

過労死等防止啓発月間について

厚生労働省では過労死等を防止することの重要性について国民の自覚を促し、関心と理解を深めるため、毎年11月を過労死等防止啓発月間とし、過労死等をなくすためのシンポジウムやキャンペーンに取り組んでいます。

『過労死等』とは、業務における過重な負荷による脳・心臓疾患や業務における強い心理的負荷による精神障害を原因とする死亡やこれらの疾患のことを言います。過労死等の原因の一つである長時間労働を削減し、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を図るとともに、労働者の健康管理に係る措置を徹底し、良好な職場環境（職場風土を含む）を形成の上、労働者の心理的負荷を軽減していくことは喫緊の課題となっています。働きすぎによる健康障害を防止するためには、事業主は労働者の健康づくりに向け積極的に支援すること、労働者は自らの健康管理に努めることが必要です。

労働者は自身の不調に気がついたら、早めに周囲の人や医師などの専門家に相談しましょう。事業主は労働者が相談に行きやすい環境づくりが必要です。上司・同僚等も労働者の不調の兆候に気づき、産業保健スタッフ等につなぐことができるようにしていくことが重要です。

月間中は国民への周知・啓発を目的に、各都道府県において『過労死等防止対策推進シンポジウム』を行う他、『過重労働解消キャンペーン』として、長時間労働の是正や賃金不払い残業などの解消に向けた重点的な監督指導やセミナーの開催、一般の方からの労働に関する相談を無料で受け付ける『過重労働解消相談ダイヤル』などを行なっています。

しごととより、 いのち。

働くことは、生きること。仕事は、たいせつ。

でも、働き過ぎて心や体の健康を損なうことは、絶対にあってはならないこと。

どんなに時代や働き方が変化したとしても、それはあたりまえのこと。

あなたの職場環境のこと、みんなで一緒に考え直してみませんか。

過労死をゼロにし、健康で充実して
働き続けることのできる社会へ



STOP!
過労死

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。