

令和3年度
過労死等に関する実態把握のための
労働・社会面の調査研究

調査報告書

令和4年5月

労働安全衛生総合研究所
社会労働衛生研究グループ

令和3年度 過労死等に関する実態把握のための労働・社会面の調査研究
調査報告書

令和4年5月 31 日発行

研究班構成

高橋 正也	(労働安全衛生総合研究所 社会労働衛生研究グループ 部長)
小林 秀行	(同 同 研究員)
加島 遼平	(同 同 研究員)
王 蒼琳	(同 同 研究員)
佐々木 毅	(同 産業保健研究グループ 部長)
佐藤 ゆき	(同 同 研究員)

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 社会労働衛生研究グループ

214-8585 川崎市多摩区長尾 6-21-1

目次

1 調査研究事業の背景・目的.....	1
2 就業者調査－方法	3
2.1 方法	3
2.2 調査項目	3
3 就業者調査－結果	5
3.1 基本属性.....	5
3.1.1 性別・年齢.....	5
3.1.2 業種.....	6
3.1.3 事業場規模.....	7
3.1.4 就業形態.....	8
3.1.5 職種.....	12
3.1.6 勤務先の属性.....	13
3.1.7 勤務年数.....	14
3.1.8 役職.....	16
3.1.9 兼業・副業の状況	18
3.1.10 店舗の保有(自営業者).....	20
3.2 労働時間の状況	21
3.2.1 全標本の実労働時間	21
3.2.2 性別・就業形態別の実労働時間	23
3.2.3 性別・年齢層別の実労働時間	24
3.2.4 業種別の実労働時間.....	25
3.2.5 事業場規模別の実労働時間.....	26
3.3 時間外労働	27
3.3.1 標本全体の時間外労働	27
3.3.2 性別の時間外労働.....	27
3.3.3 業種別の時間外労働.....	28

3.3.4	事業場規模別の時間外労働.....	30
3.3.5	時間外労働が生じる理由	32
3.3.6	就業時間の調整の自由.....	34
3.4	睡眠の状況	37
3.5	疲労の状況	43
3.6	不安・うつ傾向	47
3.7	職場環境.....	51
3.7.1	心理的負荷のある具体的出来事.....	51
3.7.2	業務負荷急増時の同僚からの支援.....	55
3.8	就業者の生活習慣	59
3.8.1	食習慣.....	59
3.8.2	運動習慣	60
3.8.3	嗜好品の摂取	61
3.9	現病歴の状況	62
3.9.1	現病歴の状況.....	62
3.10	定期健康診査などの健康確保対策.....	66
3.10.1	定期健康診査の受診状況.....	66
3.10.2	ストレスチェックの受検.....	67
3.10.3	長時間労働者に対する医師面接指導	72
3.10.4	事業場における保健室等の有無	73
3.11	働きがい、ウェル・ビーイング.....	74
3.11.1	ワーク・エンゲイジメント.....	74
3.11.2	ワークライフバランス(1) 仕事・家庭生活間の緊張	76
3.11.3	ワークライフバランス(2) 仕事による家庭生活の侵害.....	79
3.11.4	資産保有と退職意思.....	79
3.11.5	厚生のお機会と自由(ケイパビリティ).....	81
3.11.6	主観的幸福感	82
3.12	新型コロナウイルス感染拡大の影響.....	84

3.13 テレワークの状況.....	86
3.13.1 テレワーク導入状況	86
3.13.2 テレワークの実施頻度	89
3.13.3 テレワークの実施環境	92
3.13.4 テレワーク実施の背景	93
3.13.5 テレワーク中のVDT作業	93
3.13.6 健康確保対策ガイドライン等の認知度.....	96
3.13.7 ウェブ会議の頻度	97
4 事業場調査ー方法	98
4.1 方法	98
4.2 調査項目	99
5 事業場調査ー結果	100
5.1 事業場の属性.....	100
5.2 長時間労働	102
5.2.1 所定時間外労働を取り巻く制度.....	102
5.2.2 正社員の時間外労働の実態と生じる理由.....	106
5.3 健康確保対策	114
5.3.1 定期健康診査の実施.....	114
5.3.2 ストレスチェックの実施状況.....	120
5.3.3 長時間労働者に対する医師面接指導.....	127
5.3.4 過重労働防止対策	130
5.3.5 勤務間インターバル	133
5.3.6 過労死等防止対策推進法の周知状況.....	136
5.4 テレワーク	139
5.4.1 テレワーク実施状況.....	139
5.4.2 VDT健康診査の実施	142
5.4.3 VDT作業に関する労働衛生教育	144
5.4.4 ガイドラインや注意事項の周知状況	147

