

Brief Communication



노동시간 유연화의 산업안전보건 영향: 전문가 설문조사 결과를 중심으로

문다슬 1,2, 김현주 2,3*

¹시민건강연구소 노동건강연구센터

²중대재해전문가네트워크

³이화여자대학교 목동병원 직업환경의학과



Received: May 16, 2023

Revised: Jun 21, 2023

Accepted: Jun 21, 2023

Published online: Jul 20, 2023

*Correspondence:

Hyunjoo Kim, MD, PhD

Department of Occupational and
Environmental Medicine, Ewha Womans
University Mokdong Hospital, 1071
Anyangcheon-ro, Yangcheon-gu, Seoul 07985,
Korea.

Email: hyunjoo@ewah.ac.kr

Copyright © 2023 Korean Society of
Occupational & Environmental Medicine
This is an Open Access article distributed
under the terms of the Creative Commons
Attribution Non-Commercial License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)
which permits unrestricted non-commercial
use, distribution, and reproduction in any
medium, provided the original work is properly
cited.

ORCID iDs

문다슬

<https://orcid.org/0000-0003-3106-5088>

김현주

<https://orcid.org/0000-0002-9806-981X>

Competing interests

The authors declare that they have no
competing interests.

Author Contributions

Conceptualization: Moon D, Kim H. Data
curation: Moon D, Kim H. Formal analysis: Kim
H. Investigation: Moon D. Methodology: Moon
D, Kim H. Software: Moon D. Validation: Kim H.
Visualization: Moon D. Writing - original draft:

ABSTRACT

현 정부 노동시간 연장형 유연화 정책안은 사회적 논란을 야기하고 있다. 본 연구에서는 2023년 1월 30일부터 2월 11일까지 수집한 온라인 설문조사를 통해 확인한 정부 정책안의 안전보건 영향에 대한 노동안전보건 전문가 의견을 분석하였다. 전문가들은 해당 정책이 일터에 단기과로(87.25%), 과로 불평등(86.44%), 불규칙한 노동시간(84.31%), 만성과로(84.15%), 장시간 노동(83.66%), 근무시간 예측의 어려움(81.86%)을 초래할 것이라고 예상했다. 안전보건에 미칠 영향에 대해서는 산재사망(87.25%), 우울 증 등 정신질환(87.09%), 과로사 또는 뇌심혈관 질환(83.84%), 그리고 사고성 재해(83.33%) 네 가지 항목에서 모두 증가할 것이라 답했다. 마지막으로 전문가들은 현재와 같은 노동시간 유연화 정책에 반대한다고 응답한 비율이 높았고(86.60%), 야간 노동 규제(94.77%), 장시간 노동 근절을 위한 임금 보장(90.36%), 특수고용직 노동시간 규제 마련(82.84%), 주 52시간제 적용 사업장 전면 확대(76.47%)가 필요하다는 데 동의했다. 이상의 전문가 의견은 노동시간의 건강영향에 관한 선행 연구 결과와 일치한다.

Keywords: 노동시간 규제; 산업안전보건; 근무환경

현재 한국 정부는 노동시간 제도 개편을 추진하고 있다. 정부의 노동시간 제도 개편안은 연장노동 관리단위 확대(노동시간 평균화), 휴게시간 선택권 강화, 근로시간 적용 사각지대 해소, 근로시간저축계좌제 도입, 선택근로제 확대 등을 세부과제로 담고 있다. 이상의 내용들은 노동시간의 자율적 조율을 통해 외부 경제 변화 등에 대응하는 노동시장의 '내부 수량적 유연성'(internal numerical flexibility)의 대표적인 전략들이다.^{1,2} 노동시간 유연화는 직무 및 고용 안정성과 시간주권을 확보할 수 있으며, 일과 생활을 양립할 수 있도록 한다는 점에서 고용주뿐만 아니라 노동자들의 요구 역시 반영할 수 있다.³ 이러한 맥락에서 노동시간 유연화는 통상적으로 장시간 노동으로부터 노동자를 보호하라는 국제노동기구의 권고나, 경제 위기 등 경제적으로 불안정한 시기에 해고로부터 노동자를 보호하고 일자리를 나누는 형태의 노동시간단축을 전제하는 경우가 많다.⁴ 한국 정부 역시 선택권, 건강권, 휴식권, 그리고 유연한 근무방식 확산을 개편안의 주요 원칙이자 목표로 설정하고 있다. 그러나 정책안의 세부 내용이 이러한 목표를 달성하기 보다는 오히려 더욱 악화하는 방향이라는 점에서 사회적으로 많은 우려와 논란을 야기하고 있다.

