

わが社のWLBな人



WLB7

はぐペン (ペンギン)…夫婦共働きで協力しながら子育て
ケアモン (さる)…親の介護を行いながら職務に励む
テレくま (くま)…テレワークを利用して在宅勤務
キーライオン (ライオン)…社内におけるWLBのキーパーソン
アクティビー (みつばち)…女性社員のリーダーで初の女性役員候補
ヤルぞう (ぞう)…再雇用制度を利用するベテラン
フレッグ (カエル)…フレックスタイムを利用

シンボルキャラクター「WLB7」のテーマに沿ってワーク・ライフ・バランス(WLB)を進める方々をFacebook、Instagramで取り上げています。



Instagram



facebook

2023年9月～12月に取り上げた人・グループを投稿日順に紹介します。

【2021年度認定企業】

ケンブリア株式会社(伊丹市) 高橋さん [表紙写真:左]



はぐペン (子育て)

同社で働く高橋さんは、4歳と2歳の子の母でもあります。妊娠中は、周囲が仕事の内容などについて配慮してくれることがとてもありがたかったそうです。時短勤務や時間単位で取得できる有休などの制度が充実している同社。それに加えて同僚や先輩たちの理解がある職場の雰囲気、今も高橋さんを温かく支えています。家

事や育児に際して大切にしているのは、「一人で頑張りすぎないこと」だと高橋さんは言います。仕事と育児、2つのことを持続的に両立させていくためには、あまり完璧にこだわり過ぎず、うまく力を抜く覚悟も必要なのかもしれせん。

〈2023年9月〉

【2023年度表彰企業】

アイベステクノ株式会社(姫路市) 吉田さん [表紙写真:中]



アクティビー (女性活躍)

小学2年生からサッカーを始めた吉田さん。地元奈良県を離れ千葉県のチームへ、そして3年前に姫路市を本拠地とする「ASハリマアルビオン」への移籍に伴い、同社に入社しました。現在、平日8時から15時までは業務課の社員として在庫管理などの業務を行い、夕方から夜にかけてはサッカーの練習、週末は試合、というハード

な日々を過ごしています。「このチームでリーグ優勝したい!」と力強く語ってくれた吉田さん。同社には現在7人の選手が所属しています。仕事とサッカーを両立している彼女たちの活躍に、今後も注目です!

〈2023年10月〉

キーパーソン養成講座に参加された企業の皆さん 修了生代表 吉井さん 北川さん [表紙写真:右]



キーライオン (キーパーソン)

ひょうご仕事と生活センターでは、毎年、組織内でのWLBの推進役を養成するキーパーソン養成講座を開催しています。本年度は、13企業・団体17人の方が修了。講座では、各社が今後の取組についてプレゼンを行い、参加者同士で共感したプレゼンに投票を行いました。2023年、その得票数が最も多かった株式会社多田の

吉井仁美さん、北川裕子さんが、修了生代表として、11月17日のワーク・ライフ・バランスフェスタで「修了証」を受け取りました。これからも社内の推進役としてのご活躍を期待しています!

〈2023年12月〉

センターの主な事業

- ワンストップ相談 ● コーディネーター、コンサルタントの派遣 ● 外部専門家による研修・実践支援
- テレワークサポートセンター ● 自己診断システム ● 中小企業従業員意識調査 ● 企業助成

公益財団法人 兵庫県勤労福祉協会 ひょうご仕事と生活センター

〒650-0011 神戸市中央区下山手通6-3-28 兵庫県中央労働センター1階

TEL 078-381-5277 FAX 078-381-5288 E-mail info@hyogo-wlb.jp

開館 月～金曜 9:00～17:00 (祝休日、年末・年始を除く)

阪神事務所

〒660-0881 尼崎市昭和通2-6-68

尼崎市中小企業センタービル6階

TEL 06-6481-1888

姫路事務所

〒670-0947 姫路市北条1-98

兵庫県立姫路労働会館1階

TEL 079-288-2603

<https://www.hyogo-wlb.jp/>

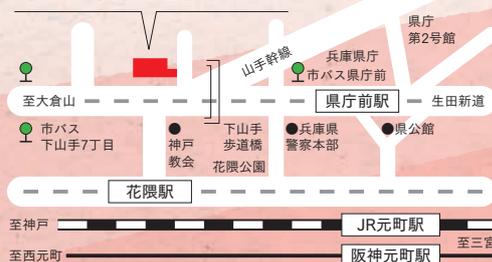
ひょうご仕事と生活センター

検索

携帯、
タブレットから
アクセスできます



兵庫県中央労働センター1階 ひょうご仕事と生活センター



- 神戸市営地下鉄「県庁前」駅西出口③から西へ徒歩7分
- 神戸高速鉄道「花隈」駅東口から北へ徒歩9分
- JR「元町」駅西口から北西へ徒歩12分
- 阪神電鉄「元町」駅西口から北西へ徒歩14分

