
ワーク・ライフ・バランス メールマガジン
カエル！ジャパン通信 Vol.233 令和6年10月31日
発行：内閣府 仕事と生活の調和推進室

<<<今号の目次>>>

1. はじめに

2. コラム テレワークがもたらす多様な働き方と新たな価値

3. 最新情報
 - 《お知らせ》 3件
 - 《地方公共団体等の動き》 10件

■□■ 1. はじめに ■□■

内閣府男女共同参画局

◆アンケートへのご協力のお願いです

平素は「カエル！ジャパン通信」をお読みいただき、ありがとうございます。
メールマガジンの内容をより充実させていくため、アンケートを実施します。
所用時間は3分程度です。11月15日（金）までに、下記 URL よりご回答ください。
(外部のウェブサイトへリンクします。)

<https://forms.office.com/r/1m9rYqcnPu>

■□■ 2. コラム ■□■

テレワークがもたらす多様な働き方と新たな価値

風神 佐知子さん

慶應義塾大学 商学部 教授

慶應義塾大学商学部卒業、慶應義塾大学大学院商学研究科博士課程単位取得退学。
商学博士。中京大経済学部准教授、慶應義塾大学商学部准教授などを経て現職。
専門は、労働経済学。

コロナ禍で緊急対応として導入が進んだテレワークですが、やってみると意外に有用性が高く、新たな働き方として定着しつつあります。「テレワークは労働力確保や生産性向上に寄与する可能性がある」と指摘する風神佐知子さんに、労働市場への影響や生産性の向上につなげる上での留意点について、お話をうかがいました。

◆コロナ禍で一気に広まる

コロナ禍を受けて柔軟な働き方に関心が集まり、テレワークも急速に広まりました。それ以前から、働き方改革や東京オリンピックでの渋滞緩和の観点から注目されてきましたが、浸透度は低く、2019年の導入企業は20.2%、そのうち半数は実際にテレワークを利用している従業員が10%未満でした。それが2023年には導入企業が49.9%、従業員の半数以上が利用している企業も2割超に上ります（総務省「令和5年通信利用動向調査」）。コロナ禍からの揺り戻しはあるものの、高い水準を維持しており、この傾向は変わらないでしょう。

日本の労働市場は、人手不足や女性の能力の未活用といった課題を抱えています。テレワークには、これまで「通勤」がネックとなって就労せよにきた人たちの労働参加を促す効果があり、こうした問題の解決策になり得ます。

◆労働参加を後押し

アメリカの研究では、テレワークが可能になったことで、既婚女性の労働参加が進んだ可能性を示すものがあります。日本のデータを分析してみても、通勤時間の長さから都市部に比べて労働参加率や正社員率が低い傾向にあった都市部近郊で、既婚女性が働く確率が上昇していることが確認できました。また、専門性に合った仕事を求める女性、子育て・介護中の人、地方在住で心身の障害を持つ人なども、働く確率が上昇していました。テレワークは、出産や介護の際の継続就労に有用です。転勤時の有効性については、統計上はまだ確認できていませんが、今後は男女双方のキャリア形成に貢献することが期待されます。

地方から東京への人材流出の理由のトップは「地元で希望する仕事がないこと」となっており、移住の際にも仕事が障壁の一つとなっています。テレワークを活用すると、地方に居ながら都会の仕事をしたり、都会に居ながら地方で求められるスキルを提供したりすることができ、地方居住者の雇用創出や地域活性化につながる可能性があります。ただし、地方での導入は都市部より低いのが現状です。

◆プライベートの充実に効果も

では、従業員のワーク・ライフ・バランスにはどのような影響を与えるのでしょうか。テレワークの明らかなメリットは通勤時間の節約です。国内外のアンケート調査を見ると、家族との時間や趣味などに充てる時間が増えるなど、プライベートの充実に一定の効果があることがうかがえます。反面、仕事と家庭生活の境界があいまいになるといったこともあり、仕事と家事の両立ストレスを高める場合があることには注意が必要です。

2023年度の国土交通省「テレワーク人口実態調査」によれば、現在もテレワークを継続している人の38.1%がテレワークをするようになってから生活全体への満足度が上がったと答えていますが、下がったという人も5.6%いました。プライベートが浸食されないよう、管理職や個人には仕事量や労働時間を管理する工夫が求められます。

