Contents

[1 Khái quát về Karoshi 3](#_Toc311975345)

[1.1 Định nghĩa 3](#_Toc311975346)

[1.2 Nguồn gốc 4](#_Toc311975347)

[1.2.1 Những trường hợp đầu tiên 4](#_Toc311975348)

[1.2.2 Sự ra đời của thuật ngữ karoshi 4](#_Toc311975349)

[1.3 Các loại karoshi 4](#_Toc311975350)

[1.3.1 Khi đang làm việc 4](#_Toc311975351)

[1.3.2 Tự sát do áp lực công việc 4](#_Toc311975352)

[2 Thực trạng hiện nay 4](#_Toc311975353)

[2.1 Phần nổi của tảng băng trôi (những số liệu không phản ánh đúng thực chất) 4](#_Toc311975354)

[2.2 Đặc điềm chung của những người karoshi 4](#_Toc311975355)

[2.3 Sự gia tăng của karoshi 5](#_Toc311975356)

[2.4 Xu hướng trẻ hóa độ tuổi karoshi 5](#_Toc311975357)

[2.5 Vấn đề đền bù 5](#_Toc311975358)

[3 Nguyên nhân 5](#_Toc311975359)

[3.1 Tập quán làm việc quên mình của người Nhật 5](#_Toc311975360)

[3.2 Trì trệ kinh tế 5](#_Toc311975361)

[(các công ty sa thải nhân viên, công việc của nhân viên ở lại nhiều hơn) 5](#_Toc311975362)

[3.3 Sự thay đổi về quan niệm làm việc 5](#_Toc311975363)

[(không phải cứ lâu năm là chức cao, người làm tốt được công nhận --> làm hùng hụng để khẳng định bản thân) 5](#_Toc311975364)

[3.4 Toàn cầu hóa (làm việc với đối tác nước ngoài, trái giờ giấc) 5](#_Toc311975365)

[4 Ảnh hưởng của Karoshi lên kinh tế xã hội 5](#_Toc311975366)

[4.1 Ảnh hưởng lên nền kinh tế 5](#_Toc311975367)

[4.2 Ảnh hưởng đến doanh nghiệp 5](#_Toc311975368)

[4.3 Ảnh hưởng đến người lao động 5](#_Toc311975369)

[4.4 Ảnh hưởng đến gia đình 5](#_Toc311975370)

[5 Giải pháp 5](#_Toc311975371)

[5.1 Chính sách của nhà nước 5](#_Toc311975372)

[5.2 Chính sách của doanh nghiệp 6](#_Toc311975373)

[6 Tương lai của vấn đề karoushi 6](#_Toc311975374)

[7 Kết luận 6](#_Toc311975375)

# Khái quát về Karoshi

## Định nghĩa

1991年、『広辞苑』に「過労死」という言葉が入り、「karoshi」は国際語にもなってしまいました。

過労死（かろうし）とは、周囲からの暗黙の強制などにより長時間残業や休日なしの勤務を強いられる結果、精神的・肉体的負担で、働き盛りのビジネスマンが脳溢血、心臓麻痺などで突然死することである（最近は若者も多くなっている）。英語では元々work oneself to deathと普通に翻訳されていたが、日本の状況が欧米でも報道されることが増えたためそのまま「Karoshi」として翻訳されている。また、長時間労働による鬱病や燃え尽き症候群に陥り、自殺する者も多く、広義には、稀にこの「過労自殺」も含む用語として使われる場合もある。  
厚生労働省のマニュアルによれば、「過労死とは過度な労働負担が誘因となって、高血圧や動脈硬化などの基礎疾患が悪化し、脳血管疾患や虚血性心疾患、急性心不全などを発症し、永久的労働不能または死に至った状態をいう」と定義されている[1]。  
KAROSHIは英語の辞書や他言語の辞書にも掲載されている。日本語の過労死がそのまま使われるのはこれが日本特異の現象であるとの認識を示す。先進国であるはずの日本の封建的な奴隷制度とあまり変わらない労働状況を象徴する言葉として認知されるようになる。  
日本と同じで労働基準法の甘い途上国を中心に多数の事例が報告されているがこの場合にこれらの過労死がKAROSHIと表現されることはない。

