

過重労働の克服

健康開発科学研究会

人事労働担当者や労働組合などユーザーの立場から健康管理を考えるNPO法人「健康開発科学研究会」が六月二日、都内で「過重労働の克服」と題するシンポジウムを開いた。企業に属する産業医や人事労働担当者など、約一四〇人が参加。過重労働克服の考え方について意見交換が行われた。本稿では、企業の実例報告に関するディスカッションの模様を中心に報告する。

時間外労働の時間的基準を提示

過重労働対策については、二〇〇二年二月、厚生労働省が「過重労働による健康障害防止のための総合対策」を通過。長時間労働と健康障害リスクの時間的基準が示され、時間外労働の改善に主眼が置かれるようになった。具体的には、時間外労働が月四五時間以内であれば健康障害のリスクは低く、それより時間外労働が長くなるほどリスクが高まる。そして、月一〇〇時間を超えた場合、もしくは二〜六カ月間の一カ月平均が八〇時間を超えたりスクは明らかに高くなるとしている。シンポジウムは、過重労働の健康障害要因には、時間的・量的側面に加えて、人間関係や仕事の向き不向き、やりがいなどの質的な側面も考慮すべきとの問題意識で進められた。

マツダの過重労働対策

マツダの過重労働対策について講演した鎗田圭一郎・マツダ健康管理セン

ター産業医は、「健康障害リスクの目安となる時間外労働時間の基準は経験上、比較的妥当な数値であり、これが明確になって、アドバイスがしやすくなった」と説明。その一方で、「時間管理されない幹部職員への指導や質的な問題が残されている」と指摘した。マツダでは通達でリスクが高まるとされた残業時間を超えた場合に、産業医による面接を課している。さらに、健康診断時に一〇点評価で「自覚的ストレス度」を自己申告させていて、高

ストレス度（七〜一〇点）の申告者についても面接を試みている。よくある訴えは、「忙しいため部下をつけてもらったら、その面倒も見る羽目になり余計多忙になった」「帰宅したくても他の人の負担増になるため帰れない」「早く帰れと言われても、業務量が同じなので帰れない」など。型通りの診察では面接に来てくれなくなるため、現実的で実現可能なアドバイスを心がける。場合によっては上長を呼んで人員配置や業務負荷の見直しなどの具体的な改善策を相談することもあるという。

過重労働を問題としない人への対応

また、鎗田氏は、健康診断結果からみた睡眠時間と健康障害の相関関係についても言及した。マツダでは一日に八時間以上寝ている人で高度のストレスを感じているのは二割程度なのに比べ、五時間未満の睡眠時間では四割強

の人が高度のストレスを訴えている。

このため、「残業時間や睡眠時間の調整を助言するが、面接者のなかには過重労働が続いても『仕事が楽しく、何の問題もない』と言いつける人もいて、対応に苦慮している」。こうしたケースは、血圧や血糖値などの成人病絡みのデータが微妙な値になっているケースが少なくないため、「今すぐに残業を減らせとは言わないが、経過をみて数値が悪化したらドクターストップをかける」と論じて納得させているという。

鎗田氏は、「過重労働の健康影響を総合的に克服するためには、産業医が面接等を通じて労働時間以外の要因にもメスを入れる必要がある」と主張した。

個別企業の改善事例を紹介

一方、論議では参加者からの、体験に基づいた過重労働の改善事例を紹介する発言が目立った。日本IBMの産業医は、海外との連絡のための深夜労働や繁忙期に月一〇〇時間の残業が避けられない現状を説明したうえで「長時間労働が発生することについては、企業特性として受け入れざるを得ない。そのうえで、翌月は残業をなくすなど、メリハリのついた仕事の仕方を指導している」と話した。新日鐵津製鐵所の産業医は、仕事に対する納得性が重要だと主張。「なぜ、過重労働になっ

ているかの理由を確認してから、本人が納得しているか否かを尋ねて、"やらされ感"のある人には業務負荷を改善する必要がある」とした。この場合、個別相談で問題解決に当たるとはならず、人事部門や所属の部門長を交えて仕事の内容について話し合い、組織全体の課題として経営計画の改善に切り込んでいく手法を取っているという。

また、労働金庫の参加者は、「小規模の支店では、店長などの幹部職員が残業することになり、把握が困難。過重労働が本人にとってマイナスになることを示し、本人の自覚を促す必要がある」と、各支店の幹部職員に対する労働時間管理の難しさに悩んでいる現状を吐露した。

過重労働対策は家族への配慮も必要

このほか、大病院の医師などから「過重労働克服を目指す場合に家族への配慮も不可欠だ」とする指摘が相次いだ。ある企業の過重労働に伴う健康調査によれば、本人に問題が生じなくても、妻や子供などの家族が健康を損なったり、場合によっては自殺にまで追い込まれたケースも見られている。藤沢湘南大病院の医師は、「家族をほったらかしで教育問題はどうするか? 過重労働問題は、家族生活も視野に入れねばならない」と述べ、次世代のケアも含めた検討を訴えた。