



県民ノー残業デー
知っちよん？

毎年11月第3水曜日は県民ノー残業デー

今年は

11月15日

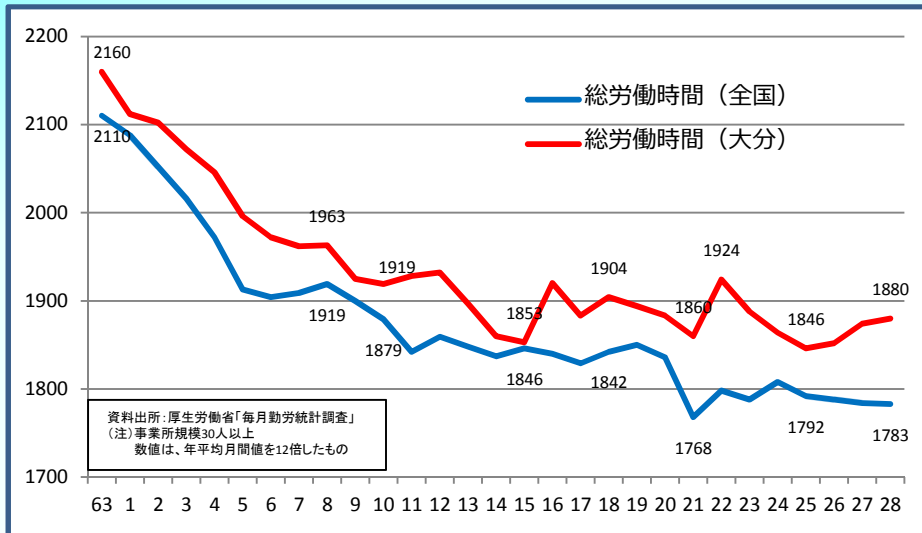
定時に帰ろう！



大分労働局
「ワーク・ライフ・バランス」イメージキャラクター

県民ノー残業デー取組企業を募集しています！詳細は大分労働局ホームページから専用バナーをクリック！

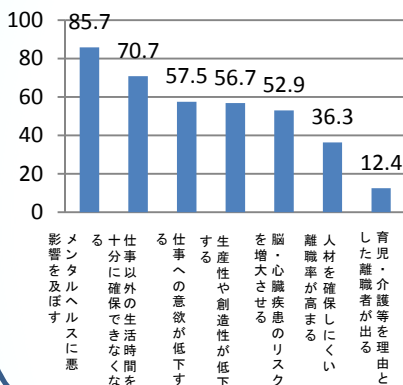
全国と大分の労働時間



勤勉？働き過ぎ？

- ・ 残業時間を含めた労働時間の表です。
- ・ 赤い線が大分県で、青い線が全国平均になります。
- ・ 全国に比べ大分県は長時間であり、近年 **増加** しています。


長時間労働のリスクはこのようなことが上げられます。



時間外労働の発生原因と対処方法の一例です。

☆仕事の仕方を見直す 「ノー残業デー」

終業時刻までに事を終わらせる意識を高める！

- 業務の洗い出し**
担当業務を箇条書きでです  **定時で帰る意識改革！**
- 業務の優先順位**
優先順位をつけ、優先順位の高い順に、限られた時間で効率的に行うにはどうしたら良いか考えさせる
- 習慣化**
優先順位の仕事を効率的に行う習慣を身につける
- 成果**
自己啓発、趣味、部下の育成で売上アップ！

☆会議の無駄の改善

- ゴールイメージを全員で共有すること
- 会議ごとの目的を明確にすること



定時に会議をしよう！

会議前

会議中

- 何のための会議か？
 - 決裁がとりたい
 - 結論がほしい
 - 共有したいのか
- 会議以外方法で可能か？
 - メールでの連絡
 - 担当者間の打合わせ
- 資料を事前確認
 - 質問すること
 - 確認すること

- どんな結論・ゴールはどこ？
議論が脱線しないために、**ホワイトボードにゴールを書く**
- 複数テーマ
複数のテーマの場合は、テーマごとのゴールを設定
- 時間配分は適切？
テーマごとに時間配分する
※終了時刻を意識するためタイマーを用意！

◆アンケートのお知らせ◆

県民ノー残業デー取組企業募集中

県民ノー残業デーに関するアンケートについて、大分労働局のホームページにて専用フォームからの回答をお願いしています。

大分労働局

検索



県民ノー残業デーアンケート

このバナーをクリック