いい仕事しよう。いい人生しよう。進行中。

一緒に考えていきませんか。「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）」。

今、日本は労働時間の長短二極化の状態にあり、長時間労働者の間で仕事と育児・介護との両立が難しい、地域活動に参加できない等の問題が生じています。
これを改善するには、既存の考え方や制度の改革に挑戦し、多様な生き方・働き方が選択できる
「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）」を実現しなくてはなりません。一人ひとりが生き生きと働き、家庭や地域生活においても充実した時間を持てる。
そんな日本をつくるため、個人レベルでの働き方の見直しはもちろんのこと、社会全体での着実かつ継続的な取組が必要です。
あなたもこれを機に「仕事と生活の調和」、考えてみませんか。

仕事と生活の調和が実現した社会とは…

平成19年12月、政労使の代表等からなる
「ワーク・ライフ・バランス推進官民トップ会議」で、
「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）憲章」及び
「仕事と生活の調和推進のための行動指針」が策定されました。

「憲章」において、
「仕事と生活の調和が実現した社会」とは、
「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、
仕事上の責任を果たすとともに、
家庭や地域生活などにおいても、
子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて
多様な生き方が選択・実現できる社会」と定義されました。

具体的には、

❶就労による経済的自立が可能な社会
❷健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会
❸多様な働き方・生き方が選択できる社会

を目指すべきとされています。

みんなで目指そう、仕事と生活の調和。

「行動指針」においては、仕事と生活の調和した社会の実現に向けた企業、働く者、国民、国及び地方公共団体の取組を推進するため、
政策によって一定の影響を及ぼすことができる
項目について数値目標が設けられています。

社会全体としての目標（例）

長時間労働者※の割合
10.8％ ▶ 2割減 ▶ 半減
※週労働時間60時間以上の労働者

年次有給休暇取得率
46.6％ ▶ 60％ ▶ 完全取得

男女の育児休業取得率
女性：72.3％ ▶ 80％ ▶ 80％
男性：0.5％ ▶ 5％ ▶ 10％

注：上記データは、いずれも「現状※▶2012年▶2017年」
※憲章及び行動指針策定当時

全国各地で進む、仕事と生活の調和。

実は日本中で、様々な企業が、様々な施策に取り組んでいます。
以下にそのほんの一部をご紹介します。

株式会社サタケ（広島県東広島市）
時間外労働削減や男性の育児参加を促進するポスターを制作・掲示。
時間外労働削減の意識向上や男性の育児休業者が増えた。

株式会社カミテ（秋田県小坂町）
育児休業等による欠員をカバーするため、社員に複数の業務を担当させ多能工として育成するなど、働き方の改革を実施。

株式会社長岡塗装店（島根県松江市）
働きやすい環境・制度を整えたことで、若手社員が増え、
ベテランから若手社員への技能伝承に向けた意識が高まった。

※上記3社は、「次世代のための民間運動
～ワーク・ライフ・バランス推進会議～」の
ワーク・ライフ・バランス大賞にて表彰されました。
（詳しくは、http://www.jisedai.net/index.html）

「仕事と生活の調和推進プロジェクト」は、次のステップへ。

厚生労働省は平成20年4月、
"仕事と生活の調和"を推進するプロジェクトを始動。
10社の協力を得て、同年7月、各社の経営トップによる
仕事と生活の調和の実現に向けた決意表明、
20年度に取り組む重点実施事項等を発表。
以来、各社の取組を様々な形で紹介してきました。
そして今回、21年度以降の取組事項をまとめた
「アクションプログラム」等を発表します。

東大教授・佐藤博樹氏が語る、「仕事と生活の調和」の必要性。

佐藤　博樹（サトウ　ヒロキ）
東京大学社会科学研究所教授。厚生労働省「仕事と生活の調和推進委員会」座長。
同省の労働政策審議会分科会委員等を兼職。

いまこそ仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）支援を正しく理解してその推進に取り組もう

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス、以下WLB）やWLB支援の内容については、必ずしも正しく理解されていない面があります。特に、厳しい経営状況に直面したことで、WLB支援に積極的に取り組んできた企業においても、雇用維持が最優先であり、社員のWLB支援どころではない、といった声が聞かれます。しかしながら、業務改革や生産性向上の取組とWLB支援は矛盾するものではなく、後者は前者にも貢献するのです。

