

労働時間に対する国家戦略の必要性について

2012/02/24
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

自己紹介

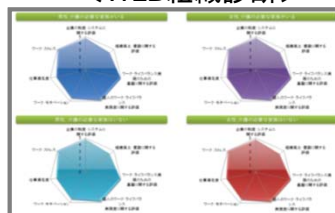
- 96年 日本女子大学 文学部 日本文学科 3年生
- 97年 アメリカ放浪 ベビーシッターで生計をたてる
- 98年 ネットエイジ株式会社でインターン
- 99年 株式会社資生堂入社 奈良支社に配属
- 00年 ビジネスモデルコンテストで優勝
- 01年 休業者職場復帰支援プログラムを事業化、翌年社外販売開始
- 03年 **次世代育成法で企業に育児支援義務化！**
- 04年 日経ウーマン・オブ・ザ・イヤー2004受賞
- 05年 105社契約 事業を黒字化 資生堂を退職
- 06年 株式会社ワーク・ライフバランス創業armo【アルモ】を販売開始、400社導入
- 07年 内閣府 男女共同参画局 ワーク・ライフバランス調査委員
- 08年 ワーク・ライフバランス組織診断を開発



<armo[アルモ]>



<WLB組織診断>



- 09年 ワーク・ライフバランスコンサルタント養成講座をスタート
- 10年 携帯サイト「働き方チェンジナビ」始動→QRコードからアクセス！
ワーク・ライフバランススクールをスタート
ツイッター＆フェイスブック開始 ID: worklifeb
- 11年 **1月・・・介護と仕事の両立セミナー をリリース**
6月・・・介護と仕事の両立ナビ オープン
9月・・・介護と仕事の両立ガイドブック 発行



※本資料の無断転載を禁じます。

仕事

残業つづきで疲れる・・・

家庭や私生活

子供と遊べない・・・
パートナーとの時間もない・・・
スポーツできない・・・
自己研鑽の時間もない・・・

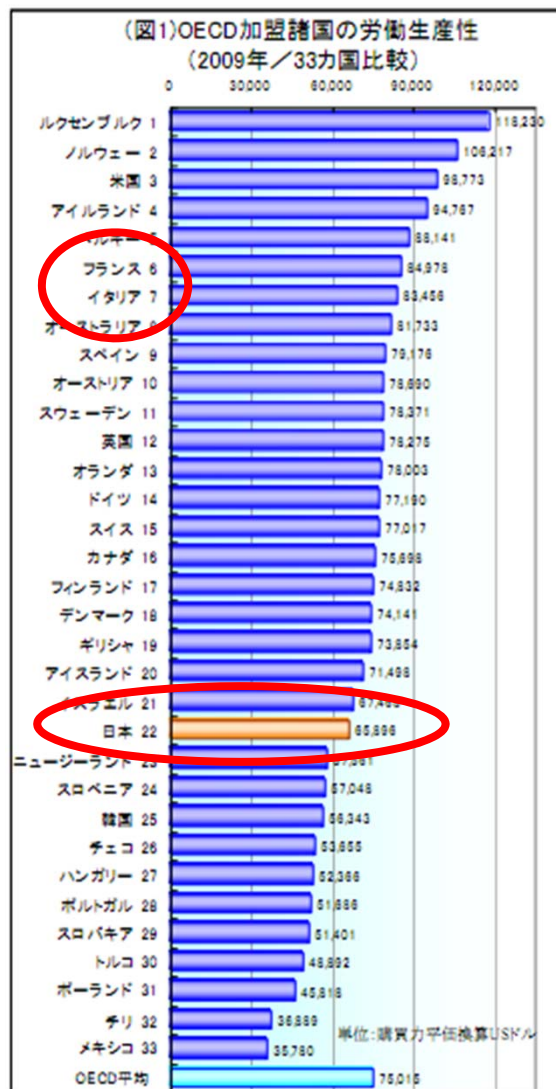
ワークライフバランスに
全く満足していない割合

1	日本(16%)
2	オーストラリア(11%)
2	ロシア(11%)
4	カナダ(9%)
5	ギリシア(8%)
5	スペイン(8%)
7	米国(8%)
8	ドイツ(7%)
9	ポーランド(6%)
9	中国(6%)

国際ナショナル・リサーチ・インスティテューツ (iris) による世界24カ国1万4千人を対象にした「仕事と家庭の調和(ワーク・ライフ・バランス)に関する世界意識調査」(2006年)

日本はワークライフバランスについて、24カ国中最低の満足度 つまり「仕事ばかり」の生活を送っています

長時間労働の「成果」は？



労働生産性の国際比較2009年版 財団法人日本生産性本部発行

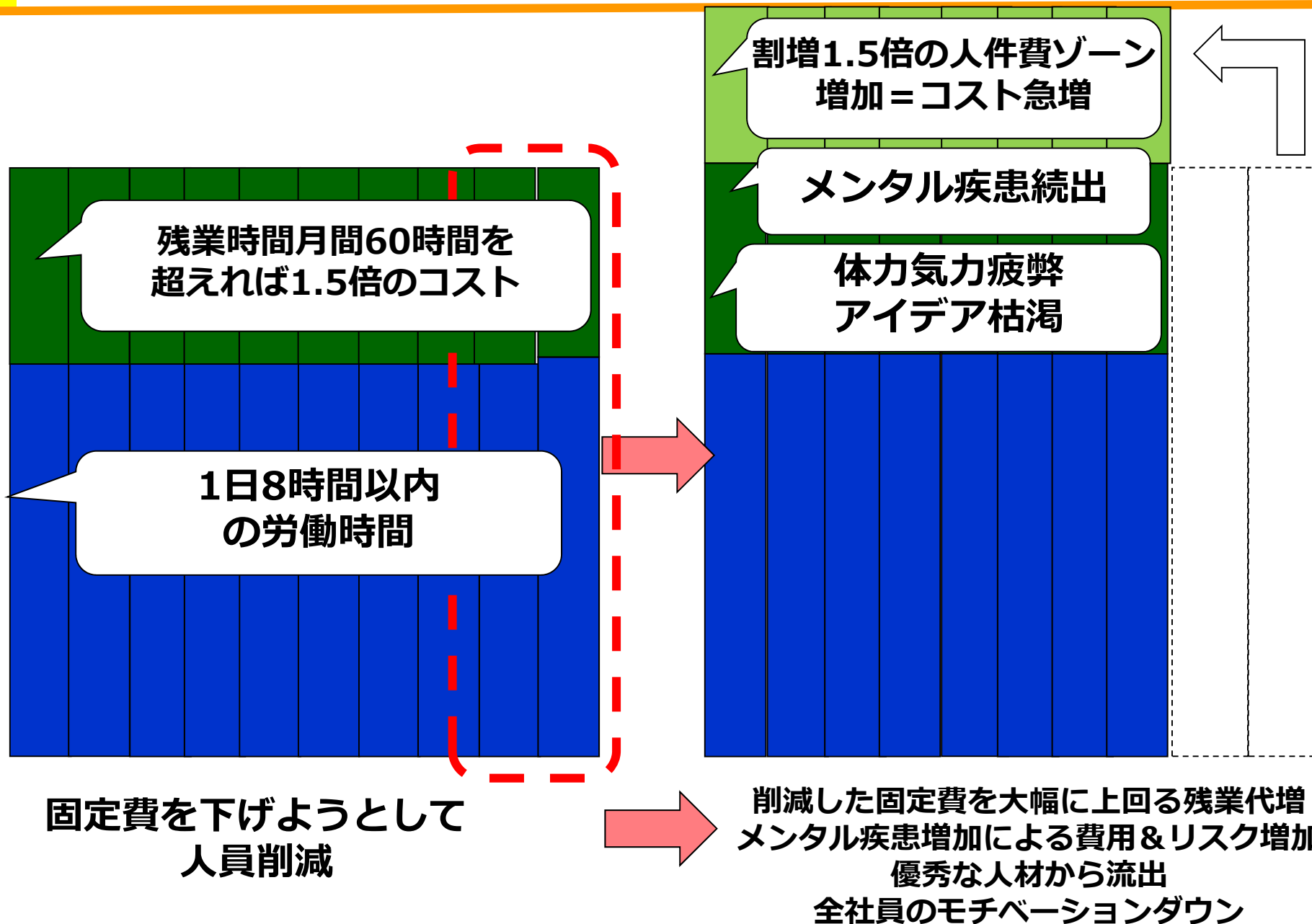
日本の労働生産性は22位

労働生産性とは・・・
従業員一人当たりの付加価値額（利益）のこと
単位労働力当たりの生産量のことであり、
単位労働力当たりとは、就業者1人当たり、
あるいは時間当たりなどのことである。

