

## 目 次

第2次安倍内閣の労働法改正の動向	川崎航史郎 (1)
女性の“やせ”と健康への影響～今を輝く女子大学生へ伝えたいこと～	杉野香江 (4)
三重短期大学書評コンテスト/B♡OK REVIEWS2017「〇〇本」愛がとまらない	(8)
図書館用語の基礎知識	(8)

## 第2次安倍内閣の労働法改正の動向

法経科准教授 川崎航史郎

### 1. 第2次安倍内閣の労働政策の傾向と政策手法

労働者が多数を占める日本において、働き方に関する法改正を、何を指して、どのように改正するのかは大変重要である。第2次安倍内閣前の自公政権末期及び民主党政権時は、80年代以降急速に進められた労働法規制緩和を修正する改正であった。背後には、非正規労働の増加や若者就職難、格差社会、ワーキングプア等に表現される労働状況の深刻さがあり、労働者保護を目指していた。この時期の改正は、パート労働法（均等待遇規定導入）、最賃法（生活保護と整合性確保）、雇用保険法（対象者拡大）、求職者支援法制定（雇用保険非受給者救済）、労働者派遣法（直接雇用促進）、労契法（有期労働契約規制強化）などである。しかし第2次安倍政権によって労働政策の方針は大きく転換する。安倍政権は、労働法制を「既得権益」「岩盤規制」とし、企業利益を第一とした労働政策を表明し、労働政策をデフレ脱却・成長戦略のための手段として利用する。また、政策の実施手法も特徴があり、官邸主導のトップダウン方式（内閣府とその下に置かれた経済財政諮問会議、産業競争力会議、規制改革会議、国家戦略特区ワーキング・グループ等が規制緩和策を策定し、閣議決定をしたうえで厚労省に実行させる）である。2012年以降、毎年「日本再興戦略」を閣議決定し、労働法制の規制緩和を実施してきた。このようなトップダウン方式は、政労使三者構成で労働政策を決定する厚生労働省の労働政策審議会の段階（ILOが要請する手法）では、既に具体的改正内容が決まっておき、三者構成原則を否定する非民主的な手法といえる。

### 2. 安倍内閣労働法改革の中身

大きく三つあり、①「一億総活躍社会」など、経済成長の制約要因である人口・労働力減少への対応（女性の活躍推進法等）、②雇用維持型政策から雇用流動化政策への労働市場政策の転換であり、雇用保険法改正、労働者派遣法の再度の規制緩和、③「働き方改革」である。以下、働き方改革の内、労働時間規制改革について触れる。

2016年6月2日閣議決定「ニッポン一億総活躍プラン」は「働き方改革」が最大のチャレンジと位置づけ、2017年3月28日「働き方改革実現会議」で、「働き方改革実行計画」が公表された。働き方改革の概要は、働き方に中立的な社会保障制度・税制などの女性若者の活躍しやすい環境整備、仕事と生活の調和、賃上げと労働生産性向上、罰則付きで長時間労働の上限規制、テレワーク・副業など柔軟な働き方の促進、病気の治療と仕事の両立、子育て・介護等と仕事の両立、障害者就労、外国人人材の受け入れ、正規・非正規労働者間の「同一労働同一賃金」、在宅勤務等の拡大などであるが、最大の争点は、労働時間の上限設定にある。現行労基法は、32条で法定労働時間を定めながらも、事業場における労働者の過半数代表との間での労使協定締結によって、事実上、無制限に時間外労働・休日労働が合法化している。残業抑制の主役として期待された労働組合は、欧州と異なる環境下（企業別組合と企業間競争、生活保障制度の欠如）で、むしろ残業を容認する態度であった。この状況に、法改正という手法による時間外労働の上下規制の導入を意図した。しかし、改正案として提案された内容は、労働者の健康と私生活を確保するには、あまりにも弱い基準である。

提案された時間外労働の基準は、①原則月45時間・年360時間（休日労働含まず）、②特例：臨時的な特別な事情のある場合に労使が合意して協定を結ぶことで、年720時間（月平均60時間）を上限。特別協定がある場合でも、年間720時間の制限の中で、さらに上回ることでできない限度時間の設定を定め、①休日労働を含む、2ヵ月ないし6ヵ月平均でいずれにおいても80時間以内、②単月で100時間未満（休日労働を含む）、③月45時間、年360時間を上回る特例の適用は、年6回を上限とすることを罰則付きで義務付け。