Moon D. Writing - review & editing: Moon D, Kim H.

한국의 장시간 노동시간 체제에서는 노동시간 유연성 역시 노동시간을 연장하는 형태를 띠게 될 가능성이 크다.^{4,5} 지금까지 노동시간 제도 개편이 노동시간을 단축하는 방향으로 이루어져 온 것과 달리,^{5,6} 현 정부의 개편안은 실질적으로 노동시간을 늘리는 것을 목표로 삼는다. 보건학적 관점에서 노동시간 연장형 유연성 강화는 특히 건강권을 보장하기 보다는 그 위험으로 작동할 가능성이 크다는 점에서 문제적이다. 노동시간은 노동자 건강에 영향을 미치는 주요 사회적 결정요인 가운데 하나이다. 장시간 및 연장 노동은 뇌졸중, 심장질환, 심방 세동, 고혈압, 당뇨, 피로, 알코올 중독, 우울증, 불안, 수면 및 인지 장애, 암, 그리고 안전, 사망과 자살에 이르기까지 건강에 부정적인 영향을 미친다.^{7,8} 교대근무, 유연근무 등의 노동시간의 배열의 유연화 역시 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 대표적으로 야간노동은 2급 발암물질로 규정될 만큼 건강에 해롭다.^{13,16} 교대근무 경우 사고, 당뇨, 체중 증가, 광상 동맥성 심장 질환, 뇌졸중, 암, 수면 장애, 성재생산건강 등에 부정적인 영향을 미친다.^{17,20} 비표준적(nonstandard) 근무스케줄과 근무시간에 대한 낮은 예측 가능성은 수면장애, 스트레스, 불안, 비만, 뇌졸중, 위장장애, 심혈관질환, 근골격계질환, 만성 피로, 암, 당뇨 등에 부정적인 영향을 미친다.^{21,22}

이와 같은 정책적 상황에서 본 연구는 노동시간 유연화가 산업안전보건에 미치는 영향에 대한 전문가의 의견을 파악하고자 했다. 본 연구는 2023년 1월 30일부터 2월 11일까지 총 13일 간에 걸쳐 온라인으로 실시한 중대재해처벌법 시행 1년 평가 설문조사 자료를 활용했다. 노동 안전보건 관련 전문가, 현장 안전 보건관리자, 그리고 노동안전보건 활동가를 모집단으로 설정함에 따라 22개 안전보건 관련 학회 및 중대재해 관련 사회 단체를 대상으로 Social Network Service (SNS)와 이메일을 통해 편의표본추출(convenience sampling) 하였다. 본 연구에서는 설문조사에 동의하고 참여한 612명을 대상으로 연구 참여자의 특성 관련 3개 질문과 노동시간 유연화 정책 관련 15개 질문에 대한 응답을 살펴보았다(**Table 1**).

조사 참여자 612명 가운데 60.95%가 자신의 전문분야가 안전보건이라고 응답했다. 17.48%와 12.25%는 각각 법학과 사회과학이라 응답했다. 전문 자격증에 관해서는 산업위생관리기사 또는 안전기사가 26.96%으로 가장 많았고, 그 다음으로 의사가 22.22%, 간호사 9.15%, 노무사 8.66% 등의 순서였다. 응답자 가운데 21.73%은 전문 자격증을 가지고 있지 않았다. 경력기간은 10년 미만과 20년 이상이 각각 36.27%, 10-19년이 27.5%이었다.

Fig. 1은 노동시간 유연화 정책 시행 시 예상되는 일터의 노동시간 및 산업재해 변화에 대한 의견을 나타낸다. 일터의 노동시간 변화에 대해 응답자들은 단기 과로(87.25%), 과로 불평등(86.44%), 근무시간 불규칙성(84.31%), 만성 과로(84.15%), 장시간 노동(83.66%), 근무시간 예측 어려움(81.86%) 모두 증가할 것이라 응답했다. 응답자들은 산업재해 변화에 대해서 역시 산재사망(87.25%), 우울증 등 정신질환(87.09%), 과로사 또는 심뇌혈관 질환(83.84%), 그리고 사고성 재해(83.33%)를 증가시킬 것이라고 응답했다.