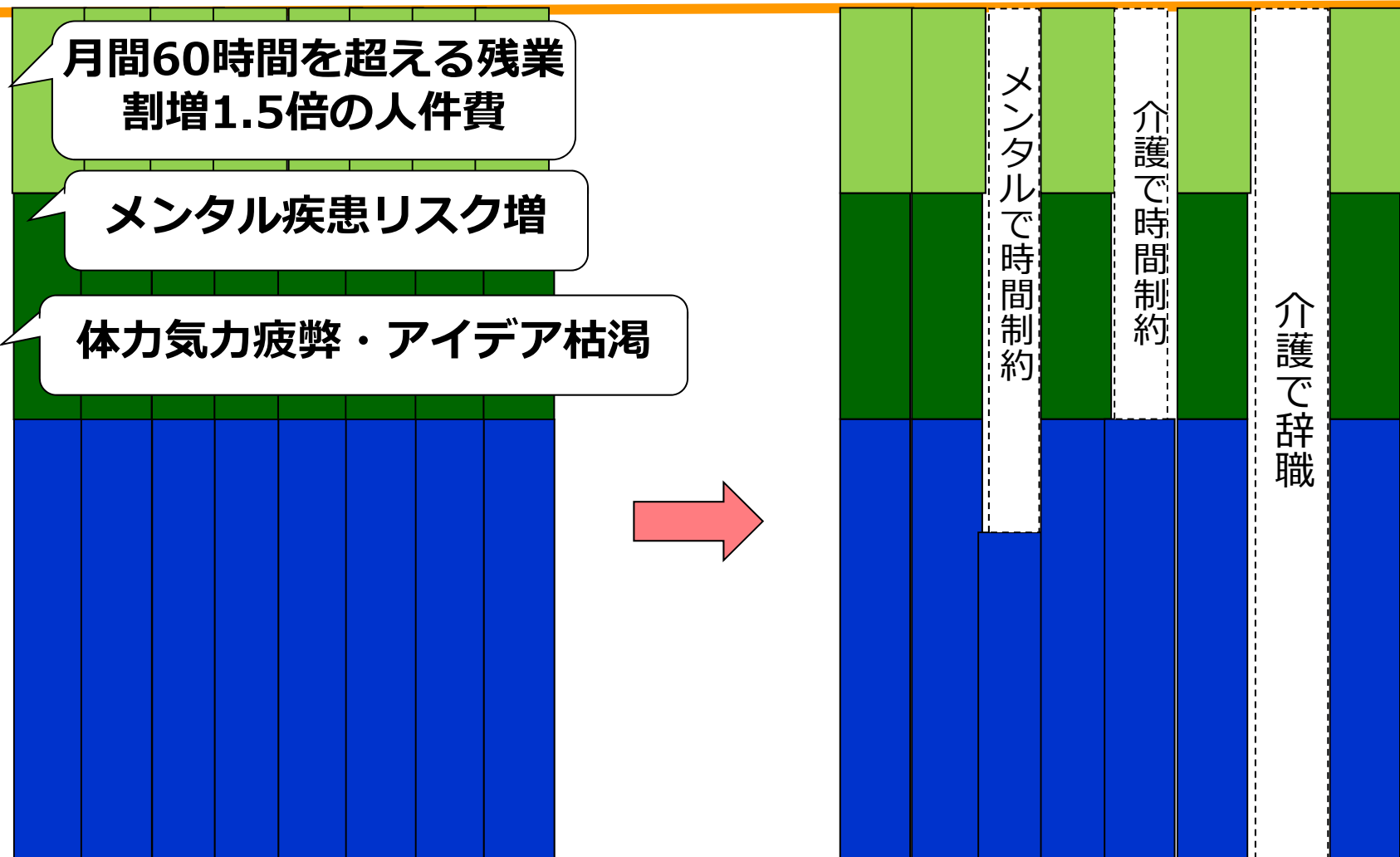
つまり日本は、時間はかけているが
生み出す付加価値は低い国

**残業時間はトップクラス、
仕事の成果は最低クラス
→負のスパイラル**

短期的思考の経営者が取る手法



短期的思考の経営者が取る手法の行く末

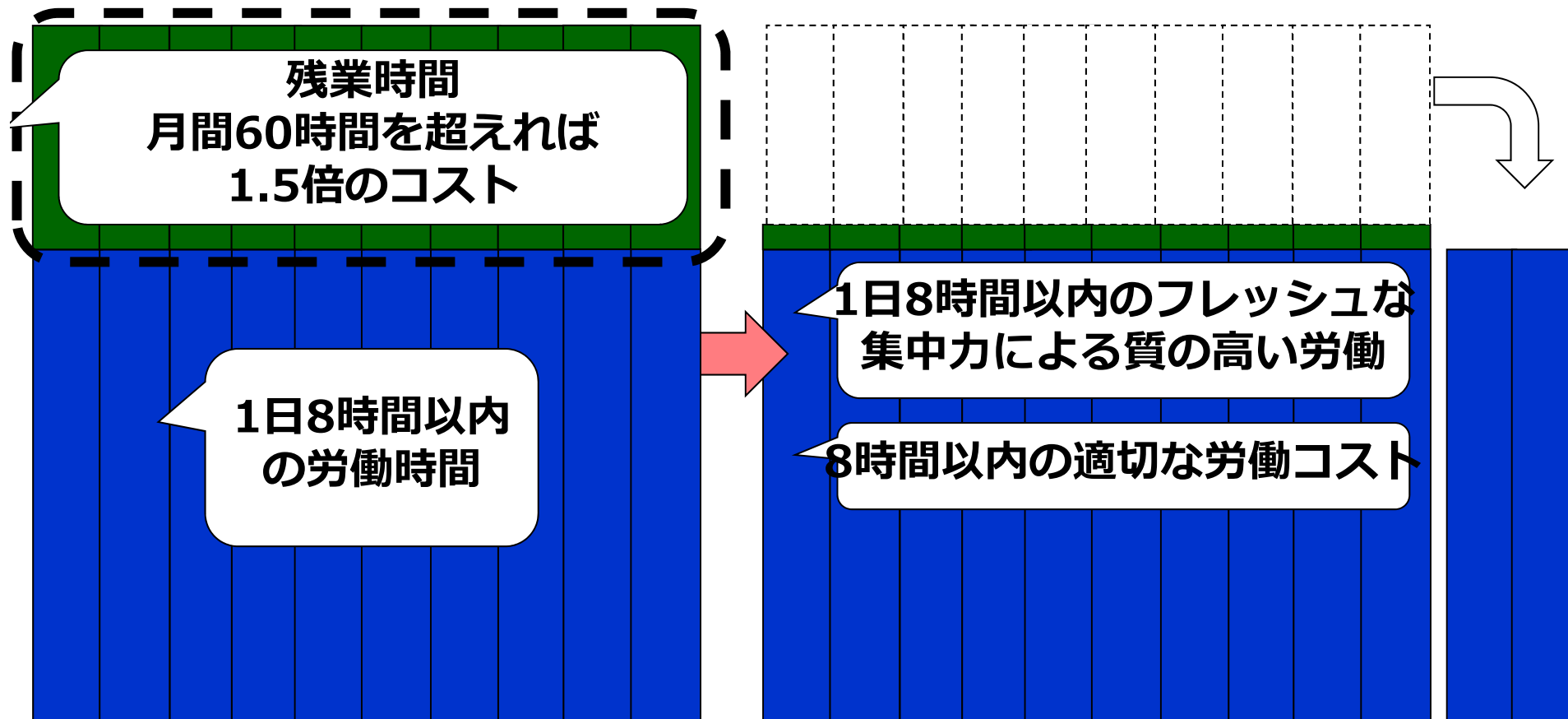


削減した固定費を大幅に上回る残業代増
メンタル疾患増加による費用&リスク増加
優秀な人材から流出
全社員のモチベーションダウン

頭数が少ないことで
抜けた分のフォロー不可能
労働環境の悪さで優秀な人材が取れない
事業継続が不可能に

※本資料の無断転載を禁じます。

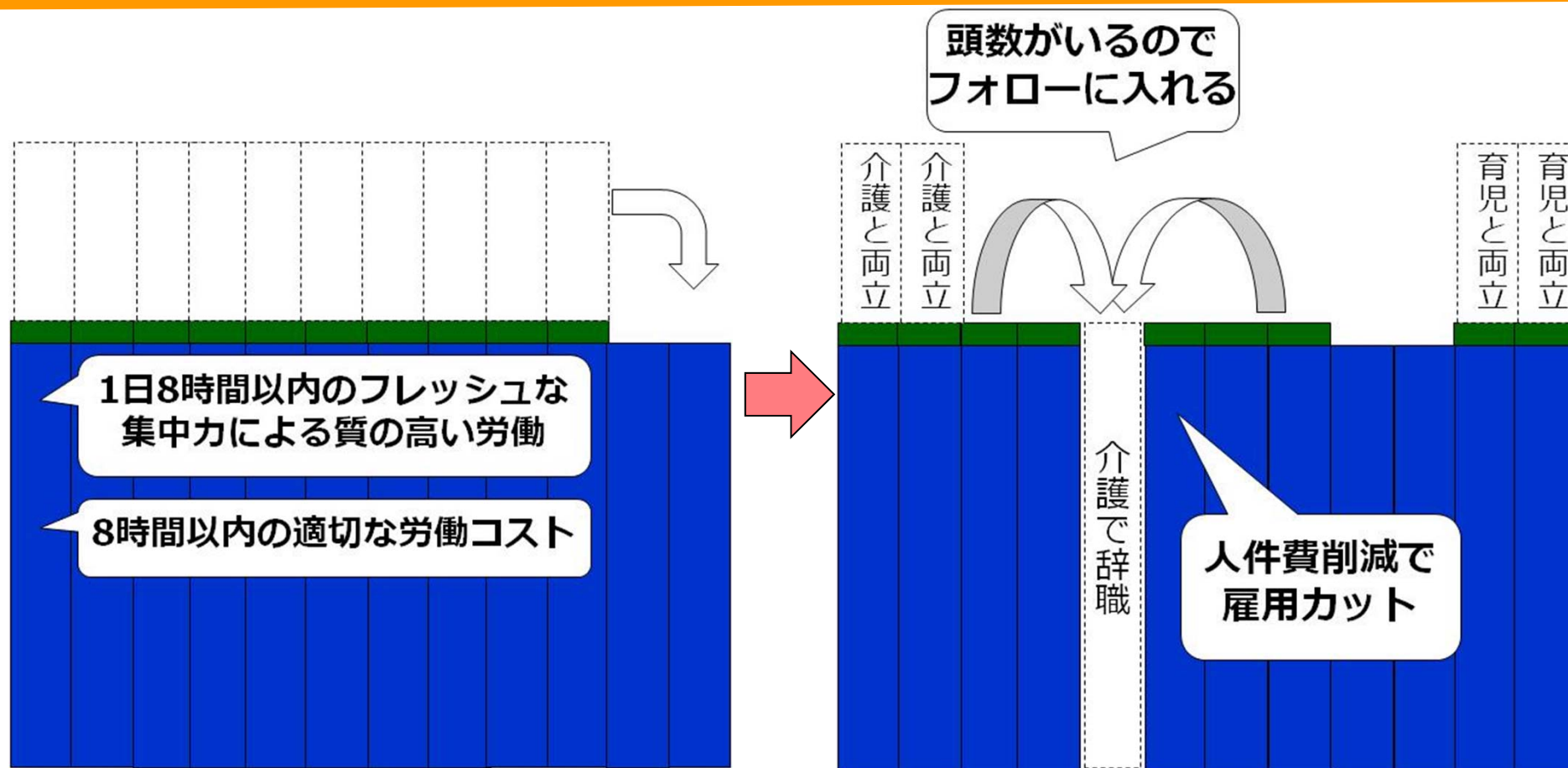
逆転の発想で取るべき手法



