

## ねらい

過労死の現状とそれがあってはならないことを理解させつつ、過労死にならないために、一労働者又は組織や社会の一員としてどう考え行動するか探求させる

## 授業の展開

※時間はあくまで目安です

時間(所要)	内容	留意点・備考
0:00 (8分) 導入とテーマの提示	<ul style="list-style-type: none"> <li>○労働問題の中で「過労死」というテーマを提示する</li> <li>○授業者から生徒に、「過労死」という言葉で何をイメージするか、という問いかけを行い、考えさせる</li> <li>○グループ内で「過労死」について考えたことを意見交換する</li> <li>○定義や基本的なデータを示し説明する</li> <li>※自分の身近な問題として起こりうるのだということも生徒が感じられるようにする</li> </ul>	生徒をグループに分けておく
0:08 (7分) ご遺族のお話を聴く (又は読む)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒が問題の深刻さを実感する</li> <li>※教室の事情で動画視聴が難しい場合は、代わりにご遺族のお手紙「命こそ宝」を使用してもよい</li> <li>※また各学校の判断で、可能であれば、ご遺族の方等をお招きしてもよい</li> </ul>	「命こそ宝」を使用する場合は、生徒の実情に応じて授業者や生徒が音読してもよい
0:15 (15分) ケーススタディから学ぶ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒グループごとに事例を選び内容を理解する</li> <li>・グループ内で話し合い、意見交換をする(時間を決めて発言をする/意見を述べている時は、他の人は聞くだけ)</li> <li>○各グループからの意見を共有する</li> <li>・「なぜ過労死が起きるのか、なぜ人々は働きすぎてしまうのか」を共有する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケーススタディ事例シートの配布</li> <li>※状況に応じて、ジグソー法を用いてもよい</li> </ul>
0:30 (10分) 説明(社会問題としての「過労死」の学習)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○教科書や資料集等の資料を見ながら、過労死が問題になってきた社会的背景について、みんなで話し合う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参考資料の配布</li> <li>・「過労死等防止対策白書」を用いてもよい</li> </ul>
0:40 (10分) 探究と振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各グループで探究的な話し合いをし、考えをまとめる</li> <li>・どうすれば過労死を防げたかを考える</li> <li>・自分自身に置き換えて、一人の未来の社会人としてどのように対処するかを考える</li> <li>・社会全体として過労死をなくすためにはどうしたらよいかを考える</li> <li>○ワークシート等を用いて生徒に振り返りを行わせる</li> </ul>	各自記述して提出

### ※動画について

過労死のご遺族からのお話として、「全国過労死を考える家族の会」代表の寺西笑子様からいただいたお話を収録しています。

内容としては、寺西彰氏(夫、故人)がなぜ49歳で亡くなってしまわれたか、ご遺族としての、特に今の若い人々の「働き方」や「過労死」に対する思い、高校生へのメッセージ、などです。

この動画はもちろん本授業案の実施以外の授業でも使用可能ですので、ぜひ様々な学習の場面での活用をお勧めします。(なお、学校教育以外の目的で使用される場合は著作権者への許諾が必要です。厚生労働省までご相談ください。「命こそ宝」についても同様です)

