

一 労働時間等設定改善法が 平成18年4月1日からスタートしました 一

「設定改善」？

労働時間等に関する事項の定め方を、労働者の健康と生活に配慮するとともに、多様な働き方に対応したものへ改善することです。

単身赴任者の例では、週末に自宅まで帰省する場合、金曜の深夜に帰宅し日曜の午後には赴任先へ戻らなくてはならず、週末に家族と過ごせる時間は1.5日となります。

もし、金曜の勤務が昼までで月曜の出勤が午後からとなれば、週末に家族と過ごせる時間は2.5日となり、家族と過ごせる時間も食事の回数も増え、単身赴任者にとって心身共に健康維持につながります。

単身赴任に限りませんが、「設定改善」とは、このような生活や健

どうやって？

時間外労働の削減等の例では、個別の目標の設定及び管理のために、「時間外検討委員会」を設置し、事業場の就業環境に応じた具体的な改善案を検討し、運用面での問題解決を行い、自主的に改善する方法もあります。

[「厚生労働省ホームページ」](#)では、労働時間等設定改善法に関する

「パンフレット」

「労働時間等設定改善指針の概要」

「労働時間等設定改善指針（本文）」

などを掲載しております。

