

**福岡市が勤務間インターバル宣言と男性育休 100%宣言のそれぞれに賛同を表明
～ (株) ワーク・ライフバランスによる研修実施や勤務間インターバル強化プログラムの
市内企業へのサポート提供で、市全体の働き方改革や職員の Well-being の向上を目指す～**

2006年創業以来、これまでに働き方改革コンサルティングを2,000社以上に提供してきた株式会社ワーク・ライフバランス(本社：東京都港区、代表取締役：小室淑恵、以下「当社」)は、男性社員の育児休業取得を促進する「男性育休 100%宣言」(https://work-life-b.co.jp/mens_ikukyu_100/)を2019年3月から、退社時間から翌日の勤務開始時間までに一定時間の休息を確保する勤務間インターバルの制度導入に賛同する「勤務間インターバル宣言」(<https://work-life-b.co.jp/workinterval/>)を2022年3月から募集開始しました。すでに男性育休 100%宣言は142社が、勤務間インターバル宣言は27社が宣言しています。

そしてこのたび、2022年9月1日に福岡県福岡市(市長：高島宗一郎)が両宣言に賛同、記者会見を行いましたことをご報告いたします。記者会見では、高島宗一郎市長より福岡市の取組みについての話を、当社代表取締役社長 小室淑恵からは男性育休が少子化対策につながる理由や勤務間インターバルが生産性向上に不可欠である背景を説明しました。

福岡市では、「人と環境と都市活力の調和がとれたアジアのリーダー都市」を目指し、市民や市内で働く人が満たされた生活を送ることができるよう、Well-beingを実感できる取組みを推進しています。取組みの輪を民間企業等にも広げるため、福岡市は率先して職員の Well-being の向上を推進し、そして実現に取り組むことを宣言しました。

民間企業等にも広げるための施策として、福岡市内企業10社に対し、株式会社ワーク・ライフバランスによる勤務間インターバル強化プログラムを無料で提供予定です。



▲「福岡市における Well-being 向上に関する市長会見」の様子(2022年9月1日)

■福岡市職員の11時間の勤務間インターバルの取組み

勤務と勤務の間に十分な休息時間を確保することで、生産性と健康の好循環社会の創出を目指します！

- ・対象業務：原則、全ての業務（災害対策業務等を除く）
- ・実現に向けた取組み

市職員：機動的・弾力的な応援体制を速やかに整備

応援体制の構築が困難な場合は必要に応じて人的サポート

教員：子どもと向き合う時間を確保できるようソフト・ハード両面からサポート
(部活動指導員の増員、デジタル採点システムの導入など)

■福岡市男性職員の育児休業100%に向けた取組み

男性職員が育児休業を100%取得できる職場づくりを目指します！

- ・対象職員：子どもが生まれた男性職員
- ・実現に向けた取組み

要因把握：子どもが生まれた男性職員と上司が面談を実施

育児休業を取得する理由ではなく、“取得しない理由”を確認

サポート：上司は“取得しない理由”に応じて対応策を整理

要因に応じた必要なサポートを実施

■福岡市 高島宗一郎市長による賛同表明コメント

福岡市では、Well-beingの向上のための取組みを積極的に進めていますが、今回、その取組みの一環として「福岡市職員の11時間の勤務間インターバル」と「男性職員の育児休業100%」の2つに取り組みます。

いま人々の価値観が多様化する中で、経済的な豊かさだけでなく、このWell-beingのような考え方がますます重要視されるようになっていきます。市民の皆さんにWell-beingを実感していただくためには、企業で働く皆さんのWell-beingの向上に向けた取組みが非常に重要です。そこで、まずは福岡市が率先してこの2つの取組みを実践することで、取組みの輪を行政から企業に広げていきたいと考えています。

福岡市が宣言を行ったことで、株式会社ワーク・ライフバランスが実施している研修を10社無料で受講することができます。福岡市の企業が研修を受講することで、そこから様々なことを学んでいただくことは、福岡市で働く人々のWell-beingの向上につながるものと確信しています。これはこれからWell-beingという考え方を行き渡らせるという福岡市の考え方にまさに合致するものです。この研修については、もちろん福岡市も受講いたします。福岡市も宣言するだけでなく、しっかりと取組みを進めていくことで、範を示していきたいと考えています。