動画は厚生労働省の「労働条件の総合サイト：確かめよう労働条件」に掲載していますので、そこから利用してください。

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/tobira/index.html>

## 参考資料：過労死について

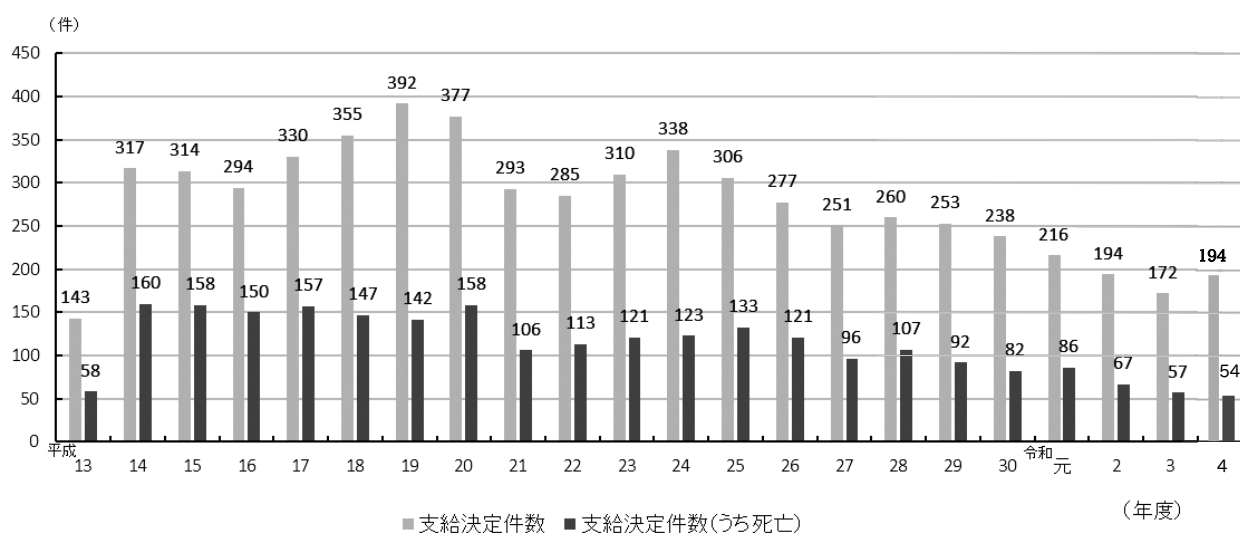
### 1) 過労死等とは

長時間にわたる過重な労働によって、疲労の蓄積が生じ、その結果、脳・心臓疾患を発症することがあります。疲労の蓄積をもたらす要因の一つである労働時間に着目すると、労働時間が長いほど、脳・心臓疾患のリスクが高まることが明らかになっています。また、業務における過重な心理的負荷は、精神障害の発病の原因となり得ます。これらを原因とする死亡、又は死亡には至らない脳・心臓疾患と精神障害が「過労死等」です。

過労死等の防止のための対策を推進し、過労死等がなく、仕事と生活を調和させ、健康で充実して働き続けることのできる社会の実現に寄与することを目的として、平成26年6月に「過労死等防止対策推進法」が成立し、同年11月に施行されました。また、この法律に基づき、対策を効果的に推進するため、平成27年7月に「過労死等の防止のための対策に関する大綱」が閣議決定されました。さらに、大綱に基づく取組を踏まえ、過労死等が発生している諸課題等に対応するため、直近では令和3年7月に大綱の見直しが行われました。

### 2) 過労死に関する基礎データ

脳・心臓疾患に係る労災支給決定（認定）件数の推移



脳・心臓疾患の業種別請求、決定及び支給決定件数

(件)

