

## (参考) 「脳・心臓疾患の労災認定の基準に関する専門検討会報告書」 勤務間インターバルが短い勤務について

- ▷ 脳・心臓疾患の労災認定基準の専門検討会報告書によると、長時間の過重負荷の判断に当たっては、「勤務間インターバルが短い勤務については、**睡眠時間確保の観点から、勤務間インターバルがおおむね11時間未満の勤務の有無、時間数、頻度、連続性等について検討し、評価すること**」が妥当とされた。

(出典) 令和3年7月「脳・心臓疾患の労災認定の基準に関する専門検討会報告書」(<https://www.mhlw.go.jp/content/11201000/000807245.pdf>) P53より抜粋

### (ウ) 勤務間インターバルが短い勤務

勤務間インターバルとは、終業から始業までの時間をいう。

勤務間インターバルが短い勤務については、現行認定基準では負荷要因として掲げられていないが、交替制勤務・深夜勤務の項目の中で、「勤務と次の勤務までの時間」の観点からも検討し、評価することが示されている。また、現行認定基準策定以降、現時点までの医学的知見をみると、勤務間インターバルが短い勤務と脳・心臓疾患の発症等に関する疫学調査は確認されなかったが、勤務間インターバルが短い勤務においては、睡眠時間が十分確保されない場合があることが想定され、睡眠時間と脳・心臓疾患の発症等との関係についての医学的知見等を考慮する必要がある。さらに、勤務間インターバルと睡眠の長さ、疲労感、高血圧等との関係についての疫学調査が資料2の3(128頁)のとおり認められ、これらの報告によれば、勤務間インターバルの時間数、勤務間インターバルが短い勤務の有無やその回数が、睡眠の長さ、疲労感、高血圧等に有意に関連するとされている。

これらの状況を踏まえ、「勤務間インターバルが短い勤務」を勤務時間の不規則性に関する負荷要因の細目として掲げ、その検討の視点としては、「勤務間インターバルが短い勤務については、その程度(時間数、頻度、連続性等)や業務内容等の観点から検討し、評価すること」を示すことが妥当である。

また、特に睡眠時間と脳・心臓疾患の発症等との関係についての医学的知見を踏まえ、長期間の過重負荷の判断に当たっては、「勤務間インターバルが短い勤務については、睡眠時間の確保の観点から、勤務間インターバルがおおむね11時間未満の勤務の有無、時間数、頻度、連続性等について検討し、評価すること」との補足を示すことが妥当である。

# 脳・心臓疾患の労災認定基準における労働時間の評価

脳・心臓疾患の認定基準に関する専門検討会報告書（平成13年11月16日）より作成  
注）令和3年7月16日付けの専門検討会報告書においても支持されている

- ▷ 業務の過重性の評価は、（中略）長時間労働に着目してみた場合、現在までの研究によって示されている1日4～6時間程度の睡眠が確保できない状態が、継続していたかどうかという視点で検討することが妥当と考えられる。
- ▷ 1日6時間程度の睡眠が確保できない状態は、日本人の1日の平均的な生活時間を調査した総務庁の社会生活基本調査と（財）日本放送協会の国民生活時間調査（図5-5）によると、労働者の場合、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が想定される（※）。
- ▷ また、1日5時間以下の睡眠は、脳・心臓疾患の発症との関連において、表5-2（略）で示すとおり、すべての報告において有意性があるとしている。そこで、1日5時間程度の睡眠が確保できない状態は、同調査によると、労働者の場合、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か月継続した場合は、おおむね100時間を超える時間外労働が想定される。
- ▷ その日の疲労がその日の睡眠等で回復できる状態であったかどうかは、現在までの研究によって示されている1日7～8時間程度の睡眠ないしそれに相当する休息が確保できていたかどうかという視点で検討することが妥当と考えられる。1日7.5時間程度の睡眠が確保できる状態を検討すると、この状態は、前記調査によると、労働者の場合、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、これは、1か月おおむね45時間の時間外労働が想定される。