繁忙期の上限規制例外である「1月100時間未満」「2～6ヵ月平均80時間未満」は厚労省が労働者の長時間労働による死亡を過労死と認定する際に用いる基準である。また、当該過労死認定基準はあくまでも一般的であり、個別の状況によって、それ以下でも過労死は存在する。さらに、建設・運輸業・開発技術・医師などは適用猶予となるが大いに疑問がある（国立競技場建設現場での建設労働者の過労自殺）。

一方で、いわゆる「高度プロフェッショナル制度」（残業代ゼロ制度、または脱時間給制度と言われる）導入を図っており、労働時間上限強化と、規制緩和がセットとなっている。高プロ制度は、労働時間と報酬をリンクすることを切断するもので、政府の説明は、「労働時間ではなく、成果で評価される働き方を希望する働き手のニーズに応える、新たな労働時間制度」とする。親和的な論調として、日本経済新聞は「働いた時間ではなく成果に対し賃金を支払う『脱時間給』制度の新設は、労働生産性を高める労働規制核の柱だ」（2016年3月30日朝刊）、楽天三木谷社長（産業競争力会議委員）は「従業員の就業条件を緩和するホワイトカラーエグゼンプションも導入されていない。ベンチャー企業は週7日24時間体制で頑張っているが、それが従業員保護の名目で規制（文芸春秋2013年4月）」とし、新たな成長戦略として労働生産性の向上が不可欠であるとし、切り札が「脱時間給制度」と位置付ける。

a：高度プロフェッショナル制度「特定高度専門業務・裁量労働制」

《対象業務》 高度の専門知識を必要とし、その性質上従事した時間と従事して得た成果との関連性が通常高くないと認められるものとして厚生労働省令に定める業務

→労働施策審議会報告書では、金融商品の開発業務、アナリスト業務（企業、市場等の高度な分析業務）、コンサルタント業務、研究開発業務等

《対象労働者》 書面等の方法による合意に基づき職務の範囲が明確に定められていること、及び、年間賃金が基準年間平均給与額の3倍の額を相当程度上回る水準として厚生労働省令で定める額以上であること。具体的数字として報告書は1075万円

《健康確保措置の実施》 健康管理時間（在社時間及び社外での労働時間）を把握したうえで、以下のいずれかの措置をとる

- ①始業から24時間を経過するまでに厚生労働省令で定める時間以上の休息時間を確保し、かつ深夜業の回数を一か月について厚生労働省令で定める回数以内とする
- ②健康管理時間を一か月または三か月についてそれぞれ厚生労働省令で定める時間以内にする
- ③4週間を通じ4日以上か1年間を通じ104日以上の日休の確保（週休2日で達成）

対象労働者の同意 書面等による方法で対象労働者の同意

《労使委員会の決議及び行政官庁への届け出》 使用者及び労働者の各代表委員による労使委員会を設定し、その決議（5分の4以上の多数決）を得て、行政官庁に届け出

⇒以上の手続きによって、対象労働者には労基法第4章で定める労働時間規制のすべてが適用されない（現にある労基法41条2号の「管理監督者」（経営者と一体的な地位にある労働者。役員の一歩手前。）への労働時間規定適用除外の大幅な拡大。）残業代の支払いにとどまらず、1日8時間週40時間労働、休憩、週休、深夜労働などの規制も適用除外。さらに、今後の対象者の拡大も予想（経団連は年収600万への引き下げ主張。第一次安倍内閣時には400万を主張）

#### b:裁量労働みなし労働時間制度の拡大

現行労基法は、裁量労働みなし労働時間制を導入（「専門業務型」労基法38条の3、企画業務型（労基法38条の4）。労使協定を締結すれば、協定で定めた時間のみ労働したとみなす制度。例えば、8時間としたならば、実際の労働時間が10時間でも8時間の労働とみなされるため、残業代は発生しない（週1の日休、深夜割増賃金、休憩時間規定は適用）。労基法改正案では、対象業務の拡大を図っている。

