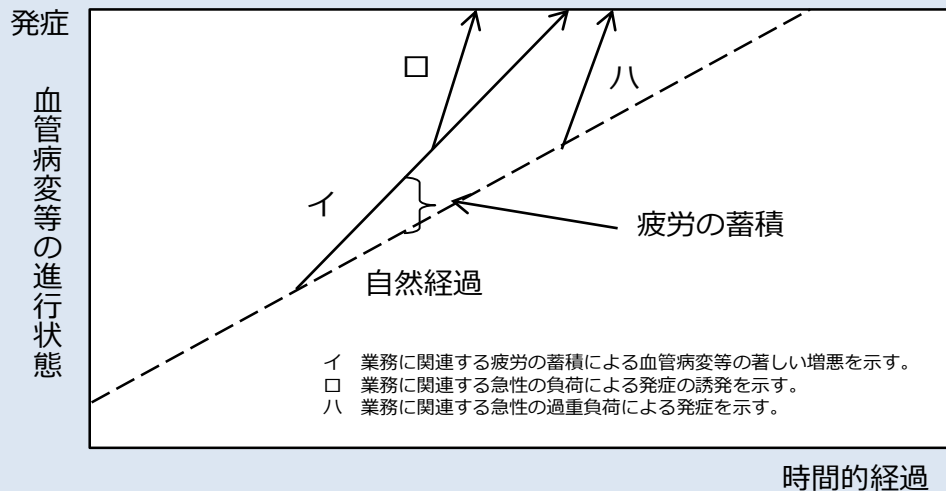


## ○過重負荷と脳・心臓疾患の発症との関係 (医学経験則に基づく考え方)



### 医学経験則

- **恒常的な長時間労働等の負荷が長期間にわたって作用した場合**にストレス反応は持続し、かつ、過大となり、ついには回復し難いものとなる → **疲労の蓄積**
- 疲労の蓄積によって、生体機能は低下し、血管病変等が増悪する
- **業務による疲労の蓄積が血管病変等をその自然経過を超えて著しく増悪させ、その結果、脳・心臓疾患が発症した場合** → **業務起因性あり**

## 「脳血管疾患及び虚血性心疾患等（負傷に起因するものを除く。）の認定基準」 (平成13年12月12日付け基発1063号)

### ◆ 疲労の蓄積の考え方

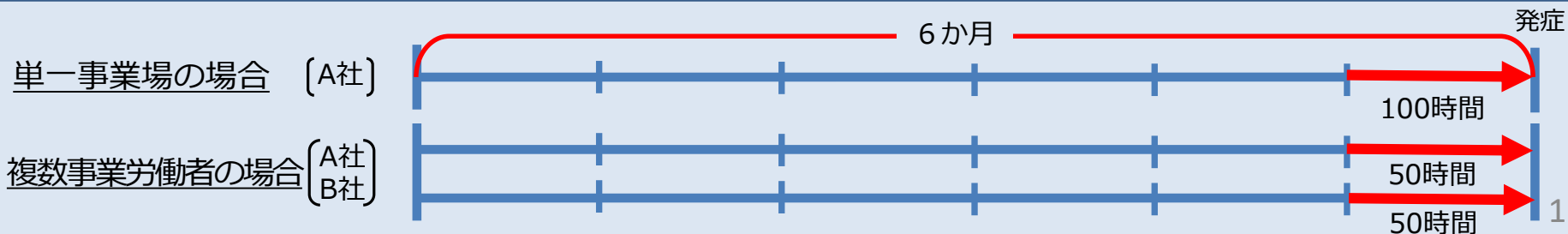
**恒常的な長時間労働等の負荷が長期間にわたって作用した場合**には、「疲労の蓄積」が生じ、これが血管病変等をその自然経過を超えて著しく増悪させ、その結果、**脳・心臓疾患を発症させることがある**。

このことから、発症との関連性において、業務の過重性を評価するに当たっては、発症前の一定期間の就労実態等を考察し、**発症時における疲労の蓄積がどの程度であったかという観点から判断**。

