

睡眠科学・医学・労働法学から考え直す日本の労働時間規制

問題提起

立正大学法学部教授 高橋賢司

I.日本の労働時間法制とその問題点

労働時間の**上限**については、**労基法の制定過程**では、第四次案において、1日3時間、1週9時間、1年150時間という上限を定めていたが、**第六次案において消えている**。

労基法32条の法定労働時間は、賃金と割増賃金の計算上の「区切り」でしかなく、時間外労働を含む労働時間が、どこまで許されるのかという意味での労働時間の上限を意味するわけではなかった。

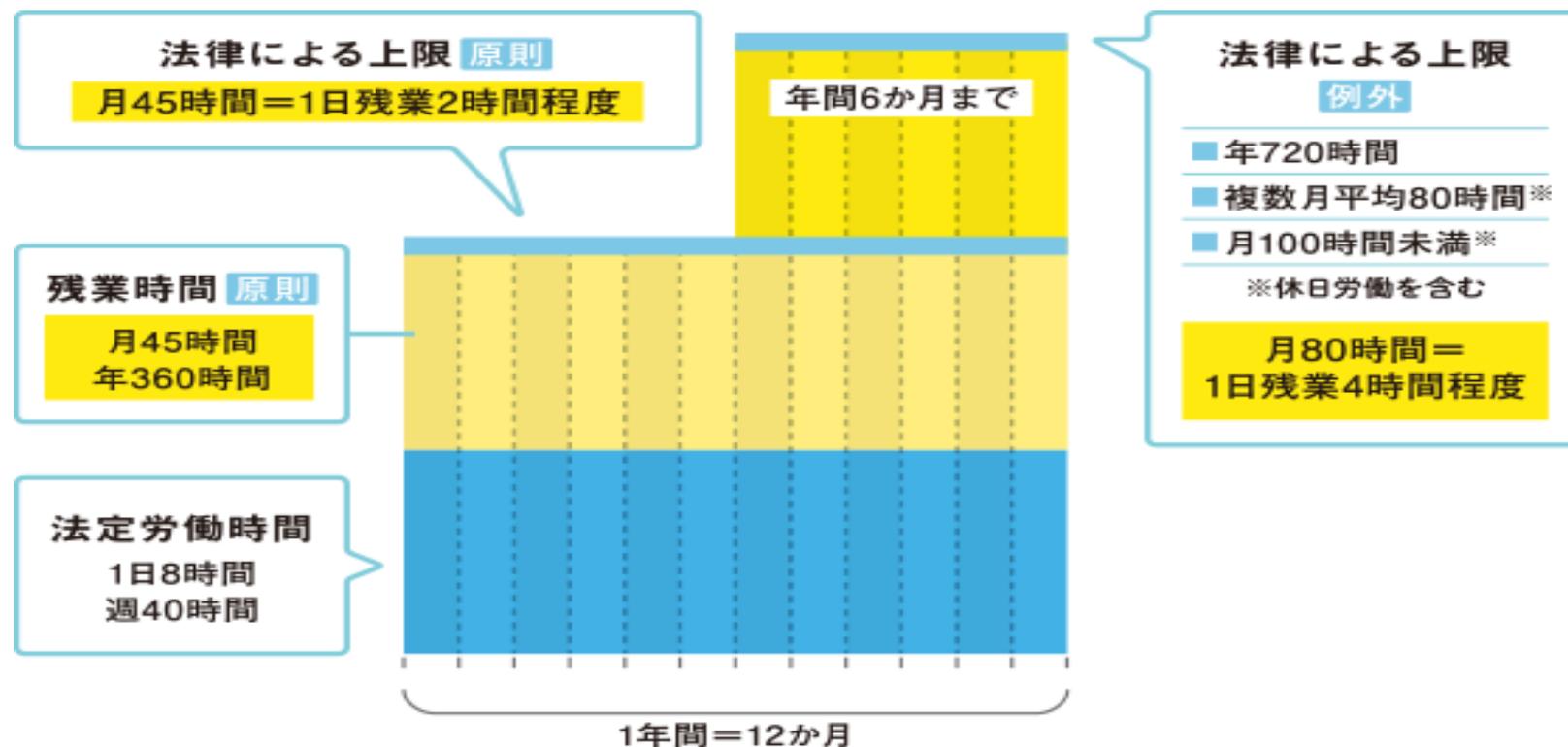
日本法では、使用者は、時間外労働および休日労働に関して、過半数労働組合または過半数代表者と労使協定を締結しなければならない(36条1項)。割増賃金規定(37条)

