

令和6年10月29日

【照会先】

大分労働局労働基準部監督課

監督課長 松島 昌彦

監察監督官 系永 教行

電話 097(536)3212

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します～

大分労働局（局長 佐藤 広道）では、11月の「過労死等防止啓発月間」に、過労死等防止対策シンポジウムや過重労働解消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。

「過労死等」とは…業務における過重な負荷による脳血管疾患もしくは心臓疾患を原因とする死亡、もしくは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またはこれらの脳血管疾患、心臓疾患、精神障害をいいます。

### 【取組概要】

#### 1 「過労死等防止対策推進シンポジウム」の開催

参加費無料

過労死等をゼロにし、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、シンポジウムを開催します。本シンポジウムでは、有識者や過労で亡くなられた方のご遺族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。

是非、ご参加くださいますようお願い申し上げます。

日時等の概要は以下のとおりです（詳細は別紙1のチラシをご確認ください）。

日時 令和6年11月5日（火）14：00～16：00（受付13：30～）

会場 全労済ソレイユ カトレア7階（大分市中央町4丁目2番5号）

プログラム 1 基調講演

「過労死・過労自殺予防のための法令  
順守のために ポストハラスメント防止  
法の今：あらためて過労自殺予防対策を  
考える」

天笠 崇 氏（静岡社会健康医学大学院大学）

2 「過労死ご遺族からの報告」

桐木 弘子 氏（東九州過労死等を考える家族の会 代表）

天笠 崇 氏

静岡社会健康医学大学院大学 准教授



代々木病院精神科医、代々木病院EAPケアシステムズ顧問  
働くもののいのちと健康を守る東京センター理事長  
北里大学医学部大学院環境医学科学群労働衛生学非常勤講師  
（一社）SST普及協会事務局長  
（公財）社会医学研究センター代表理事

【専門領域】

社会健康医学、精神保健学、労働精神医学、精神医学、京都大学  
（社会健康医学博士）、認定産業医・労働衛生コンサルタント、  
精神保健指定医、日本精神神経学会専門医・指導医、（一社）SST  
普及協会認定講師

#### 2 過重労働解消キャンペーンの実施

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に向けた重点的な監督指導や、全国一斉の無料電話相談「過重労働解消相談ダイヤル」などを行います（詳細は次ページや別紙2、3のリーフレット等をご確認ください）。

**(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) ベストプラクティス企業との意見交換を実施します**

大分労働局長が管内企業の経営トップ等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) 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) 過重労働相談受付集中期間における「過重労働解消相談ダイヤル」を開設します**

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。

また、11月1日・5日・6日・7日を過重労働相談受付集中期間とし、大分労働局及び大分県下の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。

過重労働等に関する悩みや疑問について、お気軽にご相談ください。

過重労働解消相談ダイヤル

相談無料

電話番号：0120-794-713 (フリーダイヤル)

実施日時：令和6年11月2日(土) 9:00~17:00

大分労働局及び各労働基準監督署 (開庁時間 平日 8:30~17:15)

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)

実施日時：平日 17:00~22:00、土日・祝日 9:00~21:00

**(5) 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。

また、特別企画として、「業務効率化セミナー」を東京・大阪で実施します。

(無料でどなたでも参加できます。)

[専用ホームページ]

<https://shuugyou.mhlw.go.jp/kajyu-kaishou>

# 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。



毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

参加  
無料

事前申込

## 過労死等防止対策推進シンポジウム

日時

2024年11月5日(火)  
14:00~16:00 (受付13:30~)

会場

全労済ソレイユ  
カトレア 7階  
(大分市中央町4丁目2番5号)



主催：厚生労働省

後援：大分県、日本労働組合総連合会大分県連合会、大分県労働組合総連合、大分県弁護士会、大分県社会保険労務士会、  
一般社団法人大分県労働基準協会、大分県経営者協会、大分県中小企業団体中央会、

独立行政法人労働者健康安全機構大分産業保健総合支援センター、大分県商工会議所連合会、大分県商工会連合会 (順不同)

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、過労死弁護士全国連絡会議

二次元バーコードを  
読み込んで下さい。

# 大分会場

## プログラム

[主催者挨拶] 大分労働局労働基準部

[基調講演]

