

みつめようみんなの健康 みなおそうオーバーワーク

実施
期間

平成20年4月～平成25年3月
(推進月間 毎年9月)



過重労働による 健康障害防止運動



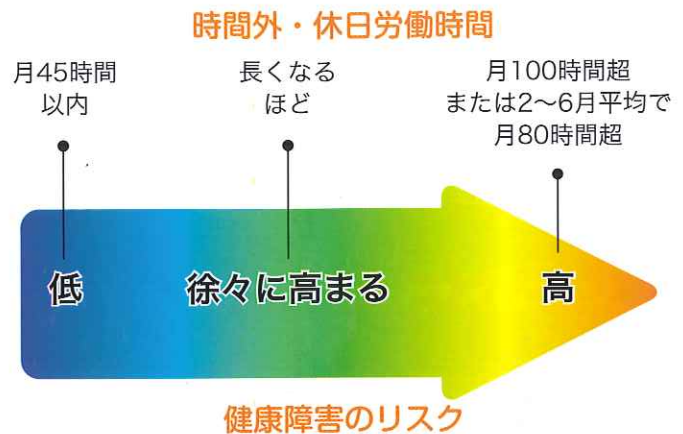
主唱 東京労働局・各労働基準監督署(支署)

協賛 (社)東京労働基準協会連合会、各地区労働基準協会、東京経営者協会、東京商工会議所、
東京都中小企業団体中央会、日本労働組合総連合会東京都連合会

過重労働による健康障害とは

時間外・休日労働時間と健康障害リスクとの関連について

長時間労働は、仕事による負荷を大きくするだけでなく、睡眠・休養の機会を減少させるので、疲労蓄積の重要な原因のひとつと考えられています。医学的知見を踏まえると、長時間労働時間と脳・心臓疾患の発症などの関連性は右の図のようになりますので参考にしてください。



過重労働による健康障害を防止するためには

1 時間外・休日労働時間を削減しましょう

(1) 36協定は限度基準等に適合したものとなるようにしましょう。

36協定(時間外・休日労働に関する協定)で定める延長時間については、1か月45時間、1年間360時間等、限度時間が定められています。

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、実際の時間外労働を月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。

(2) 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・就業時刻を確認し、記録しましょう。

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

(4) 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。

2 健康管理体制の整備・健康診断の実施を図りましょう

(1) 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。

(2) 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。

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間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。

(3)健康診断を確実に実施しましょう。

- ①労働者に対し、1年以内に1回定期健康診断を実施しなければなりません。
- ②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。
- ③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時健康診断等特定保健指導に関する給付(二時健康診断等給付)制度を活用しましょう。
- ④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活用できます。

(4)健康診断結果に基づく適切な事後措置を実施しましょう。

- ①有所見者については、健康保持のため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。
- ②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。
- ③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)
- ④「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

長時間の労働により疲労が蓄積し健康障害発症のリスクが高まった労働者について、その健康の状況を把握し、これに応じて本人に対する指導を行うとともに、その結果を踏まえた事後措置を講ずる必要があります。面接指導とは、問診その他の方法により心身の状況を把握し、これに応じて面接により必要な指導を行うことです。

面接指導制度の概要



事業者

①面接指導等の実施の通知

④事後措置の実施

- 就業場所の変更、作業の転換
- 労働時間の短縮、深夜業の回数の減少
- 衛生委員会等への報告等

②面接指導等の実施

- 勤務状況・疲労の蓄積状況等の把握
- メンタルヘルス面でのチェック
- 把握結果に基づく必要な指導

労働者

- 月100時間超の時間外・休日労働を行い、疲労の蓄積が認められる者(申出)
 - 月80時間超の時間外・休日労働を行い、疲労の蓄積等が認められる者(申出)
 - 事業場で定める基準に該当する者
- ※○印の者については面接指導又は面接指導に準ずる措置の実施(努力義務)

③医師の意見聴取



医師
(産業医等)

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で医師による面接指導等を受けることができます。

過重労働による健康障害防止運動実施要綱

目的

労働者の健康確保は、企業の経済活動にとっても看過できない重要なものであるとともに、労働者自身においても労働福祉の根幹をなすものであり、社会生活を営む上で最も関心の高い事柄である。また、仕事と生活の調和のとれた働き方の実現の推進も期待されているところである。

このため過重労働による健康障害防止運動を通じて、時間外・休日労働の削減等と適切な健康管理によって、疲労の蓄積等による脳・心臓疾患等の健康障害を発生させない職場づくりを促進し、「健康の確保はかけがえのないもの」という気運の醸成を図る。

実施時期

平成20年4月～25年3月

推進月間

本運動を集中的に実施するため、毎年9月を推進月間と定める。

東京労働局・各労働基準監督署の実施事項

(1) 本運動中に実施する事項

- ①関係団体、事業場等に対するポスター、リーフレット等の活用などによる本運動の趣旨・目的及び事業者が講ずべき措置等の内容の周知
- ②産業保健フォーラムの開催
- ③仕事と生活の調和のとれた働き方の普及促進に関するシンポジウムの開催
- ④東京産業保健推進センター及び各地域産業保健センターへの支援等
- ⑤事業場等による取組の好事例の収集・活用
- ⑥監督指導等の実施
- ⑦本運動の効果的推進に必要な事項の実施

(2) 推進月間に実施する事項

- ①パンフレット等の配布、新聞等の報道媒体、ホームページ等を通じた広報活動
- ②全国労働衛生週間説明会等の開催による周知活動
- ③事業者の実施事項についての指導援助
- ④産業保健フォーラムの開催

協賛団体及び関係団体の実施事項

- ①傘下関係団体及び関係事業場に対する本運動の趣旨・目的及び事業者が講ずべき措置等の内容の周知・指導
- ②傘下関係団体等に対するポスター、リーフレット等資料の配布
- ③事業場等による取組の好事例の収集・活用

事業者の実施事項(事業者が講ずべき措置等)

(1) 本運動中に実施する事項

- ①時間外労働の削減及び労働時間の適正管理
- ②年次有給休暇の取得促進(計画的付与制度の活用)
- ③労働時間等の設定改善
- ④健康診断の実施の徹底と事後措置の実施
- ⑤長時間労働者に対する医師による面接指導の実施
- ⑥長時間労働者に対する保健師等による保健指導の実施等の面接指導に準ずる措置の実施
- ⑦衛生管理体制の整備(衛生管理者、産業医の選任及び職務の実施)
- ⑧衛生委員会等における面接指導等の実施方法等に関する調査審議及び事業場における面接指導等の実施基準の策定
- ⑨深夜業に従事する労働者の自発的健康診断受診支援助成金制度及び労災保険による二次健康診断等給付制度の活用
- ⑩労働者の健康保持増進対策の推進

(2) 推進月間に実施する事項

- ①労働時間削減の状況の確認と必要に応じた改善
- ②衛生委員会等の活動状況・審議状況の点検と必要に応じた改善
- ③面接指導等及び事後措置の実施状況の確認と面接指導実施基準の見直し
- ④労働者に対する長時間労働による健康障害防止対策の教育の実施

労働者の実施事項

- ①健康確保のための生活習慣の確立
- ②病気の早期発見・早期治療と再発防止
- ③上記の事業者が実施する事項への協力等