### 3. 若干の検討

「規制」緩和の相手は誰であろうか？労働時間とは、労働者が使用者の広い支配関係の中にある時間を示す。その支配関係にある「上限」を設定して、使用者から労働者を解放するのが労働時間規制の目的であり、規制対象は「使用者」である。それゆえ、8時間労働規制は、使用者にとってはそれを超えて労働者を働かせることはできないが、労働者は、8時間の「枠内」で、仕事が終われば帰宅することを法は何も規制していない。現行労基法に、所定労働時間の前に早く帰ってはいけないという規制はない。労働時間規制によって、「労働者が」自由に生産的に働けない、という規制緩和を正当化する理屈は、法律を歪曲した見方である。8時間の枠内で、労使で働き方を決めるのは自由であり、法的規制撤廃を導く理由にはならない。また、労働の実態からみれば、現状では違法労働も含む長時間労働の追認・放置と残業代コスト削減という結果にならざるをえない。労働時間規制の手段としての時間外労働や深夜労働への割増賃金の支払は、長時間労働による健康・生命への悪影響を防ぎ、家庭生活や社会活動等の「自由な時間（介護や育児に限定されない）」を確保するためにある。また政策において重視すべき

は「自由な働き方」「柔軟な働き方」のみではなく、「私生活の保障（規則正しい家族との時間）」もあるはずで、「市民」として地域や家族責任を果たすために重視されるべき時間である。

労働の実態は、過労死・過労自殺・心の病の労災申請件数の増大に示される深刻なものであり、とても「労働者の自律的働き方」ができる状況にない。特にメンタルヘルス疾患は、時間のみならず業務の「内容」（過重性）が与える影響も強い。時間ではなく成果で、という成果主義の強調は、過重性を強める。フランスは、労働時間自体の短縮は進んでいるが過重性の高い労働内容によりメンタルヘルス患者が多く発生している（2016年度過労死防止学会報告）。また、成果主義の導入によって、職場内での協力・助け合いは難しくなり、新人教育が十分にされない中で、20代の過重労働・過重負担が増えている。過重な労務の命令と、高すぎるノルマ設定はその行為自体がパワーハラスメントに該当する可能性がある。政府が言う「岩盤規制」と言われるほどの内容は現行労働法上、存在しないのであり、労働現場の実態に即した、労働者保護の「強化」こそ、政府には求められている。

## 女性の“やせ”と健康への影響 ～今を輝く女子大学生へ伝えたいこと～

生活科学科 助教 杉野 香江

### はじめに

女子大学生と体重の話をする時、皆口をそろえて「やせたい！」と言う。「何で？」と尋ねると、「太ってるからー」とか「お腹のお肉（脂肪）がやばいんです！」など返ってくる。私がみたところ、彼女たちは全く太っているようには見えないし、むしろスラリとして健康的な今どきの女子大学生である。テレビや雑誌、SNSなどで、やせた女性が注目を浴び、そうしたメディアの強い影響を受けて、やせている方が良いと思っている女性が多い。実際に、やせていることが美しいとする社会風潮に影響されて、女性のやせ願望は強くなっており、過剰なダイエットにより必要以上にやせた女性も増えている。さらに、やせているのに「自分は太っているからやせたい」と思っている女性も多い。

しかし、著しいやせは、身体的、精神的な不調だけでなく、重大な健康障害を起こす可能性があり、本人の健康や寿命、QOL（Quality of life）を大きく左右する。さらに、やせた状態で妊娠した場合、子どもへも望ましくない影響が及ぶことも明らかになってきている。こうしたやせの問題を認識することは、生涯健康な生活をおくる上で、大変重要である。

私はこれまで、栄養士・管理栄養士の養成に携わっており、文頭で記述した女子大学生というのは、食のプロフェッショナルを志す学生達である。彼女らには、特に正しい体型意識と食生活の知識を身につけてもらいたいと思うのだが、より多くの若い女性に、やせ願望と健康への影響について認識してもらいたく、ここで紹介したいと思う。

### 適正体重とは

体格を判断する基準としてBMI（Body mass index）がある。体重が50kgでも、身長が150cmの人と170cmの人では、体型は全く違う。身長と体重を加味した体格の評価をするのがBMIである。BMIの求め方と判定区分を図1に示す。体格の評価をする上で、BMI以外にも



体脂肪率や筋肉量など、着目すべきことは多いのだが、まずはBMIについて考えてほしい。BMIの判定では、18.5以上25未満は普通体重、18.5未満は“やせ”と判定される。肥満と判定