先日、自治体初の Well-being&SDG s 登録制度をスタートしたところですが、その流れも踏まえて、福岡市が職員の勤務間インターバルと男性職員の育児休業 100%に取り組み、またその決意を表明するため宣言をする、それによって企業にも取り組みの輪が広がり、また研修を受講することで更なるレベルアップが図られていく、こういった相乗効果を期待しています。

福岡県福岡市 市長 高島宗一郎



■株式会社ワーク・ライフバランス 小室淑恵代表取締役社長 コメント

真の少子化対策である男性育休、真の生産性向上策である勤務間インターバルに同時に取り組むということのすばらしさに共感し、このたび福岡市と提携させていただくことにしました。

特に教員も対象にするという点にご注目ください。教員の残業時間は全国平均で現在小学校が 100 時間、中学校が 120 時間です。子どもの自己肯定感が先進国で最下位、10 代の死因の 1 位が自殺である日本において、子どもたちが自己肯定感高く、のびのびと育つ環境を作るためには、教員の働く環境をまず改善しなくては、と保護者としても強く思います。

人口が減っていく日本だからこそ、そこで子育てをしながら働きたい！という魅力的な都市になることが最も勝てる戦略です。福岡市の取り組みはその点で最も注目すべき取り組みではないでしょうか。



株式会社ワーク・ライフバランス 代表取締役社長 小室淑恵

小室 淑恵

■男性育休 100%宣言について

当社が 2019 年 3 月より募集を開始した企業・組織の代表者による宣言で、「現在、自社内で男性の育児休業取得率 100%の実現を目指して取り組んでいる」組織および「今後、取得率をあげて、いずれは 100%を目指したい」組織により構成されるものです。企業規模や現在の取得状況などは問わず、将来的に男性であっても育児休業が取得しやすい環境の実現に経営者としてコミットすることを明示するためのもので、2022 年 9 月 2 日の時点で 142 社の宣言が集まっています。

募集開始当初は、男性経営者の多くが「男が休むことまで必要なのか」と疑問を持っていましたが、産後の妻の死因の 1 位は自殺であること、産後うつが産後 2 週間から 1 カ月であり、妻の孤独な育児が幼児虐待の要因になっていることなどをデータで示し、夫の育児休業が妻や子供の命を救えることを理解するにつれ、宣言企業が大きく増えました。

▼「男性育休 100%宣言」特設ページ

https://work-life-b.co.jp/mens_ikukyu_100/

男性育休 100%宣言

私たちは、男性社員が育児休業を100%取得できる職場づくりを目指すことを宣言します！
男性が育児休業をすることで、新しいコミュニティへの参加や、価値観のパラダイムシフト
が起き、復帰した職場でのイノベーションや、生産性の高い働き方につながると共に、将来
の社会保障の担い手確保となりサステナブル社会の実現にも繋がります。

■勤務間インターバル宣言について

「勤務間インターバル制度」とは、1日の勤務終了後、翌日の出勤までの間に、一定時間以上の休息時間（インターバル）を設けることで、働く人の生活時間や睡眠時間を確保するものです。食事などの生活時間や、通勤時間を差し引くと、人間の心身の回復に必要な睡眠時間をギリギリ確保できる、最低限の防波堤としての数字が11時間です。当社では、この勤務間インターバルの目的に賛同し、制度化を目指す企業を募る「勤務間インターバル宣言」の募集を、2022年3月より開始しました。2022年9月2日の時点で、27社が賛同しています。

宣言企業が本質的に目指すのは、集中力向上によりミスや事故が起きないことや過労死等から従業員を守るという防御の効果はもちろんのこと、次のような業績向上に直結する効果です。こうした観点から、企業価値の最大化を実現するためにこそ宣言するのが「勤務間インターバル宣言」です。