### 「過労死・過労自殺予防のための法令順守のために ポストハラスメント防止法の今： あらためて過労自殺予防対策を考える」

天笠 崇 氏 (静岡社会健康医学大学院大学 准教授)

[過労死ご遺族からの報告]

桐木 弘子 氏 (東九州過労死等を考える家族の会 代表)

## ●会場のご案内

### 全労済ソレイユ カトレア 7階

(大分市中央町4丁目2番5号)

※会場に駐車場はございませんので、  
公共交通機関でお越しください。

- ・JR「大分駅」より徒歩約10分
- ・大分バス「末広バス停」より徒歩約3分
- ・大分交通「OASISひろば21バス停」より徒歩約1分

## ●参加申し込みについて

- 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。

## 天笠 崇 氏

静岡社会健康医学大学院大学 准教授



代々木病院精神科医、代々木病院EAPケアシステムズ顧問  
働くもののいのちと健康を守る東京センター理事長  
北里大学医学部大学院環境医科学群労働衛生学非常勤講師  
(一社)SST普及協会事務局長  
(公財)社会医学研究センター代表理事

### 【専門領域】

社会健康医学、精神保健学、労働精神医学、精神医学、京都大学  
(社会健康医学博士)、認定産業医・労働衛生コンサルタント、  
精神保健指定医、日本精神神経学会専門医・指導医、(一社)SST  
普及協会認定講師



Webからのお申し込みはこちら 二次元バーコードを読み込んで下さい。

<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 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。

- |                                  |                                    |                              |                                      |                              |                                |                              |
|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 経営者     | <input type="checkbox"/> 会社員       | <input type="checkbox"/> 公務員 | <input type="checkbox"/> 団体職員        | <input type="checkbox"/> 教職員 | <input type="checkbox"/> 医療関係者 | <input type="checkbox"/> 弁護士 |
| <input type="checkbox"/> 社会保険労務士 | <input type="checkbox"/> パート・アルバイト | <input type="checkbox"/> 学生  | <input type="checkbox"/> 過労死等の当事者・家族 |                              |                                |                              |
| <input type="checkbox"/> 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。

(お問い合わせ先) 厚生労働省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: ☎ 0570-080082 (ナビダイヤル)  
E-mail: karoushiboushisympo@p-unique.co.jp

# 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。

**4 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**

なくしましろう 長い残業

**令和6年11月2日(土)** ☎ **0120-794-713**

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/>

**5 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**

**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/>

別紙 2

毎日の労働時間、見直しませんか？

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？



## 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

**☎ 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**

【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。

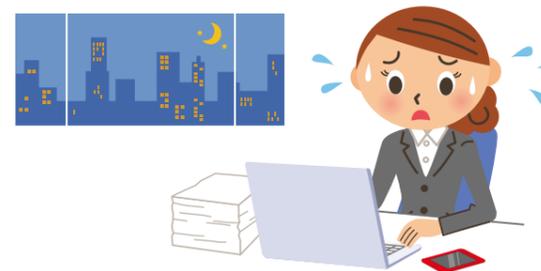
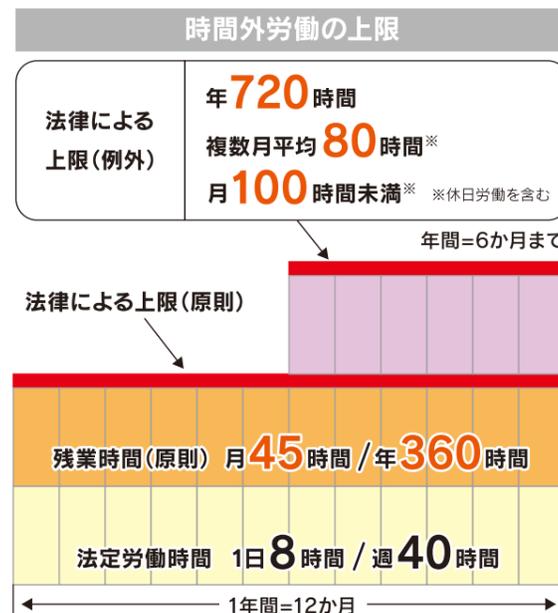
働き方・休み方改善ポータルサイト ▶ <https://work-holiday.mhlw.go.jp/>



# 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。



## 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)

# しごとにより、 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/>



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/>

全国過労死を考える家族の会

<http://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  
(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。