$$\text{体格指数 (BMI)} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$

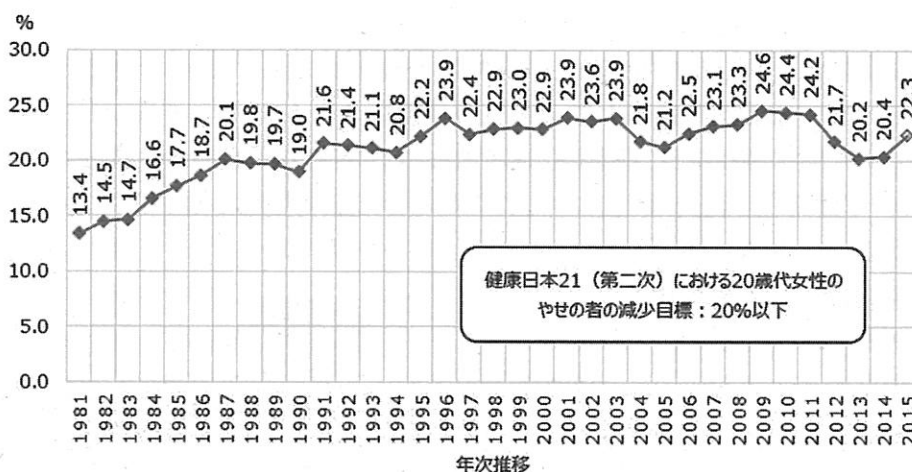
BMI判定	18.5未満:	やせ
	18.5以上25未満:	普通体重
	25以上:	肥満

図1 BMIの求め方と判定

されるBMIは25以上である。そして、適正体重とは、BMIが22となる体重であり、身長(m) × 身長(m) × 22で求められる。自分のBMIがどれくらい知っているでしょうか。一度これらの式を用いてBMIや適正体重を求め、自分の体型について考えてみてほしい。そして、もしもBMIが18.5未満だった場合、これから述べることに特に耳を傾けてもらいたい。

### やせすぎ女性の動向と現状

BMI 18.5未満のやせすぎ女性の割合の年次推移を図2に示した。1981年(12.6%)から2009年(24.6%)まで、長い間増加の一途をたどってきたが、2010年以降は減少傾向を示している。これは、やせの健康への危険性に対する認識が高まってきたともいえるが、それでもなお、2015年の調査結果における20歳代のやせの割合は、22.3%である。したがって5人に1人はやせであり、その割合は高いと考えてよいと思われる。



資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査結果」より引用。各年の結果のばらつきを少なくするため、各年次結果と前後の年次結果の3年分を平均化したもの（移動平均）より作成。最新年は単年の結果。

図2 20歳代のやせすぎ (BMI < 18.5) 女性の割合の年次推移

日本で“やせ”の女性が多い原因のひとつとして、前述のように美を意識したやせ願望が強く、ダイエット志向も強いことが考えられる。実際に、新しいダイエット法や、健康フードなどの情報は巷にあふれ、常に注目を浴びている。テレビで紹介された食品が、翌日店頭からなくなるのは、よくある話で、1ヶ月もすれば、何事もなかったようになるか、もしくは、違う食材が店頭から姿を消していたりする。

また、エネルギー摂取状況にも問題がある。「日本人の食事摂取基準2015」による、20代女性の推定エネルギー必要量（身体活動レベルII\*）は、1950kcalであるが、平成27年国民健康・栄養調査によると、20代女性の摂取エネルギー量の平均は1706kcalであり、著しく不足している。

さらには、1日の摂取エネルギーの平均が1000kcal以下の人々もいる。飽食の日本で、20歳代女性の多くが栄養不足であることが危惧されるのである。

\*日常生活の平均的な活動の強度を示すもので、(I)低い、(II)ふつう、(III)高いとされる。

## 女性の“やせ”の影響

### 1. エストロゲンの減少による身体への影響

女性ホルモンの1つであるエストロゲンは、女性の一生にとっても重要な関わりを持っている。女性は月経の初来とともに、エストロゲンが上昇し、20歳代から30歳代で安定したピークを迎える。いわゆる妊娠に適した状態である。その後40歳代後半から徐々に低下し、閉経をむかえると、一気に減少する。この急激なエストロゲンの減少により起こるのが「更年期障害」である。更年期障害の症状としては、ほてり感やのぼせ、動悸、疲れやすい、イライラする、寝つきが悪いなど、人により症状も大きく異なる。

やせると、卵巣機能が傷害され、エストロゲンの低下が生じる。そして、たとえ20歳の女性であっても、更年期障害と同様の症状やそれに続く身体への影響が現れることになるのである。20歳代は人生の中でも特に、交友関係や行動範囲が広がり、身体的にも精神的にも充実する時期である。しかしながら、そうした時期に、イライラする、疲れやすい、対人関係が良好でなくなるなど、エストロゲンの減少による症状が現れるのは、残念なことである。そしてさらに、急激な体重減少が生じて無月経になった場合、短期間でホルモン状態が変化することにより、物忘れが激しい、キレやすい、激しい眠気や疲労感など、症状はより強く現れる場合もある。