高い人件費の人材一人当たり
労働時間の削減

若者の雇用を増やすとコストは減る
時間制約を持つ社員の積極採用で
残業をさせない

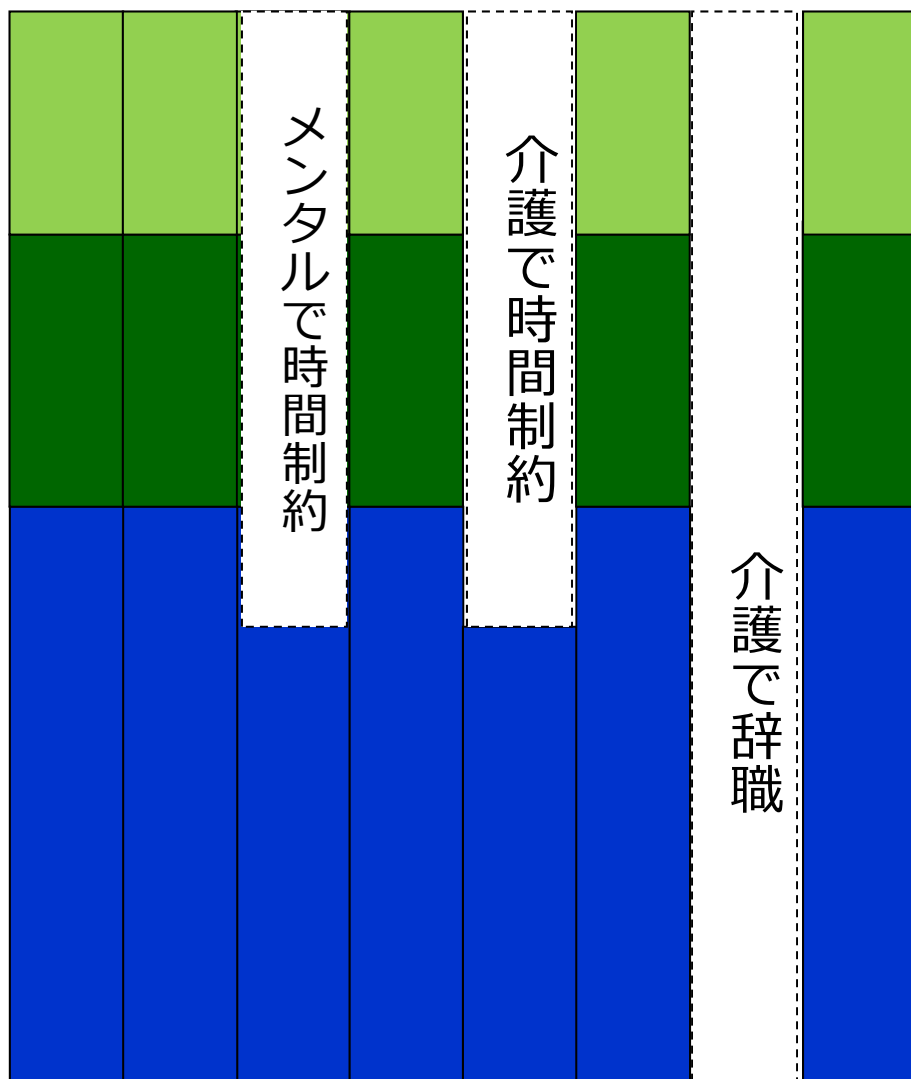
逆転の発想で対策した場合の未来



若者の雇用を増やすとコストは減る
時間制約を持つ社員の積極採用で
残業をさせない

両立できるので、育児や介護で辞めにくい
頭数があるので、抜けた分のフォローも
容易

行政への要求（短期経営の場合）



残業があるので、介護できない
24時間型の介護施設をもっと増やして！
（要介護度の低い時から
施設にいれようとする）

残業があるので、迎えにいけない
深夜まで延長保育のできる施設を
もっともっと増やして！
（深夜の保育士配置で更に赤字園に）

地域活動もPTAも参加できない
地域の安全対策・清掃もっとやって！

