

書評と紹介

熊沢誠著

『働きすぎに斃れて』

——過労死・過労自殺の語る労働史』

評者：香山リカ

過労死。過労自殺。

この単語から、人は何を連想するのだろうか。もしかすると多く人は、「運悪くひどい職場で働いた弱くてかわいそうな人の最期」といったことを想像するのではないか。そうして「過労死は他人事」と考えることで、「だから自分には関係ない」とこの問題を自分から切り離すことを、精神医学的に「解離」と呼ぶ。

言うまでもなく、解離は自らが置かれた苦難の状況から目をそむけ、ひとときを生き延びるための病的な自己防衛メカニズムだ。逆に考えれば、「過労死や過労自殺など、一部の人だけの特殊な問題であり、自分には無縁だ」と思う人であればあるほど、実はその問題の近傍にいる、と言ってもよいかもしれない。

労働問題の第一人者である著者は、過労死、過労自殺に追い込まれた50件以上の事例を詳細に検討し、そこには個人の問題ではなくて、日本社会の問題そのものが凝縮されていることを明らかにしていく。彼らは、運が悪かったわけでも弱かったわけでもなく、日本社会の犠牲に

なったのだ。

50人あまりの“犠牲者”の職種はさまざまだ。教師、証券マン、トラック運転手、ファミレス店長、設計技師、工場作業員、公務員、いわゆるOL…。そこには一定の傾向はない。正規労働者も非正規労働者も、“名ばかり店長”も管理職もいる。皮肉な話だが、過労死の現場に「格差」はないのだ。

彼らが死に至った背景は、ひところの過労死に比べて多様化している。長時間残業や休日出勤などの物理的な働きすぎが原因、とシンプルに分析可能な例ばかりではない。たとえば、「20代の過労自殺」の章で、著者は2000年代の若者をめぐる労働環境についてこう説明する。「より注目すべきは、やはり若年正社員に課せられる労苦であろう。企業はこの時期、勤続の短い若者にはさまざまな職務を体験させてじっくりとフレキシブルな能力を会得させるといふ、いわゆる『人材育成』論から、早期からきびしいノルマを課して性急に成果を求めるといふ、いわゆる『即戦力』論に方針を転じていた。」

この即戦力路線に従って、若者は早期に「使えない」と選別されることになる。「仕事にじっくり取り組んで大器晩成を目指したい」などというのは、もはや通用しない。スタートからの数年で、“出世コース”か“リストラコース”かが決まってしまうのだ。「同時期に導入された『成果主義』賃金システムがこの選別の路線と適合的であることはいうまでもないが、このような新しい企業労務が若者労働に与えるインパクトは大きい」という著者の分析はまさに正鵠を得たものといえよう。

評者が属する精神医学の世界にも、早くから

労働環境の変化に着目し、それが働く人々の心の健康に悪影響を与えている、と警鐘を鳴らす人がいる。そのひとりが、精神科医である天笠崇氏だ。著書『成果主義とメンタルヘルス』（新日本出版社）の中で天笠氏は、さまざまなデータと自らの臨床経験を紹介しながら、成果主義が労働者に新たなストレスを与えたこと、そしてそのストレスがうつ病をはじめとする精神疾患や過労死が原因になっていることを実証し、最終的に成果主義と労働者のうつ病や過労死との因果関係を明らかにしようと試みる。紹介されるのは、「労働者のみならず産業医まで長時間労働を強いられる職場」「二、三日の徹夜はあたりまえという環境の中でうつ病になったシステムエンジニア」といった本書の事例にも匹敵する強烈なものばかりだ。

天笠氏はあくまで科学者としての立場を忘れず、短絡的に「すべては成果主義のせい」などと言おうとはしない。しかし、抑えた文体の後ろにあるのは、経済効率ばかりを優先するいまの社会への憤りである。そしてこの姿勢は、本書の著者である熊沢氏にも通じるものといえよう。

ここで再び、『働きすぎに斃れて』に戻ろう。

“犠牲者”の多くは、否応なく労働環境の変化の渦に巻き込まれ、長時間労働、労務内容の激変、シビアになる一方の人間関係の中で、ついに命が尽きるまでに至った。しかし、彼らは何も「死ぬまで働け」と強制されて働き続けていたわけではない。著者のことばを引用しよう。「現代の労働が言葉の厳密な意味において奴隷労働でない限り、過労死であれ過労自殺であれ、それらは働きすぎを要請する企業の論理に対する、労働者のいくばくかは自発的な対応の結果として現れるのだ。」