Fig. 2에서 확인할 수 있듯이 응답자의 86.60%는 현 정부의 노동시간 유연화 정책에 반대한다고 응답하였다. 반면, 야간 노동에 대한 적절한 규제(94.77%), 장시간 노동 근절을 위한 임금 보장(90.36%), 특수고용직 노동자의 노동시간에 대한 규제 마련(82.84%), 모든 노동자에게 주 52시간제 적용(76.47%)에 대부분이 찬성하는 것으로 나타났다. 한편, 모든 노동자에게 주 52시간제를 적용해야 한다는 데에 반대한 한 명의 응답자는 그 이유로 주 52시간제가 아닌 주 40시간제가 보다 적절한 표현임을 지적하였다.

Table 1. 노동시간 유연화 정책의 산업재해 영향에 대한 전문가 의견 조사 질문

질문	응답
<p>연구 참여자 특성</p> <p>Q. 다음 귀하에 대한 기본적인 사항을 적어주시기 바랍니다.</p> <p>전문분야</p> <p>경력기간</p> <p>국가자격증</p>	<p>1. 안전보건분야</p> <p>2. 법학</p> <p>3. 사회과학</p> <p>4. 기타</p> <p>1. 10년 미만</p> <p>2. 10-19년</p> <p>3. 20년 이상</p> <p>1. 의사</p> <p>2. 산업위생/안전기사</p> <p>3. 간호사</p> <p>4. 변호사</p> <p>5. 노무사</p> <p>6. 기타</p> <p>7. 없음</p>
<p>노동시간 유연화의 영향</p> <p>Q. 다음은 현 정부의 노동시간 유연화 정책 개요입니다. 이러한 정책이 일터에 어떠한 변화를 가져올 것으로 생각하십니까?</p> <p>1. 연장 근로시간의 관리 단위를 주, 월, 분기, 반기, 연 단위로 개편: 현행 1주 최대 52시간 → 최대 69시간</p> <p>2. 선택적 근로시간제 확대: 현행 연구개발 외 1개월 → 전(全) 업종 3개월</p> <p>3. 탄력근로제: 3개월 이내 매일의 근로시간을 사전 확정 → 사후 변경</p> <p>4. 특정 직종·직군에 근로시간제 도입 시, 해당 부문근로자 의견 반영</p> <p>- 단기과로의 증가 가능성(1주일 노동시간이 그전 12주간 평균보다 30% 이상 증가)</p> <p>- 만성 과로(주당 근로시간이 4주 평균 64시간 이상 또는 12주 평균 60시간 이상)</p> <p>- 장시간 노동(주당 근로시간이 12주 평균 52시간 이상)</p> <p>- 근무시간의 불규칙성</p> <p>- 근무시간에 대한 예측의 어려움</p> <p>- 노사간의 협상력의 차이에 따른 과로의 격차(실질적 선택권이 없는 취약 노동자에서 과로 증가)</p> <p>Q. 귀하는 현 정부의 노동시간 유연화 정책이 산업재해에 어떠한 영향을 미칠 것이라고 예상하십니까?</p> <p>- 과로사, 뇌심혈관 질환</p> <p>- 우울증 등 정신질환</p> <p>- 사고성 재해</p> <p>- 산재사망</p> <p>Q. 귀하는 현 정부의 노동시간 유연화 정책에 대하여 찬성하십니까?</p> <p>Q. 귀하는 노동시간과 관련한 다음과 같은 정책 방향에 대하여 어떻게 생각하십니까?</p> <p>- 모든 노동자에게 주 52시간제 적용(5인 미만 사업장, 근로시간 특례업종 등)</p> <p>- 특수고용직 노동자의 노동시간에 대한 규제 마련</p> <p>- 야간 노동에 대한 적절한 규제</p> <p>- 장시간 노동 근절을 위한 임금 보장(포괄임금제 폐지, 안전운임제 등)</p>	<p>1. 증가</p> <p>2. 변화 없음</p> <p>3. 감소</p> <p>1. 증가</p> <p>2. 변화 없음</p> <p>3. 감소</p> <p>1. 찬성</p> <p>2. 반대</p>

정부 개편안 발표 전 미래노동시장연구회 권고를 바탕으로 함.