5.5 従業員の定着率	154
5.6 労働生産性	161
6 就業者の検討	167
6.1 労働時間に関する分析.....	167
6.1.1 就業形態と労働時間.....	167
6.1.2 業種別の長時間労働の状況	171
6.1.3 職種別の労働時間の状況	176
6.1.4 労働時間制度別の労働時間の状況.....	177
6.1.5 通常期と繁忙期の時間外労働.....	179
6.1.6 通常期と繁忙期の時間外労働の関係	183
6.2 睡眠の状況	186
6.2.1 性別・就業形態別の睡眠の状況.....	186
6.2.2 実労働時間別の睡眠の状況.....	187
6.2.3 余暇時間の情報端末利用と睡眠.....	190
6.3 疲労の回復状況	194
6.4 不安・うつ傾向	201
6.5 主観的幸福感	205
6.6 新型コロナウイルス感染拡大の影響	212
6.7 テレワークとの関連	224
6.8 世帯状況の検討	237
7 重点業種の検討(1) 建設業	240
7.1 建設業の労働時間の状況	240
7.2 個人属性による労働時間の状況.....	241
7.3 時間外労働の状況	248
7.4 過重労働防止の取り組み	255
7.5 関連法規・ガイドラインの認知	260
7.6 過重労働が生じる背景因子の影響.....	262
7.7 一人親方の状況	267

8 重点業種の検討(2) 情報サービス業(IT 産業)	270
8.1 IT 産業の労働時間の状況	270
8.2 個人属性による労働時間の状況	272
8.3 時間外労働の状況	278
8.4 過重労働防止の取り組み	282
8.5 関連法規・資料の認知	286
8.6 過重労働が生じる背景因子の影響	288
付録	295
付録1 就業者調査票	295
付録2 事業場調査票	313

1 調査研究事業の背景・目的

個人にとって労働は生計の営みの根幹であるのみならず、社会との接点を提供し、生活を充実させて、生涯にわたって生きがいや自己実現、喜びをもたらすものである。個人が労働を通じて健康で文化的な生活を享受できるようにすることは成熟期を迎えた社会の責務であり、また、個々人の労働を結集することによって社会はより豊かなものになろう。ただし、労働には、個人を生きがいや自己実現、福祉の達成とは正反対の極地に追い込む負的作用がある。過労死である。過剰な労働が労働者を時として死に追いやることは我が国において 1980 年代後半に大きく注目され、労働と健康との観点から過労死防止のための研究や制度設計が進められてきた。しかしながら、過労死はいまだに後を絶たず、その実態は必ずしも十分に把握されているとは言えない現状にある。

こうした状況に鑑み、平成 26 年に過労死等防止対策推進法が制定され、翌平成 27 年には過労死等の防止のための対策に関する大綱(以下「大綱」という。)が閣議決定された。以降、過労死等の防止対策が進められるとともに、課題が明らかにされ議論されている。令和3年7月には新たな課題を盛り込んで大綱が見直された。その中には、長時間労働の削減、過重労働による健康障害の防止、メンタルヘルス対策・ハラスメント対策に重点的に取り組むこととされ、そのために過労死等事案の分析や疫学研究と並んで、労働・社会分野の調査・分析を進めることが盛り込まれている。これを受けて本調査研究事業においては、長時間労働や過重労働、ハラスメントの実態と、労働者の心身の健康やウェル・ビーイングの達成状況、社会的側面の検討を行う。

大綱に定める調査研究等の基本的考え方を踏まえ、労働時間や働き方の実態、事業場における取組の推移を明らかにすることを目的として、本年度は公務を除く全業種の労働者と事業場を対象として調査を行なう。また、厚生労働省では平成 27 年度以降、過労死等の発生数の多い自動車運転従業者、外食産業、教職員、医療、情報サービス業(IT 産業)、建設業、メディアの各業種・職種の労働者・企業を対象として

重点的に調査を実施してきた。本年度は、建設業と IT 産業を重点業種として、当該業種の過重労働の実態と対策に向けた課題を明らかにすることを目的に、就業者調査および事業場調査において対象業種の回答者に追加の質問を実施する。

なお、本調査の設計や分析において、独立行政法人労働政策研究・研修機構 (JILPT) の池添様、高見様、藤本様に多大なるご協力をいただいた。