(2024年3月発行)

仕事と生活の バランス

2024
SPRING
vol.64

見直そう
我が人生の時間割

・2023ワーク・ライフ・バランスキャッチフレーズ
兵庫県雇用対策三者会議賞作品・学生の部

わが社のWLBな人

詳しくは裏表紙へ



特集 |

新・WEB自己診断システムで ワーク・ライフ・バランスの実現度をチェック!

4 | ワーク・ライフ・バランス (WLB) の取組に関する実態調査結果

5・6・7 | 事業報告 8 | わが社のWLBな人

新・WEB自己診断システムで ワーク・ライフ・バランスの実現度をチェック!

ひょうご仕事と生活センター(以下センター)で提供しているワーク・ライフ・バランス(WLB)のWEB自己診断システムが、4月からリニューアルしました。

あなたの職場のWLBの実現度をチェックして、今後の取組に生かしましょう。

新・WEB自己診断システムのリニューアルポイント

その1 質問内容や取組例を新しい潮流を踏まえて見直しました。

WLBの実現に必要な「4つの柱」に基づいた12の質問項目と質問数39問はこれまでと同じですが、システム運用から10年を経過することから、新しい潮流を踏まえて、質問内容や取組例を見直しました。特に、「ダイバーシティの推進」や「エンゲージメントの向上」、「情報技術の活用」といった質問を新たに取り入れました。

その2 診断結果は全国平均値との比較に加え、過去の認定企業の平均値とも比較できるようになりました。

各項目の評価結果を、過去3年間に認定を受けた企業の評価結果の平均値と比較できるようになりました。どの項目がどの程度、認定企業の平均値に足りていないか確認し、今後の取組の参考としてください。

その3 回答した内容の保存・修正機能を改善しました。

これまで回答した内容をセンターに送信すると、それ以降の回答の修正ができませんでしたが、保存・修正機能を改善し、送信後の修正が可能となりました。次回の自己診断を回答する際も楽になります。

自己診断の4つの柱と12の質問項目(39問)

I WLB制度整備

- 1 仕事と育児の両立(3問)
- 2 仕事と介護の両立(3問)
- 3 仕事と地域生活・自己生活との両立(3問)

II 働き方の見直し

- 4 個別業務内容の見直し(3問)
- 5 業務体制の見直し(3問)
- 6 職場環境の見直し(3問)

III WLB組織風土

- 7 基盤・体制づくり(5問)
- 8 継続・浸透の取組み(4問)

IV WLB実現の実績数値

- 9 年次有給休暇取得率(3問)
- 10 所定内・外労働時間(3問)
- 11 女性管理職比率(3問)
- 12 男女勤続年数差(3問)

自己診断システムを利用するとこんないいことが・・・

- 職場のWLB実現に向けて、課題がどこにあるかを知ることができます。
- 定期的に自己診断を行うことや全国平均値、過去の認定企業の平均値と比べることで、どれだけ推進できたかを確認することができます。
- 診断により明らかになった課題をセンターと共有し、適切なアドバイスやサポートを受けることができます。
- 一定の基準を満たすと、認定や表彰の申請ができます。

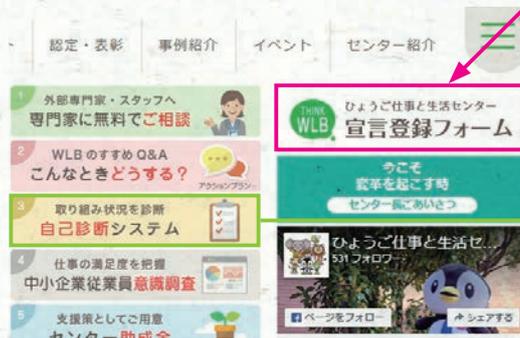
早速、診断してみよう！

Step 1

センターホームページのトップページから自己診断システムを開こう！

- ★WLB宣言を初めて登録する場合の自己診断は、トップページ右上の「宣言登録フォーム」ボタンから始めてください。
- ★既にWLB宣言を登録している場合や、まだ宣言登録はしていないけれどとりあえず一度自己診断を試みたいという場合、認定申請・表彰申請をする場合の自己診断は、トップページ中ほどの「自己診断システム」ボタンから始めてください。