。

I.日本の労働時間法制とその問題点

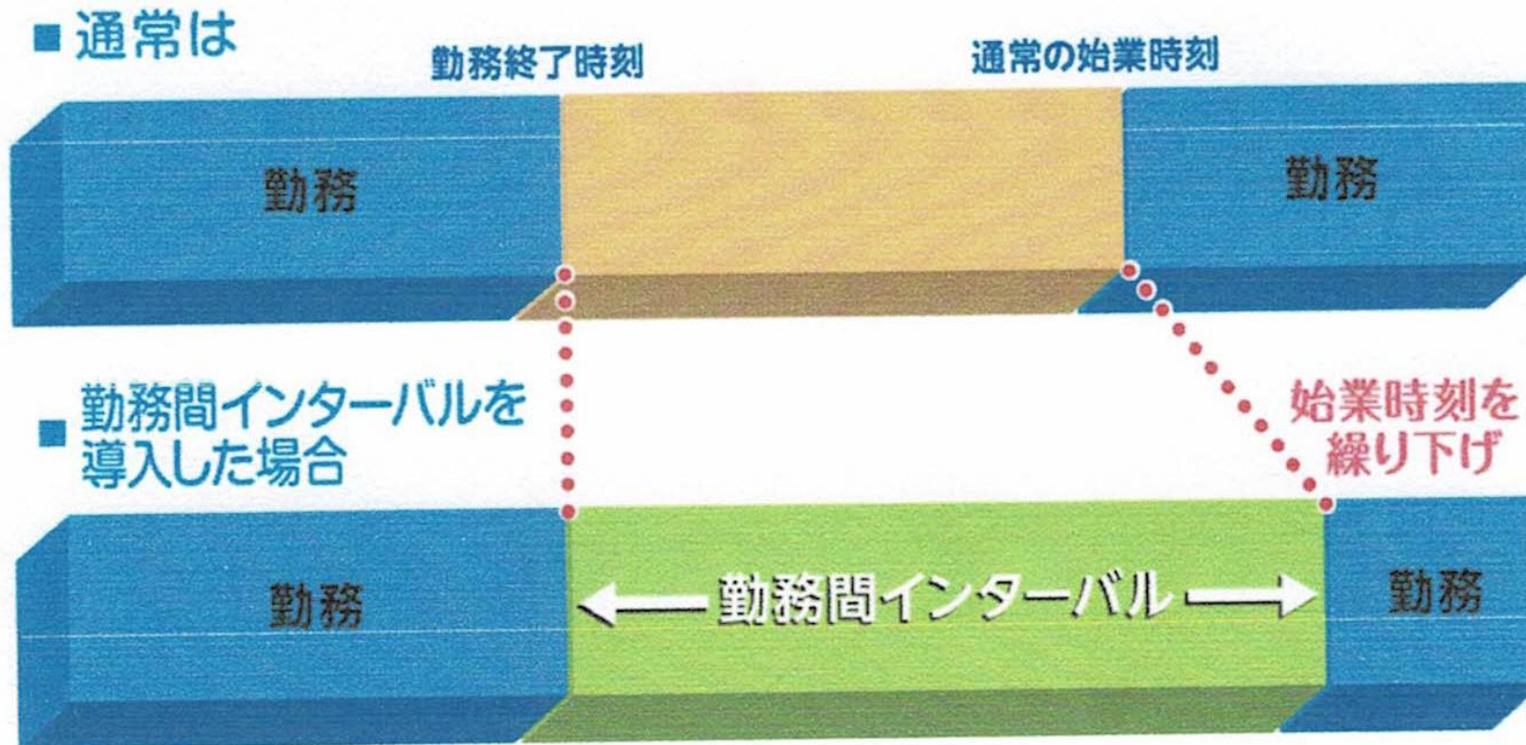
厚労省HP「時間外労働の上限規制」

<https://www.mhlw.go.jp/hatarakikata/overtime.html>



I. 日本の労働時間法制とその問題点

労働時間等設定改善法改正 勤務間インターバル



I.日本の労働時間法制とその問題点

- ・上限月100時間は、過労死ラインと同じハードルが低すぎる
- ・インターバル努力義務 義務化すべき導入例も、インターバルが短すぎる

II.近時の労働法の代表的学説

大内教授は、「**休息権**」を提唱

EC指令と類似して、インターバルを提唱している。ほかにも、これらは、インターバル規制をめぐる規制の必要性を説いている。

これに対し、「**ワーク・ライフ・バランス**」、**家族生活**を強調するアプローチ(和田、水野)