残業でしつけの時間がない 学童保育
でしつけも宿題の面倒も全部やって！

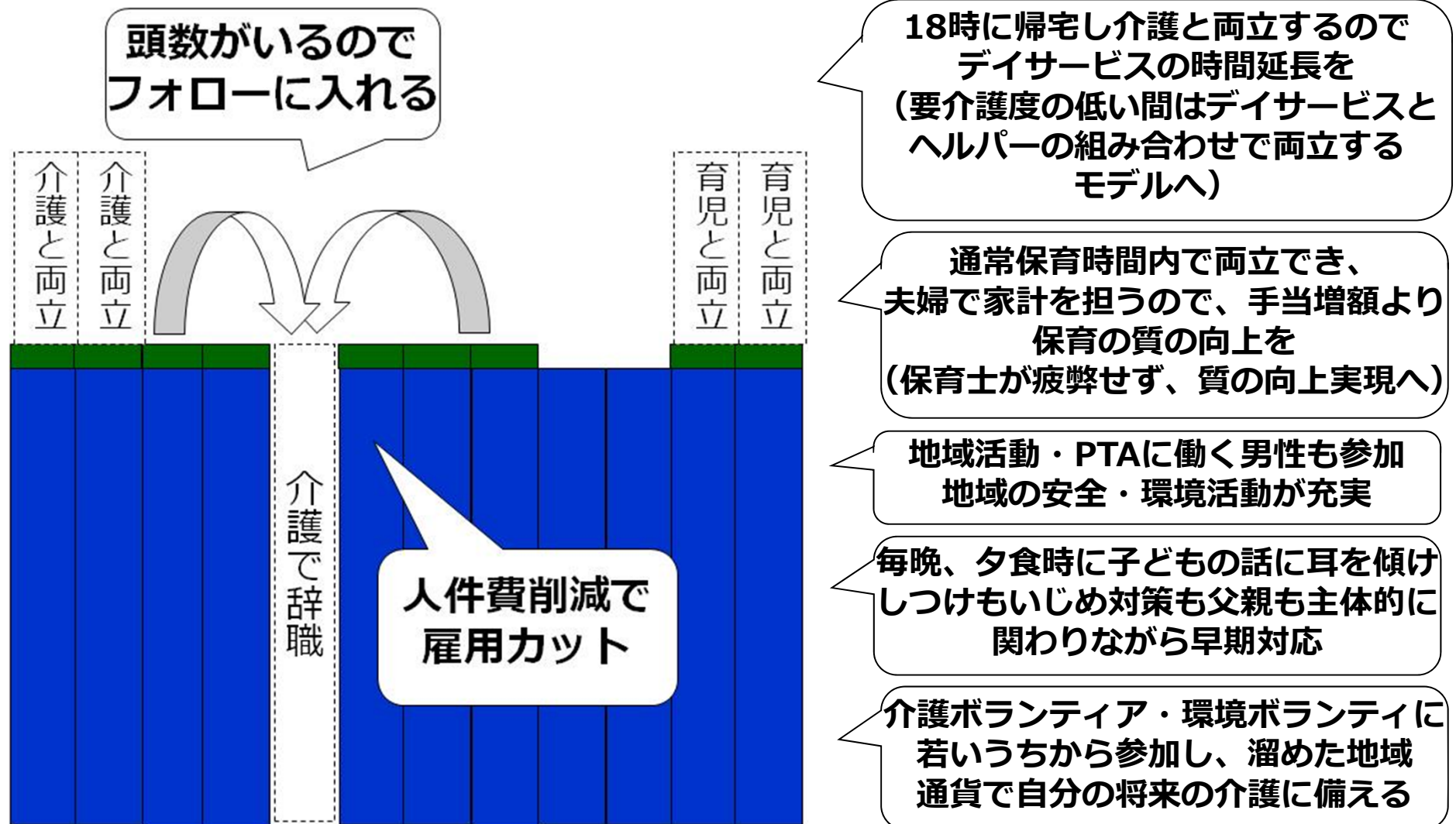
残業でうつ増加。再就職支援助成を！

子どものいる女性は働けないので年金も
少ない。将来不安で手当を増額して！

利益が出ないので新規雇用はしたくない
ため、若者を雇用するなら対策金を！

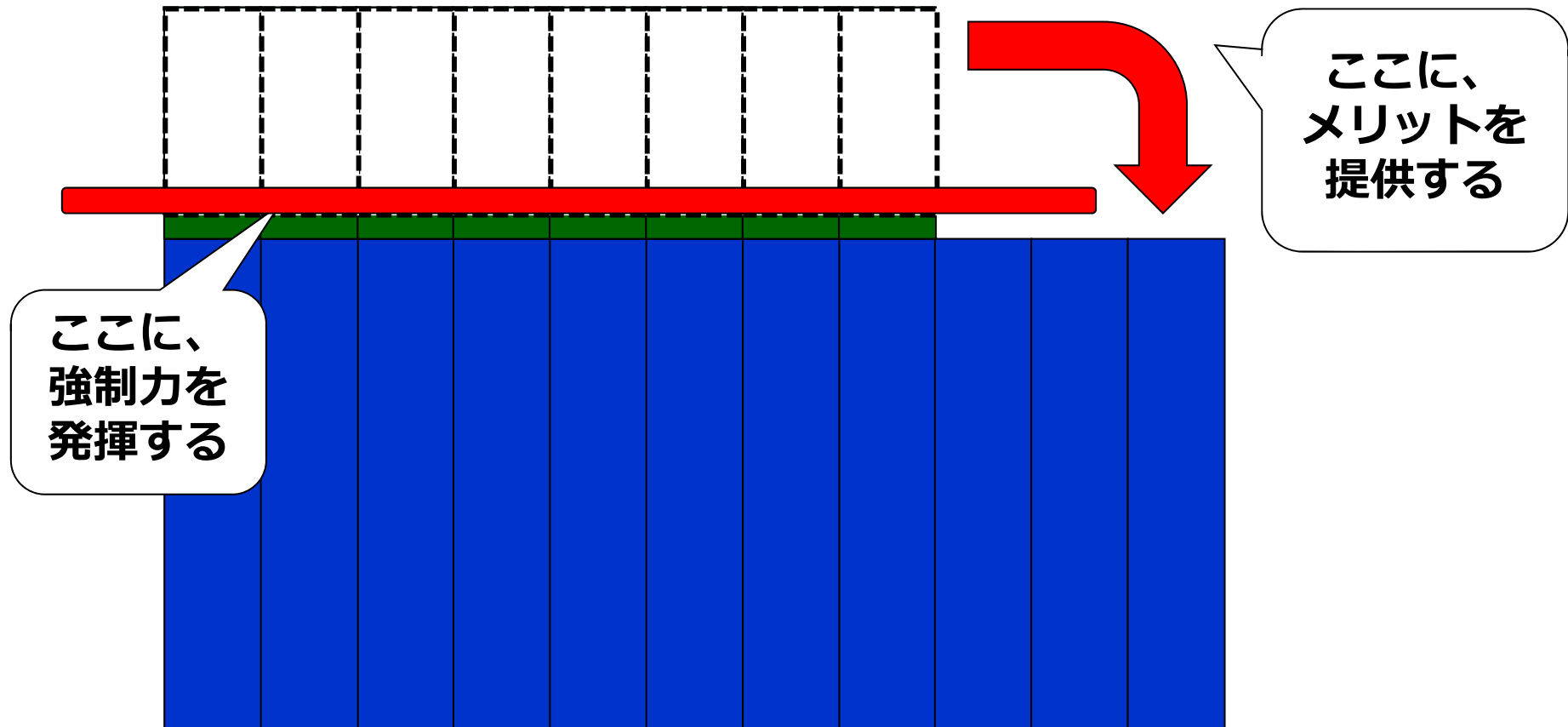
行政に対し福祉の充実へ要求がエスカレート！財政は逼迫する。

行政への要求（逆転の発想の企業が増えた場合）



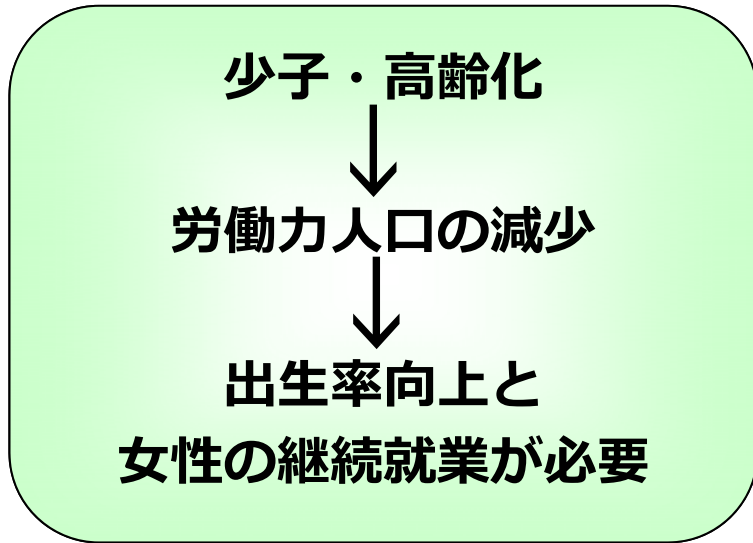
定時後の時間で育児・介護・健康維持・地域活性化に主体的に動くことができる
→自分の不安事に自分で対策ができるという「幸福」へ

