

<<<今号の目次>>>

1. コラム

「加速する「働き方改革」～睡眠とインターバルの必要性～」

2. 最新情報

《お知らせ》 3件

《地方公共団体等の動き》 13件

■□■ 1. コラム



「加速する「働き方改革」～睡眠とインターバルの必要性～」

株式会社ワーク・ライフバランス

取締役・パートナーコンサルタント 大塚 万紀子

2020年からのコロナ禍で企業の働き方改革は加速しています。打ち合わせはオンラインに移行し、通勤や移動は大幅に削減。感染予防からペーパーレスが進んだ企業もあります。一方で、コミュニケーションの難しさや、自律的でない在宅勤務による長時間労働の増加といった課題も散見されます。

そのような中、今、特に注目されているのが「睡眠」と「勤務間インターバル（勤務終了後、一定時間以上の休息時間を設けることで、働く方の生活時間や睡眠時間を確保する取組）」です。

睡眠不足だと人は不機嫌になりモラル低下が起きるという研究結果もあるほど、睡眠は私たちの生活に影響を及ぼしています。また、人間の脳が集中力を維持できる時間は起床時刻から13時間以内といった研究結果も出ています。よりよい仕事をするために、きちんと休息をとることが重要なのです。長時間労働による心身の疲労を解消し、コミュニケーションの希薄化や生産性向上が課題視される中、心理的安全性が担保された職場醸成のためにも、長時間労働を解消し、適切な食事や運動時間、睡眠を十分に確保することが求められています。

さらに、過労死認定の基準に、労働時間の長さだけでなく、勤務間インターバルの視点を入れる必要があるといった提案にも注目が集まっています。こうした動きをみると、企業として今後は単日管理にとどまらず、週ごと・月ごと・年ごとで従業員の労働時間をチェックし

ていく必要性が高まるでしょう。

では、実際に何にポイントをおいて取り組むとよいのでしょうか。

大切なことは、「現状把握」です。ただ残業削減を掛け声にするのではなく、働き方の現状を丁寧に確認し、分析することが重要です。私たちは「朝・夜メール」といった手法をおすすめしています。朝、仕事を始める前に1日の予定を業務と所要時間とをセットにして組み立てます。そして夕方、仕事を終える前に立てた予定との差を振り返り、それをメールなどでチームメンバーに共有する仕組みです。この毎日の振り返りの積み重ねから、自分の仕事のクセを知り、問題点をあぶりだしていくのです。机上の空論を振りかざすのではなく、現実には起きている事象から課題を発見し対応していくことが最も近道なのです。

VUCA（※）時代とよばれる変化の早い時代において、自らの働き方を振り返り、柔軟に適應していく企業こそ、勝ち続けることができる。まさに、働き方改革は経営戦略といえるでしょう。

（※）VUCA：Volatility（変動性）、Uncertainty（不確実性）、Complexity（複雑性）、Ambiguity（曖昧性）の4つの単語の頭文字をつないだ造語。

■□■ 2. 最新情報



《お知らせ》

【厚生労働省】

●テレワーク導入に関するセミナー（オンライン）

→テレワークには労務管理やセキュリティの確保が課題となる場合もあります。このため、厚生労働省では、労務管理上及び情報通信技術面における留意点、テレワーク導入事例の紹介、導入企業の体験談など、テレワークに必要な情報に関するセミナーをオンラインで開催します（参加無料）。

第5回：2021年9月8日（水）13:00～16:00

第6回：2021年9月29日（水）13:00～16:00

第7回：2021年10月13日（水）13:00～16:00

申込みはWEBサイトにて

<https://kagayakutelework.jp/seminar/>

●自営型テレワーク活用セミナー（オンライン）

→自営型テレワーク活用セミナーは、「自営型テレワークの適正な実施のためのガイドライン」を理解することで、自営型テレワークを活用する発注者および仲介事業者と自営型テレワーカーが、トラブルを未然に防止し円滑に業務を進めることを目的としたセミナーです。（参加無料）

・発注者・注文者等企業向け @ZOOM ウェビナー

第3回 2021年10月26日(火) 14:00～17:00

第4回 2021年12月9日(木) 14:00～17:00

第5回 2022年2月3日(木) 14:00～17:00

・自営型テレワーカー向け @ZOOM ウェビナー

第3回 2021年10月26日(火) 10:00～13:00

第4回 2021年12月9日(木) 10:00～13:00

第5回 2022年2月3日(木) 10:00～13:00

詳細、申込はWEBサイトにて

<https://homeworkers.mhlw.go.jp/seminar/index.html>

(自営型テレワークに関する総合支援サイト)