전문가들은 현 정부의 노동시간 유연화 개편안은 과로, 노동시간 불규칙성 및 불확실성, 장시간 노동 등의 열악한 노동조건을 야기할 뿐 아니라, 그 결과 사망, 정신건강, 사고 등의 산업재해로 이어질 수 있다는 점에 우려를 표했다. 이상의 전문가 의견은 노동시간 유연화가 노동환경 및 건강에 부정적인 영향을 미친다는 선행연구 결과와 부합하는 것이다. 전문가들은 또한 노동시장 유연화 정책에 대부분 동의하지 않는 것으로 확인된 반면, 노동시간을 규제하고 단축하는 안정성 확보 정책의 필요성에 동의하는 것으로 나타났다.

전문가들은 노동자들의 건강권 보장을 위해서는 건강에 부정적인 영향을 미치는 노동시간의 여러 차원을 직접적으로 규제하는 데^{23,24} 동의하는 것으로 나타났다. 본 연구 결과에 따르면 야간 노동 규제와 장시간 노동 근절을 위한 임금 보장에 대한 동의율이 가장 높다. 야간 노동의 경우 상대적으로 그 건강 영향이 잘 알려져 있고,^{10,11} 저임금 구조는 장시간 노동의 주요

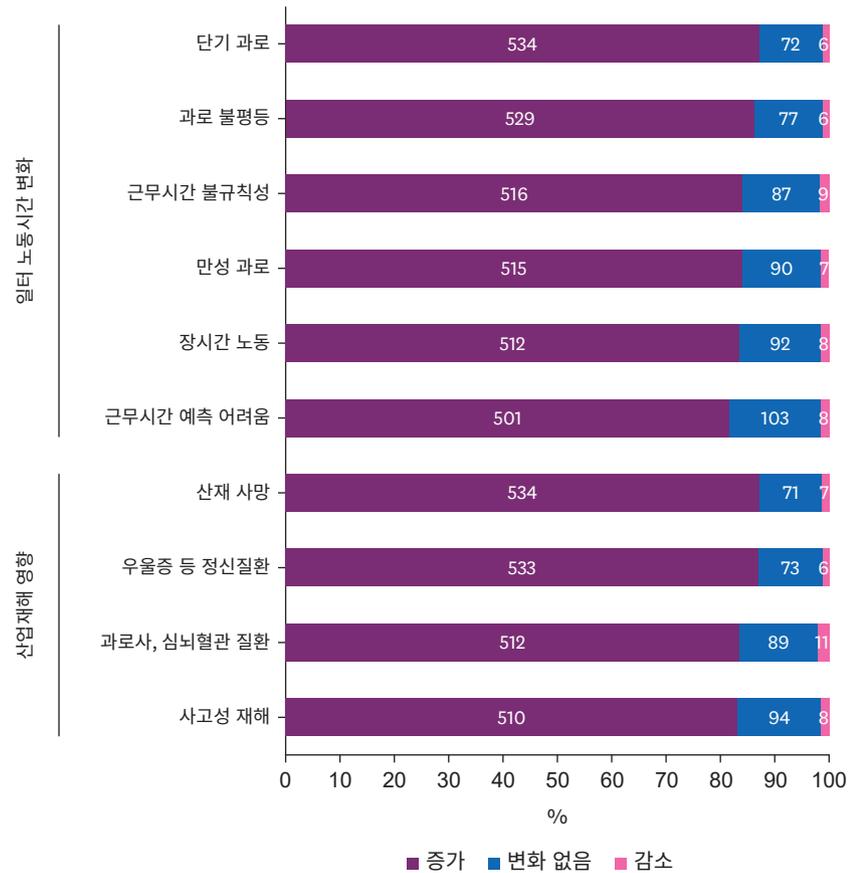


Fig. 1. 노동시간 유연화 정책의 영향에 대한 전문가 의견 조사 결과.

