

令和 7 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 2 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. 循環器負担の解明と対策提案研究（心血管系チーム）、4. 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 14 年間にわたる過労死等事案の特徴を経年的に調べた。近年の過労死等の業務上事案数の増加にともない属性等には短期的な変化は認められるが、中長期的には顕著な変化は認められなかった。②過労死等の認定要件ごとに発症する脳・心臓疾患の特徴が異なることが示された。特に「異常な出来事」では暑熱環境を背景とした脱水・血液濃縮が関与し、脳梗塞と心筋梗塞が多かった。一方、「長期過重」ではくも膜下出血や心停止が多く、過重負担の種類により病態が異なる可能性が示唆された。③精神障害事案のうちカスタマーハラスメント事案を分析した。カスハラ認定事案の多くは「暴行・脅迫」を伴っていた。「セクハラ・わいせつ」など第三者による加害の心理的負担は複数の出来事として認定されていた。④精神障害事案における精神医学的視点からみた自殺事案を解析した。自殺未遂を含む自殺予防対策には多様な心理社会的要因が背景にある。精神科臨床医が初回面接において、希死念慮を含む状態像を的確に診立て、休養の勧奨や家族・職場との情報共有などの適切な対応を行うことがきわめて重要であることが示唆された。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・不支給事案ともに 1 割未満と少なかったが、不支給事案のほうが記載割合は高かった。⑥精神障害の過労死等認定事案における職場の支援に関する分析を行った。発症前に被災者が職場関係者に対し相談行動をとっていたこと、被災者以外の関係者も当該事象に心理的負担を感じていた可能性があること、事業場が一定の支援を試みたにもかかわらず被災に至った事例が存在したことが明らかになった。⑦道路貨物運送業における支給決定された精神障害事案を解析した。道路貨物運送業の支給決定事案では、約 90%を男性が占め、運転業務・非運転業務ともに「長時間労働関連」が最も多い認定要因であることが明らかになった。⑧業種・職種別の過労死等の特徴と分析結果から、重点業種等である「教職員」「外食産業」「メディア業界」「芸術・芸能分野」を対象として、過労死等の実態と防止対策を平易に提示するファクトシート(FS)を作成した。⑨トラック運送業における運行パターンを定量解析した。ドライバーの過労死等は多様な就労環境で生じている

ことが明らかとなった。定期健康診断後のフォローアップを強化する必要性が示唆された。さらに、ドライバーの運行形態によって生体リズムに相違がみられることが観察された。⑩管理職位者の業務の過重負荷について分析した。管理的業務を行っている管理職について、特に特定業種の中小零細規模の企業においては、管理職を適切に処遇し、適用法令を遵守し、心身の健康を確保することが必要である。⑪精神障害の労災認定事案における業務による心理的負荷となる出来事を分析した。労働者の健康確保のためには、心理的負荷に関わる出来事の特徴をふまえて、その予防策を考案する必要がある。

Ⅱ. 予防研究：1. コホートチーム：⑫職業性ストレスの経年変化については、2020 年度及び 2021 年度に実施した調査で収集されたデータに基づき、2 年間のストレス状態を分類した。継続的高ストレスは血圧・血糖・脂質異常の新規発症リスクを高める。年齢や性別などの階層によっても新規有所見発症リスクとその傾向に違いがある。2. 現場介入チーム：⑬職場の特性に応じたオーダーメイドの疲労対策として「職場の疲労カウンセリング」ガイドを作成した。⑭交替制勤務の看護師について勤務間インターバル確保の効果に関する分析を行った。正循環 3 交替制及び週休 3 日制を導入している調査協力病院では 11 時間未満の短い勤務間インターバルは見られなかったが、勤務間インターバルの長さや配置時刻は複数パターン見られた。⑮情報通信業の労働者における爪コルチゾールと抑うつとの関連について調査を行った。慢性的なストレスの指標である爪コルチゾール値が高いと、1 年後に抑うつが高くなることが示された。⑯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。立場の違いに基づく職場の心理的安全性や健康・生産性指標には有意な違いが見られなかった。一方で、現場コミュニケーションにおいては元請社員の発言が心理的安全性や報告の上げやすさと正負の両方向に影響することが示された。⑰「過労徴候しらべ改訂版」の妥当性について検証した。過労徴候は、年代、連休の休息の質、睡眠の質が高いほど低く、週の労働時間が長いほど概ね高かった。睡眠の質に関して、一部のカットオフで過労徴候は心理的ストレス反応よりも有意に高い弁別力を示した。3. 心血管系チーム：⑱高年齢労働者の心血管系負担の実験研究を実施した。過労死等が多い高年齢労働者の勤務中の心血管系反応は複数の反応タイプ、例えば主に心臓の反応によって血圧を上昇するタイプ、主に血管系反応によって血圧を上昇するタイプなどの存在が予想される。⑲ドライバーの中枢神経系活動に対する休憩効果を検討した。長時間運転を模した実験室実験を行った結果、休憩の長さにかかわらず休憩を分割して取得することが長時間運転課題中の注意資源の配分に影響するかもしれない。4. 体力科学チーム：⑳過労死関連疾患の予防対策に向けた体力評価として、勤務時間が短くても心肺持久力が低ければ脂質代謝異常の発症リスクは高くなり、勤務時間が長くても心肺持久力が高ければ発症リスクは低くなる可能性がある。5. 対策実装チーム：㉑実装研究の総括、㉒ハイリスクドライバーの把握と対策を検討した。過労死等の防止のためには、健診の受診及び受診後のフォローアップの実施が重要である。健診後の速やかなフォローアップには、ステークホルダー間の健診結果の共有がポイントとなる。㉓建設現場における施工管理者の作業観察調査を行った。時間外労働が多いことと休憩時間が少ないことが明らかになった。これは施工管理者の業務量が多いことが考えられる。長時間労働削減には休日の確保が有効な対策であり、完全週休二日制を維持できる管理体制を敷くことが必要と考えられる。㉔中小事業場への産業保健支援・サービス手法を検討した。中小事業場では安全と健康確保に関する知識の理解と実践に課題があり、個別事業場単位の努力のみでは限界がある。安全衛生を人権デューデリジェンスの視点で捉え、業界団体やサプライチェーンを通じた連携型支援を構築することが、すべての働く人に産業保健サービスを届けるための重要な方向性である。㉕生活習慣の改善の取組みについて検討を行った。多様な作業従事者が従事する建設現場をハブとする健康行動を促進する取組みについて、実装可能性と今後の課題が整理された。㉖参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。事前の情報共有、外部支援を行う産業看護職の主導的支援がなされたことによる参加型職場改善の良好事例が示された。

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。