業種(大分類)	令和3年度			令和4年度		
	請求件数	決定件数	うち支給決定件数	請求件数	決定件数	うち支給決定件数
農業、林業、漁業、鉱業、採石業、砂利採取業	15 ( 2 ) 〈 6 ( 1 ) 〉	6 ( 0 ) 〈 4 ( 0 ) 〉	3 ( 0 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	9 ( 1 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	6 ( 3 ) 〈 2 ( 1 ) 〉	2 ( 1 ) 〈 0 ( 0 ) 〉
製造業	88 ( 7 ) 〈 21 ( 2 ) 〉	60 ( 3 ) 〈 19 ( 0 ) 〉	23 ( 0 ) 〈 8 ( 0 ) 〉	72 ( 12 ) 〈 17 ( 2 ) 〉	41 ( 4 ) 〈 10 ( 2 ) 〉	14 ( 0 ) 〈 3 ( 0 ) 〉
建設業	105 ( 0 ) 〈 27 ( 0 ) 〉	66 ( 0 ) 〈 23 ( 0 ) 〉	17 ( 0 ) 〈 5 ( 0 ) 〉	93 ( 1 ) 〈 34 ( 0 ) 〉	69 ( 0 ) 〈 19 ( 0 ) 〉	30 ( 0 ) 〈 10 ( 0 ) 〉
運輸業、郵便業	155 ( 5 ) 〈 43 ( 0 ) 〉	121 ( 5 ) 〈 47 ( 1 ) 〉	59 ( 1 ) 〈 22 ( 0 ) 〉	172 ( 2 ) 〈 53 ( 0 ) 〉	111 ( 4 ) 〈 36 ( 1 ) 〉	56 ( 1 ) 〈 22 ( 1 ) 〉
卸売業、小売業	92 ( 14 ) 〈 23 ( 2 ) 〉	65 ( 6 ) 〈 25 ( 2 ) 〉	22 ( 2 ) 〈 7 ( 1 ) 〉	116 ( 26 ) 〈 31 ( 4 ) 〉	78 ( 13 ) 〈 23 ( 4 ) 〉	26 ( 2 ) 〈 3 ( 1 ) 〉
金融業、保険業	4 ( 1 ) 〈 0 ( 0 ) 〉	9 ( 4 ) 〈 4 ( 3 ) 〉	2 ( 0 ) 〈 0 ( 0 ) 〉	2 ( 0 ) 〈 1 ( 0 ) 〉	1 ( 0 ) 〈 0 ( 0 ) 〉	0 ( 0 ) 〈 0 ( 0 ) 〉
教育、学習支援業	14 ( 3 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	9 ( 2 ) 〈 2 ( 0 ) 〉	1 ( 0 ) 〈 1 ( 0 ) 〉	15 ( 5 ) 〈 2 ( 0 ) 〉	14 ( 2 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	7 ( 1 ) 〈 1 ( 0 ) 〉
医療、福祉	83 ( 52 ) 〈 9 ( 6 ) 〉	49 ( 27 ) 〈 8 ( 4 ) 〉	6 ( 2 ) 〈 1 ( 0 ) 〉	77 ( 30 ) 〈 17 ( 5 ) 〉	62 ( 34 ) 〈 9 ( 5 ) 〉	14 ( 4 ) 〈 2 ( 1 ) 〉
情報通信業	27 ( 4 ) 〈 6 ( 0 ) 〉	23 ( 4 ) 〈 9 ( 0 ) 〉	4 ( 2 ) 〈 0 ( 0 ) 〉	19 ( 3 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	14 ( 2 ) 〈 3 ( 0 ) 〉	6 ( 1 ) 〈 1 ( 0 ) 〉
宿泊業、飲食サービス業	42 ( 14 ) 〈 6 ( 1 ) 〉	13 ( 5 ) 〈 4 ( 1 ) 〉	7 ( 1 ) 〈 2 ( 0 ) 〉	56 ( 14 ) 〈 9 ( 1 ) 〉	2 ( 5 ) 〈 7 ( 1 ) 〉	19 ( 4 ) 〈 5 ( 1 ) 〉
サービス業 (他に分類されないもの)	84 ( 12 ) 〈 20 ( 2 ) 〉	60 ( 7 ) 〈 12 ( 0 ) 〉	13 ( 1 ) 〈 4 ( 0 ) 〉	111 ( 20 ) 〈 33 ( 2 ) 〉	54 ( 10 ) 〈 18 ( 2 ) 〉	12 ( 1 ) 〈 3 ( 1 ) 〉
その他の事業 (上記以外の事業)	44 ( 10 ) 〈 9 ( 3 ) 〉	44 ( 4 ) 〈 12 ( 0 ) 〉	15 ( 0 ) 〈 4 ( 0 ) 〉	61 ( 11 ) 〈 15 ( 1 ) 〉	30 ( 7 ) 〈 9 ( 3 ) 〉	8 ( 3 ) 〈 4 ( 2 ) 〉
合計	753 ( 124 ) 〈 173 ( 17 ) 〉	525 ( 67 ) 〈 169 ( 11 ) 〉	172 ( 9 ) 〈 57 ( 1 ) 〉	803 ( 125 ) 〈 218 ( 15 ) 〉	509 ( 84 ) 〈 138 ( 19 ) 〉	194 ( 18 ) 〈 54 ( 7 ) 〉

- 注 1 業種については、「日本標準産業分類」により分類している。  
 2 「その他の事業(上記以外の事業)」に分類されているのは、不動産業、他に分類されないサービス業などである。  
 3 ( )内は女性の件数で、内数である。  
 4 〈 〉内は死亡の件数で、内数である。

## 働いていて過労死等に至ったケース (実際の例)

### ケース 1

労働者Aさんは、2月初旬のある朝、欠勤して連絡が取れなくなったため同僚が探したところ、自宅の浴室で倒れているところを発見された。通報を受けた救急隊により病院に搬送されるも死亡が確認された。発見された日の前夜に心筋梗塞を発症したことが原因で死亡したと推定された。

#### 【就労の状況】

労働者Aさんは、建設会社において、3月完成予定のマンション建築現場の施工管理者として勤務していたところ、工事の進捗の遅れを取り戻すべく担当者との打ち合わせを頻繁に行っていたため、時間外労働(残業)が連日夜10時頃までに及び、11月から1か月当たり約70時間の時間外労働が続いていた。