※  $\{24\text{時間} - 6\text{時間（睡眠）} - 9\text{時間（仕事）} - 5.3\text{時間（食事等）}\} \times 21.7\text{日（1か月の平均勤務日数）} = 80.29\text{時間}$   
睡眠時間が5時間、7.5時間の場合も同様に計算。

図5-5 労働者の1日の生活時間

睡眠 7.4	食事等 5.3	仕事（拘束時間） 9	余暇 2.3
-----------	------------	---------------	-----------

（時間）

- （注）1 食事等は、食事、身の回りの時間、通勤等の時間である。
- 2 拘束時間は、法定労働時間（8時間）に休憩時間（1時間）を加えた時間である。
- 3 余暇は、24時間から睡眠、食事等、仕事の各時間を差引いた趣味、娯楽等の時間である。

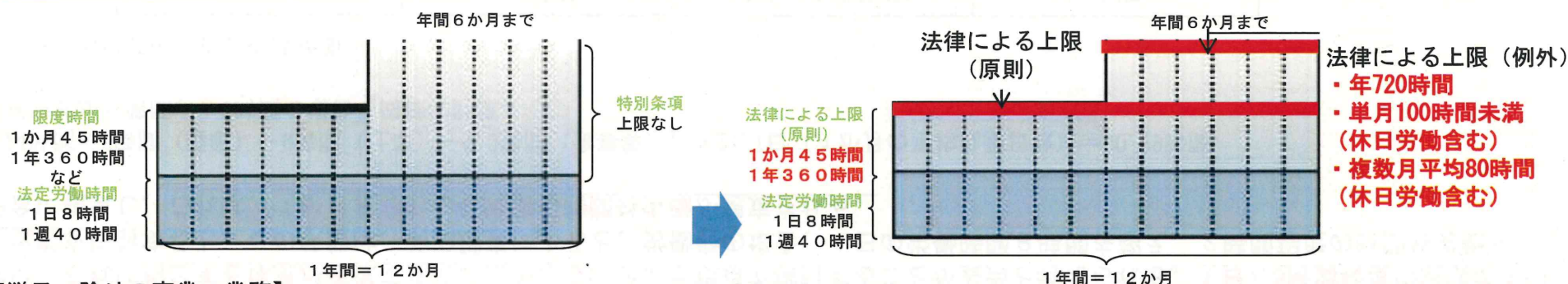
総務庁「平成8年社会生活基本調査報告」

（財）日本放送協会「2000年国民生活時間調査報告書」

# 時間外労働の上限規制について

- ▷ 時間外労働の上限規制は、**月45時間**、**年360時間**を原則とし、臨時的な特別な事情がある場合でも**年720時間**、**単月100時間未満（休日労働含む）**、**複数月平均80時間（休日労働含む）**を限度
- ▷ 自動車、建設、医師等は適用猶予・除外業務（事業）とされ、改正法施行5年間は上記一般則の適用はない。

（出典）厚生労働省ホームページ「長時間労働に関する制度の見直し」  
（<https://www.mhlw.go.jp/content/000335628.pdf>）より作成



## 【適用猶予・除外の事業・業務】

自動車運転の業務	改正法施行5年後に、時間外労働の上限規制を適用。上限時間は、年960時間とし、将来的な一般則の適用について引き続き検討する旨を附則に規定。
建設事業	改正法施行5年後に、一般則を適用。（ただし、災害時における復旧・復興の事業については、1か月100時間未満・複数月平均80時間以内の要件は適用しない。この点についても、将来的な一般則の適用について引き続き検討する旨を附則に規定。）
医師	改正法施行5年後に、時間外労働の上限規制を適用。 医療界の参加による検討の場において、規制の具体的あり方、労働時間の短縮策等について検討し、結論を得ることとされており、検討の結果を踏まえ地域医療の確保や集中的な研修実施の観点から、やむを得ず高い上限時間を適用する医療機関を都道府県知事が指定する制度の創設等を内容とする医療法等改正法が令和3年通常国会にて成立。具体的な上限時間は、この医療法の内容も踏まえ、今後、省令で定めることとされている。
鹿児島県及び沖縄県における砂糖製造業	改正法施行5年間は、1か月100時間未満・複数月80時間以内の要件は適用しない。（改正法施行5年後に、一般則を適用）
新技術・新商品等の研究開発業務	医師の面接指導（※）、代替休暇の付与等の健康確保措置を設けた上で、時間外労働の上限規制は適用しない。 ※時間外労働が一定時間を超える場合には、事業主は、その者に必ず医師による面接指導を受けさせなければならないこととする。（労働安全衛生法の改正）

