

1か月の時間外労働が100時間超の社員の睡眠時間はおよそ5時間
 睡眠時間が5時間を下回ると医学的見地から脳心臓疾患のリスクが極めて高くなると言われています
 生活時間に個人的な趣味の時間を加えると睡眠時間はさらに少なくなります

土曜日・日曜日が休みで1か月20日勤務した場合は、下記のような1日を月曜日から金曜日まで繰り返すことになります

0:00 1:00 2:00 3:00 4:00 5:00 6:00 7:00 8:00 9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00 23:00 24:00

生活時間 8時間 食事時間、入浴時間、着替え時間等 3時間を差引いて睡眠時間はおよそ5時間	通勤時間	勤務時間	休憩時間	勤務時間	残業時間	通勤時間
--	------	------	------	------	------	------

厚生労働省が定めた脳血管疾患及び虚血性心疾患（負傷に起因するものを除く）の認定基準概要

- ・発症前1か月間ないし6か月間にわたって、1か月あたり概ね45時間を超える時間外労働が認められない場合は、業務と発症との関連性が弱いと判断されるが、概ね45時間を超えて時間外労働時間が長くなるほど、業務と発症との関連性が徐々に強まるものと判断される。
- ・発症前1か月間に概ね100時間を超える時間外労働が認められる場合、または発症前2か月間ないし6か月間にわたって、1か月あたり概ね80時間を超える時間外労働が認められる場合は、業務と発症との関連性が強いと判断される。

違法な長時間労働を繰り返している企業に対する指導・公表について

指導・公表の対象は、次のI及びIIのいずれにも当てはまる事案。

- I 「社会的に影響力の大きい企業」 であること。
 「複数の都道府県に事業場を有している企業」であって「中小企業に該当しないもの」であること。
- II 「違法な長時間労働」が「相当数の労働者」に認められ、このような実態が「一定期間内に複数の事業場で繰り返されている」こと。
 - 1 「違法な長時間労働」については、労働時間 休日、割増賃金に係る労働基準法違反が認められ、かつ、1か月当たりの時間外・休日労働時間が100時間を超えていること。
 - 2 「相当数の労働者」については、1箇所の事業場において、10人以上の労働者又は当該事業場の4分の1以上の労働者において、「違法な長時間労働」が認められること。
 - 3 「一定期間内に複数の事業場で繰り返されている」については、概ね1年程度の期間に3箇所以上の事業場で「違法な長時間労働」が認められることについて「一定期間内に複数の事業場で繰り返されている」こと

過重労働対策が一層強化されています

- 1 月100時間超の残業が行われている事業場等に対する監督指導の徹底（平成27年1月から実施）
 監督の結果、違反・問題等が認められた事業場に対しては、是正勧告書等を交付し、指導法違反を是正しない事業場は、送検も視野に入れて対応（送検した場合には企業名等を公表）
- 2 監督指導・捜査体制の強化
 過重労働事案であって、複数の支店において労働者に健康被害のおそれがあるものや犯罪事実の立証に高度な捜査技術が必要となるもの等に対する特別チーム「過重労働撲滅特別対策班」（通称「かたく」の新設）東京労働局、大阪労働局に新設
- 3 情報の提供・収集体制の強化
 本省がインターネット上の求人情報等を監視し収集し、その情報を労働基準監督署による監督指導等に活用
 地方公共団体の労働関係部署や大学等の就職相談窓口と連携した情報収集
- 4 過重労働による健康障害等に関する労働者等の相談に対応する電話相談窓口を新設