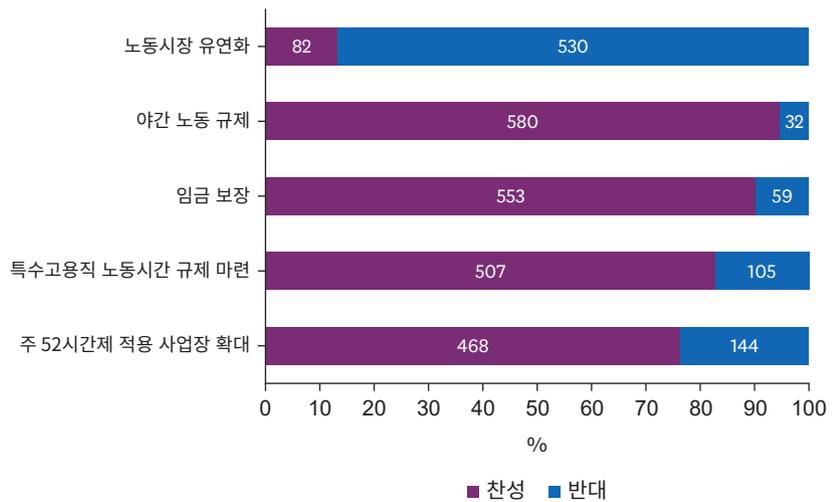


Fig. 2. 정책방향에 대한 전문가 의견조사 결과.

원인으로 주로 논의되고 있기 때문인 것으로 보인다.⁵ 한편, 정부 역시 현 개편안이 장시간 노동과 과로 등 건강 문제로 이어질 수 있다는 점에 동의하고 있다. 이에 과로로 인한 건강 문제로부터 노동자들을 보호하기 위한 조치로 11시간 연속 휴식 보장 또는 1주 64시간 상한, 4주

평균 64시간 상한 등을 골자로 하는 노동자 건강권 보편화와 야간근로 건강보호 강화 등을 제안하고 있다. 그러나 장시간 노동이 어떻게 노동자들의 건강에 영향을 미치는지 그 메커니즘을 고려한다면 정부의 대안으로 노동자의 건강 보호는 물론 장시간 및 야간 노동의 부정적인 건강 영향을 완화하기 어렵다. 더욱이 재량근무제(working time autonomy), 재량 및 선택 근무제(flexitime) 등의 노동시간 유연성 강화는 노동자로 하여금 더욱 길게 많이 일하는 방식으로 스스로를 착취하도록 한다는 점,²⁵ 그리고 이것이 또 다시 불건강으로 이어진다는 점을 고려할 때, 노동시간 제도 개편에 대한 더욱 신중한 접근이 필요하다.

전문가들은 또한 노동시간 유연화는 취약노동자에서 산업재해가 더욱 증가하여 그 불평등이 커질 것이라고 응답하였다. 관련하여 노동시간 규제로부터 배제되어 있는 특수고용 노동자 및 영세사업장 노동자 등 불안정 노동자들의 보호 필요성에도 높은 비율로 동의하고 있었다. 실제로 이들 노동자들은 현재의 주 40시간제(52시간 상한제)의 법적 테두리에서 벗어나 있어 높은 비율로 장시간 노동, 그리고 그로 인한 산업재해 및 건강 문제를 경험하고 있다.²⁶ 정부는 또한 노동시간 유연화가 노동시장의 이중구조를 해결하는 한편, 노동 약자들을 보호할 수 있는 조치라고 주장한다. 그러나 한국의 장시간 노동시간 체제, 노동시장의 이중구조, 높은 임금유연성과 저임금 구조, 남성 생계부양자 모델 등을 고려할 때 노동시간 유연화는 마찬가지로 사회 및 건강 불평등을 더욱 강화할 것으로 보인다. 예컨대 지금과 같이 가부장제에 기댄 노동시장 제도 하에서는 젠더 불평등도 강화하는 모순적인 결과를 가져올 수 있다.^{25,27} 또한 불안정 노동자에 대한 노동시간 규제가 부재한 상황에서 불평등한 권력 관계를 가진 노사 간 합의를 통한 노동시간 선택은 불가능에 가까워 보인다.

