

「しごと」より『いのち』

11月は「**過労死等防止啓発月間**」です

”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、心臓疾患を原因とする死亡
- ・ 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
- ・ 死亡には至らないが、これらの脳血管疾患、心臓疾患、精神障害

『事業主や労働者が取り組むべきことは？』

1. 適正な労働時間の把握を

事業主は、従業員の労働時間を適切に管理し把握する義務があります。

時間外労働や休日労働等における”割増賃金の未払い”や”過重な長時間労働”などの問題は事業主の管理不足が原因です。

2. 時間外・休日労働協定(36協定)の締結と周知を

事業主が法定労働時間(原則、1日8時間、週40時間)を超えて時間外労働をさせる場合または休日労働をさせる場合には従業員側と36協定を締結する必要があります。

さらに、締結した36協定の内容を従業員に適切に周知することが重要です。

3. ワークライフバランスのとれた働き方ができる職場環境づくりを

良好な健康状態や精神状態を保つには、適切な労働時間で効率的に働き、しっかり休暇を取得できる”職場環境と業務体制の構築”が不可欠です。事業主と従業員が話し合っ年次有給休暇の取得にもしっかり取り組みましょう。

4. 若年労働者などにも配慮した対策を

”若年労働者” ”高年齢労働者” ”障害のある労働者” などについては、心身ともに充実した状態で意欲と能力が発揮できるように、事業主は各々の特性に応じた過重労働防止のための配慮をする必要があります。

5. 睡眠時間の確保および健康づくりを

過重労働による健康障害の防止のために、時間外労働や休日労働の削減に努めましょう。

労働者自身も睡眠時間の確保や健康管理に努めましょう。

※ 別添 「労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト」 を活用願います。