逆転の発想企業が増える仕組みを作るには



逆転の発想企業を増やす仕組みを、行政がどれだけ作れるかが、
国民の幸福度に大きな影響を与えます。

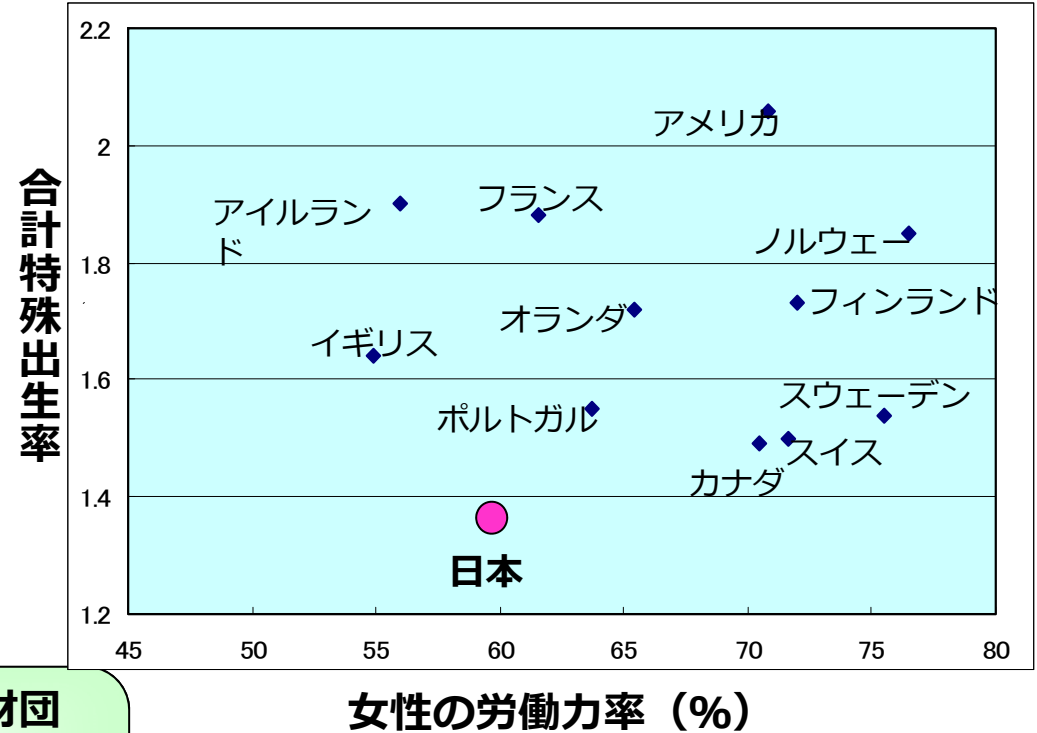
労働時間に対する国家戦略が必要です。



社会制度の充実
次世代育成支援
対策推進法案

(財) 21世紀職業財団
・ 職場復帰プログラム
実施奨励金
・ 代替要員確保助成金

女性（24～34歳）の労働力率と出生率の国際比較



出典：少子化と男女共同参画に関する社会環境の国際比較報告書（2005年9月）

**働きながら子育てをすることが社会を救う！
だからこそ、両立できる制度整備が急務です。
同時に、男性も含めた働き方の見直しが求められています！**



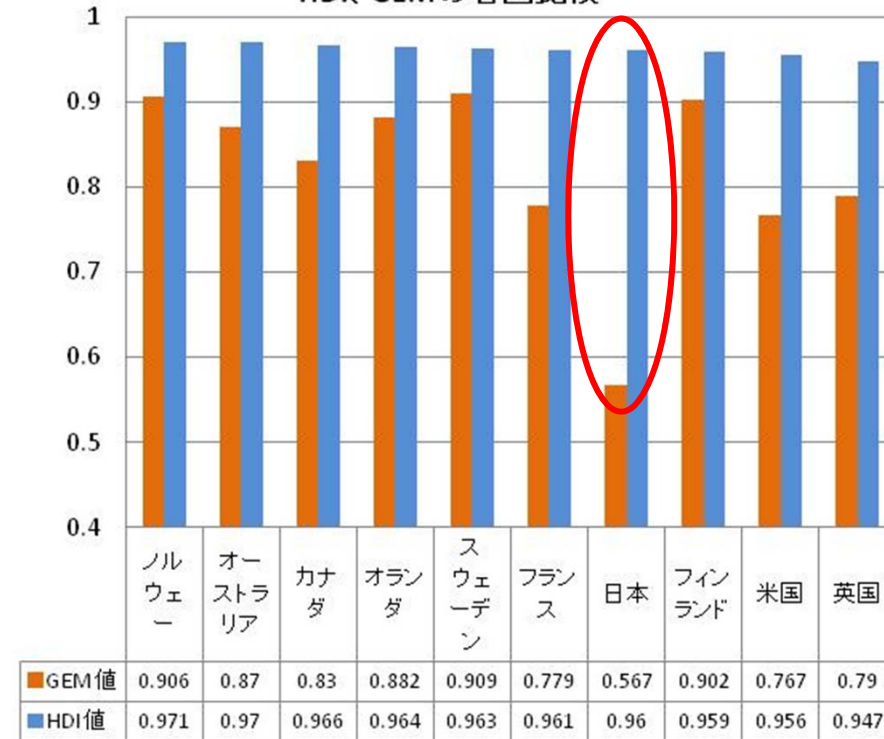
女子学生採用
における
優位性の確立

長期的に人材を育成できる
環境（ロールモデル）づくり

介護休業を経ても働き続けられる組織作り

**10年後も継続して利益を上げられる組織であるために、
ワークライフバランスの取れる組織への変革が急務！**

HDI、GEMの各国比較



- ・教育によって、その国の基本的な人間の能力がどこまで伸びたかを示すHDIは10位
- ・その国の政治及び経済への女性の参画の程度を示すGEMは57位

資料出所：内閣府 男女共同参画白書（平成22年版）

今、多くの企業が抱える課題

1：女性を採用・育成できない

- ・女性社員向けモチベーションアップセミナー
- ・ポジティブアクションによるロールモデルづくり
- ・制度整備による「新しい報酬」の提供

2：休業・時短を経て継続就業できない

- ・職場復帰支援プログラムの導入
- ・事業所内託児所
- ・復帰後サポート

3：長時間残業の恒常化

- ・業務時間内での集中度・効率UP
- ・仕事の見直し・評価方法の見直し
- ・在宅勤務

4：マネジメントの意識

- ・管理職意識改革セミナー
- ・マネジメントスキルアップ研修

●個人的事情も、時間制約もない、ごく一部の社員しかモチベーションのあがらない組織となり、人材力で勝っていけない。

●非効率な仕事プロセスを改善する意欲が生まれず、生産性で競争に勝っていけない。

●多様な価値観が育たず、商品づくりサービス作りにおいてグローバルマーケットで勝っていけない。

**1・2だけを取り組んでも成果は出ない
3・4に取り組むことが重要**

「働き方の見直し」取り組み事例

残業削減活動

8 (ぱっ)
と
帰ろうデー

毎日ノー
残業デー

トランプ
残業申請

ストラッ
プ残業許
可

社内周知
活動

有給推進
月間

職場における取り組み

集中タイ
ム

朝メール

多能工化

スケジュー
ール共有

プレゼン
テーショ
ンカ向上

在宅勤務

集中ルー
ム

3人
Coaching

後輩育成

業務共有

ファシリ
テーショ
ンスキル
向上

タイマー
会議

職場復帰
支援

月イチ面
談

チームで
支える

ITの活用

モバイル
ワーク

会議1 /
8

**100社あれば100通りの実現方法があります！
自分の働き方にあった方法を取り入れてみましょう。**

- **経営戦略としての依頼が急増**

- 06年 80件 07年 120件 08年 180件
- 09年 240件 2010年 300件
- 人事部の問い合わせ→役員からの指示による大規模な依頼へ
(ND社の例・・・技術系トップの役員による指示でグループ4社一斉に取組開始)

- **目に見える成果を出す企業も**

- メーカー K社 1ヶ月で一人80時間の残業減 (売上前年越え)
- 製薬 N社 一人34%の残業減 (売上前年どおり)
- 建設 P社 年度末に20時退社実現 (例年は年度末は毎日25時)

- **組織の働き方の見直しにより個人の変化も実現**

- K社のトライアルチームリーダーが介護に直面して両立継続
- N社 40代管理職がやっと結婚・若手がTOEIC3ヶ月で50点UP

**すでに企業側は「反発」のフェーズではなく、「生き残り」のためにワーク・ライフバランスを活用している。
むしろ、社員の本気度をあげるために苦戦している**

企業と社員 WIN-WINの関係

業務多忙で残業続き。集中力を欠きアイデアも湧かず、仕事が進まない。

職場でコミュニケーションが取れず、業務効率化の糸口がつかめない。

キャリアアップしたいが、忙しいマネジメント層を見ていると、尻込みしてしまう。

ライフ・イベントが来た時に、仕事を続けていけるか不安。

多種多様なお客様のニーズがイメージできない/対応できない。

ワーク・ライフ バランスの確立

【社員】