WLB宣言登録時の自己診断はココから！



自己診断トップページ

Step 2

質問に回答しよう！

最初の27問は、「はい」「いいえ」で答えます。残りの12問(宣言登録時の自己診断は任意回答)は、貴社の実績数値が必要となります。

ポイント! 途中まで答えた内容は保存することができます! 「保存する」ボタンをクリックしておけば、いつでも再スタートが可能!



自己診断質問ページ

Step 3

診断結果を見てみよう!

質問項目ごとに★印の数で評価結果が表示されます。また、全国平均値との比較や過去3年間に認定された企業の平均値との比較により、どの項目でどの程度足りていないか確認することができます。

ポイント! 診断結果はPDFで出力することもできますし、保存しておく、いつでも確認することができます!



自己診断の結果ページ

Step 4

センターへ送信してアドバイスを受けよう!

最後に「センターに送信する」ボタンをクリックすると、診断結果をセンターと共有することができます。今後、具体的にどのように取り組んでいけばよいのか、センターのコーディネーターやコンサルタントに相談してみよう!

ワーク・ライフ・バランス (WLB) の取組に関する実態調査結果

ひょうご仕事と生活センター(以下センター)では、「WLB宣言・認定・表彰企業」を対象にWLBの取組やその効果について実態調査を実施しました。

調査時期：2023年10月
 調査対象：WLB宣言・認定・表彰企業 3,301社
 調査方法：WEBアンケート・記名式
 回収数：1,006件(有効回答数 921件)
 回収率：30.5%(有効回答率 27.9%)

調査結果 1 WLB取組状況

2023年現在、有給休暇の取得促進や業務効率の向上、超過勤務の縮減は約9割の企業で取り組まれていた。

※取組の割合が多かった上位10位までを表示



調査結果 2 WLB取組効果

WLBに取り組んだ効果として、年次有給休暇の取得率の向上については、認定・表彰企業の8割以上(宣言企業は約7割)が、超過勤務の縮減については、認定・表彰企業の約7割(宣言企業は約5割)が効果を感じている。なお、認定企業、表彰企業と段階が進むほど、その効果を強く感じている傾向が見られた。

※取組の割合が多かった上位10位までを表示



今回の調査にご協力いただいた企業の皆さまには厚く御礼申し上げます。また、詳細な結果はセンターのホームページで公開していますのでご覧ください。本調査結果を今後のセンターの取組や支援にも活用させていただきますので、センターにお気軽にご相談ください。

ワーケーション体験セミナー in 宍粟を開催しました

2023年10月25日、オフィスや自宅とは異なる場所で働きつつ豊かな時間を過ごす新しい働き方、ワーケーションの推進を目的とする「ワーケーション体験セミナー in 宍粟」を宍粟市で開催しました。会場は、広大な丘陵地に温泉宿泊施設やオートキャンプ場、遊歩道などを備えるフォレストステーション波賀。24人の参加者は実際にワーケーションをしてみることで、その意味や効果を体感しました。

まずは、ひょうごフィールドパビリオン※にも認定されている森林セラピー体験から。3グループに分かれ、ガイドの案内で施設内に整備されているセラピーロードを歩きました。途中、深呼吸をしたり、木々の香りをかいでみたり、五感を存分に働かせます。丘の上の広場では、寝転んで10分間スリーピング。参加者からは、「目を休ませたからか、くっきり見えるようになった気がする」「子どもの頃を思い出した。気持ちよかった」「聞こえるのは小鳥のさえずりだけ。音が無いのがよかった」などの声が聞かれました。

森林セラピーの後はE-BIKE（電動アシスト付きマウンテンバイク）の乗車体験。乗り方のレクチャーを受け、施設内のコースをサイクリングして回りました。

午後は、社会保険労務士の武田かおり氏を講師に迎えてのワーケーションセミナーを受講。午前中のプログラムにも参加した武田氏は、「一緒に森林セラピーやE-BIKEを体験したことで、名前を知らない人ともすぐ仲良くなれ、すぐリフレッシュできた」と、自然と触れ合うことの効果を交えながらあいさつ。その後、「企業におけるワーケーション推進のメリットと留意点」と題した講演に移りました。