さらに、1月には打ち合わせを踏まえた工事を集中して施工した結果、早朝から深夜までの勤務が続き、1月の時間外労働(残業)時間は約110時間に及んでいた。

## ケース 2

労働者Bさんは、自宅内で自死しているところを発見された。同僚などの証言から、労働者Bさんは自死直前から身だしなみの乱れ、口数が極端に減るなどの変化が認められており、自死直前にうつ病を発病していたものと判断された。

### 【就労の状況】

労働者Bさんは美容関係の資格学校の講師であり、上司から新たな資格制度の対策コースの企画と模擬試験の問題作成を命じられた。上司は、労働者Bさんに2か月で完成するよう指示したが、労働者Bさんは、この資格の取得に必要な科目が多数あり、2か月では企画や準備が間に合わないと説明したが、上司からは、受講生の募集を開始しているため、期限を先延ばしにすることはできないと強く指示された。

労働者Bさんは、新たな教材と模擬試験問題の作成に追われ、会社に泊まり込みで時間外労働（残業）や休日労働を繰り返した結果、1か月の時間外労働（残業）時間が200時間を超えた。労働者Bさんの自死は、3日ぶりに帰宅した自宅での出来事であった。

## ケース 3

労働者Cさんは、自宅内で自死を図ったところを同僚に発見され、病院に搬送されたが、意識が戻ることなく翌日亡くなった。上司である看護師長から、ひどいパワハラ・いじめを受けており、看護師長の言動は、上司としての業務指導の範囲を超えており、業務外に自殺するような要因はなかったと判断された。

### 【就労の状況】

労働者Cさんは、4月から看護師として勤務を始めたが、約半年経った10月頃から、上司である看護師長が労働者Cさんをターゲットにパワハラ・いじめを行うようになった。以前から、看護師長は、自分が気に入らない人に対してパワハラ・いじめを繰り返していたが、労働者Cさんに対するものは、特にひどく、人格を否定するような言動が執拗に行われた。11月に、労働者Cさんは、身体の異常を訴え始め、12月に精神科で「不安抑うつ障害」等と診断されていたが、自身が受けていたパワハラ・いじめについて、家族や友人に相談していなかった。同月末に労働者Cさんは自死した。

## ケース 4

労働者Dさんは、工作中に、くも膜下出血を発症して倒れ、一命はとりとめたものの、右半身まひの後遺症が残り、その後も、復職できていない。

### 【就労の状況】

労働者Dさんは、インターネットサービスを運営する会社で、WEB開発業務に従事していた。新しいプロジェクトの開発リーダーを任されることになった12月頃から、労働時間が急激に増加し、月100～120時間の時間外労働（残業）が続くこととなった。翌年の4月には顧客からの大幅な仕様変更の要求による作業が発生し、徹夜や数時間の仮眠をとるのみで動き続け、時間外労働（残業）は月200時間に達していた。

## 命こそ宝

中学校3年マーくん(2000年3月父親死亡)

僕は、父を小学校に上がる前に、亡くしています。父は過労自死でした。

父は、市役所で働いていました。市の文書を扱う大切な仕事をし、係だけではけっしてできない大きな仕事を任せられ、毎日、仕事の相談に来る職員が後を絶たず、それにも父は親切に答えながら、毎日16時間以上仕事をしました。胃潰瘍になりましたが、仕事をたくさん抱えた状況では休む余裕もなく、通院しながら土日も出勤していました。議会に提出するための資料を必死で作上げた時、あまりの忙しさに、たった一つ部下に任せた所に、間違いを見つけました。そのまま条例になってしまうことは、大きな問題です。でも、やり直す時間はない中、心身ともに追い込まれて、父は命を絶ちました。

最後に、父は、11通の遺書を残しました。

僕がこの遺書を初めて読んだのは、小学5年生になる春休みのことでした。多くの人の支えの中、父の死が公務災害だと認められた時、初めて母から見せられました。「真弘様親らしいことが、何も出来ず許してください。貴方の無邪気な顔をみていると、本当に疲れがやすまりました。先週の発表会を見に行きたかった。お母さんから、貴方が、ものおじせず、堂々と話しているのを聴いて、本当にうれしかったです。笑顔の真弘の顔が忘れられない。こんな幼い子を残しておとうさんは・・・どうか、お母さんの言うことをよく聴いて、助けてやってください。本当に御免なさい。」僕は、これを読んだ時、涙が溢れてきました。こんなに僕たちを愛してくれた父がどうして死ななければならなかったのだろうか。僕は自分の部屋で、思い切り泣きました。