본 연구는 전문가 의견 조사로 노동자와 시민 등 다양한 관점을 포함하지 못했다는 한계를 가진다. 다만 전국 일-생활 균형 실태조사 결과에 따르면, 노동자와 시민 역시 노동시간 유연화 정책에 동의하지 않는 것으로 보인다.²⁸ 시민들은 주당 36.7시간을, 그리고 이들 가운데 주당 52시간 초과 노동하는 경우 44.2시간 일하기를 희망하는 것으로 나타났다. 정부 개편안은 그 결정 과정에서 '미래노동시간연구회'로 대표되는 일부 전문가의 의견만을 주로 반영하고 있다. 현 개편안에서 제시하는 노동시간 배열은 고용주 지향적(employer oriented)인 성격이²⁹ 더욱 강하다는 점에서 노동자와 시민의 의견을 충분히 반영한 것이라 보기 어렵다. 노동시간은 서로 다른 이해를 가진 국가, 경제, 그리고 시민과 노동이 서로 영향을 주고받으며 구성되는 정치의 영역이라는 점,⁶ 그리고 시민과 노동자가 정책 결정 과정에 참여하고 이들의 목소리와 필요를 반영하는 것 역시 건강한 공공정책(healthy public policy)을 위한 필수 조건이라는 점에서 향후 노동시간 정책의 정치 과정에 대한 연구가 필요하다. 마지막으로 주 52시간제가 아닌 주 40시간제가 적절하다는 한 응답자의 응답처럼 제도를 명명하는 것의 중요성도 확인할 수 있었다. 이 지점에서 본 연구에서 표현한 '주 52시간제'는 모두 '주 52시간 상한제'를 의미하는 것임을 일러둔다.

2022년 국제노동기구 총회는 결사의 자유, 차별금지, 강제노동금지, 아동노동금지의 기존 4대 노동기본권에 '안전하고 건강한 노동환경'을 추가하였다. 노동시간은 가장 기본적인 노동조건 가운데 하나이자, 괜찮은 일자리(decent job)를 위한 기초이다. 이러한 맥락에서 국제노동기구 설립 이후 노동시간은 국제기준 설정 및 규제의 최우선 사항으로 다루어져 오고 있다. 특히 노동시간이 노동자 건강에 부정적인 영향을 미치는 경우, 노사간 협력을 통해 노동시간을 재조직 및 배열할 것을 권고하고 있다. 한국의 중대재해 처벌 등에 관한 법률에서 역시 사

업주 또는 경영책임자 등에 종사자의 안전이나 보건상 유해 또는 위험을 방지하기 위한 조치를 주문하고 있다. 건강 위험을 더욱 강화하는 방향으로 노동시간이 재조직되는 경우, ‘중대 재해’로 이어질 수 있다는 점을 고려할 필요가 있다. 정부의 개편안은 노동자와 시민의 삶을 위협한다는 점에서 재고되어야 할 것이다.

ACKNOWLEDGEMENTS

본 연구는 중대재해 학자 전문가 네트워크에서 조사한 내용을 기반으로 내용을 발전시켜 작성하였다. 조사 과정에서 함께 도움을 준 중대재해 학자 전문가 네트워크 운영위원들과 설문 조사에 협조해주신 22개 학회 및 시민사회 관계자 분들께 감사의 말씀을 전한다.

REFERENCES

1. Wilthagen T, Tros F. The concept of ‘flexicurity’: a new approach to regulating employment and labour markets. *Transfer* 2004;10(2):166-86.
[CROSSREF](#)
2. Chung H, Tijdens K. Working time flexibility components and working time regimes in Europe: using company-level data across 21 countries. *Int J Hum Resour Manage* 2013;24(7):1418-34.
[CROSSREF](#)
3. Choi H, Shin J. The politics of working time flexibilization and time sovereignty: the case of the German ‘Working Time Account’. *Korean Soc Policy Rev* 2022;29(3):147-75.
[CROSSREF](#)
4. Lee J. Working time reduction in Korea from the perspective of flexicurity. *Korean Soc Secur Stud* 2012;28(4):25-48.
5. Bae KS. What sustains the working time regime of long hours in South Korea? *Econ Soc* 2022;(95):128-62.
6. Hwang GS. Changes in working time regime in Korea. *Q J Labor Policy* 2022;22(3):67-99.
[CROSSREF](#)
7. Kim KU, Park SG, Kim HC, Lim JH, Lee SJ, Jeon YS, et al. Association between long working hours and suicidal ideation. *Korean J Occup Environ Med* 2012;24(4):339-46.
[CROSSREF](#)
8. Nakata A. Investigating the associations between work hours, sleep status, and self-reported health among full-time employees. *Int J Public Health* 2012;57(2):403-11.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
9. Pega F, Náfrádi B, Momen NC, Ujjita Y, Streicher KN, Prüss-Üstün AM, et al. Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000-2016: a systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury. *Environ Int* 2021;154:106595.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
10. Teixeira LR, Pega F, Dzhambov AM, Bortkiewicz A, da Silva DT, de Andrade CA, et al. The effect of occupational exposure to noise on ischaemic heart disease, stroke and hypertension: a systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-Related Burden of Disease and Injury. *Environ Int* 2021;154:106387.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
11. Bannai A, Tamakoshi A. The association between long working hours and health: a systematic review of epidemiological evidence. *Scand J Work Environ Health* 2014;40(1):5-18.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
12. Park J, Kim Y, Cheng Y, Horie S. A comparison of the recognition of overwork-related cardiovascular disease in Japan, Korea, and Taiwan. *Ind Health* 2012;50(1):17-23.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
13. IARC Monographs Vol 124 group. Carcinogenicity of night shift work. *Lancet Oncol* 2019;20(8):1058-9.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)

