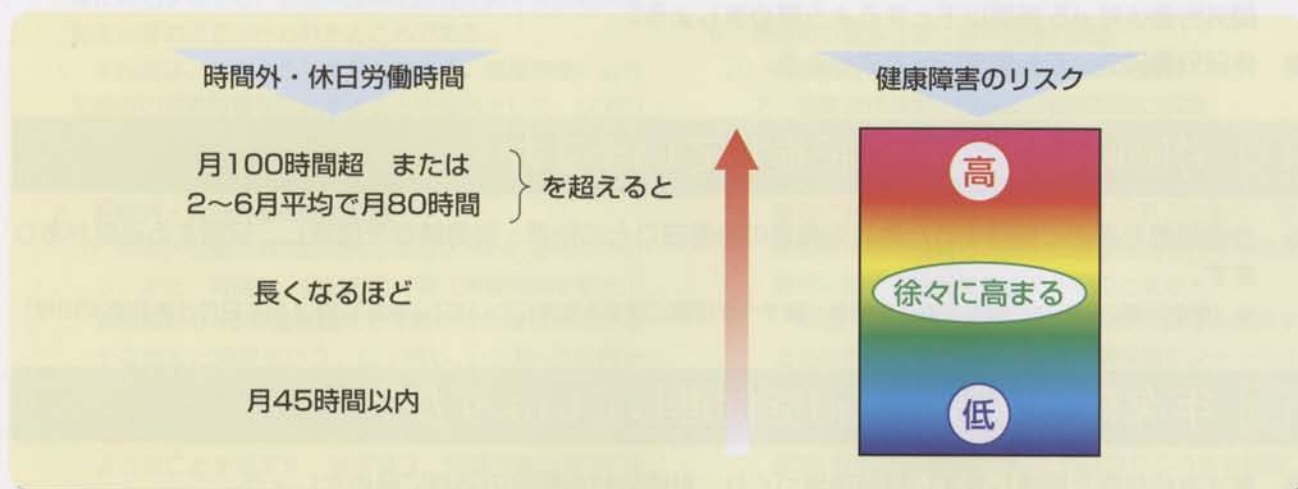


過重労働による健康障害を 防ぐために

過重労働による健康障害防止のためには、時間外・休日労働時間の削減、年次有給休暇の取得促進等のほか、事業場における健康管理体制の整備、健康診断の実施等の労働者の健康管理に係る措置の徹底が重要です。また、やむを得ず長時間にわたる時間外・休日労働を行わせた労働者に対しては、面接指導等を実施し、適切な事後措置を講じることが必要です。



「過重労働による健康障害防止のための総合対策」（平成18年3月17日付け基発第0317008号）は、長時間労働者への医師による面接指導制度の創設などの労働安全衛生法等の改正を踏まえ、平成14年2月より推進してきた旧総合対策をもとに新たに策定されました。

- 1) 上の図は、労災補償に係る新しい脳・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。
- 4) 2～6月平均で月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80時間を超えるという意味です。

1 時間外・休日労働時間を削減しましょう

36協定は限度基準等に適合したものとなっていますか？

36協定（時間外労働に関する協定）で定める延長時間については、次の限度時間が定められています。

期 間	1 週間	2 週間	4 週間	1 箇月	2 箇月	3 箇月	1 年間
限度時間	15時間	27時間	43時間	45時間	81時間	120時間	360時間

「労働基準法第36条第1項の協定で定める労働時間の延長の限度等に関する基準」（平成10年労働省公示第154号）

- 限度時間を超える一定の時間まで労働時間を延長することができる事情「特別の事情」は臨時的なものに限るとされています。
- 自動車運転者については、「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準」（平成元年労働省告示第7号）に適合した36協定とする必要があります。
- 月45時間を超えて時間外労働を行わせることが可能な場合でも、健康障害防止の観点から、実際の時間外労働は月45時間以下とするよう努めましょう。
- 休日労働についても削減に努めましょう。

労働時間を適正に把握していますか？

- 労働時間を適切に管理するため、労働者の労働日ごとの始業・終業時刻を確認し、記録する必要があります。

※「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基準について」（平成13年4月6日付け基発第339号）

年次有給休暇の取得を促進していますか？

- 年次有給休暇を取得しやすい職場環境づくり、計画的付与制度の活用に努めましょう。

労働時間等の設定の改善のための措置を実施していますか？

- 労働時間等の設定の改善を図るため、労働時間等設定改善指針に基づき、必要な措置を講じましょう。

事業者は、裁量労働制対象労働者や管理・監督者についても、健康確保のための責務があることなどに留意して、過重労働とならないよう十分な注意喚起を行うなどの措置を講ずるよう努めましょう。




2 健康管理体制の整備・健康診断の実施を図りましょう

産業医及び衛生管理者等を選任していますか？

- 労働者の健康管理のため、事業場において選任した産業医及び衛生管理者等に健康管理に関する職務を適切に行わせましょう。
- 産業医を選任する義務のない事業場（常時50人未満の労働者を使用する事業場）では、**地域産業保健センター**の産業保健サービスを活用しましょう。