◆生産性への影響は

生産性についても、正負両方の回答があります。テレワークによる業務中断の減少、生活満足度の向上などは、生産性にプラスの影響を与えます。労働者が主観的に捉える生産性では、通勤にかかる時間や金銭の節約だけでなく、仕事の準備や身だしなみにかける時間も短縮され、さらに1日の時間の使い方がより自律になることで、非金銭的な価値も生まれるようです。一方で、上司や同僚とのコミュニケーションが取りにくく、作業効率の低下や孤立感を感じる人もいるなど、マイナスの要素もあります。テレワーク時間が長くなりすぎると、生産性が低下する傾向があります。一定の対面コミュニケーションは、イノベーション促進の面からも必要です。

現状を見ても、出社とテレワークを組み合わせるハイブリッド型が増えており、一般的な働き方として定着していくと思われれます。

テレワークは柔軟な働き方を可能にしますが、仕事とプライベートの線引きを明確にすることを好む人もいれば、むしろ融合している方を好む人もいます。最適な働き方は、職種や個人の好み、テレワークの機会がどの程度提供されているか、などに左右されます。各自が望ましい働き方を選択できることが、生産性を高める上でも重要です。働く人も、自らの働き方の自由度を高めるために、能力やスキルを意識して育むことが大切です。

■□■ 3. 最新情報 ■□■

《お知らせ》

【文部科学省】

■令和6年度「女性活躍推進セミナー」

国立女性教育会館（NWEC）では、令和6年度「女性活躍推進セミナー」をオンラインで実施します。このセミナーでは、「女性活躍」をめぐる、地方や中小企業の多様な実態と実践の実例を通じて、各々の組織や地域が直面する課題解決に向けてのヒントを得ます。詳細はこちらをご覧ください。

https://www.nwec.go.jp/event/training/g_soshiki2024.html

【厚生労働省】

■治療と仕事の両立支援シンポジウム

シンポジウムでは、両立支援で用いる様式（「勤務情報提供書」や「主治医意見書」等）を介した治療と仕事の両立支援の進め方や実践方法について、労働者（患者）、企業、医療機関、両立支援コーディネーターの各視点からお伝えします。

治療と仕事の両立支援に関わられている方だけでなく、まだ取り組まれていない企業や団体、自分の会社では取り組みが困難と悩まれている方も是非ご参加ください。

●テーマ「治療と仕事の両立支援とは？動き始めるのは会社自身、そして、労働者自身。」

日時：2024年11月19日（火）13:30～16:00

場所：東京商工会議所5階（東京都千代田区丸の内3-2-2（丸の内二重橋ビル））

開催方法：現地&オンライン

申込（現地参加のみ）：<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/symposium/>

※オンライン視聴は申込不要

参加費：無料

<お問い合わせ>

「治療と仕事の両立支援広報事業」事務局（委託先：株式会社大広）

E-mail: info@chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp



【厚生労働省】

■11月は、「しわ寄せ」防止キャンペーン月間です。

厚生労働省、中小企業庁及び公正取引委員会は、11月を「しわ寄せ」防止キャンペーン月間と位置づけ、「しわ寄せ」防止に向けた集中的な周知・啓発に取り組んでいます。

大企業・親事業者による長時間労働の削減などの取組が、下請等中小事業者に対して適正なコスト負担を伴わない短納期発注、急な仕様変更などの「しわ寄せ」を生じさせている場合をいいます。

大企業・親事業者と下請等中小事業者は共存共栄という認識の下、適正なコスト負担を伴わない短納期発注や急な仕様変更などはやめましょう。

詳しくは、「しわ寄せ」防止特設サイトをご覧ください。都道府県労働局雇用環境・均等部（室）にお問い合わせください。

<詳細はこちら>

「しわ寄せ」防止特設サイト <https://work-holiday.mhlw.go.jp/shiwayoseboushi/>

《地方公共団体等の動き》

各事業の詳細はそれぞれの地方公共団体等にお問い合わせください。

なお、以下の内容は、地方公共団体等の HP の内容を引用したものです。

【宮城県】 仙台市

“気持ちを伝える”ミニ講座「働くときのコミュニケーション」

「どこに転職しても、苦手な人がいて悩んでしまう」「上下関係を気にして、言いたいことがうまく言えない」。そんな職場の人間関係をテーマに、レクチャーとワークを行います。自分を大事にしながらか働き続けるために、できることを考えてみましょう。

