

令和6年度労災疾病臨床研究事業費補助金
「過労死等の実態解明と防止対策に関する総合的な労働安全衛生研究」の概要
(240501-01)

研究代表者 高橋正也 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
過労死等防止調査研究センター・センター長

<研究目的>

本研究は、過労死等の実態をより詳細に解明して有効な防止対策を提案するために、過労死等労災事案の解析及び予防研究（疫学研究〔職域コホート研究、現場介入研究〕、実験研究〔心血管系の作業負担、労働者の体力科学〕、対策実装研究）を実施し、これらの研究成果を国民や社会に広く還元することを目的とする。今年度は第4期（令和6年度から令和8年度）の1年目である。

<研究方法>

過労死等防止対策推進法（平成26年11月施行）に基づく調査研究等として平成27年度より開始した本研究は、これまでの研究成果を踏まえ、「実態解明の深化と対策指向の強化」と位置づけて計画した。

具体的には、Ⅰ. 調査復命書の情報を解析し過労死等の実態及び発生原因と防止策を検討する「事案解析」、Ⅱ. 過労死等防止対策づくりを強化するため、疫学研究、実験研究、対策実装研究を統合した「予防研究」：1. 労働時間・時間以外要因と心身の健康との縦断的関連の解明研究（コホートチーム）、2. 労働現場に即した対策の提案研究（現場介入チーム）、3. 過労死等の高リスク群（高齢者等）の循環器負担の解明と対策提案研究（心血管系チーム）、4. 労働者の健康維持のための体力科学的評価と対策提案研究（体力科学チーム）、5. 業界ステークホルダーと協働したエビデンスに基づく予防策の労働現場での実践と検証研究（対策実装チーム）を実施し、得られた結果を過労死等事案の解析や労働・社会面の調査研究とも連携した。さらに、Ⅲ. 令和5年度に構築した過労死等研究の成果の公開と普及のための過労死等防止調査研究センター専用ポータルサイトの充実に取り組んだ。

<研究結果>

Ⅰ. 事案解析：①過去13年間にわたる過労死等事案の特徴を経年的に調べた。事案数の近年の増加に伴って属性等には短期的な変化があったが、中長期的には顕著な変化は認められなかった。②脳・心臓疾患うち院外心肺停止事案を調べた。過重負荷の認められた業務上認定事案で不整脈による院外心肺停止が多く、時間外労働が月平均100時間を超えると虚血性心疾患よりも不整脈による院外心肺停止発症のリスクがより大きかった。特に心筋症のある者、35歳未満、過量飲酒者は要注意とみなされた。③精神障害事案のうちパワーハラスメント事案の行為者・非行為者及び行為内容を検討した。令和3年度のパワーハラスメント認定事案の多くは「精神的な攻撃」を伴っていた。事業主・役員や管理者から部下への攻撃が多かった。事後対応がなされていても、形式的な対応に留まりがちであった。④セクシュアルハラスメントと強制わいせつ事案の内容を検討した。セクハラは製造業と建設業で多発し、適応障害への罹患が多かった。強制わいせつ等は金融業と保険業に被災者が多く、心的外傷後ストレス障害の発症が多く認められた。⑤精神障害事案における産業医等の関与を分析した。産業医意見欄に対応内容が記載されていた調査復命書は支給事案・不支給事案とも1割未満であったが、不支給事案のほうが記載割合は高かった。記載内容としては労災請求前に作られた資料の転記が多かった。⑥道路貨物運送業における精神障害の自殺・死亡事案を検討した。業務上の自殺・死亡事案は全て男性であった。業務における心理的負荷として、運転業務では「仕事の量・質」が最多、非運転業務では「特別な出来事（極度の長時間労働）」が最多であった。⑦業種・職種別の過労死等の特徴に関するファクトシートを作成した（医療、IT産業、自動車運転従事者、建設業等）。⑧トラック運送業における運行パターンを定量解析した。令和6年4月（時間外労働の上限規制等の適用）を境にドライバーの運行パターンには変化が生じていた。ドライバーの健康管理、メンタルヘルス対策等の環境と職業性ストレスは、必ずしも事業場規模との関連は認められなかった。⑨脳・心臓疾患の労災認定事案における連続勤務、深夜勤務、不規則勤務を分析した。労

働者の健康確保には、長時間労働の是正とともに、連続勤務や深夜勤務・不規則勤務の削減等も含めて見直す必要があることが示された。

- II. 予防研究：1. コホートチーム：⑩1年間の追跡データに基づいて、ストレスチェックから継続的に高ストレス状態を呈した、あるいはこれまで高ストレスを呈していなかったが高ストレス状態となった労働者の背景や傾向を明らかにした。2. 現場介入チーム：⑪指輪型生体デバイスを用いたトラック事業者への睡眠介入調査を行った。毎日の睡眠の「見える化」による介入は睡眠時間の延長や睡眠時刻の固定には必ずしも寄与しなかった。睡眠時間の延長には出勤時刻を遅くすることが有効で、その結果として血圧を低下させる可能性が推察された。不規則勤務者の睡眠改善のためには勤務スケジュールへの介入が重要であると示された。⑫心理社会的ストレスを評価するバイオマーカーの意義を探索した。いじめを体験している情報通信業の労働者はそうでない労働者より、爪コルチゾールの値が高かった。⑬建設会社の土木現場における現場コミュニケーションと心理的安全性に関する調査を実施した。元請け社員は協力会社職長より、労働時間は長く睡眠時間が短い傾向があり、暴言等のネガティブ・褒め言葉等のポジティブ双方の発言を受けた経験も多かった。心理的安全性に両群の差は認められなかった。⑭「過労徴候しらべ改訂版」の開発を行った。改訂版は過重労働による過労徴候の増加や、休息による緩和の測定に有効であるものの、「精神症状」や「極度の身体不調」にはさらなる概念的・測定的検討が望まれた。3. 心血管系チーム：⑮高年齢労働者の心血管系負担の実験研究を来年度から実施するために、過労死等の多い職種（運輸業）と高リスク者（高年齢労働者）の勤務中の心血管系負担を明らかにするための実験デザインを精選した。4. 体力科学チーム：⑯過労死関連疾患の予防対策に向けた体力評価法として、労働者が自己測定できる CRF 評価法の一つの modified JNIOOSH Step Test (mJST) の評価等を行った。5. 対策実装チーム：⑰実装研究の総括、⑱労災認定件数が急増している精神障害の過労死等対策実装戦略の検討、⑲事業者によるハイリスク者の把握と管理、⑳重層構造の解明、㉑小規模事業場の健康・労務管理を含めた産業保健サービスの支援手法の検討、㉒個人の行動変容の支援のためウェアラブルデバイスの活用研究、㉓参加型職場環境改善手法の開発と現場応用研究を実施した。
- III. 専用ポータルサイト：過労死等研究成果の公表、過労死等事案の特徴（重点業種別）を視覚化して公開する準備等を進め、本サイトのコンテンツを拡充した。