労働時間日本学会

労働時間と健康、安全、ウェル・ビーイング

提言書 2026 年 7 月 27 日

目次

1．はじめに 2

2．身体的健康 2

3．精神的健康 3

4．職場環境改善 3

5．ウェル・ビーイング 4

6．関係法令 5

7．おわりに 6

参考文献 6

Ⅰ. はじめに

これまで労働時間日本学会は、わが国の労働時間とそれにかかわる労働者の健康職場の安全、ウェル・ビーイングに及ぼす影響と対策について、多角的な検討を行ってきた。そこで、本学会を閉会するにあたって、これまでの知見を提言としてまとめることにした。

労働時間の長さは、労働者の健康や職場の安全、さらには、ウェル・ビーイングに密接に関連しており、労働時間が長くなると、労働者の疲労が蓄積し、それらの質を低下させる。したがって、労働時間は、法的に満たされているとしても、短縮する方向で設計されることが望ましい。近年のわが国の平均労働時間は年々短縮されてきている。しかし、他の先進諸国に比してまだ相対的に長い。昨今、わが国で課題となっている過労死等は、所定外労働時間の長さがその一番のリスクファクタとなっている。したがって、とりわけ所定外労働時間の短縮が必要である。

所定内労働時間では、労働態様ごとに労働時間と休憩時間の長さや適切な休憩時間の配置は異なるとされるが、休憩時間の挿入によって連続作業時間を短縮する対策は、どの職場においても共通して推奨されるべきである。また近年話題になっている勤務間インターバルのような労働力の再生産過程である休息時間の確保に焦点を当てた対策も、職場の安全や労働者の健康、とりわけウェル・ビーイングにとって重要となる。さらには、グローバル化によって避けられない 24 時間労働においては、市場の要求に重きを置くのではなく、あくまでも人間の本来の昼業夜眠型の生体リズム特性に従うように勤務編成の適切化によって対策がとられるべきである。

（佐々木司：大原記念労働科学研究所）

2. 身体的健康

> 労働時間日本学会の学術集会では、複数の職種や職場に着目して、労働時間に伴う身体的健康とその改善策を討議してきた。その成果を考慮すると、①脳・心臓疾患への影響、②脳・心臓以外の身体的影響、③有効かつ実行・定着しやすい対策について、より重点的に検証していく必要がある。

（解説）

過労死等という観点から、労働時間と脳・心臓疾患との関連は引き続き明らかにすることが求められる [1, 2]。その際、労働時間以外の要因も充分に精査する必要がある。併せて、筋骨格系（例、腰痛）、内分泌系（例、糖尿病）、呼吸器系（例、かぜや喘息）、消化器系（例、胃・十二指腸潰瘍や過敏性腸症候群）等の疾患との関連についても知見を増やしたい。これらの問題は生死にすぐに関わるわけで

はないかもしれないが、働く人の多くが悩むゆえ、職場や国全体としての健康を大きく損なうからである。

労働時間が身体的健康に有害になり得るのであれば、その影響をできる限り軽減する対策を示し検証するのが専門家の責任である[3)]。考案された対策案は有効であるのはもちろん、それぞれの労働者や職場の抱えるリスクに応じて最適化するのが望ましい[4、5]。そうすることで、継続な取組と改善につながる。

（高橋正也：労働安全衛生総合研究所）

3．精神的健康

> これまでの労働時間日本学会での議論により、労働時間による精神的健康の不調を防止するために、①裁量権と職場支援を高めること、②ハラスメント防止と礼節ある職場づくりを進めること、③在宅勤務のリスク対策を講じること、④危機時の柔軟な勤務制度と安心できる補償制度を構築すること、を提言する。

（解説）

WHO（World Health Organization）やILO（International Labor Organization）による国際共同研究から、長時間労働と精神的健康との関連は明確ではないことが示されている[1)]。一方で、裁量権や支援の不足、ハラスメント、孤立などの職場環境要因は精神疾患リスクを増幅させる。在宅勤務については、ワークライフバランスを保ち生産性を向上させるメリットがある一方で、孤独や精神的不調をもたらす危険性が報告されていたり、コロナ禍においては危機時の勤務制度の整備がストレス軽減に寄与する可能性などが確認されており、これらの対策を総合的に講じることが必要である[2, 3)]。