- ・活力とアイデアに溢れた状態で出社できる。
- ・職場にコミュニケーションが生まれ、効率的に業務を進められる。
- ・ライフイベントを機にやめる人が減り、ノウハウを持った人たちが長く働ける。

【企業】

- ・社員一人ひとりが高い付加価値を加えた仕事ができる。
- ・優秀な人材を確保しやすくなる。
- ・優秀な社員の流出が減り、採用や教育にかけた費用が無駄にならない。
- ・残業代のコストが減る。

【行政】

- ・介護施設・育児施設の赤字による財政の逼迫が防げる。
- ・地域社会に働く男性が参画し活性化
- ・少子化・非婚化・晩婚化にはどめ
- ・企業税収UP

ワークとライフの相乗効果

仕事

家庭や
私生活



アイデアが沸くので、仕事が
効率的に終わり評価UP！
視野の広がりでの企画力UP！

心も身体も健康に。
外部との交流で人脈も広がる！
自己研鑽をつむ時間も。

**ライフが充実すれば、人脈・アイデア・スキルが得られて
結果的にワークの質と効率が高まる。
勝てる組織と充実した人生、サステナブルな日本社会
を作っていきます！**

わたしたちは、個人の多様性を企業力に変える 「ワーク・ライフバランス」の実現をお手伝いします。

近年注目を集めているワーク・ライフバランス。単に「仕事」と「家庭」「生活」を両立させるという意味にとどまらず、互いにより影響を及ぼし合って好循環をもたらす仕組みを作ることこそが、ワーク・ライフバランスの本質をとらえた取組みであると考えています。これまでの800社を超える企業のコンサルティング経験に基づく事例と、弊社コンサルタント自身がワーク・ライフバランスを実現する中で培ったノウハウを皆様にご提供しております。それらを用い、従業員一人一人が持っている能力・個性をより一層活かせる職場環境づくりをお手伝い致します。厳しい時代においても勝ち抜いていける強固な企業力の育成をサポートさせていただきます。

主なコンサルタントのご紹介

※このほかにも男女ともに多くのコンサルタントが在籍しております。お気軽にお問い合わせください。



代表取締役社長 小室淑恵（こむろよしえ）
日経ウーマン主催「ウーマン・オブ・ザ・イヤ-2004・キャリアクリエイト部門」受賞。06年株式会社ワーク・ライフバランスを設立。企業など組織におけるワーク・ライフバランス実現のための第一人者として活躍。内閣府「仕事と生活の調和連携推進・評価部会」委員など複数の公務を兼任。今春より金沢工業大学客員教授に就任。一児の母の顔を持つ。



コンサルタント 工藤真由美（くどうまゆみ）
当社設立メンバーとして参画。風土の改革や残業削減など具体的な実績の出るコンサルタントとして多くの企業から指名を受ける。かつては長時間労働の経験があり、自身の働き方を改善しワーク・ライフバランスを実現させた経験をもとに、残業の多い企業・個人がすぐに一歩を踏み出せるようなツールやセミナーの開発を行う。



コンサルタント 大塚万紀子（おおつかまきこ）
当社設立メンバーとして参画。日本的経営の企業が入力できることのできる日本企業のためのワーク・ライフバランスの実現に定評があるほか講演や研修の講師を数多く担当、過去の長時間労働の経験からの自身の意識の変化を伝える内容は多くの共感を得ている。スタッフブログにおけるワーク・ライフバランス最新情報は各方面から非常にアクセス数が多く、好評を得ている。1児の母で自らも17時までの短時間勤務を実践中。



コンサルタント 松久晃士（まつひさこうじ）
トリブ・インターナショナル・ジャパン(株)にて営業、マーケティング業務に携わり、効率化・生産性向上にこだわった働き方を実践。2010年当社に参画。これまでの自身の経験から得たワーク・ライフバランス実現のためのノウハウや仕事の進め方をクライアントに惜しみなく提供、高い評価を得ている。ライフではクリーン・ボランティア活動に参画、幅広い人脈をもつなど、新しいビジネスプラン像を構築すべく日々奮闘中。



コンサルタント 風間正彦（かざまさひろ）
かつて飲食業界で長時間労働を経験し一般的にワーク・ライフバランスが実現しづらいと考えられてきた小売業・飲食業など、シフト制勤務の業界でも取り入れられるコンサルティング提案には定評があり、飲食業に従業員側・経営者側の双方の立場から携わった経験がいかされている。



コンサルタント 横山真衣（よこやままい）
2007年当社に参画。主に中小企業がワーク・ライフバランスに取り組む際のハードルなどを考慮し、各企業の状況にあわせ適切な国や自治体の奨励金・助成金などの情報提供の豊富さで評価が高い。また、ワーク・ライフバランス制度の社内周知を広めるガイドブックの提案や、経営層の意識を改革するためのセミナー提案などで実績がある。これまでに提案した意識改革のセミナー数は300社以上にのぼる。