日時：令和6年12月14日（土）9:30～11:30

対象・定員：職場の人間関係に悩む女性・15名（先着順）

場所：エル・ソーラ仙台

申込方法：電話（受付開始11月6日9:00）

<https://www.sendai-l.jp/event/15290.html>

【埼玉県】

【第6回働き方改革セミナー】

多様な人材活躍のため、女性活躍推進や男性の働き方見直しといった取組が企業に求められています。人口減少により人員・資源が限られていく今だからこそ、本質的な生産性向上と人材確保を叶えるための取組として、企業が取り組むべきことを解説します。事前に予約すれば、社会保険労務士等による個別相談もご利用いただけます。

※オンライン形式（Zoom）

日時：令和6年12月5日（木）14:00～16:00

※当日ご都合によりご参加いただけなかった方にオンデマンド配信を行います。

【第1部】 講義

今こそ取り組みたい！女性活躍推進のポイント ～誰もが輝く職場づくり～

講師：白河桃子さん（相模女子大学大学院特任教授/昭和女子大学客員教授）

- ・女性活躍推進法とは
- ・女性活躍推進における課題
- ・性別を問わない働き方改革との関係性
- ・今から始める女性活躍推進

【第2部】 先進企業による取組紹介・パネルディスカッション

社会福祉法人陽彩こころの会 鳩ヶ谷キッズランド（埼玉県／医療・福祉業）

三和建设株式会社（大阪府／建設業）

【第3部】 個別相談（事前予約制・無料）

対象・定員：県内企業の経営者またはお勤めの方・100名（先着順）

申込方法：Web

<https://www.pref.saitama.lg.jp/workstyle/seminar/pref/241205.html>

【千葉県】君津市

女性リーダー育成プログラム

これまで自分なりにキャリアを重ねてきたけれど、この先もステップアップしながら働いていけるか、不安や迷いを感じていませんか？

「わたしがリーダーなんて自信がないな…」 「家庭や自分の時間も大事にしたい…」

このプログラムでは、そんな思いを持つ働く女性同士、仲間づくりをしながら、いきいきと自分らしく働いていくコツを学びます！自分らしくありたい姿・自分らしいリーダー像に向けて、一緒に一步を踏み出してみませんか？

講師：桜田 陽子さん（株式会社ワーク・ライフバランス）

日時：第1回：令和6年11月25日（月）

第2回：令和6年12月13日（金）

いずれも 13:30～15:30（13時開場）

対象・定員：君津市内在住または在勤の女性管理職、管理職候補の方・20名（先着順）

場所：君津市役所 5階大会議室（久保2-13-1）

※1事業所から複数名のご参加も歓迎です！

※現在管理職でない方もご参加いただけます！

申込方法：Web・電話・メール

※お申込後、参加者を対象とした事前アンケートを送らせていただきますので、ご協力をお願いします。

<https://www.city.kimitsu.lg.jp/soshiki/12/60457.html>

【新潟県】

働く女性のスキルアップセミナー PART.1 リーダー養成コース

リーダーや管理職として、求められる役割を果たしながら自分らしくスキルアップ・キャリアアップを目指しましょう。

※オンライン形式（Zoom）

講師：菅生としこさん（株式会社 AWESOME EYE 代表取締役）

日時：令和6年11月17日（日）13:30～16:30

内容：あなたの力が最大限活きる仕事術

- ・自己理解とセルフマネジメント
- ・自分もメンバーも成果をあげる方程式

対象・定員：リーダーとしての役割を期待されている・リーダーを目指している女性、リーダーになったばかりの女性など・20人（申込先着順）

日時：令和6年12月7日（土）13:30～16:30

内容：多様なメンバーを活かす対話術

- ・周りを自然と巻き込むコミュニケーション
- ・すぐに使えるコミュニケーションスキル

対象・定員：リーダーとしての役割を期待されている・リーダーを目指している女性、
リーダーになったばかりの女性など・20人（申込先着順）

※両日程参加・1回だけでも参加できます

参加費：各3,000円（割引制度があります。詳細はお問い合わせください。）

申込方法：Web（新潟県女性財団での受講を希望される方は、備考欄にその旨をご記載ください。）

11月17日：<https://npwf.jp/event/1117/>

12月7日：<https://npwf.jp/event/1207/>

【富山県】

煌めく女性リーダー塾 オンライン公開講演会

「しなやかに自分らしくキャリアを拓く」

県内企業等における女性の活躍を一層推進するため、リーダーをめざす女性社員等の相互交流と自己研鑽を図り、業種・職種の枠を超えたネットワークを構築する「煌めく女性リーダー塾」の公開講演会を開催します。今回はオンラインでの開催となります。

