

前回、バイクで九州に行った話題について書きましたが、何人かの方からバイクツーリングについてお声がけを頂きました。私個人としてはバイクではなく、35時間の船旅中ずっとパソコンを打っていたワーカーホリックの人がいたことに注目して頂きたかったのですが、バイクの方に注目が集まったようです。

ただ、私のバイクツーリングは皆さんが想像するような大きなバイクで悠々と、というものではありません。1000CCを超えるような大排気量のバイクで颯爽と走っている中高年は多く見かけますが、私のバイクは排気量 155 c c という本当に小さなものです。最高速度も 100km くらいしか出ませんから、高速道路では走行車線を走るのがやっと、全開、全開また全開という感じで走ってます。悠々とは程遠いバイクです。それでもまだ天気が良ければよいのですが、土砂降りの雨の中を何時間も走り続けるような目に出会うと（今回も出会いました）、なんでこんなことやってるのかと結構つらい気分になります。家族からは、年なんだからいい加減にしたらといわれてますが、年寄りは何かやることがあったほうが元気が出るんだと言いつつながら、老体に鞭打って、もう少しは走りたいと思ってます。（中山）

目次

- 1 「過重労働解消キャンペーン」を 11 月に実施します。
- 2 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト（2023 年改正版）活用ガイド
- 3 関連情報

- 1 「過重労働解消キャンペーン」を 11 月に実施します。

過労死等防止対策については、過労死等防止対策推進法（平成 26 年法律第 100 号）及び「過労死等の防止のための対策に関する大綱」（平成 27 年 7 月 24 日策定、令和 3 年 7 月 30 日変更）に基づき取組を行ってきました。しかしながら、過労死等の件数は近年高止まりの状況にあり、また、平成 31 年 4 月 1 日から順次施行されている時間外労働の上限規制が令和 6 年 4 月 1 日から工作物の建設の事業、自動車運転の業務、医業に従事する医師等にも適用されることから、引き続き、企業への法制度のきめ細かな周知等を通じ、長時間労働の削減等の過

重労働解消に向けた機運の醸成を行う必要があります。

このため、厚生労働省では、「過労死等防止啓発月間」の一環として「過重労働解消キャンペーン」を11月に実施し、長時間労働の削減等の過重労働解消に向けた取組を推進するため、使用者団体・労働組合への協力要請、リーフレットの配布などによる周知・啓発等の取組を集中的に実施します。

実施期間 令和5年11月1日（水）から11月30日（木）までの1か月間

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/roudouki_jun/campaign_00004.html

○無料の電話相談「過重労働解消相談ダイヤル」を実施します

～11月3日（金・祝日）、労働基準監督官が相談に対応～

厚生労働省では、11月3日（金・祝日）を特別労働相談受付日とし、労働基準監督官による無料電話相談「過重労働解消相談ダイヤル」を実施します。

これは、長時間労働や賃金不払残業の解消に向けて、「過重労働解消キャンペーン」の取組の一つとして行うものです。この相談ダイヤルでは、過重労働をはじめとした労働問題全般にわたる相談のほか、労働基準法違反などの問題がある事業場に関する情報の受付、関係機関の紹介など相談内容に合わせた対応を行います。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35871.html

○リーフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001158312.pdf>

○「過重労働解消のためのセミナー」

10月からオンラインと会場で全55回開催健康的でやる気あふれる職場を実現しませんか？

企業の経営者や人事労務担当者、管理職の皆さまへの支援を目的に、「過重労働解消のためのセミナー」を開催します。オンラインで51回、会場（東京、大阪）で4回の全55回（うち3回は「特別企画 業務効率化セミナー」）開催します。【事前申し込み制・参加無料】

このセミナーでは、過重労働防止に関する労働関係法令の制度概要、過重労働の防止・解

消のための対策・手法等の解説、取り組みの好事例の紹介などを行います。

各回とも「過重労働とパワハラ防止対策」や「損害賠償請求事例と労災上積み補償」などの「詳細解説テーマ」も設けていますので、興味のあるものにご参加く

ださい。

また、「特別企画 業務効率化セミナー」では、業務効率化の考え方や手法・事例などを中心にお伝えします。

経営者や人事労務担当者、管理職の皆さまをはじめ、どなたでも無料で参加いただけます。特設ウェブサイトにて参加者を募集しています。皆さまのご参加をお待ちしています。

【開催期間・時間】

2023年10月3日(火)～2024年1月18日(木) (全55回)

- ・午前開催の場合 9:30～12:00
- ・午後開催の場合 14:00～16:30

※日程や開催時間・会場・講師などの詳細は、特設ウェブサイトにてご案内しています。

【詳細解説テーマ例】

- ・過重労働に係る損害賠償事例
- ・過重労働とメンタルヘルス対策
- ・過重労働と労災認定
- ・過重労働とパワハラ防止対策
- ・過重労働とテレワーク など