（津野香奈美：神奈川県立保健福祉大学）

4．職場環境改善

> これまでの労働時間日本学会での議論に基づき、労働時間のあり方を職場で見直すために、①参加型職場環境改善手法を活用し、労働者自身が改善提案を提案・実行できる仕組みの導入、②業務の進め方や休憩の取り方を含めた好事例の共有、③長時間労働を前提としない業務設計と体制整備、④管理職が率先して業務改善や働き方改革に取り組み、職場文化として定着させること、を提言する。

（解説）

労働時間に関する規制や法律の整備だけでは、現場レベルでの実効性を十分に担保することは難しい[1)]。そのため、労使が自主的・主体的に実施する職場環境改善の取り組みが不可欠である。とくに、労働者が自ら参画して業務の進め方を見直し、休憩の配置や時間外労働削減、夜勤の負担軽減などの具体的な対策を検討する参加型職場環境改善が有効である[2)]。

長時間労働の是正や休息確保には、組織レベルでの包括的な改善活動の積み重ねが重要であることが指摘されている[3)]。参加型職場環境改善を活用することによって、労働者の自己効力感と職場全体の一体感が強化され、健康や安全だけでなく生産性向上や良い職場風土の醸成にも資する[4, 5]。働き方改革や労働時間規制等、制度として導入するだけではなく、職場ごとの働き方の実態に応じた調整やルールづくりが必要である。労使の自主的な取組みとしての参加型職場環境改善を推進することで、安全・健康で持続可能な職場環境の構築が実現される(第 2、3、7 回研究会)。

（吉川悦子：日本赤十字看護大学）

5. ウェル・ビーイング

> これまでの労働時間日本学会における議論において、労働者のウェル・ビーイング向上のために、①長時間労働の防止、②勤務間インターバルの確保、③オフ時間における回復の確保が重要であることが示された。

（解説）

長時間労働は身体的・精神的健康と関連するが、世界人口の 8.9%が週 55 時間以上の長時間労働に曝されていると試算されている[1)]。日本においても長時間労働による過労死等が問題となっており、これまでの労働時間日本学会での議論においても、長時間労働の防止の必要性があげられた（第 1、2、3 回研究集会）。

また、現状、時間外労働の上限規制はあるものの、業務の繁忙期等の特定時期に労働時間が集中する場合や夜勤・交替制勤務といった勤務体系において、勤務間隔が短くなり十分な休息時間を確保できない場合も生じうる。これに対して、勤務間インターバルの確保が、労働者の睡眠時間や余暇時間[2)]、心身の健康確保[3)]につながることが報告されており、本研究集会でも短い勤務間インターバルの悪影響やその対策としての勤務間インターバル制度の有用性が議論された（第 3、4 回研究集会）。

一方、勤務間インターバルが確保されても、その間に仕事の連絡があると労働者の心身に悪影響が生じることが報告されている[4, 5)]。これは、オフ時間における回復のためには、仕事からの心理的ディタッチメント（心理的な切り離し）が重要であることを示している。本研究集会においても勤務時間外の連絡の悪影響とその対策としてのつながらない権利の有用性が議論された（第 4、9 回研究集会）。

（池田大樹・木内敬太：労働安全衛生総合研究所）

6．関係法令

> 労働に関する法律の性質・役割は、裁判規範・行政規範であり、また、行為規範である。前者は、事後的な救済及び法違反の是正を意味し（法理論も同様）、後者は、事業場・企業において遵守すべき社会的規範であることを意味する。労働時間に関連して労働者が過重な負荷を受け、心身に悪影響が及ぶ場合、事後的な救済や法違反の是正よりも、そこに至る以前に事業場・企業が法令等を遵守することこそが、過重負荷による心身の悪影響に対する予防的措置として極めて重要である。

（解説）

平成 30（2018）年に成立した働き方改革関連法により、労働基準法や労働安全衛生法が改正された。労働基準法では、厚生労働大臣告示であった法定時間外労働の限度基準の内容が労働基準法に明記され（1 か月 45 時間、1 年 360 時間）、かつ、単月 100 時間以上又は 6 か月平均 80 時間超の法定時間外労働を行わせた使用者に対しては罰則が設けられた。また、年次有給休暇の付与日数が 10 日の労働者について、使用者は、年間最低 5 日の年次有給休暇付与義務が罰則付きで課されることとなった。労働安全衛生法では、1 か月当たり 100 時間以上の法定時間外労働を行った労働者について、事業主は当該労働者に医師との面談をさせることが義務付けられていたが、対象となる法定時間外労働時間数が 80 時間に引下げられた。これら法改正は、長時間労働による職業生活・家庭生活への影響を低減させるとともに、労働者の心身の健康への過重な負荷を低減させようという国としての意図を読み込むことができる。