講師：江島まゆみさん（全日本空輸株式会社 名古屋支店 支店長・

ANA あきんど株式会社 執行役員 名古屋支店 支店長）

日時：令和6年12月13日（金）13:30～14:45

対象・定員：県内企業の女性社員、ダイバーシティ担当者、女性活躍推進担当者、
県内在住者（男性も受講できます）・100名（先着順）

申込方法：Web

<https://www.sunforte.or.jp/event/svEveDtl.aspx?servno=1271>

【山梨県】

ワタシらしさ再発見！働く女性のためのキャリアデザイン

女性の人生には、結婚、出産、育児などの分岐点がたくさんあります。さらに仕事を続けていく中では、役割や責任の変化もあります。選択肢がたくさんあるのは、楽しみでもありますが、そのために迷ったり、悩むこともありますよね。

もっと自分のことを好きになり、未来の自分にワクワクしたいと思いませんか？自分のこれまでを振り返り、改めて、自分が大事にしたいことや自分の強みを言葉にしながら、充実したライフキャリアを実現するためのステップを踏み出しましょう。

講師：岡 智子さん（キャリアコンサルタント、公認心理師）

日時：令和6年11月22日（金）10:00～15:00

対象・定員：市町村、民間企業、各種団体に勤務する女性・20名（先着順）

場所：ぴゅあ総合 小研修室1（山梨県立男女共同参画推進センター）

申込方法：Web・電話・Fax・メール

<https://www.yamanashi-bunka.or.jp/pwm/descriptsogo.html?code=1965>

【兵庫県】神戸市

働きたい女性のための就職支援セミナー（全4回のうち第4回目）

できているようでできていない？面接でのマナーと対応について

講師：マザーズハローワーク三宮 就職支援ナビゲーター

日時：令和6年12月17日（火）10:30～12:00

対象・定員：神戸市在住・在勤の女性、仕事を見つけない・働きたい女性・
25名（応募者多数の場合抽選）

場所：あすてっぷ KOBE 2階セミナー室（神戸市男女共同参画センター）

申込方法：Web（11月1日から）

<https://astep.city.kobe.lg.jp/2024/08/01/%e5%83%8d%e3%81%8d%e3%81%9f%e3%81%84%e5%a5%b3%e6%80%a7%e3%81%ae%e3%81%9f%e3%82%81%e3%81%ae%e5%b0%b1%e8%81%b7%e6%94%af%e6%8f%b4%e3%82%bb%e3%83%9f%e3%83%8a%e3%83%bc%e3%80%90%e5%85%a84%e5%9b%9e/>

【兵庫県】

女性のための再就職1日集中講座

「面接官の心に届く 伝える力を身につけましょう！」

面接でうまく自分の話したいことが伝えられないと悩んでいるあなたへ、話したいことの要点を印象良く面接官に伝えられるよう、話の構成・話し方の練習、面接マナーの習得と面接レッスンで対策し、自信を持って面接に臨みましょう！

講師：前川 典子さん（(社)キャリアマイスター協会理事長、

国家資格2級キャリア・コンサルタント技能士、ビジネスメンターベーシック資格）

日時：令和6年12月11日（水）10:00～16:00

対象・定員：再就職を希望する女性の方・15名（応募者多数の場合は抽選）

場所：兵庫県立男女参画センターセミナー室（神戸クリスタルタワー7階）

申込方法：Web

<https://hyogo-even.jp/seminar/%e3%80%90%ef%bc%91%ef%bc%92-%ef%bc%91%ef%bc%91%ef%bc%88%e6%b0%b4%ef%bc%89%e9%96%8b%e5%82%ac%e3%80%91%e5%a5%b3%e6%80%a7%e3%81%ae%e3%81%9f%e3%82%81%e3%81%ae%e5%86%8d%e5%b0%b1%e8%81%b7%ef%bc%91%e6%97%a5.html>