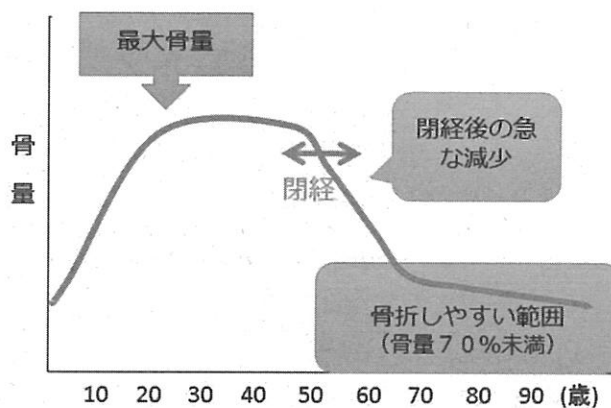
### 2. 骨量の減少と骨粗鬆症のリスク

骨密度は18歳頃までに急激に増加し、20歳頃に一生で最も高い「最大骨量」となる。そして、その後40歳前半まで安定的に推移し、その後更年期のエストロゲンの減少とともに、急激に低下し、骨折しやすい状態となる(図3)。したがって、現在20歳前後の大学生の場合、今まさに最大骨量となった状態であり、残念ながら、これから急激に骨量を増やすことはできないと言ってよいだろう。

20歳までに可能な限り骨密度を高くすることが、将来の骨粗鬆症のリスクを下げる最も重要なポイントであり、若年期のダイエットにより低エストロゲン状態になると、骨の増加を著しく妨げ、骨密度は早期に低下し始める。また、一旦減少した骨密度は容易に回復することができないことを覚えておいてもらいたい。

さらに、骨の形成に体重は重要な役割を果たしている。多くの調査研究において、体重と骨量は正の相関を示すことがわかっている。骨は刺激や負荷を加える

ことにより、より強度を増すことから、適正体重を維持することは骨の成長に極めて重要であるといえる。また、骨を形成するためには栄養も必要である。カルシウム(骨の材料となる)、ビタミンD(カルシウムの吸収を助ける)、ビタミンK(骨形成を促進させる)などの栄養素の不足に注意しなければならない。つまり、無理なダイエットはこうした栄養素の摂取を著しく損なうことに繋がるのである。



(骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年度版より一部改変)

図3 年齢による女性の骨量変化

### 3. やせて妊娠した場合の次世代への影響

近年、婚前妊娠の頻度が多くなっており、それゆえ、やせた状態で意図せず妊娠する可能性は十分にある。一般的に妊娠検査薬での妊娠検査は予定月経が発来しない場合に行うが、その時点で、既に受精卵は子宮膜に着床し、激しい細胞分裂を繰り返し、児の遺伝子形成が行われており、栄養環境の細胞分裂に与える影響は極めて大きいといえる。実際にビタミンB群に属する「葉酸」の欠乏は神経管閉鎖障害のリスクが高まることから、妊娠する前から葉酸を1日400 $\mu$ g摂取することが勧告されている。葉酸を多く含む食品には、ほうれん草やブロッコリー、いちごなどの野菜や果物のほか、納豆にも多く含まれている。この葉酸摂取の妊娠前からの重要性は、他の栄養素についても同じと考えると理解しやすいのではないだろうか。妊娠前に食事摂取量の少ない食生活をしていた場合、妊娠後に大きく変えることは難しい。そのため、妊娠前から望ましい食習慣を確立しておくよう、努力すべきである。

女性のやせが増加の一途をたどる中、同様に低出生体重児も増加している。妊娠前の母親のBMIが出生体重に大きく影響する多くの調査報告があり、やせて妊娠した場合の出生体重は小さくなることが分かっている。そして、低出生体重児は、将来、心臓循環器系疾患、II型糖尿病、メタボリック症候群、脂質異常症をはじめとする、生活習慣病の発症リスクが高くなることが、多くの疫学研究で明らかとなってきた。また、女兒が成長して妊娠した場合、妊娠糖尿病、妊娠高血圧症候群のリスクが高くなる。

日本では、「小さく産んで大きく育てる」といわれてきた。妊娠や出産の負担を配慮した考えであったが、現在、妊産婦の死亡リスクも低くなっており、これから産まれてくる子どもの将来の疾病罹患リスクについて真剣に考え、この考え方は改めるべきではないだろうか。