## Nguồn gốc

### Những trường hợp đầu tiên

### Sự ra đời của thuật ngữ karoshi

## Các loại karoshi

### Khi đang làm việc

### Tự sát do áp lực công việc

# Thực trạng hiện nay

## Phần nổi của tảng băng trôi (những số liệu không phản ánh đúng thực chất)

心筋梗塞、脳出血、クモ膜下出血、急性心不全、虚血性心疾患などの脳や心臓の疾患が原因で起こる。近年、過労死は40-50歳代から20歳代にまで広がっている。女性にも増えているとは言え、未だに過労死する者の圧倒的大多数は男性である[2]。

## Đặc điềm chung của những người karoshi

**Ｑ２：過労死の前兆はどのようなものですか？**

Ａ２：過労死の前兆には全身の疲労感、胸痛、冷汗、息切れ、首や肩の凝り、手足のしびれ、頭痛などがあります。一時的に意識を失ったり、片手がしびれた り、箸を落としたりするような場合は、脳梗塞などの脳血管障害が考えられます。後頭部の激痛の場合はクモ膜下出血の前兆です。すぐに病院に行きましょう。

**Ｑ３：過労死の原因はどのような病気でしょうか？**

Ａ３：過労死の死因の80％は急性心筋梗塞、急性心不全など心臓の病気が60～70％を占め、次いで30％がクモ膜下出血、脳出血と考えられております。全国で1年間に1万人のサラリーマンが過労死になっていると推測されております。

## Sự gia tăng của karoshi

1991年、『広辞苑』に「過労死」という言葉が入り、「karoshi」は国際語にもなってしまいました。今年でちょうど20年が経過しましたが、問題が改善していくどころか、過労死・過労自殺は深刻化し増え続けています。 （※下図参照）

## Xu hướng trẻ hóa độ tuổi karoshi

## Vấn đề đền bù

# Nguyên nhân

## Tập quán làm việc quên mình của người Nhật

## Trì trệ kinh tế

## (các công ty sa thải nhân viên, công việc của nhân viên ở lại nhiều hơn)

## Sự thay đổi về quan niệm làm việc

## (không phải cứ lâu năm là chức cao, người làm tốt được công nhận --> làm hùng hụng để khẳng định bản thân)

## Toàn cầu hóa (làm việc với đối tác nước ngoài, trái giờ giấc)

# Ảnh hưởng của Karoshi lên kinh tế xã hội

## Ảnh hưởng lên nền kinh tế

## Ảnh hưởng đến doanh nghiệp

## Ảnh hưởng đến người lao động

## Ảnh hưởng đến gia đình

# Giải pháp

## Chính sách của nhà nước

**Ｑ５：過労死を予防するために産業医の役割が法令で規定されました。過労死防止のため産業医はどのようなことを注意するのでしょうか？**

Ａ５：平成14年2月12日(き発第02120015)の厚生労働省労働基準局長による「加重労働による健康障害防止のための総合対策について」に下記のような記載があり、産業医は各施設で過労死の予防のために助言指導を行うことになりました。  
  
**「産業医等による助言指導等」**  
  
　ア）月45時間を超える時間外労働をさせた場合については、事業者は、当該労働をした労働者に関する作業環境、労働時間、深夜業の回数及び時間数、過去 の健康診断の結果等に関する情報を、産業医等に提供し、事業場における健康管理について産業医等による助言指導を受けるものとする。  
　イ）月100時間を超える時間外労働を行わせた場合又は2か月間ないし6か月間の1か月平均の時間外労働を80時間を超えて行わせた場合については、業 務と脳・心臓疾患の発症との関連性が強いと判断されることから、事業者は、上記アの措置に加えて、作業環境、労働時間、深夜業の回数及び時間数、過去の健 康診断の結果等の当該労働をした労働者に関する情報を産業医等に提供し、当該労働を行った労働者に産業医等の面接による保健指導を受けさせるものとする。 また、産業医等が必要と認める場合にあっては産業医等が必要と認める項目について健康診断を受診させ、その結果に基づき、当該産業医等の意見を聴き、必要 な事後措置を行うものとする。  
　ウ）過重労働による業務上の疾病を発生させた場合には、事業者は、産業医等の助言を受け、又は必要に応じて労働衛生コンサルタントの活用を図りながら、原因の究明及び再発防止の徹底を図るものとする。

## Chính sách của doanh nghiệp

# Tương lai của vấn đề karoushi

# Kết luận