



일본과 한국의 과로/자살

2019.04.18. 시민건강연구소 김명희

- 과로자살: 업무 중에 생긴 과로, 스트레스가 원인이 되어 자살에 이르는 것으로, 과로사의 일종

- 사례

일본	한국
<ul style="list-style-type: none"> · "바라는 일은 오직 하나. 5시간 이상 자고 싶다" - 24세 화학플랜트 공사 감독자 · "이대로 살아가는 것이 죽는 것보다 괴롭다" - 27세 시스템 엔지니어 · "연장근로 월 평균 15시간"이라는 구인 공고 - 23세 신입 영업직 사원 · 아침 일찍부터 밤늦게까지 행동을 관리 당하다 - 26세 금융기관 여성 종합직 · 재해에 대응하다 결국 과로로 - 40세 여행 회사 과장 · "월급 도둑!"이라고 매도당하며 - 34세 의료정보 담당자 · 협박 받은 피해자가 오히려 좌천당하다 - 51세 중간관리자 · 의료 현장의 가혹한 노동 - 29세 외과 의사, 44세 소아과 의사 · 산산조각 난 신입 여성 교사의 꿈 - 23세 초등학교 교사 	<ul style="list-style-type: none"> · IT 보안 소프트웨어업체 중간 관리자 · 자동차 개발연구원 · 건설감리업체 임원 · 온라인 교육업체 웹디자이너 · 방송국 드라마 제작 PD

- 과로자살 통계

일본	한국
민간: 과로사 110번 상담 사례	민간 ?
정부 (경찰청, 내각부) 자살통계: "근무 문제" → 연간 2000~2500명 내외 (약 10%)	정부 (경찰청, 보건복지부 중앙자살예방센터): 자살예방백서 (자살예방 및 생명존중문화 조성을 위한 법률) : "직장 또는 업무상 문제" (약 3.9%)
정부 (후생노동성) 자살통계: "취업자"	정부 (중앙심리부검센터) 심리부검보고서: "직업관련 스트레스" (53.6%)
정부 (후생노동성) 산재통계: 연간 200건 내외 신청, 100건 미만 인정	정부 (고용노동부) 산재통계: 2017년 정신질환 재해 82명, 사망 44명
→ 연간 2천 건 이상 추정	→ ??

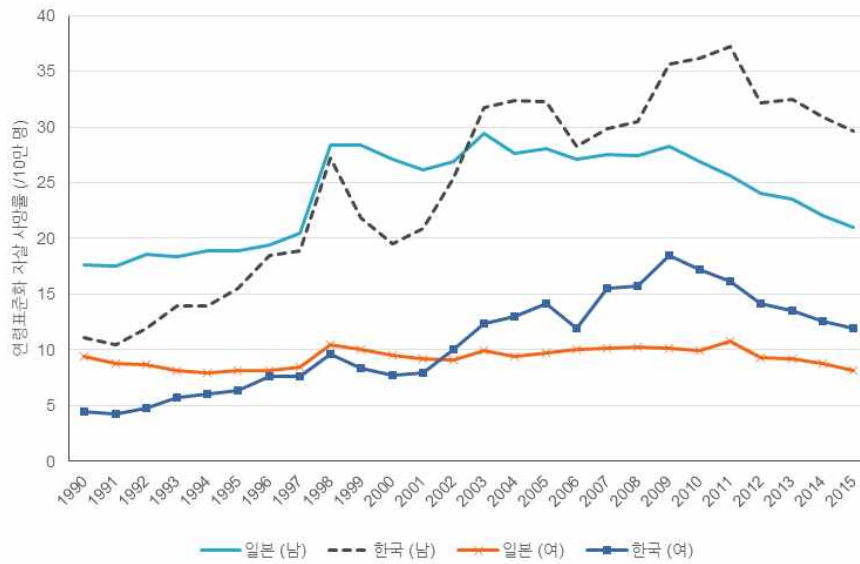


그림 1 한국과 일본의 연령표준화 자살률의 추이

● 일본 과로자살의 특징

- ① 광범위한 업종/직종에 분포
- ② 뇌심혈관 질환에 비해 상대적으로 젊은 연령
- ③ 남성 > 여성
- ④ 육체적 부담 (장시간 노동, 휴일 노동, 심야노동, 열악한 근로 환경) + 정신적 부담 (무거운 책임, 과중한 할당량, 괴롭힘, 인간관계 트러블)
- ⑤ 우울증 등 정신질환 발병
- ⑥ 대부분의 기업이 노동자의 죽음을 노동조건이나 노무관리와 연관지어 생각하지 않음
- ⑦ 과로자살 실태가 조직 바깥으로 잘 드러나지 않음 (그래서 자살 예방에서도 뒤쳐진 분야)