また、働き方改革以前の事案ではあるが、最高裁判所は、平成 12 年の電通事件判決において、「ある業務に従事する特定の労働者の性格が同種の業務に従事する労働者の個性の多様さとして通常想定される範囲を外れるものでない限り、その性格及びこれに基づく業務遂行の態様等が業務の過重負担に起因して当該労働者に生じた損害の発生又は拡大に寄与したとしても、そのような事態は使用者として予想すべきものということができる。・・・労働者の性格が前記の範囲を外れるものでない場合には、裁判所は、業務の負担が過重であることを原因とする損害賠償請求において使用者の賠償すべき額を決定するに当たり、その性格及びこれに基づく業務遂行の態様等を心因的要因としてしんしゃくすることはできない。」と述べ、また、平成 26 年の東芝事件判決において、「使用者は、必ずしも労働者からの申告がなくても、その健康に関わる労働環境等に十分安全配慮義務を負っている」と述べ、契約上の安全配慮義務（損害賠償請求訴訟）に関する実務的限界を明らかにしている。

事後的に、法違反を犯した使用者に罰を与える、職場の労働状況の改善を目指して行政が是正指導する、安全配慮義務違反を根拠に損害賠償請求訴訟を提起することは、今後同様の事案が発生しないようにする取組み及び被災者・遺族に対する救済として重要ではある。しかし、長時間労働による過重負荷がもとで心身の健康を害した被災者にとっては、事後的・経済的救済では回復し得ない不利益を被る場合も十分考えられる。したがって、使用者・事業主は、上記の法令や法理論に基づいて、長時間労働を抑制したり、それによる労働者の心身の健康に対する配慮を十分に行う事前の予防的措置を取ることが肝要である。具体的には、上記で述べられている産業保健・衛生分野の各研究者の提言を参考に、職場で取組みを進めることが何より重要である。

（池添弘邦：独立行政法人労働政策研究・研修機構）

7. おわりに

労働条件の最も基本的な要素である労働時間は、長さ、時間帯（タイミング）、そして質という点から捉えられる。上述のとおり、労働時間の影響は身体的及び精神的健康、家庭・社会生活、生産性、働きがいに深く関連する。ひいては、居住する地域や国の成長につながる。

日本は働く時間が最も長く、生産性は低く、過労死等すら多発しているのであれば、とりうる限りの対策を考案し、継続的な改善を求めてしかるべきである。まして、これまでは働く人と言えば「労働者（雇用者）」が想起されたのに対して、今は広く「就業者」として考慮することが重視されている。コロナ禍などのせいで、働き方も多様化しているため、在宅勤務などが普及し、従来の労務管理では対応しきれないようにもなっている。

労働時間について、ますます複雑になる見込みを踏まえると、学術的には医学、看護学、心理学、法学、経済学、社会学ほかの専門知見に基づいて対策が考案される必要がある。同時に、労働現場の人々や職場を支える専門家（産業保健職や社会保険労務士など）との綿密かつ建設的な意見交換を通じて、それぞれの職場に即するよう，対策の最適化が重要になる。

労働時間日本学会が 2016 年に創立して以来、この 10 年間にわたって労働時間とそれに関わる諸問題を向き合ってきたことは誇りとも言える。以後、新たな団体が新たな、より効果的な方策でもって、より良い労働生活の実現を叶えてくださることを切に祈っている。