## (参考) 36協定で定める時間外労働及び休日労働について 留意すべき事項に関する指針

- ▷ 時間外労働及び休日労働を適正なものとするを目的として、36協定で定める時間外労働及び休日労働について留意していただくべき事項に関しての指針

(※ 労働基準法第36条第1項の協定で定める労働時間の延長及び休日の労働について留意すべき事項等に関する指針)

- ▷ 令和6年4月以降、自動車運転者も、時間外労働の限度時間は、**月45時間、年360時間**となり、臨時的に限度時間を超えて労働させる必要がある場合でなければこれを超えることはできない。そのような場合であっても、**年960時間が時間外労働の上限**となり、**指針の適用を受ける**。

### 36協定の締結に当たって留意していただくべき事項

① 時間外労働・休日労働は**必要最小限**にとどめてください。(指針第2条)

② 使用者は、36協定の範囲内であっても**労働者に対する安全配慮義務**を負います。また、**労働時間が長くなるほど過労死との関連性が強まることに留意する必要があります**。(指針第3条)

◆ 36協定の範囲内で労働させた場合であっても、労働契約法第5条の安全配慮義務を負うことに留意しなければなりません。

◆ 「脳血管疾患及び虚血性心疾患等の認定基準について」〔平成13年12月12日付け基発第1063号厚生労働省労働基準局長通達〕において、

✓ 1週間当たり40時間を超える労働時間が月45時間を超えて長くなるほど、業務と脳・心臓疾患の発症との関連性が徐々に強まるとされていること

✓ さらに、1週間当たり40時間を超える労働時間が月100時間又は2～6か月平均で80時間を超える場合には、業務と脳・心臓疾患の発症との関連性が強いとされていること

に留意しなければなりません。

③ 時間外労働・休日労働を行う**業務の区分を細分化し、業務の範囲を明確**にしてください。(指針第4条)

## (参考) 36協定で定める時間外労働及び休日労働について 留意すべき事項に関する指針

④ 臨時的な特別の事情がなければ、**限度時間（月45時間・年360時間）を超えることはできません。**限度時間を超えて労働させる必要がある場合は、**できる限り具体的に定めなければなりません。**この場合にも、**時間外労働は、限度時間にできる限り近づけるように努めてください。**（指針第5条）

◆ 限度時間を超えて労働させることができる場合を定めるに当たっては、通常予見することのできない業務量の大幅な増加等に伴い臨時的に限度時間を超えて労働させる必要がある場合をできる限り具体的に定めなければなりません。

「業務の都合上必要な場合」「業務上やむを得ない場合」など恒常的な長時間労働を招くおそれがあるものは認められません。

◆ 時間外労働は原則として限度時間を超えないものとされていることに十分留意し、(1)1か月の時間外労働及び休日労働の時間、(2)1年の時間外労働時間、を限度時間にてできる限り近づけるように努めなければなりません。

◆ 限度時間を超える時間外労働については、25%を超える罰増賃金率とするように努めなければなりません。

⑤ 1か月未満の期間で労働する労働者の時間外労働は、**目安時間（※）を超えないように努めてください。**（指針第6条）

（※）1週間：15時間、2週間：27時間、4週間：43時間

⑥ 休日労働の日数及び時間数をできる限り少なくするように努めてください。（指針第7条）

⑦ 限度時間を超えて労働させる労働者の**健康・福祉を確保**してください。

（指針第8条）

◆ 限度時間を超えて労働させる労働者の健康・福祉を確保するための措置について、次の中から協定することが望ましいことに留意しなければなりません。

- (1) 医師による直接指導、(2) 深夜業の日数制限、(3) 終業から始業までの休息時間の確保（勤務間インターバル）、(4) 代休・休日・特別休暇の付与、(5) 健康診断、(6) 連続休暇の取得、(7) 心とからだの相談窓口の設置、(8) 配置転換、(9) 産業界等による助言・指導や保健指導