衛生委員会等を設置していますか？

- 衛生委員会等において「長時間にわたる労働による労働者の健康障害の防止を図るための対策の樹立に関すること」をはじめ健康管理について適切に調査審議を行いましょう。

面接指導等を適切に実施するため（面接指導等については右ページ  を参照してください。）、以下の事項について調査審議を行い、この結果に基づく必要な措置を講じましょう。

- ① 面接指導等の実施方法及び実施体制に関すること。
- ② 面接指導等の申出が適切に行われるための環境整備に関すること。
- ③ 面接指導等の申出を行ったことにより当該労働者に対して不利益な取扱いが行われることがないようにするための対策に関すること。
- ④ 面接指導等を実施する場合における事業場で定める必要な措置の実施に関する基準の策定に関すること。
- ⑤ 事業場における長時間労働による健康障害防止対策の労働者への周知に関すること。

健康診断を確実に実施していますか？

- 労働者に対し、1年以内に1回の定期健康診断を実施しなければなりません。
- 深夜業を含む業務に常時従事する労働者に対しては、6か月以内に1回の特定業務従事者健康診断を実施しなければなりません。
- 血圧等一定の健康診断項目に異常の所見がある労働者には、労災保険制度による二次健康診断等特定保健指導に関する給付（二次健康診断等給付）制度を活用しましょう。
- 深夜業に従事する労働者は、自発的健康診断受診支援事業助成金制度を利用できます。

健康診断結果に基づく適切な事後措置を実施していますか？

- 有所見者については、健康保持のために必要な措置についての医師の意見を聴き、必要な事後措置を講じなければなりません。
- 健康診断は、健康管理のための基礎となるものであり、過重労働による健康障害を防止するための就業上の措置を考える良い機会です。わからないことは、気軽に産業医、地域産業保健センター、健康診断を実施した機関などに相談しましょう。
- 労働者の健康保持増進（THP：トータルヘルス・プロモーション・プラン）の実施にも努めましょう。
※「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」（昭和63年健康保持増進のための指針公示第1号）
- 「労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト」等の活用を図りましょう。

③ 長時間労働者に対し面接指導等を実施しましょう

医師による面接指導の対象となる労働者は・・・

時間外・休日労働時間が1月当たり100時間を超え、かつ、疲労の蓄積が認められる者（申出による）
※ただし、期日前1月以内に面接指導を受けた労働者等、面接指導を受ける必要がないと医師が認めた者を除く。

○ 時間外・休日労働時間が月100時間を超えたら・・・

事業者 申出をした労働者に対し、医師による面接指導を実施しなければなりません。面接指導を実施した医師から必要な措置について意見聴取を行い、必要と認める場合は、適切な事後措置を実施しなければなりません。
時間外・休日労働時間が1月当たり100時間を超えた労働者に関する作業環境、労働時間、深夜業の回数及び時間数等の情報を産業医に提供しましょう。

労働者 面接指導の申出をし、医師による面接指導を受けましょう。

産業医 労働者に対し面接指導の申出をするよう勧奨しましょう。
面接指導に当たっては「長時間労働者への面接指導チェックリスト(医師用)」等を活用しましょう。

□ □ これ以外の者は、

面接指導または面接指導に準ずる措置※(以下、「面接指導等」という)の対象となる労働者は・・・

- ① 長時間の労働（時間外労働・休日労働時間が1月当たり80時間超）により、疲労の蓄積が認められ、又は、健康上の不安を有している労働者（申出による）
- ② 事業場において定められた基準に該当する労働者

※ 面接指導に準ずる措置の例
例1) 労働者に対し保健師等による保健指導を行う
例2) チェックリストで疲労蓄積度を把握し必要な労働者に対し面接指導を行う
例3) 事業者が産業医等から事業場の健康管理について助言指導を受ける

① 時間外・休日労働時間が月80時間を超えたら・・・

事業者 申出をした労働者に対し、面接指導等を実施するよう努めましょう。必要と認める場合は、適切な事後措置を実施するよう努めましょう。

労働者 面接指導等の申出をし、面接指導等を受けましょう。

② 事業場において基準を設定するに当たっては・・・

※ 時間外・休日労働時間が月100時間又は2～6月平均で月80時間を超えたら・・・

事業者 該当する全労働者が面接指導の対象となるよう基準を設定し、面接指導を実施するよう努めましょう。面接指導を実施した医師から必要な措置について意見聴取を行い、必要と認める場合は、適切な事後措置を実施するよう努めましょう。

労働者 面接指導等を受けましょう。

※ 時間外・休日労働時間が月45時間を超えたら・・・

事業者 健康への配慮が必要な者が面接指導等の措置の対象となるよう基準を設定し、面接指導等を実施することが望まれます。必要と認める場合は、適切な事後措置を実施することが望まれます。