（高橋正也：労働安全衛生総合研究所）

参考文献

#2

1. Takahashi M. Sociomedical problems of overwork-related deaths and disorders in Japan. J Occup Health. 2019;61(4):269-277.
2. 厚生労働省. 脳・心臓疾患の労災認定. 過労死等の労災補償Ⅰ（令和 4 年 10 月）. https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/dl/2207252-1.pdf
3. Härmä M, Kecklund G, Tucker P. Working hours and health - key research topics in the past and future. Scand J Work Environ Health. 2024;50(4):233-243.
4. Honn KA, VAN Dongen HPA, Dawson D. Working Time Society consensus statements: Prescriptive rule sets and risk management-based approaches for the management of fatigue-related risk in working time arrangements. Ind Health. 2019;57(2):264-280.
5. Härmä M, Karhula K, Turunen J, Koskinen A, Shiri R, Sallinen M, Vanttola P, Haavisto O, Hakola T, Ropponen A. Working Time Traffic Light recommendations: development, use, and implementation in the Finnish social and healthcare. Ind Health. 2025 Sep 15 [Epub ahead of print. PMID: 40958582].

第 3 章 精神的健康

1. Rugulies R, Sørensen K, Di Tecco C, Bonafede M, Rondinone BM, Ahn S, Ando E, Ayuso-Mateos JL, Cabello M, Descatha A, Dragano N, Durand-Moreau Q, Eguchi H, Gao J, Godderis L, Kim J, Li J, Madsen IEH, Pachito DV, Sembajwe G, Siegrist J, Tsuno K, Ujita Y, Wang J, Zadow A, Iavicoli S, Pega F. The effect of exposure to long working hours on depression: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. Environ Int. 2021;155:106629.
2. Sasaki N, Kuroda R, Tsuno K, Kawakami N. Workplace responses to COVID-19 associated with mental health and work performance of employees in Japan. J Occup Health. 2020;62(1):e12134.
3. Sasaki N, Kuroda R, Mikami Y, Tsuno K, Imamura K, Nishi D, Kawakami N. Working environment at home and mental health in employees working from home in Japan during COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. J Occup Health. 2023;65(1):e12410.

第 4 章 職場環境改善

1. Robens A. Safety and Health at Work: Report of the Committee 1970–72. London: Her Majesty's Stationery Office (HMSO), 1972.
2. Kogi K. Participatory methods effective for ergonomic workplace improvement. Appl Ergon. 2006;37(4):547-554.
3. Montano D, Hoven H, Siegrist J. Effects of organisational-level interventions at work on employees' health: a systematic review. BMC Public Health. 2014;14:135.
4. Tsutsumi A, Nagami M, Yoshikawa T, Kogi K, Kawakami N. Participatory intervention for workplace improvements on mental health and job performance among blue-collar

workers: a cluster randomized controlled trial. J Occup Environ Med. 2009;51(5):554-563.
5. Yoshikawa E, Kogi K, Outcomes for facilitators of workplace environment improvement applying a participatory approach, J Occup Health, 2019; 61(5):415-425.

第 5 章　ウェル・ビーイング

1. Pega F, Náfrádi B, Momen NC, Ujita Y, Streicher KN, Prüss-Üstün AM; Technical Advisory Group; Descatha A, Driscoll T, Fischer FM, Godderis L, Kiiver HM, Li J, Magnusson Hanson LL, Rugulies R, Sørensen K, Woodruff TJ. Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000-2016: a systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. Environ Int. 2021;154:106595.
2. Ikeda H, Kubo T, Sasaki T, Liu X, Matsuo T, So R, Matsumoto S, Yamauchi T, Takahashi M. Cross-sectional Internet-based survey of Japanese permanent daytime workers' sleep and daily rest periods. J Occup Health. 2018;60(3):229-235.
3. Ikeda H, Kubo T, Izawa S, Takahashi M, Tsuchiya M, Hayashi N, Kitagawa Y. Impact of daily rest period on resting blood pressure and fatigue: a one-month observational study of daytime employees. J Occup Environ Med. 2017;59(4):397-401.
4. Kubo T, Izawa S, Ikeda H, Tsuchiya M, Miki K, Takahashi M. Work e-mail after hours and off-job duration and their association with psychological detachment, actigraphic sleep, and saliva cortisol: A 1-month observational study for information technology employees. J Occup Health. 2021;63:e12300.
5. Ikeda H, Kubo T, Nishimura Y, Izawa S. Effects of work-related electronic communication during non-working hours after work from home and office on fatigue, psychomotor vigilance performance and actigraphic sleep: observational study on information technology workers. Occup Environ Med. 2023;80(11):627-634.

