

監督署の窓

勤務間インターバル制度について

平成30年6月29日に成立した「働き方改革関連法」に基づき、労働時間等の設定の改善に関する特別措置法（平成4年法律第90号、以下「労働時間等設定改善法」という）が改正され、勤務間インターバル制度の導入が努力義務とされました。（平成31年4月1日施行）

【勤務間インターバル制度】

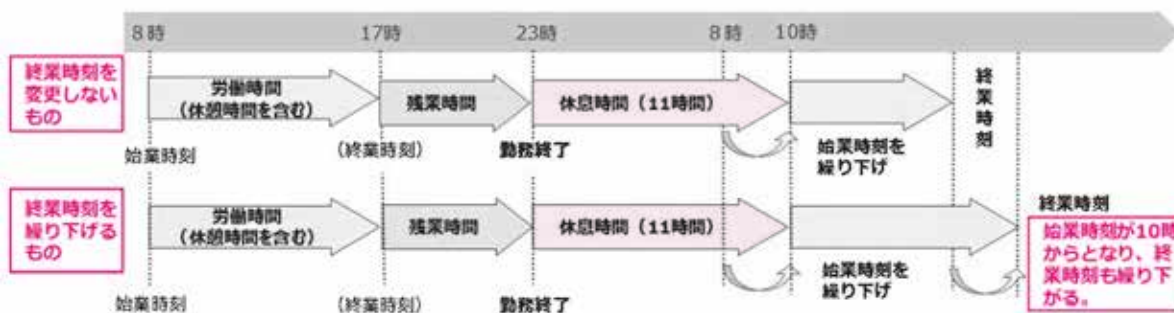
勤務終了後、一定時間以上の「休息期間」を設けることで、働く方の生

（別掲）勤務時間インターバル

【例1：11時間の休息時間を確保するために、勤務開始時刻は10時からとなり、始業時刻の8時から10時までの時間を勤務したものとみなすもの】



【例2：11時間の休息時間を確保するために、始業時刻を繰り下げたもの】



長時間の残業を行うと、勤務終了時刻から次の勤務の始業時刻までの間の時間が短くなり、生活時間や睡眠時間を確保できなくなってしまう。そこで、勤務終了後に、一定時間以上の「休息期間」を設け始業時刻を繰り下げることによって、働く方の生活時間や睡眠時間を確保するのが「勤務間インターバル」です。

- ① 従業員の健康の維持向上
 - ② 従業員の確保定着
 - ③ 生産性の向上
- の効果がもたらされます。

【従業員の健康の維持

向上】

インターバル時間とストレス反応（疲労、不安、抑うつ、食欲なし、不眠）・疲労回復の関係では、インターバル時間が短くなるにつれてストレス反応が高くなること、インターバル時間が12時間を下回ると起床時疲労感が残ることが明らかになっていきます。これらのことから十分なインターバル時間の確保が、従業員の健康の維持向上につながることが示唆されています。

【従業員の確保定着】

日々のインターバル時間を確保することにより、従業員はその時間を自分のためにつかう時間、家族や友人等と過ごす時間等にあてることができ、ワークライフバランスの充実が図られます。このような従業員にとって働きやすく魅力的な職場は、人材の確保定着に大きく資するものと考えられます。

【生産性の向上】

勤務間インターバル制度の導入により、従業員は仕事に集中する時間とプライベートに集中する時間のメリハリをつけることができるようになるので、従業員の仕事への集中度が高まることで期待できます。これらにより、製品・サービスの品質水準が向上するのみならず、生産性の向上につながります。

勤務間インターバル制度導入に伴う令和4年度助成金制度（働き方改革推進支援助成金（勤務間インターバル導入コース））の申請受付も始まっています。ぜひ活用いただき、勤務間インターバル制度導入に取り組んでいただけますようお願いいたします。

詳しい内容は、次のQRコードのとおりです。



勤務間インターバル制度



助成金制度（勤務間インターバル導入コース）

令和4年度

愛知県ファミリー・フレンドリー企業表彰 候補企業を募集しています。

募集期限 令和4年7月20日（水）（必着）

愛知県では、仕事と生活の調和を図ることができる職場環境づくりに積極的に取り組む企業を「愛知県ファミリー・フレンドリー企業」として登録する制度を運用しており、登録企業の中から、他の模範となる優れた取組を実施している企業を毎年度、知事が表彰します。

受賞企業の取組事例は、県が運営するWebサイト「ファミフレネットあいち」で公開するなど広く発信し、受賞企業のイメージアップや優秀な人材の確保につなげていただくとともに、他の企業へ取組の普及を図っていきます。



愛知県ファミリー・フレンドリーマーク

積極的な企業のご応募、団体からのご推薦をお待ちしています。

ファミリー・フレンドリー企業賞

労働者の仕事と生活の調和を図るため、育児、介護、労働時間短縮、その他働きやすい職場環境づくり等、幅広い分野で他の模範となる優れた取組を推進し、その成果を挙げている企業

- 300人未満の部（常時使用する従業員の数300人未満）
- 300人以上1,000人未満の部（常時使用する従業員の数300人以上1,000人未満）
- 1,000人以上の部（常時使用する従業員の数1,000人以上）

（参考）過去の受賞企業取組事例

- ・育児復帰者が人事課と面談を行い、勤務形態、勤務地の希望を聴取し、復帰後の働き方に配慮
- ・年次有給休暇取得計画を個人毎に作成し、取得状況を上司が確認することで取得を促進

イクメン・イクボス企業賞

男性の育児参画あるいは部下のワーク・ライフ・バランスを支援する管理職等の育成について、他の模範となる優れた取組を推進し、その成果を挙げている企業

（参考）過去の受賞企業取組事例

- ・会議で育児取得者と上司の体験談を紹介しつつ、社内配信システムを活用して、全社で共有
- ・管理職の意識啓発を行うため、「ダイバーシティマネジメント研修」等の研修を実施

問合せ先

愛知県労働局労働福祉課 仕事と生活の調和推進グループ
電話 052-954-6360

愛知県ファミリー・フレンドリー企業について

詳しくは、以下のWebサイトをご覧ください。

Webサイト「ファミフレネットあいち」 <https://famifure.pref.aichi.jp/>

◎過去受賞企業の取組事例紹介 ◎愛知県ファミリー・フレンドリー企業の登録・更新手続き



受賞企業は、左記マークを企業のPRに活用できます。