例えば、WLB支援を福利厚生施策ととらえている企業がありますが、WLB支援は福利厚生施策ではなく、社員に意欲的に仕事に取り組んでもらうために不可欠な人材活用上の施策です。また、WLBやWLB支援を、仕事中心のライフスタイルを否定するもので、仕事と仕事以外の生活に割く時間を同程度とする生き方を唯一望ましいとするものだと考えることも誤解です。社員にとって望ましいWLBの状態は、社員一人一人や社員のライフステージによって異なります。WLB支援は、特定のライフスタイルや生き方を望ましいとするのでなく、多様なライフスタイルや生き方を受容するための取組です。さらに、WLB支援を労働時間短縮と短絡的に考えている企業も多いです。WLB支援は、単なる時短ではなく、時間生産性を向上させて、「メリハリのある働き方」への転換を目指すものです。

企業として、社員のWLB支援を進めるためには、つぎの3つの取組が不可欠です。第1は仕事管理や時間管理など人材マネジメントと働き方の改革で、第2はWLB支援に関わる制度を導入するだけでなく、その制度が活用できるようにすることで、第3は、社員の多様な価値観やライフスタイルを受容できる職場風土とすることです。

第1の人材マネジメントや働き方の見直しの鍵は、時間に関する意識改革です。従来の「ワーク・ワーク社員」は、仕事に投入できる時間に制約がない点に特徴がありました。しかし最近は、仕事以外に子育て、介護、勉強などのために時間を確保する必要がある、あるいは時間を使いたい社員つまり「ワーク・ライフ社員」が増えてきたのです。言い換えれば、仕事に投入できる時間に「制約のない」社員が減少し、仕事に投入できる時間に「制約がある」社員が増えてきたのです。時間制約のある社員が増加してきたため、時間制約のない社員を前提とした従来の人材マネジメントや働き方を改革する必要に企業は直面しているのです。社員の時間制約に対応するためには、仕事に投入できる時間の総量を所与として、その時間総量の中で仕事の付加価値を高める人材マネジメントや働き方への移行が求められます。そのためには、①仕事に優先順位をつける、②無駄な仕事を削減する、③過剰品質を解消することなどが不可欠です。時間を「有限な経営資源」と捉えてそれを有効に活用する働き方の改革が、時間生産性の向上に貢献することになるのです。