コンサルタント 高安千穂（たかやすちほ）
2009年当社に参画。これまで多様な背景をもつ求職者のキャリアカウンセリングやマッチング業務に注力した経験から、armo【アルモ】などを通じ、多くの企業でワークライフバランスの推進支援を行っている。プライベートでは06年に男児、09年に女児を出産。二児の母として育休から復帰後同じ成果を出すための経験などを講演などで伝えている。



コンサルタント 深堀雅史（ふかほりまさし）
スポーツサービス会社、大手教育会社を経て、2010年当社に参画。コストをかけずにアイデアで勝負し成果をあげてきた経験から、インプットのためのライフの時間の重要性を強く実感している。教育業時代に取り組んだ学びをもとにキャリアカウンセラーの資格を取得。また、講師を務める介護セミナーは、介護情報提供や意識改革を促すもので大変好評である。



コンサルタント 大西友美子（おおにしゆみこ）
日本アイ・ビー・エム・サービス(株)において、職場全体のスキルアップに寄与する仕組み作りをし、日本IBMのWebアワードを受賞するなど高い評価を得ている。2011年当社に参画。働き方見直しコンサルティングでは、高いプロジェクトマネジメントスキルを活かし、多くのメンバーを巻き込みながら短時間で成果を上げ、チームメンバーの気持ちと期待値をコントロールする体験に基づくマネジメント手法も、高い評価を得ている。私生活では、2児の母でもあり最近始めたウクレレに奮闘中。

「ワーク・ライフバランスをもっと知りたい！」
「自分が伝えていきたい！」
そんな方におすすめの講座です。

**次回東京開催の講座は
第10期！
大阪でも開催しています**

「ワーク・ライフバランスを推進する方をもっと社会に増やしたい！」という思いのもと、2009年1月より【ワーク・ライフバランスコンサルタント養成講座】を開設いたしました。本格的にワーク・ライフバランスについて学びたいという意欲の高い方のご参加をお待ちいたしております。



ワーク・ライフバランスコンサルタント養成講座	
日 時 場 所	【東京版第10期】東京・JR山手線他「渋谷」駅徒歩5分
	第1日目：05/18（金） 13:00～17:00
	第2日目：06/22（金） 13:00～17:00
	第3日目：07/20（金） 13:00～17:00
	【関西版第4期】大阪：京阪他「天満橋」駅徒歩5分
	第1日目：08/03（金） 13:00～17:00
第2日目：09/07（金） 13:00～17:00	
第3日目：10/05（金） 13:00～17:00	
対 象	<ul style="list-style-type: none"> ・企業内の人事,ワーク・ライフバランス推進ご担当者様 ・社会保険労務士様や中小企業診断士の皆様 ・その他ワーク・ライフバランスにご興味をお持ちのすべての方 ・上記3日の講座全てにご参加頂ける方

受講生の声

- 実際に、企業をコンサルティングできる自信がわきました。
- 会社に対しての提案や組合としての取り組みのアイデアが生まれました。
- 御社コンサルタントの方々や同じ目的を持つ講座受講者の方々との出会いを通じて、たくさんの刺激を頂きました。

詳細・お申し込みはHPより→http://www.work-life-b.com/consultant_lecture.html

「プレゼン力を磨いて仕事の効率を高めたい！」

「チームで生産性高く働きたい！」

そんな方におすすめの講座です。

成功するためのプレゼンテーションとはどのようなものでしょうか。端的に伝え、相手を動かすことこそがプレゼンテーションには求められます。効率的に仕事を進めワーク・ライフバランスを実現するために欠くことのできないビジネススキルといえます。3,000回以上の実践と、500人を超える指導の経験をもとに確立した「小室流プレゼンの極意」を本講座では皆様にしっかりと伝授いたします。



！満員御礼！
次期開催は弊社HP
またはメールマガジンにて
お知らせします

効率UP!効果的なプレゼンテーション講座	
日時	1日目：2012年1月25日(水) 18：30-20：15 2日目：2012年2月21日(火) 18：30-20：15 (※受付開始18：15)
場所	東京・渋谷（渋谷駅 徒歩5分） ティーズ渋谷フラッグ Room7I 東京都渋谷区宇田川町33番6号 Shibuya Flag 7F
講師	小室 淑恵
内容	ワーク・ライフバランスの実現には個人として効率的に働くことはもちろん、周囲も巻き込んでチームで働き方改善をしていくことが求められます。それをスムーズに実現するスキルのひとつ「プレゼンテーション力」。プレゼンテーション力とは、端的に伝え相手を動かす力のことをいいます。 この講座は全2日間で、効果的なプレゼンテーションの極意を皆さまにお伝えしながら、実際にプレゼン資料を作成いただきます。

受講生の声

- 商談や商品企画の発表でプレゼンをする機会が多く、ストーリー作りにいつも悩んでいましたのですが、まさに目からウロコの学びでした。
- 何のためにプレゼンをしていたのか、これまでの自分はまったくわかっていなかったし、考えてもいなかったと気付きました。
- 講座で学びながら社内プレゼンをしたところ、企画がスムーズに通りました！

「社内でWLB導入の予算を取るのが難しい」

「長時間労働削減が急務だが、社内理解が図れていない」

こんなお悩みを抱えている企業担当者の方の

職場でのワーク・ライフバランス推進をお手伝いいたします！

ワーク・ライフバランス実現基礎セミナー	
日 時	2012年1月26日（木） 13:00～15:30
場 所	アゴス・ジャパン（JR渋谷駅徒歩4分）
内 容	<p>第1部 経営戦略としてのワーク・ライフバランス 講演形式にて弊社コンサルタントが講師を務めます</p> <p>第2部 個別相談会 ご参加いただきました企業様ごとに、弊社コンサルタントとの相談会を開催させていただきます（約60分）</p> <p>※ご参加企業数によってご相談時間が変動いたしますことをご了承くださいませ。</p>
参加費	5,000円 ※事前申し込みをいただくと3,000円でご参加いただけます

！満員御礼！
次期開催は弊社HP
またはメールマガジンにて
お知らせします

- 弊社コンサルタントがその場で御社の状況をお伺いしながらアドバイス！
- 弊社コンサルタントによる「コンサルティング無料チケット」をプレゼント！セミナー後のサポートもさせていただきます！
- ワーク・ライフバランスに取り組んでいらっしゃる他企業様との交流も可能！

詳細・お申し込みはHPより→<http://www.work-life-b.com/conference.html>

【介護への個人の不安】

- ・介護休業や短時間勤務になったら
仕事で成果が出なくなるのでは
- ・介護に直面したら何をやればよいの？
今どんな準備をすればよい？

【介護への企業の不安】

- ・ビジネスの担い手世代の中堅従業員が
今後介護で大量に退職するのでは
- ・介護で時間制約をもった社員が増えたら、
どうマネジメントしてよいのかわからない

当社の介護研修を受講いただくと…

将来の介護に向けて今からできることをイメージでき、自分にあった準備がとれるようになります！

仕事と介護の両立イメージを社員同士が共有でき、介護問題を助け合いながら前向きに解決する風土がつけられます！

ワーク・ライフバランスをもとにした、仕事と介護の両立のための具体的な方法を学べます！

介護セミナー概要

- ◆ タイトル
 - ・ 介護と仕事を両立に向けて～事前のシミュレーションがカギ！～
 - ・ 大介護時代を乗り切る働き方～秘訣はワーク・ライフバランス！～
 - ・ いよいよ介護時代到来！～今すぐ知っておくべきこと～
- ◆ 所要時間
 - ・ 90～120分（質疑応答込）
 - ・ ご要望に応じてカスタマイズさせていただきます
- ◆ 価格
 - ・ ￥210,000（税込）～
 - ・ ご予算に応じてカスタマイズさせていただきます

