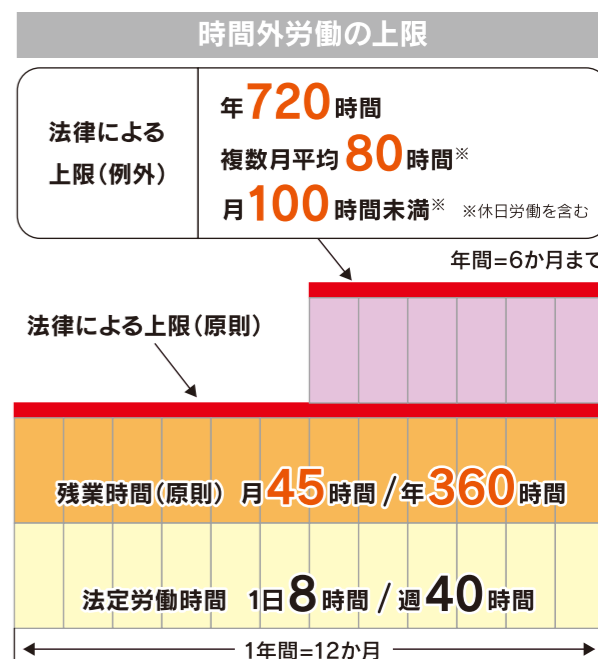
**働き方・休み方改善ポータルサイト** ▶ <https://work-holiday.mhlw.go.jp/>



# 過重労働による健康障害を防止するために

## 1 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。



## 2 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(対象:年次有給休暇が年10日以上付与される労働者)。
- 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。

## 有給休暇



## 3 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)の導入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、ガイドライン※4)を確認しましょう。

## 4 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※5)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年厚生労働省告示第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 「労働時間等見直しガイドライン」(平成20年厚生労働省告示第108号)  
 ※5 「労働者の心の健康の保持増進のための指針」(厚生労働省、平成18年3月、健康保持増進のための指針公示第3号)