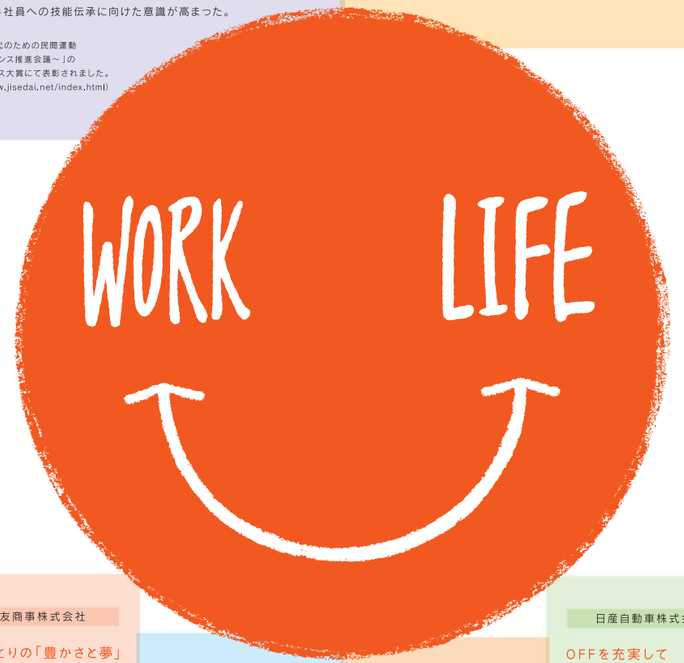
あなたの会社の仕事と生活の調和、応援します。

「仕事と生活の調和に本格的に取り組みたい」
という企業のため、様々な施策を展開しています。
以下にその一部をご紹介します。

仕事と生活の調和に係るセミナーの開催
働き方の見直しを通じた仕事と生活の調和の実現に向けて、
全国各地で事業主及び労務管理者向けのセミナーを
開催します。

仕事と生活の調和推進診断サービス事業
中小企業等の労働時間など労務管理上の問題点について
専門のアドバイザーが無料で診断します。

他にも様々なメニューがあります。
詳しくは都道府県労働局監督課（労働時間課）まで
お問い合わせ下さい。



参画企業10社の「アクションプログラム」発表。

「※」以下に、平成20年度の主な取組結果を簡単に記載しています。

株式会社大和証券グループ本社

よく働き、よく楽しめ！仕事時間と自分時間 会社も家族のパートナー
～いきいき社員を本気でサポート～

- 「時間は自分自身でコントロールできる」という意識を徹底して高め、サステイナブルな高い付加価値を創出します。
- 休暇を取得しやすい企業風土を引き続き醸成します。
- 男性社員も含めて、育児や介護に携わる社員がより前向きに仕事に取り組めるよう、制度面を更に充実させます。
- 家族も含めたイベント等を実施し、社員同士の相互理解を深めます。

※CEOが自らCWOに就任、WLB推進委員会を通じて「19時前退社の励行」「年休取得促進」等を徹底。

三井化学株式会社

ライフで充電 ワークも充実

- 育児・介護と仕事が両立しやすい環境づくり
  育児・介護支援制度及び各種プログラムに対する、社員の理解度向上
- 「ゆとり」創出に向けた時間づくり
  「ノー残業・年休取得活動」の浸透に向けた、意識改革・業務改革の推進

※「育児・介護休業制度の取得要件拡大」「会社託児所の設置」等、制度は拡充。今後は、社員の一層の意識改革・業務改革の推進に向け、「会議効率化ルール」及び「ノー残業・年休取得活動」の浸透を図る。

株式会社髙島屋

変化への対応に向け「考えよう！自分のWLB」「見直そう！働き方」
～一人ひとりがやりがいを持ち、能力発揮できる企業へ～

- WLB研修の実施等、取組の更なる定着浸透。
- 更なる能力発揮を目指した育児・介護・健康等への取組の推進。
- 意識改革・業務改革による、所定時間での退出の推進。
- 能力開発プログラムの充実等、一人ひとりのキャリア形成の支援。
- 授乳室やトイレの改修、子育てに役立つ商品開発や情報提供など、お客様の子育ての支援。

※全従業員に対して医療健康管理体制を強化。有期雇用社員の育児・介護休業の取得期間を社員と均等に。

キヤノン株式会社

「しっかり働き ゆっくり休む」
～時間内に効率的に働くワークスタイルの確立～

- 「ノー残業デー」の定着、時間外労働の削減に向けた取組を行ない、全社員のWLBを推進します。
- 「仕事」と「育児」の両立支援をさらに充実させるため、社内制度の見直しや啓発活動を行なっていきます。

※ノー残業デーの徹底により、定時退社率が大幅に向上。育休者復職支援プログラム「ひまわりCLUB」の研修メニューを170講座に拡充。他、本社隣接地に地域開放型の保育所を開設。

住友商事株式会社

一人ひとりの「豊かさと夢」の実現を全面サポート

- 有休・連続休暇取得促進を引き続き実施する
- 時間外勤務縮減に向けた取組を各職場で実施する
- 制度を利用しやすい環境整備に向け、意識改革・啓発活動を引き続き行う
- 従業員個々人の状況に応じたキャリア開発を、キャリア・アドバイザーがサポートする
- グローバルベースでのWLBを推進する

※昨年10月に事業所内保育所を開設。常時利用者は10名を超え、一時利用者も増加しているが、引き続き周知活動を行う。夏休み100％取得促進キャンペーンを実施、来年度も継続する。

全日本空輸株式会社

「ワーク」も「ライフ」もあんしん、あったか、あかるく元気！

- 労働時間に関する取組
  ～所定外労働時間の削減
- 多様な働き方を推進する取組
- WLB推進に関する啓発活動
- WLBに関する活動をANAグループ全体へ拡大

