

令和7年5月21日

労働時間及び負荷要因に関する自主点検の実施について

平素より労働基準監督行政の運営につきましては、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、働き方改革の一環として、平成31年4月から時間外労働の上限規制が順次適用され、令和6年4月1日からは全面的に適用となったところです。

長時間労働は疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因と考えられており、事業主の皆さまには長時間労働の削減に取り組んでいただいているところですが、令和3年9月に改正された脳・心臓疾患の労災認定基準では、労働時間以外の過重な負荷の状況（負荷要因）も考慮して労災認定を行うことが明確化されるとともに、負荷要因の項目についても見直されました。

このため、労働時間の状況の確認のほか、負荷要因についても確認していただき、負荷の軽減を検討するきっかけとしていただくための自主点検を実施することとしました。

自主点検のご案内が届いた方は、下記リンク先の回答フォームにて、令和7年6月23日（月）までにご回答くださいますようお願いいたします。

[労働時間及び負荷要因に関する自主点検の回答フォームはこちら](#)

（リンク先）

https://jsite.mhlw.go.jp/form/pub/roudou13/202505_01_kantokufuka