⑧ 限度時間が適用除外・猶予されている事業・業務についても、**限度時間を勘案し、健康・福祉を確保するよう努めてください。**（指針第9条、附則第3条）

◆ 限度時間が適用除外されている新技術・新商品の研究開発業務については、限度時間を勘案することが望ましいことに留意しなければなりません。また、月45時間・年360時間を超えて時間外労働を行う場合には、⑦の健康・福祉を確保するための措置を協定するよう努めなければなりません。

◆ 限度時間が適用猶予されている事業・業務については、猶予期間において限度時間を勘案することが望ましいことに留意しなければなりません。

# 時間外労働の上限規制と改善基準告示について

		時間外労働の上限規制		トラックの改善基準告示	
		一般則	自動車運転業務 (5年猶予後)	拘束時間	時間外労働
法定労働時間	1日	8時間	8時間	—	—
	1週	40時間	40時間	—	—
時間外労働 の上限 (原則)	1日	—	—	13時間	4時間
	1月	45時間	45時間	293時間	98時間 (休日労働込み)
	1年	360時間	360時間	3,516時間	1,176時間 (休日労働込み)
時間外労働 の上限 (特例)	1日	—	—	16時間	7時間
	1月	100時間未満 (休日込み)	—	320時間	125時間 (休日労働込み)
	2~6月 平均	80時間 (休日込み)	—	—	—
	1年	720時間	960時間 (令和6年4月~)	3,516時間	1,176時間 (休日労働込み)

※ 改善基準告示の総労働時間は、休憩時間を毎日1時間と仮定し、拘束時間から控除して算出。

- ・ 1日8H×週5日=1週の法定労働時間40H
- ・ 1週の法定労働時間40H×52週=2,080H(1年間の法定労働時間)
- ・ 1年間の法定労働時間2,080H÷8H=260H(1年間の休憩時間)
- ・ 2,080H+260H=2,340H(1年間の法定労働時間と1年間の休憩時間)÷12ヶ月=195H(1ヶ月の法定労働時間と1ヶ月の休憩時間)

# 国土交通省の処分基準について

- ▷ 国土交通省は、過労防止の観点から、1ヶ月の拘束時間及び休日労働の限度に関する違反については、1件確認された場合には「10日車」、2件確認された場合には「20日車」の車両停止処分を行うものと国土交通省の処分基準で定めている。

## 【乗務時間等告示の遵守違反】

- |                    |          |          |
|--------------------|----------|----------|
| ①各事項の未遵守計5件以下      | (初) 警告   | (再) 10日車 |
| ②各事項の未遵守計6件以上15件以下 | (初) 10日車 | (再) 20日車 |
| ③各事項の未遵守16件以上      | (初) 20日車 | (再) 40日車 |

## 【乗務時間等告示のなお書きの遵守違反】

- |           |          |          |
|-----------|----------|----------|
| ④一運行の勤務時間 | (初) 10日車 | (再) 20日車 |
|-----------|----------|----------|

## ▷ 乗務時間等告示の遵守違反

1箇月の拘束時間及び休日労働の限度に関する違反が確認された場合は、上記の件数として計上し処分日車数を算出するとともに、さらに別立てで次のとおり処分日車数を算出し、上記の処分日車数に合算する。

- |               |          |          |
|---------------|----------|----------|
| ①各事項の未遵守計1件   | (初) 10日車 | (再) 20日車 |
| ②各事項の未遵守計2件以上 | (初) 20日車 | (再) 40日車 |

- ・ 1箇月の拘束時間（トラック）
  - ▷ 293時間以内（労使協定320時間）
- ・ 休日労働
  - ▷ 2週間に1回まで