ワーケーションとは仕事（ワーク）と休暇（バケー



癒やし効果が科学的に認められている森林セラピー

ション)を組み合わせた造語で、リゾート地や観光地で休暇を取りながら、一部の時間を仕事に充てるワークスタイルであることを説明。休暇型と業務型に分かれ、業務型の中にも地域課題解決型や合宿型、サテライトオフィス型とさまざまな形があるとし、それぞれについて解説しました。

次に、宍粟市でのワーケーションを推奨する業務を行う株式会社さとゆめがプレゼンテーション。大企業では、地域関係者との交流を通じて地域課題の解決策を共に考える地域課題解決型を選択している所が多く、長い目で見れば人材育成にもつながるとしました。また、自社の課題解決のために職場のメンバーが議論を交わす合宿型を採用する企業も増えていると話しました。

参加者からは「社員の本音を聞いたら会議室よりリゾート地の方がいいのではないかと思う」「パソコンを持たずに自社の改善策を考える時間も必要」等の意見が出て、ワーケーションのメリットを確認する有意義なセミナーとなりました。

※2025年大阪・関西万博の開催を機に、県全体をパビリオンに見立て、地域のSDGsを体現する活動の現場（フィールド）を地域の人々が主体となって発信し、多くの人に見て、学んで、体験してもらうプログラム



E-BIKEで森の中を疾走



セミナーは終始和やかな雰囲気

ワーク・ライフ・バランス地域シンポジウムを開催しました

神戸地域

2023年10月4日、株式会社リーダーシップコンサルティング代表の岩田松雄氏を講師に、「元スターバックスCEOに学ぶMISSION～私たちは何のために働くのか～」と題した講演会を三宮研修センターで開催。自らのミッションを見つけ、人生を豊かにしていく働き方のヒントを学びました。



【要旨】

今はVUCA(変動性、不確実性、複雑性、曖昧性)の時代だといわれます。何が起こるか分からない時代に大事なことは「視座を高める」「視野を広げる」「視点を鍛える」の3つです。しかし、さまざまなことが変わり続ける一方で人間の本质は変わっていません。生きる意味、働く意味、つまりミッションが必要です。

選ばれる会社は明確なミッションが全員に浸透しています。ミッションとはその会社の存在理由であり、経営理念ともいえるでしょう。経営者は、「自社は商品やサービスで世の中を良くするためにある」と信じ、

ミッションを掲げ、パッションを持って経営に取り組むべきなのです。

では、なぜ会社にミッションが必要なのでしょう。まずは原理原則としてのミッション。2番目は共通のゴールとしてのミッション。いろいろな価値観を持った人々を同じ方向に向かわせるためには目印となるゴールが必要です。ミッションに共鳴した人が集まるので、従業員全体のモラルも上がります。

次に個人のミッションについてお話しします。仕事が原因で心身に不調を来すことがあります。働き過ぎというよりも、働く意味を見失ったことで心身にまいってしまうのだと思います。働くことに意味を見いだせば、充実した毎日を送ることができます。「情熱を持って取り組めること(好きなこと)」「経済的原動力になること(人のためになること)」「世界一になれること(得意なこと)、この3つ全てに当てはまるのがあなたのミッションです。ミッションを掲げた瞬間に、自然とそれに関係ある事柄が目に入ってくるようになります。

そして、ミッションは進化してもいいのです。仕事は「志事」であるべきです。せっかく頂いた人生。世の中のために有効活用しましょう。

姫路地域

2023年10月31日、さまざまな企業で活性化や管理職育成のコンサルティングを行うソフィアサポート代表の上芝美恵氏を講師に、「中小企業における女性活躍推進の方策と事例」と題した講演会を実施。姫路商工会議所とオンライン参加のハイブリッド形式で開催しました。



【要旨】

女性活躍推進法は、企業に女性の活躍に関する「状況把握と課題分析」「行動計画の策定、届け出、周知、公表」「情報の公表」を求めています。2022年4月からは労働者数101人以上の企業も対象となりました。

状況把握をするには、同法で定めた「女性採用比率」「勤続年数男女差」「労働時間の状況」「女性管理職比率」の4つの基礎項目を調べます。エンジャパン株式会社が350社に行ったアンケートによると、女性管理職比率5%以下の会社が63%と、まだまだ女性の活躍が進んでいないといえます。義務化されている項目についても、罰則がないため対応していない所が多いのが現状です。