付録 WTJS 研究集会の履歴

■第 9 回研究集会

『わが国の働き方を比べるードイツとの比較』

Comparing working times between German speaking countries and Japan

【日時】2024 年 5 月 14 日（火）13:15-16:00

【会場】AP 品川アネックス（Q ルーム）

https://www.tc-forum.co.jp/ap-shinagawaanex/access/

プログラム

入室 13:00

13:15-13:30

労働時間日本学会総会

開会の挨拶：学会長 高橋 正也

親学会 Working Time Society の近況

Joint symposium by German Language Working Time Society and Working Time Japan Society: Comparing working times between German speaking countries and Japan

13:30-13:50

Mental health while working from home

Kanami Tsuno (WTJS Board member/Kanagawa University of Human Services)

13:50-14:05

Working from home and recovery: The role of anticipated availability

Laura Venz (Leuphana University Lüneburg, Germany)

Anne Marit Wöhrmann (Federal Institute for Occupational Safety and Health (BAuA), Germany)

Dana Unger (University of Tromsø, Norway)

14:05-14:25

Effects of work-related electronic communication during non-working hours after work from home and office on worker health

Hiroki Ikeda (WTJS Secretariat/JNIOSH)

Tomohide Kubo, Yuki Nishimura, Shuhei Izawa (JNIOSH)

14:25-14:35 Break

14:35-14:55
Trends and current status of working time in Germany
Anne Marit Wöhrmann (German Language Working Time Society/Federal Institute for Occupational Safety and Health (BAuA), Germany)

14:55-15:05
Activities of Working Time Japan Society
Masaya Takahashi (WTJS President/JNIOSH)

15:05-15:15
Activities of the German Language Working Time Society
Anne Marit Wöhrmann (German Language Working Time Society/Federal Institute for Occupational Safety and Health (BAuA), Germany)

15:15-15:45 General discussion
16:00 退室

■第 8 回研究集会

『 わが国の働き方を上質にする』

【日時】2023 年 9 月 5 日（火） 13:30-15:50
【開催方式】完全オンライン（Zoom）
【参加費】会員：無料 非会員：1,000 円
- 参加を希望される方は、以下の学会事務局メールアドレスまで『お名前』と『ご所属の情報』をご連絡ください。ご連絡いただいたメールアドレスに、Zoom の情報を bcc にて配信する予定です。
学会事務局メールアドレス: wtjs.secretariat@gmail.com

プログラム
第一部 総会 13:30-14:10
Ⅰ.開会の挨拶 学会長 高橋正也
Ⅱ.会計報告 監査代理 久保善子
Ⅲ.Working Time Society（労働時間学会）の最新動向
Ⅳ.昨年度における過労死等の労災補償状況

休憩 14:10-14:20

第二部 特別講演 14:20-15:50
「ポストコロナにおける労働条件と主観的ウェルビーイングの関連」

14:20-15:20
鈴木恭子（独立行政法人労働政策研究・研修機構）

総合討論　15:20-15:50

■第 7 回研究集会

『わが国の働き方を快適にする』

【日時】2022 年 9 月 28 日（水）　13:30-16:40

【開催方式】完全オンライン（Teams）

【参加費】無料

- 本研究集会に参加を希望される方は、以下の学会事務局メールアドレスまで『お名前』と『ご所属の情報』をご連絡ください。ご連絡いただいたメールアドレスに、Teams の情報を bcc にて配信する予定です。
学会事務局メールアドレス: wtjs.secretariat@gmail.com

プログラム
第一部　総会　13:30-14:00
Ⅰ. 開会の挨拶　学会長　高橋正也
Ⅱ. 会計報告　監査代理　池田大樹
Ⅲ. Working Time Society（労働時間学会）等の最新動向

休憩　14:00-14:10

第二部　研究集会
Ⅰ. シンポジウム1「働き方改革のこれまで」14:10-15:10
※各演題20分程度（質疑込み）
座長　高橋正也　（独）労働者健康安全機構　労働安全衛生総合研究所

1. 過労死等労災の最新状況
高橋正也（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）

2. 働き方改革の概要と労働時間関係の個人調査結果
池添弘邦　（独立行政法人労働政策研究・研修機構［ビデオ参加］）

小総括

休憩　15:10-15:25

Ⅱ.シンポジウム 2「働き方改革のこれから」15:25-16:25
※各演題20分程度（質疑込み）
座長 津野香奈美（神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科）

