

# 仕事と生活の調和推進プログラム (簡易版)

—仕事と生活どちらも大切—



## 東北ブロック仕事と生活の調和推進会議

### 東北ブロック仕事と生活の調和推進プログラムとは

「労働時間等の設定の改善に関する特別措置法」が平成18年4月1日に施行されました。この法律は、労使の自主的な取組により、労働時間や休日、休暇のあり方などを労働者の健康と生活に配慮したものにして、労働者一人ひとりの仕事と生活の調和を図ることなどを目的としたものです。

東北地方は全国と比較して年間総実労働時間が長く、年次有給休暇の取得率も低くなっています。さらに、①高齢人口が多く生産年齢人口が少ない、②人口10万人当たりの生活習慣病による死亡率が高い、③平均余命が短い、④人口10万人当たりの自殺者数が多い、⑤スポーツや旅行の行動者が少ないなどの特徴がみられます。

労働時間等の設定の改善の促進を通じて仕事と生活の調和を推進するためには、生活に密着したそれぞれの地域における理解と協力が不可欠であることから、青森、岩手、宮城、秋田、山形、福島 の6県を一つのブロックとして、「仕事と生活の調和推進会議」（議長：佐藤洋 東北大学大学院医学系研究科教授）を開催し、労使をはじめ学識経験者など幅広く意見を求め、平成18年11月に **東北ブロック仕事と生活の調和推進プログラム** を策定しました。このパンフレットはその簡易版です。

仕事と生活の調和を実現できれば、働く人は心身ともに充実した状態で能力を発揮することが可能となるとともに、企業にとっても生産性を向上させることが可能となり、人材の定着や有効活用につながることも期待されています。

労使双方がこのプログラムを参考として、労働時間等の設定の改善を通じた仕事と生活の調和を進め、社会全体として持続的成長や次世代育成支援のための責任を果たしていけるよう、このプログラムを提案します。

## 1 仕事と生活の調和を進めるための各企業の目標と具体的な手法

東北ブロック仕事と生活の調和推進会議は、各企業が次の3つの目標を参考に、概ね2年から5年以内に達成すべき、労働時間等の設定の改善のための具体的な社内目標と実施時期（ワーク・ライフ・バランス行動計画：WLBプラン）を定め、労使が協力してその実現を図ることを提言します。

なお、ここで示されている手法のすべてを実施しなければならないというものではありませんので、企業の実情を踏まえ、労使でよりよい手法を検討し選択しましょう。



### 目標1 長時間労働をなくす

#### 長時間労働の実態を把握し、削減目標を定めましょう

労働時間が長い労働者や部署の実態と理由を調査・把握し、削減のための具体的な手法と削減幅（又は削減率）の目標を定める。

#### 削減のためのヒント

- 一部の労働者の労働時間が長い場合⇒業務の平準化・効率化・簡素化・労働者の多能化などの業務改善
- 一部の部署の労働時間が長い場合⇒組織定員の見直しや必要な労働者の育成・採用などによる業務負担の分散
- 特定の時期に労働時間が長くなる場合⇒代替要員の育成、ひとつの職務を複数の労働者が担当するジョブシェアリングなどによる業務負担の分散

#### 労使協定の延長時間を守りましょう

長時間労働を解消するため、労使協定の延長時間を守る。また、長時間労働者への医師による面接指導と配慮を確実に行う。

### 目標2 育児・介護に携わる労働者、健康上の問題を有する労働者などへの優遇措置

#### 育児・介護等を行う労働者に配慮しましょう

- a** 育児・介護休業法を守り、育児や介護のための休業や勤務時間短縮等の措置などを利用しやすい職場環境を作る。
- b** 育児・介護休業法を上回る企業独自の援助措置を設ける。なお、一律に労働時間等を削減するのではなく、個々の労働者の意思や経済状態などにも十分配慮できるものとする。
- c** 家族や同居する親族に心身の健康の問題がある者がいる場合にも、育児・介護を行う労働者と同様に配慮する。

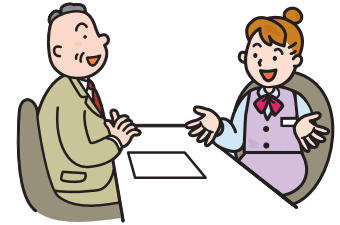
#### 健康上の問題を有する労働者に配慮しましょう

- a** 健康診断で所定外労働の抑制を指示された労働者に対しては、所定外労働を制限（禁止）する。

- b** 生活習慣病にかかるリスク（危険度）が高いと思われる労働者やメンタルヘルス対策が必要な労働者には、運動、休養、ストレスへの対処などのために、所定外労働の免除や休暇制度を設ける。
- c** 病気通院する労働者に対しては、法定の年次有給休暇とは別に時間休暇を与える。

