

# HP ヒューマン・プライム通信

社会保険労務士法人ヒューマン・プライム  
株式会社ヒューマン・プライム  
東京都中央区日本橋人形町1-18-9  
ATビル5F 〒103-0013  
TEL.03-5695-7700 FAX.03-5623-2052  
MAIL. info@humanprime.co.jp

人事や労務の相談から監査まで、企業の立場に立ってアドバイスをする独立系人事・労務コンサルティング会社

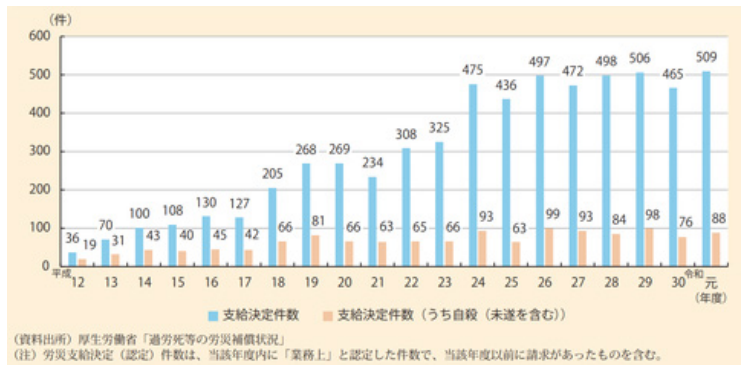


## 過労自殺における長時間労働とその背景要因について

前回のHP通信310号では、厚生労働省「過重労働解消キャンペーン」の重点監督の実施結果についてご紹介しましたが、今回は過重労働が労働者に与える影響について触れてみます。独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所は4月2日、「過労自殺における長時間労働とその背景要因について」という記事を発表しました。その中で業務上として労災認定された精神障害による自殺事案を解析した研究に基づき、被災者の長時間労働の実態やその背景要因を分析した結果が紹介されています。

### ① 過労による精神障害の発症および自殺について

右グラフは精神障害に係る労災支給決定(認定)件数の推移です。精神障害を発症したという労災事案の請求は増加傾向が続いており、業務との関連性が認められた精神障害の支給決定件数は高止まりの状態にあります。なお、そのうち自殺事案は毎年80件から90件ほどが認定されています。



精神障害発病による労災認定件数 引用元：令和2年版過労死等防止対策白書

### ② 自殺事案の長時間労働について

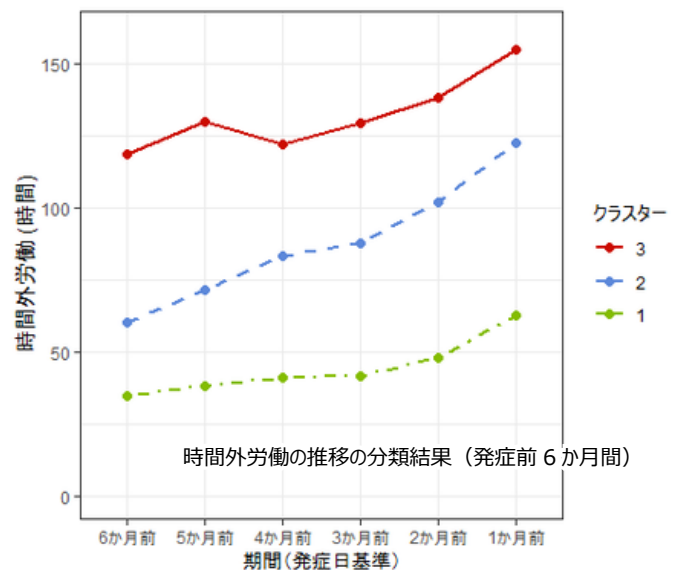
右下グラフは、精神障害を発症して自殺に至った事案を3つのクラスターに分けて、各クラスターの月毎の時間外労働時間の推移を示したものです。

●**クラスター1**：時間外労働以外の理由で労災が認定された事案が多く含まれており、精神障害の背景要因として、対人関係(パワハラ、いじめ、きつい新人教育)、仕事上のミスやケガなどの出来事があります。

●**クラスター2**：当初少なかったが時間外労働が次第に増えていった事案が多く含まれています。これにより、元々の時間外労働がそこまで長くなくても、労働時間が増えていくことで負担が蓄積し、精神障害を発症して自殺に至ってしまうケースが少なくないことがわかります。

●**クラスター3**：精神障害を発症する6か月前から継続して月100時間を超える時間外労働に従事していた事案が多く含まれています。

以上の結果から、自殺事案には、慢性的に長時間労働に従事していた人たちだけでなく、発症日以前に何らかの原因によって時間外労働が増加して月100時間を超えるようなケースや、時間外労働はさほど長くはない事案も少なからず存在することがわかりました。



※詳細は独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所「過労自殺における長時間労働とその背景要因について」参照

### ③ 長時間労働の背景要因

また、長時間労働があった事案ではどのような理由で時間外労働をせざるを得なかったのかについても分析しています。それによると、長時間労働の背景要因として最も多いのは「業務量過多/人手不足」(29.3%)で、次いで「未経験・新規業務(異動を含む)」(24.6%)、「ノルマ・納期関連」(19.3%)となっています。労働安全衛生総合研究所は、「慢性的な長時間労働への対処はもちろんですが、異動やトラブル、繁忙期などによって時間外労働が増加した場合にも、周囲からの適切なサポートがあることで、精神障害の発症リスクを下げるができるかもしれない」とコメントされています。

長時間労働の削減は、従業員の健康を維持するためや生活の質を向上させる上で重要な課題です。各企業様におかれましては、自社の長時間労働の要因を分析し、改善に繋げていただきたいと思います。



ご不明な点がございましたら、ヒューマン・プライムまでお問い合わせください。TEL.03-5695-7700