1.過労死を防止するために―研究者の視点から―
津野香奈美（神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科）

2.自治体職場における働き方の特徴と職場環境改善の進め方
佐野友美（大原記念労働科学研究所）

小総括

全体総括 16:25-16:40

■第 6 回研究集会
『わが国の働き方を見据える―新たな働き方の充実に向けて』
【日時】2021 年 7 月 30 日（金）13:00-15:30
【開催方式】オンライン（Teams）

プログラム
第一部 総会 （13:00-13:20）
Ⅰ.開会の挨拶： 学会長 高橋正也
Ⅱ.会計報告： 監査代理 久保智英
Ⅲ.第 25 回交代勤務と労働時間に関する国際シンポジウムの準備状

休 憩 （13:20-13:30）

第二部 研究集会 （13:30-15:30）
Ⅰ.シンポジウム ※ 各演題 20 分程度（質疑込み）
テーマ:「新たな働き方を充実させるには」
座長:高橋正也（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）

1.過労死等労災の最新状況
高橋正也（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）

2.コロナ禍の労働者のメンタルヘルス
津野香奈美（神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科）

3.不規則勤務に従事するトラックドライバーの健康改善策の検討
松元俊（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）

4.今後のテレワーク－展望と留意点
高見具広（独立行政法人労働政策研究・研修機構）

休　憩　（14:50-15:00）

Ⅱ.総合討論（15:00-15:30））

■第4回研究集会
『わが国の働き方を創り出す』
【日時】2019 年 4 月 23 日（火）13:00-16:30
【会場】日本教育会館 7 階 704 号室
住所：東京都千代田区一ツ橋 2-6-2
URL：http://www.jec.or.jp/koutuu/index.html

第一部 総　会 （13:00-13:45）
Ⅰ.開会の挨拶： 学会長 高橋正也
Ⅱ.会計報告： 監査代理 久保智英
Ⅲ.理事の選出等（理事の任期（3 年）によるもの：会則の細則第 3 条）
Ⅳ.2021 年 25th International Symposium on Shiftwork and Working Time の日本開催の準備

休　憩　（13:45-14:00）

第二部 研究集会 （14:00-16:30）※ 各演題 30 分程度（質疑込み）

Ⅰ.シンポジウム

テーマ:新しい働き方　ー量と質、両面からの改善ー

座長:津野香奈美(神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科)、松元俊(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)

1.オンとオフの両側面から考える近未来の過重労働対策
久保智英(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)

2.活き活きとした働き方の実現:ワーク・エンゲイジメントに注目して
島津明人(慶應義塾大学総合政策学部)

3.ワーケションにより長期休暇を取得し、自己成長を実現する
倉原和成(日本航空株式会社人財本部人財戦略部)

Ⅱ.総合討論(労働時間の量・質の改善等、WTJS と WOPS とのコラボ等)

第三部　意見交換会　(17:00-)

参加費　研究集会　1,000 円(資料代含む)
　　意見交換会　5,000 円(飲食費含む)

■第 3 回研究集会

『わが国の働き方を見直す』
【日時】2018 年 4 月 20 日 13:00-17:00
【会場】大原記念労働科学研究所 (HP)
【JR 中央線・総武線　千駄ヶ谷駅より徒歩6分】
(東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-1-12 桜美林大学内 3F)304 教室

参加費　1,000 円(資料代として)

演題締切:4 月 10 日(水)まで
採択結果通知:4 月 12 日(木)までに通知
事前参加登録締め切り:4 月 10 日(水)内容

第一部 総会 13:00-13:30
Ⅰ. 開会の挨拶
Ⅱ. 会計報告
Ⅲ. 親学会 Working Time Society の近況に関して

第二部 研究集会 13:30-17:00
Ⅰ. 一般演題（60 分：各演題発表 13 分、質疑 7 分）
司会：高橋正也（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）

1. 広域職場環境改善を行う職場ドック活動における勤務時間制関連アクションの特徴
小木和孝（公益財団法人大原記念労働科学研究所）

2. 勤務間インターバルと睡眠、余暇の関連性
池田大樹（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）

3. トラックドライバーの運行形態にみる長時間労働の過重性と疲労のあらわれ
松元俊（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）