※業務の効率化や労働時間管理の徹底により、残業時間は前年比約6％削減。更なる社員の意識改革や職場の風土醸成のため、こども職場参観日（ANAきっずでい）や外部講師による講演会等を実施。

鹿島建設株式会社

仕事も生活も全力投球
～OnとOffを切り替えて「健康で豊かな生活」の実現を～

- 現場異動時休暇・リフレッシュ休暇の取得推進に努めます。
- WLBに関連する現行制度の内容や活用事例を周知し、利用者の更なる拡充を図ります。
- 上記制度がより使いやすいものになるよう、制度運用を検討・実現します。

※「現場異動時休暇」取得促進を行い、取得率が19％から45％にポイントアップ。また、専用HPの開設等でWLBの周知・啓発を図った。制度は整備されてきているので、今後はその活用を図ることが課題。

日産自動車株式会社

OFFを充実してONも充実しよう！

個々人がWLBを実現するために、

- 両立支援の各制度を利用しやすい環境づくりに取り組みます。
- 効率的な働き方を促進し、時間外労働時間の削減を図ります。

※育児・介護等家族のための各種休暇を統合した「ファミリーサポート休暇」の導入に併せて、冊子・チラシの配布、働き方を変える気づきの提供（講演会）等による理解促進活動を実施。全従業員のWLBに対する理解を深めることができ、各種休暇取得割合も前年比2割増となった。

株式会社日立製作所

活力ある職場風土の醸成

多様性を尊重し、さらに組織力を強化していくため、従業員の働き方に関する意識改革や業務改革を一層進めることを活動の柱に、海外も含め、日立グループで連携した取組に着手していきます。

- 働き方改革による生産性向上
- 心身のヘルスケア推進
- 職場コミュニケーション力の強化

※働き方改革を推進した結果、WLBの意識が高まり、事業グループごとに特色ある取組が進められ、長時間労働の実績数値が前年比より半減。グループ255社47万人を対象に健康増進プログラムを推進。ストレス対処やコミュニケーション力研修など、重点実施開始。

株式会社電通

人生は、いいバランスで。

- WLB推進の意義のさらなる周知
- 連続休暇制度（連続5日以上休む際に付与される、年間2日の有給休暇）の運用拡大
- 休暇を取得しやすい時期に集中した休暇取得促進活動の実施
- 両立支援制度の拡充（育児フレックス勤務・短日勤務等を企画中）

※ポスター、オブジェ、イントラネット等を利用した「電通WLBキャンペーン」を実施。「休暇を計画・調整・実行しやすい社内風土の醸成」に共感した社員は多い。

厚生労働省も取組中

- 育児（19時）に帰ろうマイホームキャンペーン/毎週2回（水・金）、全職員に対する電子メール送信（朝）及び全館放送（昼・夕方・夜）にて定時退庁を促す運動を展開。
- 育児休業等の「お勧めプラン」配布/「仕事と育児の両立のためのサポートハンドブック」を作成・配布。毎月19日を厚生労働省の「育児の日」と定め、省内で情報共有を図っている。
- メンタルヘルスの専門相談/毎月1回、全職員に電子メールで「心の健康チェック」を促すとともに、各種医療機関によるメンタルヘルス相談、電話による24時間相談等を実施。

その他、テレワークの本格実施に向けて検討中。

もっと知りたい！考えたい！あなたは…

「仕事と生活の調和推進プロジェクト」
厚生労働省による
プロジェクト専用サイト。
参画企業10社の「トップ宣言」や
「アクションプログラム」の他、
「参画企業の挑戦」
「担当者による座談会」を
公開しています（一部準備中）。

「労働時間等見直しガイドライン」
事業主及びその団体が、労働時間等の
設定の改善について
適切に対処するために
必要な事項について定めています。

「仕事と生活の調和推進ポータルサイト」
内閣府による
仕事と生活の調和推進サイト。
政府、地域、民間団体、
諸外国の取組等を紹介しています。

ひとつ「働き方」を変えてみよう！
カエル！ジャパン
Change! JPN

詳しくは、以下からご覧下さい。
仕事と生活の調和推進プロジェクト　検索

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
http://www.mhlw.go.jp/