●母性健康管理研修会の御案内

～母性健康管理について最新情報をお伝えします～

男女雇用機会均等法第13条では、妊娠中や産後1年以内の女性労働者が健康診査等を受け、作業の制限、勤務時間の短縮、休業などの指導を医師や助産師から受けた場合、事業主は、その女性労働者が指導事項を守ることができるようにするための措置(以下「母性健康管理措置」といいます。)を講じなければならないと定めています。令和2年5月からは、新型コロナウイルス感染症についても母性健康管理措置が利用できるようになりました。また、医師等からの指導事項を事業主に的確に伝えられるようにするため、同法に基づく指針により、「母性健康管理指導事項連絡カード」(以下「母健連絡カード」といいます。)を定めていますが、令和3年3月に母健連絡カードを改正し、7月から改正されたカードを適用しています。

厚生労働省では、一般財団法人女性労働協会に委託して、事業主や人事労務担当者、産業保健スタッフ、産婦人科医の皆さまを対象に、令和3年10月以降、以下の日程で母性健康管理研修会をオンラインで開催することとしました。

研修会では、改正された母健連絡カードの活用方法、妊娠中・出産後の女性労働者の体調管理、コロナ禍での母性健康管理の留意点や職場環境づくりと法制度等について説明します。

ぜひ御参加ください(参加費無料)。

【開催日時】

令和3年10月7日(木)、10月21日(木)、10月26日(火)、11月2日(火)、

11月11日(木)、11月25日(木)、12月2日(木)、12月10日(金)、12月22日(水)

いずれも14:00～16:00

【研修内容、参加申込はこちら】

<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/kenshu/>

《地方公共団体の動き》

【北海道】

ほっかいどう働き方改革支援ハンドブック

→この度、北海道、北海道労働局、北海道経済産業局、北海道総合通信局、北海道運輸局、（独）高齢・障害・求職者雇用支援機構北海道支部では、中小企業・小規模事業者の方々の働き方改革に向けた取組を支援するため、各機関が所管する助成金・補助金のほか、相談窓口や企業認定制度など、働き方改革に係る支援制度を一冊にまとめた「ほっかいどう働き方改革支援ハンドブック」を作成しました。このハンドブックは、事業主の方々に国や道などの働き方改革に係る支援制度の情報をわかりやすく提供したいという考えから、「テレワークの導入促進に関するもの」、「時間外労働抑制に関するもの」、「非正規社員の処遇改善に関するもの」など、取組の目的別に支援制度を掲載しています。

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/rkr/rsf/hatarakihandbook.html>

【青森県】平川市

イクボス宣言企業支援事業

→平川市では、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）に配慮した職場環境づくりに取り組む市内企業等を増やし、従業員の士気や生産性の向上、優秀な人材の確保や定着、企業イメージの向上を支援するとともに、活気のあるまちづくりに資するため、「イクボス宣言」を実施する企業等に対し、必要経費を助成します。

- ・対象企業：市内に事業所を有する企業等（複数企業での申請も可）
- ・対象経費：「イクボス宣言」実施に係る講師の招へい費用（報償費および旅費）
- ・助成率：対象経費の100%（上限20万円）
- ・事業期間：2022年3月10日までに実施したもの ※申請は2022年2月10日まで

<https://www.city.hirakawa.lg.jp/kurashi/kyoudou/ikubosu2018.html>

【岩手県】釜石市

女性活躍セミナー2021

→企業で働くお一人おひとりが、自分らしくいきいきと働けるよう意識のアップデートを図り、自らのキャリアデザインを考える連続講座です。（第1回は8月に終了）

（第2回）※オンラインのみの可能性あり

・内容：「先行事例から学ぶ多様な人材が活躍するコツ」株式会社ベアレン醸造所 専務取締役 畠田洋一氏（もりおかの食と農バリューアップ推進円卓会議委員）

※岩手県及び釜石市の担当者から企業向け認定制度の概要説明あり

- ・日時：2021年9月14日（火）13:30～15:30

（第3回）

- ・内容：「女性が働きやすく、働きがいがある職場はみんなでつくる！社員参加型プチワー

クショップ」株式会社 Will Lab 代表取締役 小安美和氏（釜石市地方創生アドバイザー）

- ・日時：2021年10月12日（火）13:30～15:30
- ・会場：しごと・くらしサポートセンター（釜石市港町2丁目1-1イオンタウン釜石2F）
- ・申込方法：申込フォームまたは電話からお申込ください。
- ・申込締切：（第2回）9月10日（金）、（第3回）10月8日（金）

