

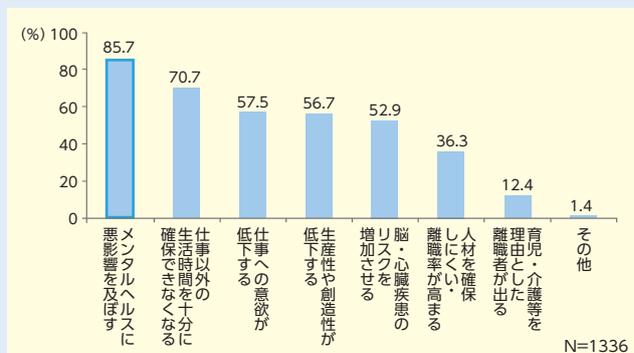
# 働き過ぎではありませんか？ 働かせすぎではありませんか？

～ 働き方・休み方改善指標を活用して、効率的に働いてしっかり休みましょう～

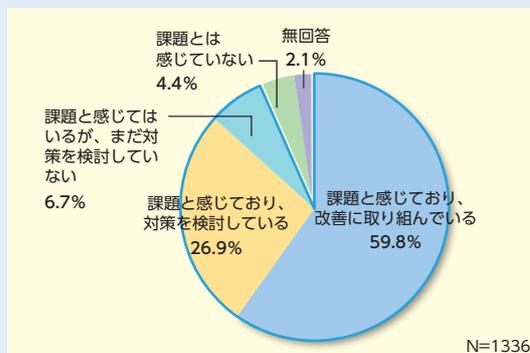
社員の生活時間には労働時間だけではなく、仕事以外の自由時間や家族とのふれあいの時間など様々な生活の時間があります。

企業や社員に行った労働時間や休暇に関する調査から、長時間労働や休日出勤、休暇が取得できない状態などが続くと、仕事時間や休暇取得についての社員の満足度が下がり、健康状態にもマイナスの影響を与えることがわかりました。

また、今回調査した企業では、長時間労働が続くと様々なマイナスの影響が生じると考えており（下図参照）、さらに長時間労働を経営上改善すべき課題と感じている企業が調査企業の約93%を占めていることがわかりました。そして、そのうち約60%は改善に取り組み、約27%は対策を検討しています。



社員に週60時間以上の長時間労働が続いた場合、一般的に、当らないし貴社にどのような影響が生じると思うか



長時間労働を、経営上改善すべき課題と思うか

出典) 本事業「従業員の労働時間と休暇に関する調査」(企業調査) (平成25年)

適切な労働時間で働き、ほどよく休暇を取得することにより、私生活を楽しみ、心身をリフレッシュすることは、仕事に対する社員の意識やモチベーションを高めるとともに、業務効率の向上にプラスの効果が期待されます。社員の能力がより発揮されやすい環境を整備することは、企業全体としての生産性を向上させ、収益の拡大ひいては企業の継続的な成長・発展につながります。

「取り組まなければいけない」とは思っているけど「取組の方法がよく分からない」

そこで

「課題の発見」や「取組」に活用できる **働き方・休み方改善指標** を開発しました

内容の一部を抜粋

**ポジションマップ**

縦軸: 年次有休取得率 (高い/低い)  
横軸: 週労働時間60時間以上の雇用者の割合 (低い/高い)

各クオadrantの状況:  
A: 働き方に問題あり  
B: 働き方に問題あり  
C: 休み方に問題あり  
D: 働き方と休み方に問題あり

見やすいポジションマップやレーダーチャートで自社の状況や取組の重点ポイントが確認できます。社員自身に気づきを与えるためのチェックシートも用意しています。

詳しくは裏面を参照ください

**レーダーチャート**

項目1: (方針・目標の明確化) 指標 (Vision ビジョン)

項目2: (改善推進の体制づくり) 指標

項目3: (改善促進の制度化) 指標 (System システム)

項目4: (改善促進のルール化) 指標

項目5: (意識改善) 指標

項目6: (情報提供・相談) 指標 (Action アクション)

項目7: (仕事の進め方改善) 指標 (Check チェック)

項目8: (実態把握・管理) 指標

イメージ図

長時間労働の抑制や年次有給休暇の取得促進の取組を行う際、自社にどのような課題があり、その改善の取組に何が足りないのかなど「働き方・休み方改善指標」を活用して、課題の抽出から必要な取組ポイントを把握し、取組を実施しましょう。おおまかな手順を説明します。

※詳しくはパンフレットを参照下さい。下記ホームページにて閲覧・ダウンロードできます。

[http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/kinrou/140312\\_01.html](http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/kinrou/140312_01.html)

2014年4月下旬に掲載を予定しています。

### ①パンフレットを入手します。

※パンフレットは、都道府県労働局にて配布していますが、数に限りがありますので、インターネット利用環境がございましたら上記のアドレスを使ってダウンロードしていただき、ご活用ください。



「ポジションマップ」「レーダーチャート」から「働き方・休み方の自社の現状(課題)の見える化」を行います

レーダーチャートでは、課題を8つの指標に分類しています

- ① <方針・目標の明確化>指標
- ② <改善推進の体制づくり>指標
- ③ <改善促進の制度化>指標
- ④ <改善促進のルール化>指標
- ⑤ <意識改善>指標
- ⑥ <情報提供・相談>指標
- ⑦ <仕事の進め方改善>指標
- ⑧ <実態把握・管理>指標

分類された課題(指標)毎にパンフレットに示された「チェックポイント」を確認し「対策の方向」や「取組の視点・例」を参考に、対策を検討し実施します。

### ②働き方・休み方改善指標により課題の「見える化」を行います。

左図の「企業向け」に開発された「ポジションマップ」「レーダーチャート」により、現状(実態)を把握します。

### ③課題を分析して、取組の施策を検討します。

②の実態から、改善の達成目標を立て、取組施策を検討します。

### ④取組施策を実施します。

働き方・休み方の改善に向けて、施策を実施します。

### ⑤経過を観察し、取組の効果を分析します。

取組施策を実施した後も、長時間労働や年次有給休暇の状況を定期的に把握して取組の効果を把握し、さらなる改善に取り組みます。

またパンフレットには、労働時間や年次有給休暇について、社員自身の理解を促し、職場での働き方・休み方の改善にご活用いただける「働き方・休み方チェックリスト」を用意しています。

チェックリストを活用することにより、社員各自が自身の働き方・休み方を振り返り、また、職場のマネジメントについても必要に応じて改善策を検討していただくための気付きを得られることが期待されます。(右図参照：パンフレットから抜粋)

#### チェックリスト

#### 2. あなたの仕事の進め方について

あなたの仕事の進め方や考え方について、各項目のあてはまる回答ひとつを選択してください。各項目は、あなたやあなたの職場の仕事の進め方についてお聞きしています。質問に回答しながら、ご自身の仕事の進め方の良い点、改善すべき点について検討してください。

		1	2
		はい	いいえ
仕事の考え方	1-1 時間をかけるほど良い仕事ができると思う。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1-2 周囲が残業していると先に帰りにくいと思う。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1-3 仕事をしている以上、残業するのが当たり前だと思う。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

「はい」の数⇒ / 3