

# 推动工作方法改革， 实现员工的健康和幸福

阿自倍尔从 2016 年开始推进工作方法改革，以“削减每个人的总工作时间”“实现身心健康的生活”“创建无骚扰的工作岗位”为方针，制定了各项举措。2018 年，这种健康经营的实践受到了好评，被经济产业省表彰制度认定为“White500”。今后还将对所收集的各种调查数据进行分析并提取要解决的课题，继续推进改革。

## 通过改革工作方法 强化总工作时间削减工作

为了实现“一亿总活跃社会”，日本政府从 2016 年开始推进工作方法改革。主要改革内容之一是纠正长时间工作。长期以来，日本有“长时间劳动是美德”的价值观，长时间劳动和加班是理所当然的劳动惯例。但是，这导致了过劳死等令人痛心的事态，需要尽快寻求对策。而且日本还面临着少子老龄化带来的劳动力人口减少、要求兼顾育儿和护理等劳动者需求多样化的现状。工作方法改革是社会上亟待解决的课题，需要企业负起责任。

阿自倍尔株式会社从 2016 年度开始制定突出工作方法改革的人事政策。以“削减每个人的总工作时间”“实现身心健康的生活”“创造无骚扰的工作岗位”为目标，推进各项工作。

这些工作的目的是让员工保持身心健康和处于一种幸福的状态，保持工作与生活的平衡，在过着充实生活

的同时提高工作效率，进而提升顾客满意度以及实现企业理念。

在减少工作时间的过程中，为了提高生产效率。阿自倍尔为了提高生产效率，正在推进各项举措。

阿自倍尔重视员工及其家属的生活，20 年来一直在努力开展工作，从 2016 年度此项工作实施前便开始引进不加班日和限制年总工作时间等。此次，对这些工作进行了进一步的深化，制定了面向全体员工的加班时间限制目标。第一年度，日本劳动基准监督署从防止劳动灾害的视角出发，将目标定为 80 小时以下，第二年度以后提出了更高的目标，以实现进一步的削减。阿自倍尔使用自己公司的产品——出入管理系统来管理员工的考勤信息，有助于掌握目标达成状况。

总工作时间的削减仅靠各个员工的努力是有限的，因此组织上正在从“机制”“人员”“制度”这 3 个方面来推动改革。

其中之一是组织横向工作的平均

化。详细分析总工作时间较多的部门业务，通过与相关部门之间的协调合作体制来减轻负荷，从而构筑了减少加班时间的“机制”。

另外，还进行了高精度的“工作预测”。在公司内部的系统上预测/分析长期项目等在什么时候、哪个部门、会产生多大程度的工作负荷，有计划地确保“人员”，为应对繁忙期做好准备。

并且，在“制度”方面，采用了能够根据顾客应对和现场工作时间灵活响应的工作制度。另外，还完善了卫星办公室的设置、营业所内部工作人员的业务支援体制等，以缩短移动时间和提高工作效率。

通过实施这些举措，在工作方法改革实施后的 2 年间，每月加班时间超过 45 小时的员工总数减少到五分之一。

除此之外，还推进了取得年度带薪休假的制度，2018 年度以全体员工每年取得 12 天以上的带薪休假为目标。从 2014 年开始引进了以 1

## 阿自倍尔“工作方法改革”的整体画面



小时为单位取得带薪休假的制度。另外，为了提高公司的生产效率，从 2018 年 4 月开始新制定了停职制度，在日本国内和海外促进海外留学等定期学习。

## 利用健康数据和调查 创建身心健康的职场

在日本国内，正在与 azbil 集团的健康保险工会合作来推进“实现身心健康的生活”相关工作。

随着与生活方式有关的疾病和癌症风险的增高，在充实体检项目的同时，实施防止跌倒的体能测试和职场体操。

厚生劳动省的健康保险工会对员工的体检结果数据进行分析，并且正在推进作为健康增进措施的“数据健康计划”，从 2015 年度开始所有健康保险工会都有义务制定该计划。随着此项义务的推进，azbil 集团健康保险工会作为 52 家健康保险工会之

一，被选中先行制作计划雏形。

并正在强化措施，确保员工的心理健康。增加了负责职场心理健康的工厂保健医生。另外，管理人员的进修也引入了有关心理健康的内容，以促进对职场的理解和对心理不健全人士的早期掌握和应对。

从 2016 年度开始实施以日本国内全体员工为对象的“精神压力检查”。对工作量与负荷是否适当、上司和同事是否给予了足够的帮助进行调查，对于员工工作压力普遍较大的岗位，由人事部直接进行问询和提出建议，努力改善工作环境。另外，每年都会进行掌握员工工作满意度的“员工满意度调查”，以及掌握遵纪守法相关意识和状况的“遵纪守法意识调查”。这些调查结果作为创建健康幸福工作岗位的指标，用来制定人事政策的同时，还被反馈给各工作岗位的上司，用于改善管理人员的管理能力。

## 健康经营受到好评 入选“White500”

这些举措受到了好评，阿自倍尔入选“健康经营优良法人 2018(大规模法人部门)~White500~”，这是经济产业省用于表彰在健康经营实践中表现突出的法人的一项制度。

阿自倍尔今后也将活用考勤信息和各种调查结果数据，不断充实工作岗位的交流，为客户提供有价值的产品和服务，同时实现工作方法的改革。