<https://www.city.kamaishi.iwate.jp/docs/2021080500066/>

【福島県】

講師派遣型研修会（業界団体・経済団体向け）について

→福島県では、業界団体や経済団体の皆様に専門家を無料で派遣し、働き方改革に関わる課題解決のお手伝いをします。ニューノーマルの時代、各企業の課題は様々です。その課題に対する施策のポイントは「業界団体や専門性の個別課題にマッチしているか」という点にあります。お申込み後に、現在の課題をヒアリングし、カスタマイズ型カリキュラムを提供致します。コロナ禍で働き方の変革が求められています。組織の課題解決で、「社員がイキイキと働ける」職場を目指しましょう。

・申込：申込み票に必要事項を記入の上、FAXで申込をしてください。申込み後に現在の課題をヒアリングし、カスタマイズ型カリキュラムを提供いたします。

- (1) 標準講座時間 60分～120分
- (2) オンライン対応可
- (3) 申込先着7団体

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/32011c/hakengata.html>

【福島県】会津若松市

男女がともに働きやすい環境づくりに取り組む事業者を表彰します！

→会津若松市では、ワーク・ライフ・バランス（仕事と育児・介護との両立など）、女性の管理職登用促進、男性の育休取得促進、多様な働き方の導入など、男女がともに働きやすい環境づくりに積極的に取り組んでいる事業者を市長が表彰し、市ホームページや市政だよりなどで広く紹介しています。

・対象となる事業者：市内に事業所を有し、次のような取組を積極的に行っている事業者（※これまでに表彰された事業者を除く）

- (1) 男女がともに働きやすい環境づくり
- (2) 女性の能力活用や職域拡大、管理職登用促進など、ポジティブ・アクションの取組
- (3) 仕事と家庭生活（育児・介護等）を両立しやすい職場づくりなど、ワーク・ライフ・バランス推進の取組
- (4) その他の男女共同参画の取組

・応募締切：2021年9月27日（月）必着

<https://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2007080902796/>

【栃木県】

働き方改革（ハラスメント・テレワーク対策）・経営支援 セミナー&相談会の開催について

→中小企業・小規模事業者等の皆様においても、令和2年4月から「時間外労働の上限規制」、令和3年4月から非正規雇用労働者への不合理な待遇格差の解消を目指す「同一労働同一賃金」への対応が必要です。新型コロナ禍により労働環境が激変している今、求められる働き方改革と経営支援についてのセミナーです。

・開催日時：2021年9月22日（水）13:00～ 那須烏山会場（栃木県庁南那須庁舎）

10月29日（金）13:00～ 真岡会場（真岡市役所）

11月10日（水）13:00～ 宇都宮会場（栃木県庁河内庁舎）

・内容：セミナー（ハラスメント対策、働き方改革、経営支援、企業事例発表 等）、個別相談（働き方改革、助成金、テレワーク、経営支援等の様々な問題に無料で相談に応じます。）

・申込方法：FAX またはメール、電話でお申込ください。

・申込締切：開催日の1週間前まで

<https://www.pref.tochigi.lg.jp/f57/semina-2.html>

【埼玉県】

第2回 働き方改革セミナー 男性の育児休業取得を促進～個人も企業も成長させる「イクボス・マネジメント」の極意とは～

→育児参加・育児休業取得の支援なども含め、部下のキャリアと人生を豊かにし、組織の業績アップにもつなげていく「イクボス式」マネジメントとは？イクボスの育て方とは？6月に改正された育児・介護休業法を含む育休制度の概要、法改正による企業を取り巻く環境変化にあわせて、企業に求められる男性の働き方見直し、ワーク・ライフ・バランスの取組を解説します。事前に予約すれば、社労士等による個別相談もできます。

