

2025年1月24日

株式会社ワーク・ライフバランス

愛知県が「休み方改革」の取り組みとして（株）ワーク・ライフバランスの「勤務間インターバル宣言」に賛同、25年1月24日に県庁にて署名式を実施
～県庁職員が十分な休息時間の取得で質の高いサービス提供を実現するための取り組みを開始～

このたび、愛知県（県知事：大村秀章氏）が、3,000社以上の働き方改革コンサルティングを手がける株式会社ワーク・ライフバランス（本社：東京都港区、代表取締役社長：小室淑恵、以下「当社」）の「勤務間インターバル宣言」（以下「本宣言」）に賛同、2025年1月24日に署名式および記者会見を行いました。

愛知県では、経済界・労働界・教育界とともに、「休み方改革」を通じ、ワーク・ライフ・バランスの充実と生産性向上による地域経済の活性化を目指す「愛知県『休み方改革』プロジェクト」を2023年度より展開しており、現在1,131社¹が賛同しています。この取り組みの具体的な施策として、勤務間インターバル制度に注目し、このたび本宣言に賛同するにいたしました。

本宣言は、勤務終了時間から翌日の勤務開始時間までに11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企業や自治体などを2022年3月から当社が募集、56社²が賛同しています。

記者会見では、当社代表取締役社長・小室淑恵より勤務間インターバル制度の意義と必要性を説明、続いて大村知事が愛知県の取組内容を紹介しました。今後、両組織は協力しながら、愛知県庁内および愛知県内の企業の働き方改革等を推進していきます。



▲愛知県・大村知事と当社代表取締役社長・小室淑恵（2025年1月24日の署名式での様子）

¹ 2024年12月27日時点

² 2025年1月24日時点

■愛知県庁の取組み背景と今後の取組み

愛知県は、人口 7,465,813 人³を有し、主な産業に製造業や卸売・小売業があげられます。同県では、これまでも、直面する行政課題に対して、様々な施策を実施し、ワーク・ライフ・バランスの充実と生産性向上による地域経済の活性化を目指しています。なかでも、2023 年度からは、経済界・労働界・教育界とともに、「愛知県『休み方改革』プロジェクト」に取り組み、「県民の日学校ホリデー⁴」や「ラーケーションの日⁵」の創設など、全国的にも先進的な取組みを行っています。

▼愛知県「休み方改革」プロジェクト特設サイト

<https://www.aichi-yasumikata.jp/initiative/>



そのような中、愛知県全体の機運醸成が求められる今日において、これまで以上にスピーディかつ効果的な施策の展開が求められています。また、県職員の働き方改革を通じた私生活（ライフ）の充実により、自由な発想を得て、県民への良質な行政サービス提供や県内企業の成長促進支援を行うことが求められています。

こうした背景から、愛知県では、県職員が生活時間や睡眠時間など一定の休息時間を確保し、十分な休息をとることが健康的かつ発展的に仕事に取り組むことに資すると考え、2025 年 4 月から勤務間インターバル制度を導入することとし、その取組の一環として、このたび当社の勤務間インターバル宣言に賛同することとなりました。