【詳細・お申し込みはこちら】

特設ウェブサイト

<https://kajyu-kaisyuu-zenkiren.com>

2 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト(2023年改正版)活用ガイド
(4月に改正になった疲労蓄積度自己診断チェックリストの活用ガイドです。)

https://www.jisha.or.jp/research/pdf/202304_02.pdf

○労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリストの見直しに関する調査研究報告書
(本チェックリストは中災防が作成していますが、本見直しに関する検討会の報告書です。新旧対照表や、今回の変更点と変更の理由について等の記載がありません。100ページ近い大作です。)

https://www.jisha.or.jp/research/pdf/202304_01.pdf

○「労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト」等の周知について

(令和5年4月4日付け基安労発0404第1号)

(チェックリストの新旧対象表について、変更箇所がカラーの網掛けになっていて、こちらの方が見やすいです。)

<https://www.mhlw.go.jp/content/001084302.pdf>

3 (関連情報)

(NHK)

労災で亡くなった人を追悼 合同慰霊式 東京 八王子

<https://www3.nhk.or.jp/shutoken-news/20231025/1000098532.html>

●「新しい時代の働き方に関する研究会」の報告書を公表します(厚生労働省)

新型コロナウイルス感染症等の影響による生活様式の変化など、働く人の働き方に対する意識等が個別・多様化している背景を踏まえ、働き方や職業キャリアに関するニーズ等を把握しつつ、新しい時代を見据えた労働基準関係法制度の課題を整理することを目的として、厚生労働省の「新しい時代の働き方に関する研究会」(座長：今野浩一郎学習院大学名誉教授・学習院さくらアカデミー長)において検討が行われてきたところですが、本日、研究会の報告書がとりまとめられましたので、公表いたします。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35850.html

(JILPT メールマガジン労働情報)

●「働き方・休み方改革シンポジウム(オンライン)」を11月22日(水)に開催/厚労省

厚生労働省は11月22日(水)、「働き方・休み方改革シンポジウム」をオンライン(Zoom ウェビナー)で開催する。

学識経験者による基調講演や企業の取組事例の紹介、登壇者によるパネルディスカッションを通じて、メリハリのある働き方・休み方を組織的に実現していくためのポイントや、「働く時間」「働く場所」を柔軟にする施策のポイントなどを議論し、多様な人材が活躍できる職場づくりについて考える。

対象は事業主・人事労務担当者・社会保険労務士等。事前申込制。参加無料。

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/seminar/#hatarakikataYasumikata>

●厚労省「新しい時代の働き方に関する研究会」報告について事務局長談話を公表/連合

連合は20日、同日付で厚生労働省が公表した「新しい時代の働き方に関する研究会」報告についての事務局長談話を公表した。

同報告が、働き方や職業キャリアに関するニーズの多様化を踏まえ、時代に即した労働基準関係法制度の見直しの方向性を提示したことについて、労働基準法制による労働者を「守る役割」を不変かつ重要と強調したことを評価する一方、労

働基準法の基本原則を堅持しながら労働者の多様な希望を尊重することは可能であり、労働時間制度の柔軟化などの見直しの必要はない、などとしている。

https://www.jtuc-rengo.or.jp/news/article_detail.php?id=1263

▽研究会報告

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35725.html

●医師の働き方改革施行に向け、進捗状況など議論／厚労省

厚生労働省は12日、第18回「医師の働き方改革の推進に関する検討会」を開催し、2024年4月から始まる医師の働き方改革の施行に向けた進捗状況や医師の勤務実態等について議論した。検討会では、2022年7月に実施した「医師の勤務環境把握に関する研究」調査結果を紹介。時間外・休日労働時間が、24年4月以降に上限の一つとなる「年960時間」換算を超える医師の割合は21.2%、24年4月までに解消すべきとされた「年1,920時間」換算を超える割合は3.6%で、H28調査(9.7%)、R1調査(8.5%)から減少している。(資料2・P3)

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35532.html

▽資料2

<https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/001156159.pdf>

(東洋経済 ONLINE)

●「ブルーライトカット眼鏡」に頼る人が知らぬ盲点

子どもの使用は「推奨しない」とする学会声明も

https://toyokeizai.net/articles/-/708014?utm_source=morning-mail&utm_medium=email&utm_campaign=2023-10-23&utm_content=10

(ヨミドクター)

●うつ病で休職6か月、回復してすぐに元の仕事はきつい…復帰のためのリハビリって？

<https://yomidr.yomiuri.co.jp/article/20231004-OYTET50024/>

小野田 富貴子 (両立支援担当)

fukiko-onoda@honbu.johas.go.jp

中山 篤 (メンタルヘルス担当)

atsui78natsu@gmail.com

菅野 由喜子 (メンタルヘルス担当)

yukikan28@gmail.com