5年生になったある日、担任もいるクラス全員の前である子が、「辻のお父さんは自殺したんか?」と聞いてきました。僕は、事実だから、「そうや。」と答えました。すると、僕も知っているという声があちこちで起こってきました。それから後のことは、僕はもう覚えていません。思い出さないようにしてきました。父のことを知らず、自殺だという事実だけが、広がっている。僕の大好きな父を急に評価されることが耐えられない。あの時の言葉には、すごく冷たさを感じるものがありました。

父は、心身ともに過労し、うつ病になってしまいました。こんな働き方をしたら、誰だって、倒れてしまいます。父は市民のために、いい法律を作りたいと、いつも勉強し頑張っ

ていました。条例になってしまうとどんなに悪いものであっても改正するためには、人も時間もすごく掛かること、条例は、市民の命にも繋がることを母に語っていたそうです。まじめで、責任感が強く、優しく、頼りがいがあった父です。父は、普通の人の2倍も働きました。

父と同じ仕事をする人が、もう一人いてくれたら、父は死にませんでした。公民の教科書に、労働基準法がありました。この法律が守られていれば、父は死ななかつたと思えました。父と一緒にすごしたのは、わずか、6年間です。父が突然僕の前から居なくなるなんて考えてもいなくて、父に甘えていました。あのままずっと、家族の生活が続いてくれたら、僕たちは幸せだったのに。あの日を境に、僕たちの生活が変わってしまいました。ずっと、家でいた母は生活のために、働きに出るようになりました。生活も苦しくなりました。母も頑張っていました、疲れ切り、どうしようもないさびしさに、包まれ、僕たちに、「お父さんの所へ行こう」と言いました。僕達の強い反対で、母は、自分を取り戻してくれました。一歩間違っていたら、僕達は、今、生きていませんでした。

ぼくが、小学1年生の時、詩を作りました。

#### 《僕の夢》

大きくなったら、ぼくは博士になりたい。  
そしてドラえもんに出てくるようなタイムマシンを作る。  
ぼくはタイムマシンにのって  
お父さんのしんでしまう前の日にいく  
そして「仕事に行ったらあかん」というんや

3年前、大阪人権博物館から、この詩を展示させてほしいという連絡があり、今、労働者の権利というところで常設展示され、小・中学生の学習教材にもなっています。この夏、僕は、朝日新聞やテレビ大阪の取材を受けました。父の死と向かい合うことは、辛いですが、僕達のような悲しい思いをする人が増えてほしくないのです。取材を受け、今回は作文にも書きました。

僕は、仕事のための命ではなく、命のための仕事であると考えます。

命こそ宝です。過労死・過労自死というものがこの世の中から亡くなってほしいと強く思っています。

以上

## ワークシート

1. 過労死にならないために、あなたならばどうすれば良いと思いますか？ 当てはまるものを、次の中から全て選んでください。

- ①仕事を休む
- ②家族に相談する
- ③医者(心療内科など)にかかる
- ④専門の公的機関(労働基準監督署など)に相談する
- ⑤法の専門家(弁護士など)に相談する
- ⑥仕事を辞める
- ⑦上司に相談する
- ⑧同僚に相談する
- ⑨社内の相談機関に相談する
- ⑩その他【具体的に

]

2. 公的機関や専門家に相談するときの連絡先を知っていますか？

- ①知っている
- ②知らない

3. 今日の授業を受けて、①自分が過労死にならないために、②身近な人が過労死にならないために、③社会の中で過労死が起こらないために、どうすることができると思いますか？ 具体的に書いてください。

- ①
- ②
- ③

年 月 日 年 組 名前：

## ワークシートの解答例

1. 過労死にならないために、あなたならばどうすれば良いと思いますか？ 当てはまるものを、次の中から全て選んでください。

①～⑩の全てです。ただし、⑦～⑨が不可能と感じられる時は、他の選択肢となります。

2. 公的機関や専門家に相談するときの連絡先を知っていますか？

- ①知っている
- ②知らない

②を選んだ場合は、後方にある資料のページの相談先を提示します。

3. 今日の授業を受けて、①自分が過労死にならないために、②身近な人が過労死にならないために、③社会の中で過労死が起こらないために、どうすることができると思いますか？ 具体的に書いてください。

固定された正答はありません。(全てが正解)

年 月 日      年 組      名前：