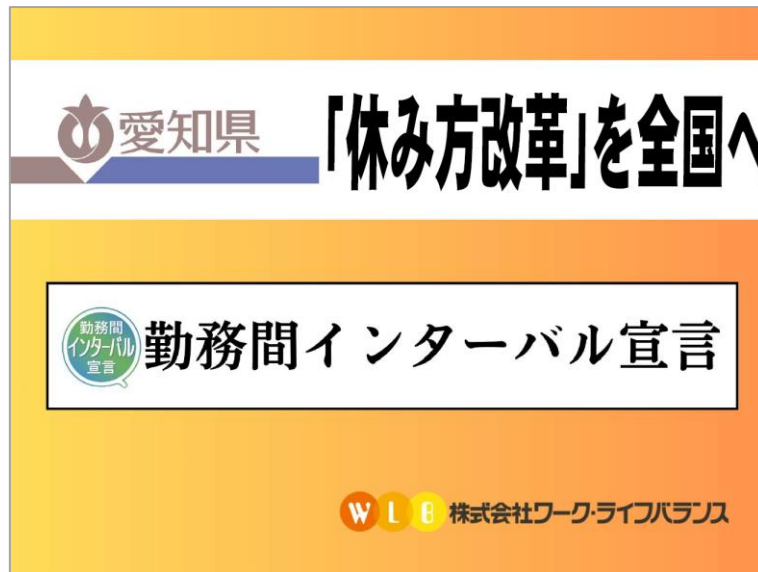
勤務間インターバル制度は、従業員の健康維持だけでなく、人材の確保や定着、生産性の向上といった効果も期待できることから、今後は、県内企業等に向けても勤務間インターバル制度の導入を積極的に働きかけ、仕事のやりがいと生活の充実の好循環を通じた、活力ある、幸せを実感できる持続可能な社会の実現を目指し、県内企業と県職員の働き方改革両面を加速させていきます。

なお、愛知県における働き方改革に関する取組みおよび今後の主な取組みは次のとおりです。

³ 2024 年 11 月 1 日時点

⁴ 毎年 11 月 21 日から 11 月 27 日までの「あいちウィーク」期間中の 1 日を学校ごとに「県民の日学校ホリデー」として指定する休業日のこと。

⁵ Learning(学習)と Vacation(休暇)を組み合わせた造語。自主学習活動であるため、愛知県では学校に登校しなくても欠席扱いとならない。



●休み方改革に関する取組み

※詳しくは愛知県「休み方改革」プロジェクト特設サイトをご覧ください。

<https://www.aichi-yasumikata.jp/>

①あいち県民の日（11/27）・あいちウィークを契機とした「休み方改革」の推進

- ▶ あいちウィーク（毎年11/21～27）におけるイベント等の開催等
 - ・あいちウィーク啓発イベント、県民の日を記念する催しの開催
 - ・公の施設の使用料等の減免
- ▶ 市町村・民間事業者への働きかけ
 - ・あいちウィーク期間中に、県民の日にふさわしい事業（施設の減免等サービス、イベント等）の実施を働きかけ

②家族と子どもが一緒に過ごせる仕組みづくり

- ▶ 「県民の日学校ホリデー」の実施
 - ・「あいちウィーク」期間中の平日1日を学校休業日に指定
- ▶ 「ラーケーションの日」の推進に向けた環境整備
 - ・家族の休みにあわせ、子どもが校外での体験・探究の学びを实践

③休暇を取得しやすい職場環境づくり

- ▶ 休み方改革マイスター企業認定制度の推進
 - ・年次有給休暇の取得及び多様な特別休暇の導入を積極的に推進している中小企業等を認定し、優遇措置などにより後押し

④平日や閑散期への観光需要のシフト

- ▶ 「あいちスキ旅キャンペーン」の実施
 - ・SNS 広告の拡充、宿泊予約サイトにおけるキャンペーン特設サイトの運営
- ▶ あいち・なごや周遊観光パスポート
 - ・平日限定で、県内26の美術館・博物館等に各施設1回ずつ入場できるチケットを発売
- ▶ ワークेशन促進事業の実施

- ・県のワーケーション促進に係る取組を紹介する特設サイトの開設、企業と連携し、県内宿泊施設におけるモデル事業を実施

⑤地域が一体となった「休み方改革」の推進

- ▶ 愛知県「休み方改革」イニシアチブ
 - ・経済界・労働界・教育界と一体となって「休み方改革」を推進
- ▶ 全国知事会「休み方改革プロジェクトチーム」
 - ・「休み方改革」を全国に発信するため、取組説明を実施

