

労務 ROAD

2022年過労死等防止啓発月間（11月）

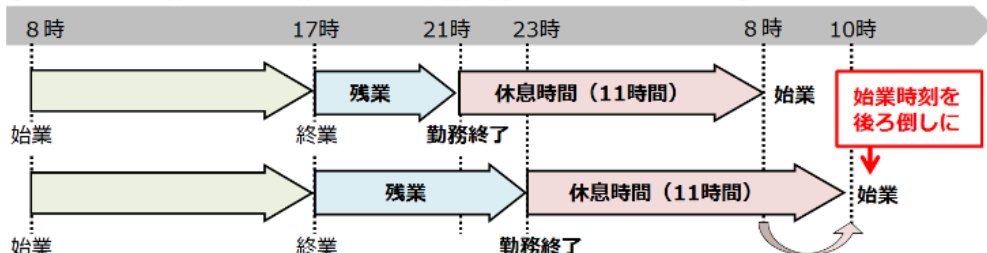
前号ではテレワークにおけるメンタルヘルス対策について取り上げましたが、厚生労働省では、毎年11月を「過労死等防止啓発月間」と定めています。

今回は、過労死防止対策の中から、勤務間インターバル制度とストレスチェック実施プログラムについてお知らせします。

勤務間インターバル制度とは？

「勤務間インターバル」制度とは、1日の勤務終了後、翌日の出社までの間に、一定時間以上の休息时间（インターバル）を設けることで、働く方の生活時間や睡眠時間を確保し、健康な生活を送るために有効なものです。

【例：11時間の休息时间を確保するために始業時刻を後ろ倒しにする場合】



この他、ある時刻以降の残業を禁止し、次の始業時刻以前の勤務を認めないこととするなどにより「休息期間」を確保する方法も考えられます。

このように、一定の休息时间を確保することで、労働者が十分な生活時間や睡眠時間を確保でき、ワーク・ライフ・バランスを保ちながら働き続けることができるようになりますと考えられています。

ストレスチェック実施プログラム（無料）について

心の健康を保つために、事業主はメンタルヘルス対策を積極的に推進し、労働者はストレスチェックにより、自身のストレスの状況に気づき、セルフケアに努めましょう。厚生労働省のHPに無料のストレスチェック実施プログラムがあります。ご活用ください。<https://stresscheck.mhlw.go.jp/>（こちらのページよりダウンロードできます。）



ストレスチェックの相談窓口「ストレスチェック制度サポートダイヤル」

0570-031050（通話料有料）平日 10:00～17:00（土・日・祝日及び年末年始（12/29～1/3）を除く）

所員紹介（山下）

2022年10月1日に入社いたしました、山下翔太郎と申します。

前職では、約10年間物流業界（トータルロジスティクスサービス）に身を置き、その大半は倉庫管理業務で「同じ作業であれば、より早く、より簡潔に、より正確に」をモットーに、作業効率化を常に考えて業務を行ってまいりました。

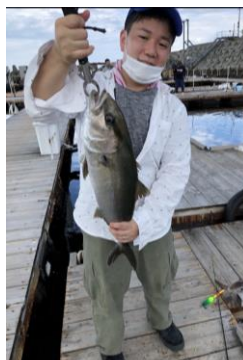
社会保険労務士法人への転職を志したきっかけは、前職で部下を管理する立場となった時、従業員満足度の低さを実感し、会社をより良い環境へ導きたいと考えた事でした。

「中小企業を元気にしたい」「幸せな職場づくりのサポート」

「社労士の認知度向上」が今の私の目標です。

好きなスポーツはラグビーです。出身地が「ラグビーの街」とも称される東大阪市で、中学～高校までラグビー部に所属していました。趣味は釣りや料理です。釣った魚を持ち帰り、料理して食べる事が楽しみです。休日は子供と遊びに出掛ける事が多く、公園やドライブに良く行きます。

以後よろしくお願ひします。



VOL.827
(2211-3)



〒541-0054
大阪市中央区南本町
2-6-12
サンマリオンタワー16F
TEL:06-6224-0264
FAX:06-6224-0265
HP: <https://k-s-j.net/>
編集：平原・姚・茅原・石田

社長が入れる
労災保険のことなら

「葛城経営研究会」

詳しくは、
06-6224-0480 まで！

先日、全国旅行支援を利用して阿蘇へ旅行に行ってきました！コロナが流行し始めてから、旅行には行かなくなってしまったので久々の遠出でしたが、大阪では見ることの出来ない壮大な草原や綺麗な星空にとっても癒され、旅行欲が復活しました！来年もどこか旅行に行けるように計画したいと思います。（脇田）



11月労務スケジュール

- ・9月決算法人の確定申告と納税、2023年3月決算法人の中間（予定）申告と納税（決算応当日まで）
- ・年末調整の準備