実はこの点にこそ、21世紀のいま、労働問題

をめぐる最大の難問があるといえるのではないだろうか。職場は、労働そのものを強制しているのではない。そのかわり、労働者の「主体性」や「自発性」を目に見えないかたちで強制している、と著者は指摘するのである。企業は、「どう働くのかはあなたの自由」と言っておいて、一方で先に述べたように成果主義を導入し、即戦力論をちらつかせる。言語的なメッセージと、非言語的なメタメッセージが違うという、精神医学で言うところのダブル・バインディングな状況に労働者たちは追い込まれるのだ。

このダブル・バインディング下で労働者は混乱し、結果的には「私の自主的な意思で、厳しい労働を選びました」という選択を取らざるをえない。そして、中には自分をだますかのように、「私はもっともっと働きたいんだ、ここで働き続けることは会社からの強制によってではなく、私らしい生き方のためなんだ」と自らに言い聞かせる。

こうなると、その過労死や過労自殺が企業からの過重労働の強要のために起きた、という立証がむずかしくなる。企業側は、こう言うかもしれないからだ。

「いや、私たちは残業しないように、土日は休むように、といつも従業員に働きかけていたんです。こちらが止めたにもかかわらず、彼は働き続けたんですよ。」

ここで労働者は「過重労働は生きがい探しのため」と自己催眠を自らにかけると述べたが、それはいささか先走りすぎたかもしれない。現在の社会状況の中では、「生きがい探し」の何歩も手前、“ふつうの生活”を成り立たせるためにも「自発的な働きすぎ」に自らを追い込まなければならない人たちが少なくない、と著者は言う。

「平均的な家財、よりましな住宅、望ましい子弟の教育のため、この会社でがんばらなければ

ばならないと彼らは思い定めていた。妻たちもアンビヴァレントな状況におかれていた。彼女らの多くは、一方では夫や父親の体調不良が限界に近づいていたことをおそらく察知しており、休養、いや退職さえ勧めてやまなかったが、他方では、最後近くまで、精鋭社員として期待されている夫や父親がばりばり働いて家族にふつうの生活のできる稼ぎをもたらしてくれることに、感謝と誇りを感じてもいたのである。」

成果主義の導入の中で、彼らはことさら競争社会の歯車になろうとしたわけでもないし、ほかのライバルを蹴落として自分だけが栄光をつかもう、などと大それた目標を立てたわけではない。ただ、「ふつうの生活」をしたいと願い、自主的に会社や組織の中でがんばってきただけ。それにもかかわらず、いつの間にか自分の限界を超えて働き、上司や同僚も「この人、ちょっとやりすぎなんじゃないの」とうすうす気づきながらも、それを指摘できない。また、家族も笑顔も忘れて深夜まで働き続ける父親や夫に対して、「もっとのんびりしてよ」と声をかけられない。それは、著者が言うように、「企業内の成功者にならなければ肩身の狭い生活しかできないという『確信』」が多くの労働者、その家族たちに今もなお、根強くあるからだ。

それが、「生きがい探し、自分探しのため」であっても「家族のため、ふつうの生活のため」であったにせよ、自発的な過重労働がひとたび始まれば、結局のところそれは「会社のため」「仕事のため」ということになる。雇う側にとっては、そうやって弱音も吐かず、自発的に

がんばり抜こうとする従業員は、生産性アップのためには好都合ということにもなる。そして、本人や家族がはっと気づいたときには、ボロ雑巾のようになって重篤な身体疾患やうつ病を発症しているか、すでに命まで失われているか…。昔からの「まじめ、責任感が強い」といった“日本人気質”に現代ならではの問題が複雑に絡み合っただけで起きる、これが日本の過労死、過労自殺の実態なのである。

とはいえ、最近では厚生労働省からの指導により、長時間労働者は産業医との面接を義務づけられるなど、「働きすぎ」の弊害に目を向ける人も増えているのではないかと、いう声もあるだろう。そういう人には、08年の新聞からこんな記事を紹介して、本書が訴えようとしていることはいまだに企業経営者たちには届いていない、ということを指摘しておきたい。

「『休みたいならやめればいい』——。P電産のQ社長は、記者会見で『社員全員が休日返上で働く企業だから成長できるし給料も上がる。たっぷり休んで、結果的に会社が傾いて人員整理するのでは意味がない』と持論を展開。10年間で売上高が6倍超という成長の原動力が社員の『ハードワーク』にあることを強調した。」

経営者や労働行政に携わる官僚など、現場を管理する側にある人たちにこそ、ぜひ本書をじっくり読んでもらいたいものである。

(熊沢誠著『働きすぎに斃れて—過労死・過労自殺の語る労働史』岩波書店、2010年2月刊、xii+386頁、定価3200円+税)

(かやま・りか 精神科医・立教大学現代心理学部 教授)