・日時：2021年9月14日（火）14:00～16:00 個別相談 16:00～17:00

（オンデマンド配信：9月15日（水）～22日（水））

・開催形式：オンライン形式（Zoom）またはサテライト会場（セミナー上映・大宮ソニックシティビル 902 会議室）

※当日御都合により御参加いただけなかった方に、1週間オンデマンド配信を行います。

※定員に達し次第、締め切ります。

（第1部）14:00～15:00

・内容：「男性の育児休業取得を促進～個人も企業も成長させる「イクボス・マネジメント」の極意とは～」

・講師：特定非営利活動法人ファザーリング・ジャパン 代表理事・ファウンダー 安藤哲也氏

・ファシリテーター：株式会社キャリア・マム 代表取締役 堤香苗氏

（第2部）15:00～16:00

・内容：先進企業の事例紹介（先進企業による取組内容の紹介、パネルディスカッション）株式会社ティー・アイ・シー（埼玉県／情報通信業）、株式会社大橋製作所（東京都／製造業）

・対象：県内企業にお勤めの方 先着 100名

・参加費：無料

<https://www.saitama-hkaikaku.jp/workstyle/0914/>

【新潟県】

理想の職場づくりを支援するコーディネーターを派遣します

→多様な人材が活躍できる職場環境づくりや雇用管理改善を経験豊富なコーディネーターが訪問支援します。従業員が働きやすいと感じる職場は自然と人が集まります。誰もが働きやすい魅力ある職場づくりに向けて、本事業を活用してみませんか？

・支援内容：企業内で経営面・労務面双方から職場環境改善をサポートした実績のあるコーディネーター（社会保険労務士等）が職場を訪問し、課題の抽出から解決策の立案、具体的な行動スタート、途中経過の効果検証までを一連で支援します

・派遣回数：1社につき計5回程度（ヒアリング1回＋訪問3回＋フォローアップ1回）

※状況に応じて1～2回程度の追加支援も行います。

・費用：無料

・募集企業数：10社

・コーディネーター：株式会社エム・エスオフィス 社会保険労務士 石丸歩氏、コンサルタント 八木由莉子氏 ほか

・その他：希望に応じて訪問を行わず、ビデオ会議システムを活用した支援も可能です

<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shigototeijyu/1356845882583.html>

【静岡県】浜松市

柔軟な働き方の取組ポイントを聞く 働き方改革導入促進セミナー

→柔軟な働き方を実現し、働きやすい職場環境を整えるための企業向けセミナーを Web 配信形式で開催します。

・日時：2021年9月17日（金）13:30～15:00

（第1部）先進企業の講演 13:30～14:15

・内容：「27年連続黒字の人を大切に作る仕組み～日本レーザーの働き方改革～」

・講師：株式会社日本レーザー 代表取締役会長 近藤宣之氏

（第2部）先進企業の講演 14:20～15:00

・内容：「社員一人ひとりが主人公の企業づくり～信じて任せて、組織の成長を実現～」

・講師：株式会社吉村 代表取締役社長 橋本久美子氏

・対象：事業所の経営者、労務人事担当者等

・申込方法：ホームページ（申込フォーム）または FAX にてお申込ください。

・申込締切：2021年9月10日（金）17:00 必着

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/sangyosomu/2020hatarakikatasemina.html>

【愛知県】名古屋市

令和3年度働き方改革対応支援事業を実施します

→働き方改革関連法（同一労働同一賃金など）への対応や、テレワークなどの新しいワークスタイルを生産性の維持・向上につなげる取組を支援するため、セミナーや専門家派遣の参加企業を募集します。

（1）働き方改革セミナー（各回30社募集）

同一労働同一賃金を主とした働き方改革関連法に関する理解を深めるとともに、テレワー

クなどの多様な働き方と企業の生産性の両立を支援するため、市内中小企業を対象としたセミナーを開催します。講演と共に、参加企業間の情報共有を図るため、取組事例の紹介やグループワークを実施します。

(第1回)

- ・日時：2021年9月7日(火) 14:30～16:30
- ・場所：ウイंकあいち 1101 会議室
- ・テーマ：同一労働同一賃金対応に向けた各社の取組

(第2回)

- ・日時：2021年10月12日(火) 14:30～16:30
- ・場所：ウイंकあいち 1201 会議室
- ・テーマ：テレワークの定着に向けた各社の取組

(第3回)

- ・日時：2021年11月9日(火) 14:30～16:30
- ・場所：ウイंकあいち 1102 会議室
- ・テーマ：多様な働き方と生産性の両立(スマートワーク)に向けて
(2) 生産性向上専門家派遣(10社募集)

生産性の向上を目的とした課題整理やコミュニケーションツールの導入・活用方法等に対する助言を行うため、労務リスク管理や組織改革の専門家を市内中小企業に1社あたり6回派遣します。

