

「働き方改革の功罪」

医学博士

渡辺医院 院長 渡辺 大介 氏



我が国では長時間労働が常態化し過労死が問題となった。また、生産性が先進国の中で最低であり、労働の質が問われるようになった。

そこで働き方改革が行われ、残業時間の制限が行われる事になった。するとメンタルヘルスではうつ病の増加が問題となった。

残業できなければ時間内に仕事を終えなければならない。能力の高い人は時間内に仕事を終える事ができるだろうが、そうでない人は時間内には仕事が終わらない。自分は能力が劣りダメなのだと自分を責め、うつ状態になる。注意力が散漫になり、わずかなミスを繰り返す。その為、仕事をやり直さなければならず、いっこうに仕事がさばけない。以前なら同僚が大丈夫か？手伝おうかと言ってくれたし、上司も気にかけてくれたが、今は生産性向上を求められるため、皆自分の仕事をこなすのに精一杯。上司も残業はするなとばかり言う。

会社に行くのが嫌になった。いや怖くなった。仕事を辞めたいという相談が増えた。もともとうつ病になりやすい人の性格は人に頼んだり、仕事を割り振ったりする事が苦手。生産性向上が求められると皆忙しそうにしているので、ひとりで抱えこんでしまう。

以前であれば仕事を家に持ち帰ることがあったと思うが、今は会社のコンピュータにアクセスしなければ仕事ができない。

仕事の総量は変わらないので、管理職に過重な負担が掛かる。一般の社員は残業代がつかないため、実質収入が減る。

家計の足しにと、奥様がパートを探そうにも非正規採用には労働時間の制限が厳しく、パートを中心に回していたスーパーなどの業務形態は立ち行かなくなる。

超高齢化を支える為には生産性向上は避けて通れない。さまざまな工夫が試みられているが、メンタルヘルスに考慮した改革が必要だろう。