### ◆ 評価期間

発症前の長期間とは、**発症前おおむね6か月間**。

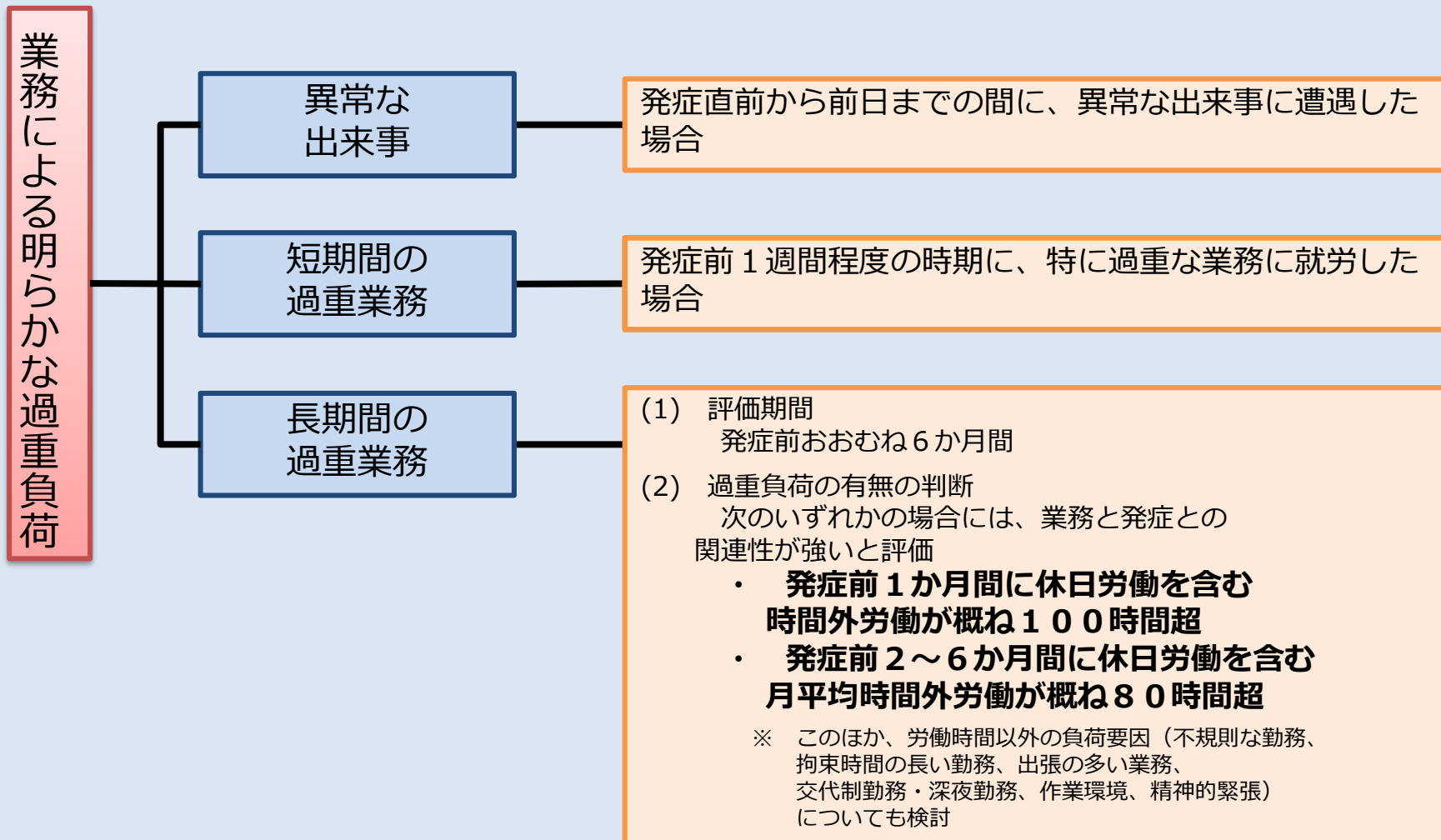
(脳・心臓疾患発症を研究した文献について、専門検討会で検討された結果、発症前1～6か月の就労状況を調査することで疲労の蓄積を判断し得るとされた。)



# 複数業務要因災害における過重負荷の評価について

## 論点1 認定基準の適用について

複数業務要因災害においても、「脳血管疾患及び虚血性心疾患等（負傷に起因するものを除く。）の認定基準」（平成13年12月12日付け基発1063号）に基づき、労災保険給付の対象となるか否かを判断することによいか。