受講生の声

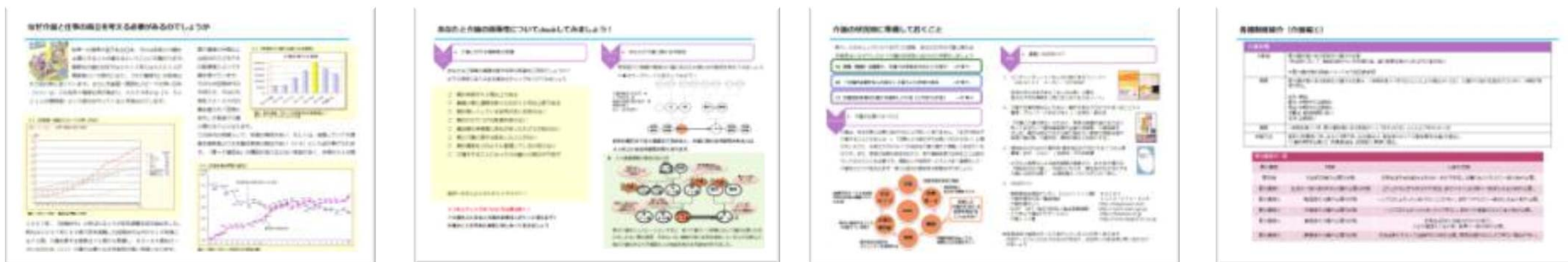
- 介護について漠然とした不安を抱えていましたが、仕事との両立が可能だということを知り、前向きな期落ちになりました（30代リーダー男性）
- 今からできることがこんなにたくさんあるのか！まずは介護が到来しても乗り越えられるような働き方を身につけたい（50代管理職男性）
- 介護は必ずやってくる、ということ改めて理解でき、しっかりと気持ちと環境の準備をしていこうと思いました（40代一般社員女性）

詳細・お申し込みはHPより→http://www.work-life-b.com/consultant_lecture.html

- ・ 育児/介護の制度はあるがあまり利用されていない…
- ・ 育児/介護と仕事の両立の必要性が社内に広まらない
- ・ 制度利用の事例がなかなか広まらない（ロールモデルがない）

【こんな課題はありませんか？】

**介護と仕事の両立支援ガイドブックによって
これらの課題を解決しましょう！**



**介護と仕事を両立するための社内外の情報が満載！
図やデータを用いてわかりやすくご紹介します。**

詳細・お問い合わせは→HP http://www.work-life-b.com/forms/form_estimation.php
電話：03-5730-3081（平日9:30～18:00）

少子高齢化社会を受けて、いずれ誰にもやってくる介護と仕事の両立。
企業として従業員が早い段階から、それらの両立に向けた意識を高めるだけでなく
準備を促進・サポートしていくことが求められます。
「介護と仕事の両立ナビ」では現在の働き方の見直しについてもサポートしています。



介護と仕事を両立するという選択肢があると知ります

両立支援は介護が始まる前から開始します(そなえる)

様々な段階・状況にあわせた情報を提供しています

自分が介護に関わる可能性が具体的にわかります

家族とのコミュニケーション方法も紹介しています

詳細・お問い合わせは→HP <http://www.work-life-b.com/navi.html>

メールマガジン

ワーク・ライフバランスの最新情報や弊社開催の講座や講演会などをご案内するメールマガジンを配信中です！
登録はこちらから→<http://www.work-life-b.com/>



ご登録はこちら！

お問い合わせ

弊社サービスに関する詳細のお問い合わせは、以下のお問い合わせ窓口まで、Eメールにてご連絡くださいませ。
customer@work-life-b.com

Facebook

弊社コンサルタントから様々な情報を発信中。ぜひ  いいね！ をクリックしてください。
<http://www.facebook.com/worklifeb>



Twitter

弊社コンサルタントのつぶやきを日々発信中。ぜひフォローしてください。@worklifeb



【ご参考】ワーク・ライフバランスに関する書籍

新刊のご案内 new!!

「全員成果を出して 定時で帰る会社の毎日楽しく働く秘訣」



価格 : 1,575円(税込)
著者: 小室淑恵
発売日 : 2012年1月25日
出版社 : 中公新書ラクレ

大変な仕事こそ、楽しく乗り切る！
(株)ワーク・ライフバランスの
工夫が満載！

人気書籍

「ワーキングカップルの人生戦略」



価格 : 1,575円(税込)
著者: 小室淑恵、駒崎弘樹
発売日 : 2011年6月23日
出版社 : 英治出版

「3人で5人分の仕事を無理なくまわす！ 「欠員補充ゼロ」の職場術



価格 : 1,500円(税込)
出版社 : プレジデント社

なぜ、あの部門は「残業なし」で「好成績」なのか？

6時に帰るチーム術



価格 : 1,575円(税込)
出版社 : 日本能率協会
マネジメントセンター

公平資料の無断転載を禁じます。

ワーク・ライフバランスに関する書籍



ラクに勝ち続ける働き方
価格 : 1,000円(税込)
出版社 : 幻冬舎



RELAX HACKS !
著者: 小山龍介+ 小室淑恵
価格: 1,470円(税込)
出版社: 株式会社マガジンハウス



ほんとうの豊かさを手に入れる
「人生と仕事の段取り術」
価格: 882円(税込)
出版社: PHP研究所



キャリアも恋も手に入れる
あなたが輝く働き方
価格: 1,365円(税込)
出版社: ダイヤモンド社



結果を出して定時に帰る時間術
価格: 550円(税込)
出版社: 成美堂出版 SASAERU文庫



時間を活かして
仕事も生活も充実する方法
価格: 1,365円(税込)
出版社: ダイエックス出版



今や多数派
ワケあり社員を
戦力化するすごい仕組み
価格: 1,365円(税込)
出版社: 小学館



あなたが
働き方を変えるべき48の理由
価格: 1,575円(税込)
出版社: 二見書房



新しい人事戦略
ワークライフバランス
—考え方と導入法—
価格: 2,625円(税込)
出版社: 日本能率協会マネジメントセンター



もう「時間が足りない!」とは言わない
1日5分! 忙しすぎる毎日から
抜け出す習慣術
価格: 1,575円(税込)
出版社: 日本実業出版社

プレゼンテーションに関する書籍



小室淑恵の即効プレゼン術
価格: 1,680円(税込)
出版社: 学研



小室淑恵の超実践プレゼン講座
「読む&見る&実践」で完璧マスター!
出版社: 日経BP社

【ご参考】忙しい自分をマネジメント“働き方チェンジナビ”

「働き方チェンジナビ」とは

「仕事もばっちりこなしながら、自己成長もしつつ、自分の時間を大事にしたい」という全てを手に入れたい欲張りで優秀なビジネスパーソンのためのモバイルサイト。株式会社ワーク・ライフバランスが、実際のコンサルティングで使用する、『朝メール・夜メール』を作成することができ、このメールによって自らの業務を分析し、日々の気づきを通じて、より効率的な働き方を実現することができます！

「働き方チェンジナビ」でできること

仕事術や業務効率についての知識やノウハウを身につけるだけでなく、ご自身の仕事の内容にあわせて、働き方をチェンジしていくことができます。

- ①朝メール・夜メールでタイムマネジメントスキルを磨く
- ②業務分析機能で現状をしっかりと把握する
- ③“働き方の達人”から仕事術を学び、業務の効率化を図る
- ④毎週配信される“はたチェンレター”で最新情報をゲット
- ⑤コミュニティを通じてユーザー同士で情報交換
- ⑥弊社コンサルタントに直接相談して悩みも解決

「働き方チェンジナビ」の登録方法

お手元の携帯電話から簡単に登録することができます。QRコード、または以下のURLから直接アクセスしてください。

<http://hatachen.jp>

※スマートフォン未対応。



内容	予定	実績	差異
セミナー	0h	0h	±0
研修・有休	0h	0h	±0
執筆	0h	0h	±0
社内会議	0h	0h	±0
社外会議	0h	0h	±0
資料作成(コンサル)	0h	0h	±0
資料作成(コンサル以外)	0h	0h	±0
コンサル	0h	0h	±0
はたチェン	0h	0h	±0
依頼対応	0h	0h	±0
営業活動	0h	0h	±0
メール	0h	0h	±0
移動	0h	0h	±0
ラング	0h	0h	±0
クッションタイム	0h	0h	±0
片付け	0h	0h	±0

※業務分析結果表示例

※朝メール作成画面