- ・ 豊かな私生活・家族との充実した時間により、従業員の持つクリエイティビティを最大に発揮すること。（ウイスコンシン大学のジョアン・カンター教授によると、新しい発想とは、意識がある日中に集中して考えるということと、その後に睡眠をとり集中の糸がほどけた際に訪れる）
- ・ 家族から応援されて働くことが出来る満足度から自発的・意欲的に仕事を進めること
- ・ 十分な睡眠により安定した穏やかな精神状態を維持しお互いを受容してチームワークを発揮できること
- ・ 育児・介護・病気等の事情を持つ社員も両立できることにより、ダイバーシティが実現し、多様な意見の化学反応によりイノベーションが生まれ続けること

- ・ 仕事以外の社会環境にも高いアンテナを持ち続ける社員が、サステナブルな商品・サービスを生み出すこと

▼「勤務間インターバル宣言」特設ページ

<https://work-life-b.co.jp/workinterval/>



■勤務間インターバル強化プログラム（勤務間インターバル制度導入支援・短期集中プログラム）について

勤務間インターバル制度導入支援・短期集中プログラムは、企業が勤務間インターバル制度を導入するまでをステップに区切りながら進めていく、新しい形の研修プログラムです。

今後、勤務間インターバルを企業ごとに設定し、働き方の変革によって経営基盤を整える動きが出てくるのが予想されるなか、当社は、企業の経営者や事業主、人事やダイバーシティ、働き方改革の担当者、従業員の仕事と家庭との両立を支援したい皆さんの、勤務間インターバル制度の導入を支援します。

具体的には、6カ月間で勤務間インターバル制度のポイント把握と制度設計・導入の準備・管理職の意識改革の機会のほか、睡眠戦略について学ぶ場や就業規則への追加方法の具体的指導などを予定しています。

このたび、福岡市が男性育休100%宣言ならびに勤務間インターバル宣言に賛同するにあたり、市内企業の具体的な取組み着手を加速するべく、本プログラムを福岡市内の企業10社に対して提供することとなりました。

▼勤務間インターバル制度導入支援・短期集中プログラムについて

https://work-life-b.co.jp/interval_planing

■取材のご希望

報道関係の皆様で本件に関して取材をご希望の場合は、以下よりお申込みください。

▼取材問い合わせ先

株式会社ワーク・ライフバランス 広報担当 田村（たむら）

メールアドレス：media @work-life-b.com 携帯：080-3347-3081

■株式会社ワーク・ライフバランスについて

2006年創業、以来14年にわたり企業の働き方改革により業績と従業員のモチベーションの双方を向上させることにこだわり、働き方改革コンサルティング事業を中心に展開。これまでに自治体・官公庁も含め企業2,000社以上を支援。残業30%削減に成功し、営業利益18%増加した企業や、残業81%削減し有給取得率4倍、利益率3倍になった企業など、長時間労働体質の企業への組織改革が強み。

会社名：株式会社ワーク・ライフバランス

代表者：代表取締役社長 小室 淑恵

サイト：<https://work-life-b.co.jp/>

創立年月：2006年7月

資本金：1,000万円

主な事業内容：

働き方改革コンサルティング事業・講演・研修事業

コンテンツビジネス事業・コンサルタント養成事業

働き方改革支援のためのITサービス開発・提供

「朝メールドットコム®」「ワーク・ライフバランス組織診断」「介護と仕事の両立ナビ®」

カードゲーム体験型研修「ライフ・スイッチ®」

実績：1,000社以上（国土交通省、鹿島建設中部支店、住友生命保険相互会社、株式会社アイシン、内閣府、三重県、埼玉県教育委員会など）



・代表 小室 淑恵プロフィール

2014年9月より安倍内閣「産業競争力会議」民間議員を務め、働き方改革関連法案施行に向けて活動し、2019年の国会審議で答弁。2019年4月の施行に貢献。国政とビジネスサイドの両面から働き方改革を推進している。年間200回の講演依頼を受けながら、自身も残業ゼロ、二児の母として両立している。

<本件に関する報道関係者様からのお問合せ先>

株式会社ワーク・ライフバランス 広報 田村（たむら）

TEL：03-5730-3081 / Mobile：080-3347-3081 / Email：media@work-life-b.com