

# 「ゆう活」のすすめ

メリハリのある働き方で労働者の健康増進と能率アップを図りましょう



## 「ゆう活」とは

政府では「働き方改革」の一環として、明るい時間が長い夏の間は、朝早くから働き始め、夕方には家族などと過ごせるよう、夏の生活スタイルを変革する国民運動（「夏の生活スタイル変革（ゆう活）」）を展開しています。

具体的には、夏の時期に「朝方勤務」や「フレックスタイム制」等を推進し、夕方早くに職場を出るといった生活スタイルに変えていくものであり、それぞれの企業や働く人の実情に応じた自主的な取組を可能な範囲で実施いただくものです。

## 「ゆう活」のメリット

長時間労働の抑制  
ワーク・ライフ・バランスの実現

仕事の効率化を通じた労働生産性の向上  
余暇充実による需要創出

国民が豊かさを実感

強い経済の実現を後押し

## 「ゆう活」を導入するには

### 始業・終業時間の前倒し

(例) 始業時刻(8:30)を最大7:30まで繰り上げ可能とし、通勤事情を考慮し、交通アクセスの良い3店舗を対象とし、1ヶ月間実施。

### シフト勤務制度の拡充

(例) 間接部門については、基本の勤務時間(8:45~17:45)のほか、複数の勤務時間帯から選択が可能な制度を導入し、朝型勤務(7時から勤務可)を推奨。

### 時間外勤務を始業前にシフト

(例) 所定労働時間(9:00~17:15)を基本とし、時間外勤務が必要な場合は、早出残業などで処理することを奨励。

## 「ゆう活」の実施にあたっての留意点

業務効率化及び意識の変革が不可欠です。仕事の開始時間を早めても、結果として帰る時間が変わらず、労働時間が延長されてしまうのでは意味がありません。仕事を早く終え、早く帰れるように、「ゆう活」の取組みにあわせて、業務の効率化、働き方への意識の変革を図りましょう。

また、「ゆう活」の取組みは、まずは事業所内で取組みやすい部署から、夕方の活用を要望する方から始め、労使の話し合いを踏まえ対象部署を拡大する方法も考えられます。

企業の取組事例は「働き方・休み方改善ポータルサイト」(<http://www.work-holiday.mhlw.go.jp>)で確認することが出来ます。取組内容を確認の上、それぞれの「夏の生活スタイル変革」に取り組んでみてはいかがでしょうか。



## 民間企業における「ゆう活」の取組状況(平成27年9月厚生労働省実施)

政府における「夏の生活スタイル変革」(ゆう活)実施後の段階で現状等を把握するため、アンケート調査を実施。メディア上で把握した「ゆう活」の趣旨に合う取組について、厚生労働省でヒアリング等を実施した企業51社から回答を得た。

### ①取組内容

「始業・終業時間の前倒し」29社、「終業後の労働時間を始業前にシフトの働きかけ」23社。

### ②取組時期

政府の取組み等をきっかけに、今年の夏から取組を始めた企業は27社、夏季限定で実施している企業が34社、通年で実施した企業17社。

### ③対象者

全従業員を対象として実施21社、部門を限定(例:本社のみ)して実施19社。残りは職種限定(例:保守職以外の社員)、希望者のみの取組として実施。

### ④業務の効率化に関する取組

会議時間の短縮20社、会議の廃止や出席者の範囲の見直し12社。また、人員配置の見直しなどの組織レベルの見直し10社、社内の電話を禁止して業務に集中して取り組む時間を設定8社。

### ⑤取組の効果

#### (1)労働時間

時間外労働を含む労働時間が「減った」26社、「変わらない」17社。一方で「増えた」7社あり、原因として、取組以外の理由(大規模なシステム改修や大規模プロジェクトなど)6社。また、「早出と定時退社の奨励を実施したが、徹底できず、早出の分労働時間がのびてしまった」1社。

#### (2)従業員の労働時間に対する意識

「高まった」43社、一方で1社が「社内でも賛否両論ある」と回答。

#### (3)労働生産性の向上

「向上した」34社、一方で1社が「社内でも賛否両論ある」と回答。

#### (4)健康面での変化

「変わらない」28社、「規則正しい生活リズムが保てるようになった」「休職者は減少傾向」という企業もあり。「わからない」13社。

### ⑥今後の方針

「今後も継続する」28社、残りは未定。現時点で来年度は実施しない予定と回答した企業はなし。

## 企業の取組事例

### A社(山形県)

製造業 従業員数約100人

#### 朝型勤務の推奨と深夜勤務抑制の取組

午後5時以降の時間外勤務を控えることとし、やむを得ず時間外勤務が必要な場合は、効率性を考慮し、始業時刻(8時)前の勤務を推奨。

### B社(秋田県)

製造業 従業員数約400人

#### 始業・就業時刻の前倒しの取組

5月から9月まで、始業時刻を1時間前倒し、勤務時間を7:30~16:15として朝型勤務を実施。

### C社(岩手県)

小売業 従業員数約1900人

#### 朝型勤務を導入する取組

平成28年度から6月~9月の期間に朝型勤務制度を導入。本部の社員(約100名)の勤務時間を、30分前倒し、8:30~17:30として朝型勤務を実施。