⑥職員の「休み方改革」の推進

- ▶ 職員の連続休暇の取得促進
 - ・大型連休にあわせた連続休暇取得の取組
 - ・時期分散型の連続休暇取得の取組

●勤務間インターバルに関する取組み

① 勤務間インターバル制度の導入

職員の生活時間や睡眠時間を確保するため、全職員を対象に、終業時刻から次の始業時刻の間に時差勤務や時間休を活用するなどして11時間以上の休息時間（インターバル時間）を確保することを努力義務とします。2025年4月1日から導入。

詳細：<https://www.pref.aichi.jp/press-release/flex20250115.html>

② 勤務間インターバル宣言への賛同

勤務間インターバル制度は、従業員の健康維持だけでなく、人材の確保や定着、生産性の向上といった効果も期待できることから、今後は県内企業等に向けても制度の導入を積極的に働きかけていきます。

その取組の一環として、株式会社ワーク・ライフバランスが推進する「勤務間インターバル宣言」を実施します。

【宣言組織数：56組織（2025年1月24日時点）】

主な宣言組織：子ども家庭庁、岡山県、富山県、和歌山県、東大和市など

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



③ 県内企業等への働きかけ

県内経済団体等を通じ、県として「勤務間インターバル宣言」を行ったことを周知し、県内企業に対して勤務間インターバル制度を導入していただくよう呼びかけていくほか、県 Web サイトやメルマガ等で勤務間インターバル制度に関する情報を発信していきます。

■愛知県 大村秀章知事による賛同表明コメント

愛知県では、ワーク・ライフ・バランスの充実と生産性向上による経済の活性化の実現に向けて、「愛知県『休み方改革』プロジェクト」に取り組んでいます。

生活時間や睡眠時間など一定の休息時間を確保することは、職員の Well-being を実現し、職員一人ひとりの能力発揮、健康確保、アイデア創出につながるとともに、職場の魅力向上にも資することが期待され、県民サービスの向上にもつながります。

このため、愛知県では、勤務と勤務の間に原則 11 時間以上の休息を確保する「勤務間インターバル制度」を導入することを決定いたしました。

また、県内企業等にも、勤務間インターバル制度導入に向けて積極的に働きかけを行うことにより、仕事のやりがいと生活の充実の好循環を通じた、活力ある、幸せを実感できる持続可能な社会の実現を目指してまいります。



愛知県知事 大村秀章

大村秀章

■当社代表取締役社長・小室淑恵コメント

愛知県では、地域経済の活性化を目指して、全国でも先駆けて、「愛知県『休み方改革』プロジェクト」に取り組まれています。その愛知県で、8月に大村知事と対談させていただき、11月に講演をする中で、トップの熱意と覚悟を実感いたしました。

愛知県が進める「休み方改革プロジェクト」は、地域経済の活性化と、働き方の改善を目指す大きな一歩です。特に、勤務間インターバル宣言の取り組みは、労働者一人ひとりの健康を守り、ワーク・ライフバランスを向上させる重要な施策です。愛知県庁が率先して、職員がより十分な休養を取り、仕事の生産性向上に取り組むことで、県民サービスの向上に繋がることを期待しています。

この取り組みを通じて、エネルギーに満ちた地域経済の実現に向けて、働く人々の生活がより豊かになることを心から応援しています。愛知県の先進的な取り組みが全国に波及し、さらなる変革を生み出していくことを期待しています。



▼中日新聞 大村知事と弊社代表小室の対談

「進むワーク・ライフ・バランス 愛知発の「休み方改革」を全国へ

<https://work-life-b.co.jp/20241212.html>

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

■取材のご希望

報道関係者で、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・お申込み>

株式会社ワーク・ライフバランス 広報担当 三山（みやま）

メールアドレス：media@work-life-b.com 携帯：070-2262-9043（三山）

■株式会社ワーク・ライフバランスについて

2006年創業以来、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3,000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：3,000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 三山（みやま）

TEL：03-5730-3081 / Mobile：070-2262-9043 / Email：media@work-life-b.com