● 일본 과로자살의 원인 분석과 대응

- ① 일터에 시간의 여유를
 - 근무시간 단축 경향의 역전
 - 야간근로의 증가
 - 36협정의 한계: 노동기준법 36조에 의거한 노사협정

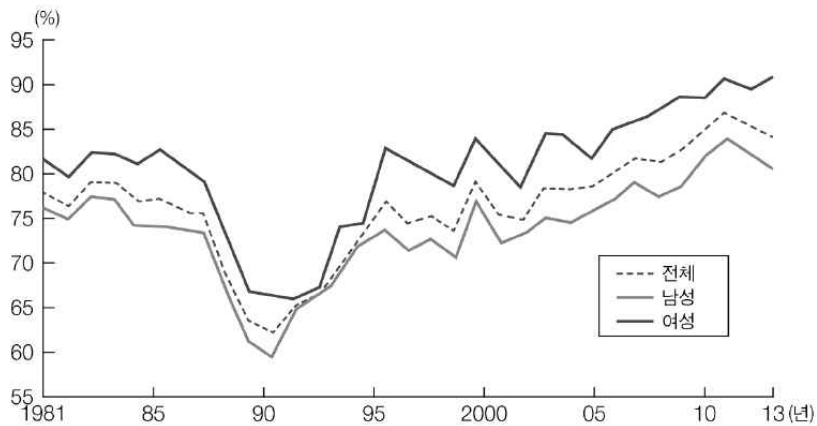


- 재량근로제 확산
- 여성 보호규정의 철폐
- 인터벌 규제 미비

② 일터에서 마음의 여유를

- ‘노력’의 한계
- 목적지상주의 폐해: 덴쓰 귀신 10칙
- 실패가 허용되는 일터
- 의리에 연연하지 않는 일터
- 일자리를 잃어도 살아갈 수 있는 사회안전망

〈그림4-5〉 데이트보다 연장근로를 우선한다는 신입 사원의 비율



자료: 공익 재단법인 일본생산성 본부, 일반 사단법인 일본 경제청년협의회 발표, 「일에 관한 의식」 조사 결과.

③ 적절한 의학적 지원과 치료

- 정신질환/과로자살에 대한 인식 개선: 시민 + 전문가
- 일터에서의 자살 예방 매뉴얼

④ 학교 교육

- 기업의 실상을 알리는 것이 중요하다
- ‘블랙기업’이라는 단어의 함정
- 노무규정 학습의 중요성
- ‘있는 힘을 다해’는 그만두자



● 일본의 과로사방지법

- 2011년 과로사방지기본법 제정 실행위원회 결성 - ‘스톱/ 과로사 100만 인 서명’
 - 2013년 유엔 사회권 규약 위원회의 권고
 - 기업의 긍정적 반응: 새로운 경영철학, 기업윤리와 건강 경영
 - 2013년 법안 제출하고 2014년 6월 ‘과로사 등 방지 대책 추진법’ 만장 일치 제정
- 의의: ① 국가의 책무성 명시, ② 조사·통계의 근거 확보, ③ 계몽 활동 증진의 토대 마련, ④ 과로사 유족 참여 보장, ⑤정부의 연차보고 의무

● 한국은 일본의 경험으로부터 무엇을 배울 것인가

- 상황: 전근대적 가부장주의, 글로벌 자본주의, 취약한 사회보장제도의 잘못된 만남
- 장시간 노동, 일터 괴롭힘, + 정신건강의 일반적 악화



그림 3 한국과 일본의 주당 평균 노동시간



그림 4 한국과 일본의 주 48시간 이상 일하는 노동자의 비율

· 무엇이 필요한가?

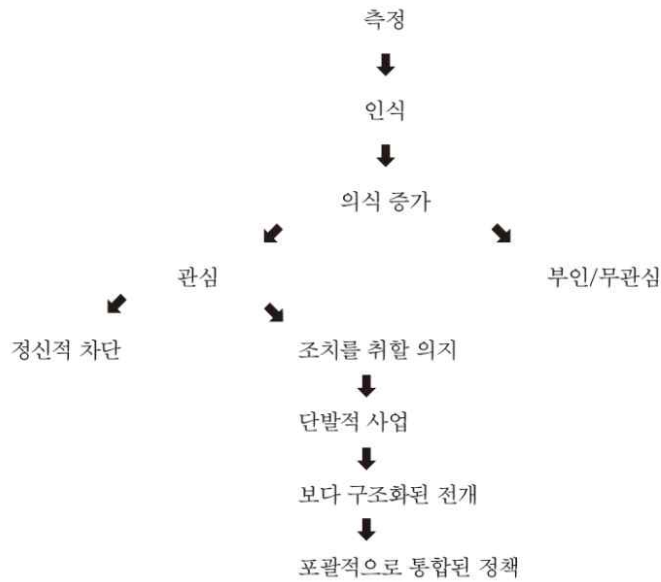


그림 5 건강불평등 대응의 액션 스펙트럼 (Whitehead, 1998)

- ① 과로사/과로자살 개념의 정립과 인식 확산
 - ② 자료의 확보: 인식 개선과 법적 기반 마련의 토대이자 결과
 - ③ 법제도 영역: 근로기준법, 산업안전보건법, 산재보상법, 자살예방법 등 +
 - ④ 사회적 규범의 변화
- 사회/노동/노동안전보건 운동은 무엇을, 어떻게 할 것인가?