#### 最後に

女性のやせについてこれまで述べてきたが、中には「食べていないのにやせない」またそれとは逆に、「(太りたいのに) 食べても太らない」といった悩みを持つ人もいるだろう。体重は、摂取エネルギーと消費エネルギーのバランスで変動する。一部例外的な疾患の場合もあるが、食べていないのにやせないという人は、自分が思っている以上に(もしかすると無意識で)食べているか、運動不足の場合もある。食べても太らないという人は、食べたつもりの食事量が極端に少ない、日常の活動量が多いなど、要因は必ずある。深く悩んでいる人は、専門家に相談することも必要かもしれない。食事や生活習慣の見直しに限らず、カウンセリングや内科診療など多方面から解決の糸口を探すことも大切である。

女性は誰もが体重やスタイルを気にしている。1人の大人の女性として自分の体型と食生活について、振り返ってみて欲しい。日々の栄養が、自分自身の健康に影響することはもちろん、大切な家族、子ども、孫にまで影響することを理解して、日常の食生活、またダイエットの必要性についても、真剣に考えていただきたい。簡単なことでないということは私自身重々感じていることではあるが、あえて言うならば、正しい知識と自己管理で、健康を維持していることこそ、魅力的な女性ではないでしょうか。

#### 参考文献

- 1) 国民健康・栄養調査結果の概要：厚生労働省
- 2) 日本人の食事摂取基準2015年版：第一出版
- 3) 骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版：ライフサイエンス出版株式会社
- 4) 日本栄養士会雑誌 第60巻第2号：公益社団法人日本栄養士会

## 三重短期大学書評コンテスト / BOOK REVIEWS2017 「〇〇本」愛がとまらない

今年も開催しました書評コンテストにご応募・ご投票を頂き、有難うございました。  
皆さんにご投票いただきました結果、BOOK REVIEWS2017大賞は、以下のとおり決定しました。

今回ご応募いただいた対象資料は、全て図書館に所蔵されています。皆さんも是非読んでみて下さい。

☆大賞☆ エントリーNo.1  
書評名「夜を歩く」  
ペンネーム：ゆーみんさん  
(対象作品：「夜のピクニック」恩田 陸 著)

80キロの道のりを全校生徒1000人で24時間歩き抜く、北高の伝統行事「歩行祭」が始まる。この物語は始まりから終わりまで、高校生達がただ歩いているだけなのである。それなのに、何故こんなにも引き付けられるのか。

重要なポイントは「夜」だ。歩行祭は24時間歩き続けるため、普段なら同級生と過ごすはずのない「夜」を共にする。そんな特別な夜の中で、同級生の意外な一面が見えたり、秘密を知ってしまったりする。表情さえ分からない暗闇だからこそ、ちょっと勇気が出て本音で話せることもある。

そしてゴールする頃、わたしの胸は充足感と疲労感に包まれる。気がつくと、わたしも彼女達と一緒に夜の道を歩いていたのだ。

この本を読めば、「雑音だっておまえを作っている」という作中の台詞通り、無駄に思えたあの頃の時間も、今となっては宝物だったのだと気がつけるであろう。

### 図書館用語の **基 礎 知 識**

#### **司書** ●ししよ

本の借り方、返し方、調べ方はもちろん、三重短大の図書館のことは、なんでも相談できる人。大体カウンターか事務所にいるが、本棚の間で本の整理をしていることもあるので、注意。本のことはもちろん、その他のことも、みんなと話ができると嬉しいらしい。

#### **聞蔵Ⅱ** ●きくぞうつー＝大学・公共図書館向けデータベース聞蔵Ⅱビジュアルfor libraryの略

講義に使う新聞記事を探すときに、新聞記事を全部読まなくても、これを使うと、朝日新聞の記事を検索することができる。司書に聞くと、就職活動や、編入学試験対策にも便利に使える検索ワザを教えてもらえるらしい。

使いたいときは、カウンターで「聞蔵を使いたい。」と言おう。

#### **D-1** ●でいーわん＝法情報総合データベースD-1Law.comの略

特に法律コースで欠かせない判例（＝裁判において具体的事件における裁判所が示した法律的判断）を探すことができる。判例に関する雑誌などと共に、一度使ったら虜になること間違いなし。司書に「フリーワード検索以外の検索方法はありますか？」と聞くと、色々教えてくれる。

使いたいときは、カウンターで「D-1を使いたい。」と言おう。