Ⅱ. 休憩：15 分

Ⅲ. シンポジウム（15:00-17:00、2 時間）
テーマ：“働きやすさ”の光と影
司会：久保智英（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）
吉川悦子（日本赤十字看護大学）

話題提供（一演題 30 分程度（発表 20 分、質疑 10 分））
1. 過重労働になる理由
吉川徹（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）

2. 裁量労働制
池添弘邦（独立行政法人労働政策研究・研修機構）

Ⅳ. 総合討論（60 分）

第三部 意見交換会 17:30-

■第2回研究集会

『わが国の働き方を考える ― 時間管理を中心に』

日時 ：2017 年 5 月 26 日 13:00-17:00

場所 ：大原記念労働科学研究所（HP）

【JR 中央線・総武線 千駄ヶ谷駅より徒歩6分】

（東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-1-12 桜美林大学内 3F）

参加費 1,000 円（資料代として）

演題締切：4 月 28 日（金）まで

採択結果通知：5 月 10 日（水）までに通知

事前参加登録締め切り：5 月 17 日（水）

第 2 回労働時間日本学会研究集会開催にあたって
労働時間日本学会 会長 高橋正也（労働安全衛生総合研究所）

プログラム
第一部 総会　13:00-13:30
Ⅰ.開会の挨拶：学会長 高橋正也
Ⅱ.会計報告：監査代理 久保智英
Ⅲ.働き方の改善に関する労働時間日本学会からの提言

第二部 研究集会　13:30-17:00
Ⅰ.一般演題（各演題：発表 13 分、質問 7 分）：
司会 高橋正也（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）

1.メンタルヘルスのための参加型職場環境改善の中で勤務時間制改善を取り上げる効果
佐野友美（公益財団法人大原記念労働科学研究所）

2.あるべき労働時間法制～人たる原点に立ち返った生活時間アプローチ～
圷由美子（旬報法律事務所）

3.労働者における働く時間に対する裁量度と疲労について
久保智英（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）

Ⅱ.休憩　14:30-14:45

Ⅲ.シンポジウム（各演題：発表 15 分）
テーマ：グッドプラクティスに学ぶ人間らしい働き方とは

司会 津野香奈美（和歌山県立医科大学）
松元俊（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）

1. 働く時間の自律性をめぐる職場の課題
髙見具広（独立行政法人労働政策研究・研修機構）

2. 参加型職場環境改善事例にみる働き方の視点
竹内由利子（公益財団法人大原記念労働科学研究所）

3. 中小企業における「働き方改革」実践
新佐絵吏（株式会社浅野製版所経営企画部）

4. 労働時間法制の動向と長時間労働削減の課題
池添弘邦（独立行政法人労働政策研究・研修機構）

Ⅳ. 総合討論（60 分）

Ⅴ. 総括（15 分）
佐々木司（公益財団法人大原記念労働科学研究所）

Ⅵ. 意見交換会　17:30-

■第1回研究集会

『設立総会』

日時　：2016 年 4 月 28 日（木）14 時から 16 時半まで
場所　：大原記念労働科学研究所
【JR 中央線・総武線　千駄ヶ谷駅より徒歩6分】（HP）
（東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-1-12 桜美林大学内 3F）
参加費：無料

第一部 設立総会（14:00 より）
会長，理事，監事の承認，会則の紹介　15 分

第二部 研究集会
労働時間日本学会長：あいさつ　5 分
労働時間学会理事長：ビデオメッセージ　5 分
Arbeitszeit Gesellschaft 理事長：ビデオメッセージ　5 分

産業疲労研究会代表：労働時間日本学会への期待　10 分

シンポジウム
（14:40 より開始予定）

テーマ「過重労働と労働時間・休息時間のあり方」
座長：高橋正也（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）

Ⅰ．わが国における働き過ぎの実態と問題点
1．看護師
佐々木司（公益財団法人大原記念労働科学研究所）　10 分

2．医師
吉川徹（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）

3．運転労働者
松元俊（公益財団法人大原記念労働科学研究所）　10 分

4．働き過ぎと法律学
池添弘邦（独立行政法人労働政策研究・研修機構）　10 分

5．働き過ぎと経済学
山本勲（慶応義塾大学商学部）　10 分

Ⅱ．総合討論（60 分）

以上