【広島県】広島市

女性管理職ホンネでトーク座談会

女性管理職のみなさん！！職場の垣根を越えて、新たなネットワークを築きませんか？職場では、まだまだ少数派の女性管理職。堅苦しいことは抜き！フリートークの座談会です。少しでも気になったら、ぜひお気軽にご参加ください。

ファシリテーター：嶋治 美帆子さん（広島電鉄株式会社 執行役員 コンプライアンス担当、
国家資格キャリアコンサルタント）

日時：令和6年11月30日(土) 13:30～16:00

対象・定員：企業・自治体などに勤務している管理職の女性・15人（先着順）

場所：ゆいぽーと5階研修室（広島市男女共同参画推進センター）

申込方法：Web・電話・Fax・メール・来館等

※名刺をお持ちの方はご持参ください。

<https://www.yui-port.city.hiroshima.jp/?cn=100134>

【福岡県】北九州市

働く女性のためのムーブカフェ

ムーブカフェ、それはキャリアについて考える女性同士、
コーヒーを飲みながらカフェにいるようなアットホームな雰囲気、ロールモデルのお話を聞いたり情報交換をしたりする場—

今回は、「自分らしさを大切にしたい転職」についてのお話をうかがいます。

講師：川上 布裕子さん（株式会社Y E デジタル 管理本部 広報部長）

日時：令和6年11月9日（土）10:30～12:00

対象・定員：キャリア形成に関心のある働く女性・15名（先着）

場所：ムーブ5階 企画ルーム1（北九州市立男女共同参画センター）

申込方法：Web

<https://www.kitakyu-move.jp/jigyuu/10243.html>

【編集後記】

11月はテレワーク月間です。コロナ禍で一気に広まったテレワーク。導入企業や実施頻度は一時期よりやや減ったものの、雇用される人の4人に1人が利用しています。実際に体験してみて、自分の働き方やワーク・ライフ・バランスを見つめ直した人も多かったのではないのでしょうか。テレワークは、単に働く場所の問題ではなく、人々の生活様式や意識にも影響を与えているようです。

国土交通省の「テレワーク人口実態調査（令和5年度）」によれば、地域活動に取り組んでいる雇用型テレワーカーは21.8%で、非テレワーカーの8.1%を大きく上回ります。

副業・兼業の実施率もテレワーカー18.6%、非テレワーカー6.2%と10ポイント以上の差です。いずれも、興味がある人まで含めると、差はさらに拡大します。テレワークで時間の余裕が生じた分、本業以外へ視野を広げている様子が見えます。

消費行動などにも変化が見られます。食料品・日用品の買い物については、テレワークをするようになってから、勤務先近くでの頻度を減らした人が26.7%と目立つ一方、自宅近くでの頻度が増えた人は37.1%、オンライン利用の頻度が増えた人は32.4%に上ります。映画観賞やコンサートといった趣味・娯楽の活動頻度に関しては、勤務先や自宅近くで減り、オンライン利用が増える傾向にありました（いずれも東京都圏の居住者）。こうした変化は、地域活性化やデジタルを活用した新サービスの開発などにもつながると思われる、ワーク・ライフ・バランスの実現をさらに後押ししていくでしょう。

テレワーカーの大半はテレワークの継続を望んでおり、肯定的に評価されているようです。仕事や生活に対する満足感は生産性にプラスの影響があると考えられることから、企業と働き手の双方にとって好ましいことです。若い世代では、テレワークの可否が就職先選びの判断材料の一つになっているとされます。働く人の希望に前向きに対応するかどうかは、企業の競争力にも関わってきます。対面サービスを主とする飲食、小売業などテレワークが困難な業種もありますが、ICT機器の導入で経理や顧客管理など部分的にでも導入できる可能性もあります。

厚生労働省は、良質なテレワークを制度として導入・実施することにより、労働者の人材確保や雇用管理改善等の観点から効果をあげた中小企業事業主に対して、機器の導入費用等の助成を行っています（※）。テレワークの導入・活用にお役立て下さい。

※厚生労働省「人材確保等支援助成金（テレワークコース）」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/telework_zyosei_R3.html

本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。

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

<https://www.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

<https://wwa.cao.go.jp/wlb/index.html>