### その他次のような優遇措置を設けましょう

- a** 単身赴任者に対して帰省休暇制度を設ける（例：半日休暇などで金帰月来を楽にするなど）。
- b** 配偶者出産休暇（父親休業）制度を設ける（例：妻の出産後、1週間程度の休暇を付与する）。
- c** 冬期積雪シーズン、農繁期などの時間休暇制度、始業終業時刻の変更、所定外労働抑制などを行う。



## 目標3 労働者全般の生活の質の向上及び仕事と生活の調和

### 所定外労働時間を削減しましょう

- a** 労使協定の範囲内で、原則限度基準・目標を定め、これを超えない。
- b** 休日労働は必要最小限のものにとどめる。
- c** 自己啓発を行う者の所定外労働を削減、免除する。
- d** 「職場ノー残業デー」を設定・拡大する。
- e** 自己啓発、家族行事、地域・学校行事参加、趣味活動などのための個人的な「マイ・ノー残業デー」を設けて所属部署で配慮する。
- f** 特定の時期の繁忙や仕事量の変動、労働者の働き方に応じた変形労働時間制など弾力的な労働時間制度の採用を検討する。

### 年次有給休暇の取得率を向上させましょう

- a** 年次有給休暇の取得をルール化するなど、取得しやすい雰囲気と環境を整える。
- b** 労使協定による計画年休制度を導入する。
- c** 年間・月間業務計画を策定するときに月に1日程度の年次有給休暇取得を盛り込むなど計画的に取得させる。
- d** ゴールデンウィークなどの連休に合わせて休暇取得週間・月間などを設け、年次有給休暇取得による旅行や運動などを薦める。
- e** 半日年次有給休暇を活用する。
- f** 企業経営方針に合致するボランティア参加のために年次有給休暇を取得した者への奨励措置（例：法定外の特別休暇、時間休暇など）を設ける。

### 所定内労働時間を削減しましょう

### 長期休暇制度等を導入しましょう

- a** 永年勤続者などへのリフレッシュ休暇など長期休暇を導入・拡大する。
- b** 積立休暇制度（未消化のまま消滅する年次有給休暇を積み立てておける制度）を設ける。
- c** 長時間労働者への疲労回復のための休暇制度を設ける。

## 2 各企業における全般的な取組事項



### 企業における体制を整備しましょう

- a** 経営トップ自らが、労働時間等の設定の改善を積極的に進め、労働者の「仕事と生活の調和」を図ることを表明する。
- b** 労働時間等設定改善法による労働時間等設定改善委員会を設置するなど、労使が協力して推進する体制を整える。
- c** 労使協議会などの場において定期的に目標達成状況について検討し、P D C A（計画（Plan）、実行（Do）、評価（Check）、改善（Action）のサイクル）の考え方で取り組む。

### 管理職と労働者の意識改革を図りましょう

管理者、一般労働者に対して、労働時間を有効に活用し業務を効率化して労働時間を短縮するための研修を行う。

### 他の事業主との取引に際して配慮しましょう

取引先企業での取組を妨げないよう、余裕を持った発注と適正な納期に配慮する。

#### 〇〇株式会社WLBプラン

〇〇株労働時間等設定改善委員会

1. 計画の背景と目的  
現在、社内には恒常的な時間外労働を行う従業員が…
2. 計画期間  
平成19年4月1日～平成22年3月31日
3. 計画の対象者  
全従業員とする。
4. 社内目標と取組事項  
(1)長時間労働をなくす  
月45時間以上の所定外労働を行う者を期間内に半減する。このため、各業務部長を責任者とした業務改善プロジェクトを設置し、業務の効率化・簡素化による業務改善を行う。…

このプログラムに関するご質問などは、東北ブロック内各労働局監督課までお問い合わせ下さい。

青森労働局監督課 TEL017-734-4112 岩手労働局監督課 TEL019-604-3006

宮城労働局監督課 TEL022-299-8838 秋田労働局監督課 TEL018-862-6682

山形労働局監督課 TEL023-624-8222 福島労働局監督課 TEL024-536-4602

なお、このプログラムの詳細は、宮城労働局のホームページ

[http://www.miyarou.go.jp/new/index\\_06\\_1221.html](http://www.miyarou.go.jp/new/index_06_1221.html) に掲載しています。