14. Yoon S, Kang CH, Kee D, Kim H. Working time patterns and health among Korean nurses: a literature review. *J Korean Soc Occup Environ Hyg* 2018;28(4):331-45.
[CROSSREF](#)
15. Tucker P, Folkard S. *Conditions of Work and Employment Series No. 31. Working Time, Health, and Safety: A Research Synthesis Paper*. Geneva, Switzerland: International Labor Organization; 2012.
16. Kamdar BB, Tergas AI, Mateen FJ, Bhayani NH, Oh J. Night-shift work and risk of breast cancer: a systematic review and meta-analysis. *Breast Cancer Res Treat* 2013;138(1):291-301.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
17. Kim YG, Yoon DY, Kim JI, Chae CH, Hong YS, Yang CG, et al. Effects of health on shift-work: general and psychological health, sleep, stress, quality of life. *Korean J Occup Environ Med* 2002;14(3):247-56.
18. Kecklund G, Axelsson J. Health consequences of shift work and insufficient sleep. *BMJ* 2016;355(355):i5210.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
19. Fernandez RC, Marino JL, Varcoe TJ, Davis S, Moran LJ, Rumbold AR, et al. Fixed or rotating night shift work undertaken by women: implications for fertility and miscarriage. *Semin Reprod Med* 2016;34(2):74-82.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
20. Rivera AS, Akanbi M, O'Dwyer LC, McHugh M. Shift work and long work hours and their association with chronic health conditions: a systematic review of systematic reviews with meta-analyses. *PLoS One* 2020;15(4):e0231037.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
21. Merkus SL, Holte KA, Huysmans MA, van Mechelen W, van der Beek AJ. Nonstandard working schedules and health: the systematic search for a comprehensive model. *BMC Public Health* 2015;15(1):1084.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
22. Schneider D, Harknett K. Consequences of routine work-schedule instability for worker health and well-being. *Am Sociol Rev* 2019;84(1):82-114.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
23. Dembe AE. Ethical Issues relating to the health effects of long working hours. *J Bus Ethics* 2009;84(Suppl 2):195-208.
[CROSSREF](#)
24. Rajaratnam SM, Arendt J. Health in a 24-h society. *Lancet* 2001;358(9286):999-1005.
[PUBMED](#) | [CROSSREF](#)
25. Chung H. *The Flexibility Paradox: Why Flexible Working Leads to (Self-)Exploitation*. Bristol, UK: Policy Press; 2022.
26. Jung Y. Health inequities by employment type and business size: current status and policy challenges. *Health Welf Issue Focus* 2021;(414):1-11.
27. Lee S. An exploratory study for the concept of time sovereignty based on gender equality: focusing on women's working environment in 2040. *J Korean Women's Studies*. 2022;38(4):119-54.
[CROSSREF](#)
28. Byun S, Oh S, Cho S, Kim E, Lee H. *Korean National Work and Life Balance Survey in 2022*. Sejong, Korea: Korea Institute for Health and Social Affairs; 2022.
29. Reilly PA. *Flexibility at Work: Balancing the Interests of Employer and Employee*. Aldershot, UK: Gower Publishing, Ltd.; 2001.