<https://www.city.nagoya.jp/keizai/page/0000119281.html>

【三重県】

働き方改革アドバイザー派遣企業を募集します

→三重県内企業において、働き方改革の取組がより実効性のあるものとなるように、働き方改革に取り組む意欲のある企業等に対して、「働き方改革アドバイザー」を派遣し、個別企業の状況に応じて働き方改革の取組を支援します。この機会にぜひ御活用ください。

- ・期間：2021年8月～2022年3月
- ・企業数：7社(回数：1社あたり5回程度)
- ・内容：働き方改革アドバイザーの派遣
- ・派遣対象者：下記の要件をすべて満たす三重県内に本社または事業所を有する企業等
 - (1) 三重県地域活性化雇用創造プロジェクト事業指定対象業種の企業
 - (2) 三重県地域活性化雇用創造プロジェクト賛助会に入会し、臨時会費(1万円)を負担する事業者
 - (3) 働き方改革アドバイザー派遣の取組成果をモデル事例として発信することに協力できる企業
 - (4) 取組成果中間共有会(11月頃)と取組成果最終共有会(2月頃)に参加できる企業

<https://www.pref.mie.lg.jp/TOPICS/m0030700427.htm>

【京都府】舞鶴市

舞鶴市サテライトオフィス設置支援事業費補助金

→事業者が取り組むワーク・ライフ・バランスの充実及び多様な働き方の促進を支援するとともに、舞鶴市の雇用の拡大、地域活性化を図るため、サテライトオフィスを設置する事業者を支援します。

- ・補助対象者：舞鶴市内に本拠の事務所を設置していない事業者
- ・補助対象事業：舞鶴市内に新たにサテライトオフィスを設置する事業で、1年以上運営することが見込まれるもの。
- ・補助対象経費：
 - (1) 事務所の購入、改装工事、建築工事に要する経費
 - (2) 事務所の貸借（敷金、礼金除く）に要する経費
 - (3) 給排水衛生施設、空調設備及び電気・照明設備の購入または工事に要する経費
 - (4) 備品の購入に要する費用
- ・補助金額：補助対象経費の3分の2（千円未満の端数切捨て）
- ・上限額：100万円 ※留意事項あり

<https://www.city.maizuru.kyoto.jp/shigoto/0000008798.html>

【鹿児島県】

多様な働き方推進モデル創出事業を実施します

→育児や介護との両立といった、働く方のニーズが多様化する中、テレワーク等「働き方の新しいスタイル」への対応をはじめとした多様な働き方が可能な職場環境づくりがますます重要となっています。鹿児島県では、令和3年度末までの約1年間、選定したモデル企業10社について、外部コンサルティング会社による支援を受けながら多様な働き方の実現に取り組んでいただく「多様な働き方推進モデル創出事業」を実施します。

<http://www.pref.kagoshima.jp/af04/rousei/modelbosyu.html>

【編集後記】

労働政策研究・研修機構が2020年1月27日から2月7日に実施した、企業と労働者に対する「年次有給休暇の取得に関するアンケート調査」によると、近年の年次有給休暇取得促進策により会社や上司などの年休取得に関わる雰囲気が改善されたこと、年休の年5日の取得義務化が施行されたこと等から、労働者にとって年休の取得しやすさが向上しているとのこと。

また、時間単位年休の導入企業割合は2割程度ですが、導入されている企業において労働者は病気治療や育児・介護のために時間単位年休を取得しており、取得の満足度は「たいへん満足している」「まあ満足している」の合計割合が65.4%と高くなっています。

コロナ下で、テレワークや時差出勤の導入など働き方の大きな転換期を経た今こそ、労働者の意識が企業側に伝わる、風通しよく、働きやすい職場が一つでも多くなればと思います。

※「年次有給休暇の取得に関するアンケート調査」（(独)労働政策研究・研修機構／2021年7月公表）

<https://www.jil.go.jp/institute/research/2021/211.html>

このメールは送信専用メールアドレスから配信されております。
このまま御返信いただいてもお答えできませんので御了承ください。

配信中止はこちらから

<https://nmg.cao.go.jp/cao007/unsubscribe.php>

配信先変更は上記により配信中止の後、こちらから新しいアドレスで登録

<https://nmg.cao.go.jp/cao007/subscribe.php>

バックナンバーはこちらから

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/e-mailmagazine/backnumber/index.html>

このメールマガジンへの御意見・御要望はこちらから

<https://form.cao.go.jp/gender/opinion-0086.html>

内閣府「仕事と生活の調和」推進サイトはこちらから

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/index.html>