「私的生活や社会生活と仕事との調和(ワーク・ライフ・バランス)」、「**家庭的責任の履行**」等の観点を述べる。

上限規制(**10時間**、**インターバル規制**、割増賃金率の引き上げを提唱している。

II.近時の労働法の代表的学説

さらに、「**生活時間の確保**」という観点、従来の労働時間、労務指揮権を規制するというアプローチから離れ、反対に、生活時間を確保するという観点から、労働時間法制を構想する。

「家族生活・社会生活のために時間を確保する」ためであると述べる。拘束時間の規制や休息時間の規制の必要を説き、時間外労働を含めて一日の最長労働時間は**10時間**（拘束時間11時間）とすべきであると説く。家族生活や地域の人々と過ごす時間が生活時間には含まれ、育児・地域の祭りやボランティアとして参与することが市民の責務であるとしている。

II. 近時の労働法の代表的学説

なぜ、健康や安全が労働時間法制として大事な観点であるという観点は十分には説かれていないようにも思われる。

労働時間の上限について、科学的な根拠ないし法律上の根拠が希薄である。

III.本研究グループの問題意識

労働法の労働時間規制の医学・睡眠の科学との接点を見出す
必要性

労働基準法による労働時間の規制をなしていくうえで、**医学的な観点、睡眠の科学の観点**は、生かされてきたのだろうか。

厚労省「脳・心臓疾患の認定基準に関する専門検討会報告書」(2013年)

→医学的な観点から、労災認定基準の見直しを提言された。

→問題は、労働時間を規制する労基法上の規制である。

III.本研究グループの問題意識

労働法の労働時間規制の医学・睡眠の科学との接点を見出す 必要性

これに対して、労働時間形成の一定の側面に関するヨーロッパ議会及び理事会
2003年11月4日EU指令2003/88 (Richtlinie 2003/88/EG des Europäischen
Parlaments und des Rates vom 4. November 2003 über bestimmte Aspekte der
Arbeitszeitgestaltung): 例えば、**深夜労働の種々の規制**がなされるが、これは、医
学的な観点から法規制がなされた。

→かつて、日本の**法律学**において、科学的な認識に立って、法規制を十分に論
じられてきたであろうか。**日本の立法も、科学的な知見、知識と接点**を持ちながら、
労働時間の法規制をなしてきたといえるであろうか。

III.本研究グループの問題意識

労働法の労働時間規制の医学・睡眠の科学との接点を見出す 必要性

日本ではとかく、上述のEU指令が参照される。EU指令では、いわゆる労働時間の上限は原則として1週(残業時間を含め)48時間とし、勤務間インターバル制度(「休息期間」といわれ、「休憩時間」とは異なる)は原則として11時間必要とされる。

しかし、睡眠の科学の世界には、勤務間インターバルが原則として11時間とする規制も、科学的には根拠が薄いと指摘される(佐々木司「勤務間インターバル制度の科学的意味」安全と健康Vol.19 No.8 2018 (751)23頁、25頁)。死亡率が低い睡眠時間は7~8時間であり、1日24時間中にその睡眠時間を確保するには、16時間の勤務間隔が必要であるとの指摘もある(Kecklund G. Akestedt T. Effects of timing of shifts on sleepiness and sleep duration. J Sleep Res. 1995;4 (S2) :47-50)。

III.本研究グループの問題意識

労働法の労働時間規制の医学・睡眠の科学との接点を見出す 必要性

医学的には、1日5時間以下の睡眠は、脳・心臓疾患の発症との関連において、有意性があるとしている(厚労省(2013)脳・心臓疾患の認定基準に関する専門検討会報告書,96頁)。

科学的にも、上記のように、1日**8時間睡眠**が必要とされる

これを前提とすると、一週**48時間**をEU指令の労働時間の上限も、規制として不十分である可能性。

また、EUの労働時間規制、勤務間**インターバルを11時間とする**という規制も**疑念**がもたれ、再検討の対象となる。

→**日本の立法**も、**科学的な知見、知識と接点**を持ちながら、労働時間の法規制を可能であるのか=本グループの問題意識

IV.本研究グループの問題意識 本報告グループの構成

本報告グループの報告は5年間のこれまでの研究の成果**))を報告。

1. 日本の労働時間規制の何が問題なのか(問題提起) 高橋 賢司
2. 過労死・過労自殺につながる医学上の健康障害とその背景
広瀬 俊雄
3. 睡眠のメカニズムと睡眠の科学からみた過労死、長時間労働
佐々木 司
4. 労働時間の上限規制と深夜労働規制のあり方 高橋 賢司
5. 勤務間インターバルのあり方 川岸 卓也

**))川岸卓哉・佐々木司・高橋賢司＝編

『睡眠科学・医学・労働法学から考え直す日本の労働時間規制』

日本評論社、2023年10月発刊予定 (ISBN:978-4-535-52592-4)