# 複数業務要因災害における過重負荷の評価について

## ○長時間労働と疲労の蓄積の考え方（専門検討会報告書及び認定基準）

### 睡眠時間に着目

長期間にわたる1日4～6時間以下の睡眠は、脳・心臓疾患の有病率や死亡率を高める。

報告例：①睡眠時間6時間未満では狭心症や心筋梗塞の有病率が高い。  
②睡眠時間が5時間以下では脳・心臓疾患の発症率が高い。

### 疲労の蓄積の考え方

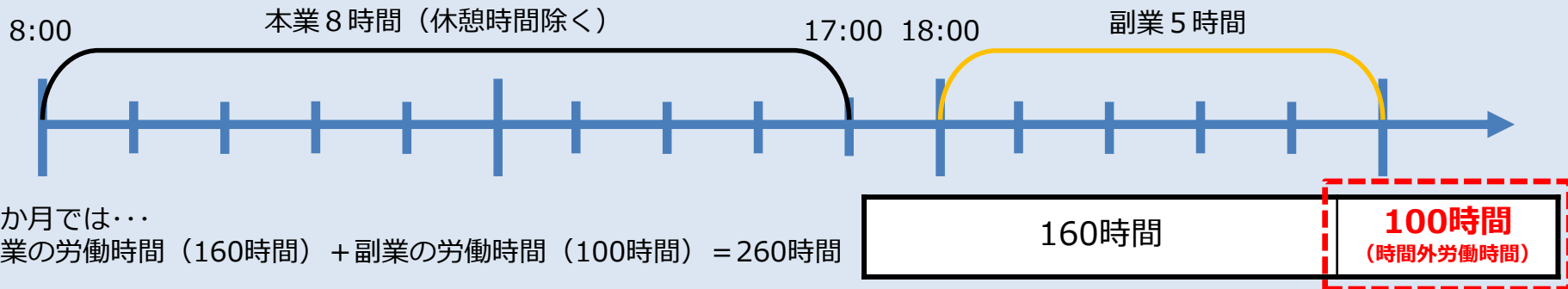
- ① 1日の睡眠が4時間から6時間という睡眠不足の状態では脳・心臓疾患の有病率等が高くなる。
- ② 生活時間調査の結果に基づき、1日8時間仕事をした場合の睡眠時間はおおむね7.4時間となる。
- ③ 仕事の時間（青）が増加していくと、まず余暇（赤）の時間が削られ、その後、睡眠（緑）が削られる。

食事等 5.3時間	睡眠 7.4時間	余暇 2.3時間	仕事（休憩時間含む） 9.0時間
--------------	-------------	-------------	---------------------

- ④ 1日の睡眠が5時間となる状態【疲労の蓄積あり】  
1日の労働時間8時間を超え、5時間程度の時間外労働を行った場合に相当し、これが1か月継続した状態は、おおむね100時間を超える時間外労働。  
➢ 発症前1か月に100時間を超える時間外労働は、発症との関連性が強い。
- ⑤ 1日の睡眠が6時間となる状態【疲労の蓄積あり】  
1日の労働時間8時間を超え、4時間程度の時間外労働を行った場合に相当し、これが1か月継続した状態は、おおむね80時間を超える時間外労働。  
➢ 発症前2～6か月間平均で月80時間を超える時間外労働は、発症との関連性が強い。
- ⑥ 1日の睡眠が7.5時間となる状態【疲労の蓄積なし】  
1日の労働時間8時間を超え、2時間程度の時間外労働を行った場合に相当し、これが1か月継続した状態は、おおむね45時間の時間外労働。  
➢ 発症前1～6か月間平均で月45時間以内の時間外労働は、発症との関連性は弱い。

## 論点2 (1) 認定基準の適用について

- 「**短期間の過重業務**」について、異なる事業場における労働時間を通算し、業務の過重性を評価することでよいか。
- 「**長時間の過重業務**」について、異なる事業場における労働時間を通算し、週40時間を超える労働時間数を時間外労働時間数として、業務の過重性を評価することでよいか。 ※認定基準における時間外労働時間数は、1週間当たり40時間を超えて労働した時間数



## 論点2 (2) 労働時間以外の負荷要因について

労働時間以外の負荷要因を評価するに当たり、異なる事業場における負荷を合わせて評価することでよいか。

A社 (本業)

- ・ 時間外労働時間 月45時間
- ・ 出張の多い業務

B社 (副業)

- ・ 労働時間 月30時間
- ・ 激しい寒暖差がある場所への出入りが頻繁

複数業務要因災害の評価

- ・ 時間外労働時間 月75時間
- ・ 出張の多い業務
- ・ 激しい寒暖差がある場所への出入りが頻繁

【労働時間以外の負荷要因】

不規則な勤務、拘束時間の長い勤務、出張の多い業務、交替制勤務・深夜勤務、作業環境 (温度環境、騒音、時差)、精神的緊張を伴う業務

## 論点2 (3) 「異常な出来事」について

「異常な出来事」については、これが認められる場合には単独の事業場における業務災害に該当すると考えられることから、一般的には、異なる事業場における負荷を合わせて評価する問題は生じないと考えてよいか。

- 精神的負荷：極度の緊張、興奮、恐怖、驚がく等の強度の精神的負荷を引き起こす突発的又は予測困難な異常な事態
- 身体的負荷：緊急に強度の身体的負荷を強いられる突発的又は予測困難な異常な事態
- 作業環境の変化：急激で著しい作業環境の変化