

それぞれのワーク・ライフ・バランス どう実現していますか？

ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて、国や企業の取り組みが求められるなか、個人の意識はどこまで進んでいるのでしょうか。市内の企業「㈱インテージ」のグループ社員のみなさんにお集まりいただき、それぞれのワーク・ライフ・バランスの現状について語っていただきました。



仕事の効率をあげて
残業を減らす

村田 純一さん



休暇がとりやすい雰囲気があると働きやすい

山中 康子さん

◆現在、どんな仕事をして いますか？

猪上 システム開発部門で働いています。入社2年目ですが、いまは仕事が面白く、充実した日々を過ごしています。

安江 同じく入社2年目で、システム開発の仕事をしています。仕事は忙しいですが、やりがいがあります。

山中 インタージグループで医薬品関係の事業を担う㈱アスクレップで働いています。入社12年目ですが、初めは派遣社員として勤務し、2005年から正社員として働いています。

村田 入社5年目です。定期検診やメタボ対策などのデータを扱う仕事をしています。一昨年、同僚と結婚しました。

田村 入社10年目です。リサーチや営業部門を経て、現在は人事企画部で研修やワーク・ライフ・バランスなどを担当しています。

◆仕事と生活、どんな バランスで働いていますか？

村田 社内では遅くまで働くほうだと思います。いま妻が妊娠中で4月から産休に入るので、できるだけ早く帰るようにしています。

安江 入社2年目なので、いまは仕事の比重が大きいです。ただ、グループ内で早く帰ることや休暇の取得に理解があるので、私生活を楽しむ時間も得られます。

猪上 遅くまで仕事をしなくてはいけないときは残業をする分、定時で帰れるときは早く帰るようメリハリをつけて働いています。

山中 当社にはフレックスタイトムや休暇がとりやすい雰囲気があり、自分の生活に合わせてバランスを調整できるので、とても働きやすいと思います。

◆仕事と生活、どちらも充実 していることが大切

田村 みなさんが実感されている

ように、当社では早い時期からフレックスタイトムを設けたり、休暇をとることに寛容だったり、柔軟に働ける環境づくりに力を入れてきました。昨年からワーク・ライフ・バランスも積極的に進めていて、その一つが、22時以降は職場の電気を消す（一部を除き）取り組みです。

22時以降は「深夜残業」にあたり、健康に良くないだけでなく、仕事の効率も下がってしまっています。この取り組みにより、深夜残業は以前に比べ半分近くにまで減りました。

村田 以前は職場の近くに住んでいたのですが、つい深夜まで残業することもありました。引越して機に減りましたが、残業の削減は個人の努力だけでは難しい面もありますね。

田村 今後は仕事内容や配分の見直しなど、組織的な対応も必要だと思います。ワーク・ライフ・バランスでもう一つ力を入れているのが、最低9日間以上

のリフレッシュ休暇の取得です。こちらのほうはかなりの成果が出ています。7月からの開始で、約7割の社員が利用しています。

安江 実は来週からリフレッシュ休暇に入る予定で、いまそれに向けて集中して働いています。大変ですが、休暇を楽しむためなら苦になりません。

田村 ワーク・ライフ・バランスの目的はまさにそこにあって、単に残業時間の削減や有給休暇の取得率を上げるためのものではないのです。私生活を充実させるためには、仕事も充実させて働くことが必要で、ひいてはそれが会社の利益にもつながるのです。

安江 確かに仕事が充実していないと私生活も充実できない。どちらも大事だと思います。

猪上 私生活でいえば、最近、ヨガを始めました。心を無にして汗をかくことがとても気持ちよく、仕事の疲れもとれてリフレ