女性活躍を進めることは、企業のイメージアップに

つながる、働き方の選択肢が増える、優秀な人材の確保につながる、競争力が高まるなどメリットも数多くあります。それぞれの課題に対応する形で女性活躍推進に取り組んだ事例を紹介します。

まず、労働者数120人(女性4割)、女性管理職比率10%の製造業。課題は、女性が管理職になりたがらないことでした。そこで、女性の交流会や、働きやすい職場にするためのプランを考える研修を実施。出された案はできるだけ採用するようにしました。メンターとの1対1のミーティング等も行った結果、相談しやすい職場に変化し、女性の意欲が向上しました。

女性労働者数が3割、女性管理職比率は5%以下の専門商社。課題は、女性が補助的な仕事しかしていないことでした。採用時の男女の条件を統一し、既存の一般職も希望があれば総合職になれるようにした他、在宅勤務や時短勤務も可能に。結果、女性のキャリアパスの選択肢が増え、働きやすい職場に変わりました。

女性活躍推進を成功させるポイントは、自社の女性の状況を正しく把握する、男性も働きやすい職場にする、制度改革はトップ主導で従業員の意見を吸い上げる、ロールモデルを育成する等が挙げられます。自社でできることは何なのか考え、まずは始めてみましょう。

阪神地域

2023年11月13日、国立大学法人電気通信大学副学長で、感性を持つAI(人工知能)開発の第一人者である坂本真樹氏を講師に招き、「人工知能と共存する未来の職場・働き方～ワーク・ライフ・バランスの観点から考える～」と題した講演会を伊丹市の伊丹商工プラザで開催しました。



【要旨】

ChatGPTは、アメリカの人工知能研究所「OpenAI」が開発したAIチャットサービスです。2022年11月に一般ユーザー向けに公開されると、たった2カ月でユーザー数1億人を突破し、世界中で話題となっています。

回答の精度を上げるには質問をする際に、以下のようないくつかの工夫が必要です。「質問者の仕事やペルソナ、性格などを細かく伝える」「なぜその質問をするのかを明記する」「アウトプットについて、例えば『箇条書きで』『具体例を挙げて』『3分以内で話せる程度で』『小学生と話すようなトーンで』というふう

に指定する」。それらを踏まえて質問をすれば、有料版にはなりますが、まるで人間が書いたかのような自然な文章で回答を返します。職場で使える機能としては、テキストの翻訳や添削、文章の要約、メール文の作成、企画書の作成などが挙げられます。

ただし、ChatGPTは生成した発言やデータに対して無責任です。誤った発言や名誉棄損になるような発言、不適切な差別発言などが含まれている場合があります。社内で利用する場合は、AIの限界を社員に周知しなければなりません。外に出す場合は、生成結果について法的・倫理的責任を問われることもありますから、さらに注意が必要です。

また、世界中に散らばる膨大な情報からデータを拾い集めてはくれますが、人ではないので、感情や主観的な評価については判断できません。質問した内容がインターネット上に残るリスクもあります。

発言内容に関して事実確認ができるサービスの開発や、取り扱うデータが最新ではない、カットオフ問題の解消も進んでいます。ますます便利になるChatGPTのような生成AIを活用し、働き方改革に役立てていただきたいと思います。

事業報告
Business
Report

「WLBな会社ガイド」2023年度版を発行！

2023年度表彰企業15社・団体の取組を紹介。
就活中の学生はもちろん、企業の人事担当者やWLB推進担当者にもおすすめの1冊です！



ひょうご仕事と生活のバランス 表彰企業の取組紹介

2023年度の表彰企業がWLBに取り組み始めたきっかけ、実現までの経緯や取組のポイントを紹介。



わたしの就活体験記

表彰企業の若手社員が自らの就活活動を振り返って就活生にアドバイス。



Contents | ワーク・ライフ・バランス(WLB)とは/WLBな会社とは/わたしの就活体験記/2023年度ひょうご仕事と生活のバランス表彰企業の紹介/表彰企業一覧(50音順・地域別に掲載)/働くときのルール

◎取組の紹介はセンターのホームページからもご覧いただけます。

◎冊子の送付をご希望の方はセンターまでお問い合わせください。

