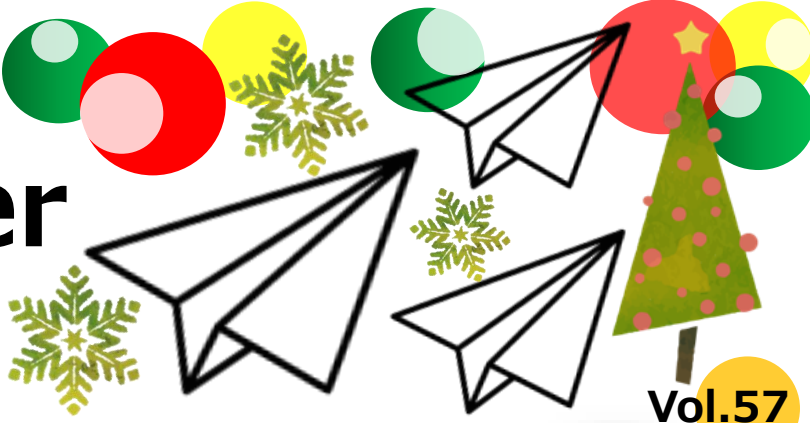


B-GROOW NewsLetter

Message From SORA



Vol.57

B-GROOW (ビーグロー)の空でございます。

澄み渡る夜空に輝く星がいつそう美しい季節となりました。今年の秋はあっという間に過ぎて行き、早いもので冬の到来を感じています。交通の混雑の時期も年々早くなってきているようで、活気ある往来への喜びの反面、もう年末がやってきたのかと驚いてしまいます。

本年は自然の厳しさに畏怖を感じた一年でしたが、有事の際にいかにも業務を滞らせないよう備えていくか、また安全への備えをどうするか深く考えました。そのような中でも、様々な土地に赴き、多くの出会いに恵まれ、充実した一年を過ごせたと実感しています。

辰年は努力してきたことが実を結んで成就する年と言われています。みなさまの2024年にもたくさんの実りが訪れていますことを祈念しております。



空直美

生産性を考える

～ 限られた資源で業務を遂行するために ～

年末が近づき、忙しい日々をお過ごしではないでしょうか。今回は、企業にとって重要なテーマ「生産性」について考えます。

■ 生産性とは

「生産性」とは「投下した資源に対してどれだけ成果が出せたか」を表す指標であり、日本における「生産性」は主に「労働生産性」を指します。労働生産性には「付加価値労働生産性」と「物的労働生産性」の2種類があります。

◆ 付加価値労働生産性

労働者数・労働時間あたりで生み出された「付加価値額」を測る指標で、情報やサービスといった主に無形商材を扱う業界で用いられる考え方。

◆ 物的労働生産性

労働者数・労働時間あたりで生み出された「生産量や生産個数」といった、目に見えるものを測る指標。有形商材を扱う業界や工場などの現場に適した考え方。

■ 生産性向上の必要性

「生産性向上」が重要だとよく言われますが、これには大きく3つの背景があります。

1. 労働力人口の減少

少子高齢化が進む日本では、人口減少の一途をたどっています。人材不足は必然的であり、従来と同じ働き方では1人あたりの負担が大きくなり、生産性の低下を招いてしまいます。同じ時間で多くの生産活動ができる仕組みづくりが必須です。



2. 国際競争力の低さ

日本の一人当たり労働生産性はOECD加盟38カ国中31位(労働生産性の国際比較2023)と低い順位となっています。国内市場の縮小、円安の加速、グローバル市場の激化といった環境の中で、限られた資源で価値の高い商品やサービスを生み出す必要があります。

3. 働く人の意識の変化

「働き方改革」の推進や働き方の多様化により、人材の確保のためにはワークライフバランスの実現が必要になってきました。そのため、一人ひとりの生産性向上の重要性が今後も増していくのが明らかです。

■ 生産性向上のために

生産性向上のためには、タスクの自動化やツールの活用を検討することも必要ですが、最も重要なのは社員一人ひとりの意識だと考えます。時間管理をする(タイムマネジメントの実践)、自らのスキルを向上させる、業務改善の方法を常に考えて提案・実行するなど、実践できる具体的な行動は多岐にわたります。個々人の努力が、組織全体の生産性向上につながります。

■ おわりに

変化の激しい今の世の中では、「これまでと同じでは通用しない」ことが今後ますます増えてきます。「業務効率化」は生産性を高めるために、最も取り組みやすいものの一つです。「変化を嫌う」のが人の習性ですが、生産性向上のため、変化を恐れず、業務のプロセスの見直しや「ムリ」「ムダ」の排除から取り組んでみてはいかがでしょうか。
(アソシエイトコンサルタント 平田 千佳)



年齢を重ねていくと疲れが取れにくくなる・・・という話をよく耳にしますが、日本では世代を通して約8割の人が『疲れている』という調査結果が出ています。

■ 疲労とは

疲労は過度な肉体的・精神的活動により活動能力や生産性が低下している状態で、痛みや発熱に並んで身体を守るアラームの一つともいわれています。しかし、疲労している際に感じる『疲労感』は気持ちの高揚や責任感・使命感によってマスキングされてしまうことが多く、慢性疲労の状態となり病気の発症につながる危険性が指摘されています。疲労蓄積度を客観的に把握するツールを利用するなどし、身体からの警報を正しく認識することが大切です。

厚生労働省 働く人の疲労蓄積度セルフチェック2023
【働く方用】

<https://kokoro.mhlw.go.jp/fatigue-check/worker.html>

【家族支援をされている方用】

<https://kokoro.mhlw.go.jp/fatigue-check/family.html>

■ 疲労回復サイクルを上向きにするには

疲れている人に対し、元気な人は睡眠時間以外の休養時間を1日に2時間以上とっているという調査結果が出ています。睡眠以外の休養時間とは以下のようなことを行う時間が当てはまり、取り入れることで『活力』が増し、良いサイクルが生まれていると考えられます。実は、疲労の反対語は『休養』ではなく『活力』なのです。先の活動を見越して休養を取り入れあらかじめ活力を高めておくと、疲労回復サイクルが好転していきます。

- ランニング・ウォーキング・ヨガ・ストレッチなど軽い運動をする
- バランスの良い食事や軽食を取ることを心掛け消化器官を休ませる
- 人と挨拶・会話する、動物と触れあう、森林浴などで自然と親しむ
- 読書・音楽鑑賞・映画鑑賞・ゲームなど好きなことをする
- 絵を描く、DIYなど創作活動に没頭する
- 瞑想する・心地よい場所にいることなど空想し没入する
- 旅行に行く、部屋の模様替えをするなど外部環境を変える



■ おわりに

年末はイベントごとも多く、休暇に向けての仕事の調整でも忙しくなる時期になります。積極的に休養し、活力を高め、よいコンディションで過ごしたいものです。

参考：一般社団法人日本リカバリー協会『日本の疲労状況2024』

<https://www.recovery.or.jp/research/5580/>

(コンサルタントアシスタント 香月裕美)

株式会社 B-GROOW

〒813-0017

福岡県福岡市東区香椎照葉3-3-1-2825

TEL 092-405-2769 FAX 092-405-3579



人事労務管理の基礎

-Vol.11-



みなさま、日々の業務お疲れさまです。人事労務に関する耳よりな情報をシリーズでお伝えしてまいります。今回は11月1日に施行されたばかりの【フリーランス法】についてお知らせいたします。

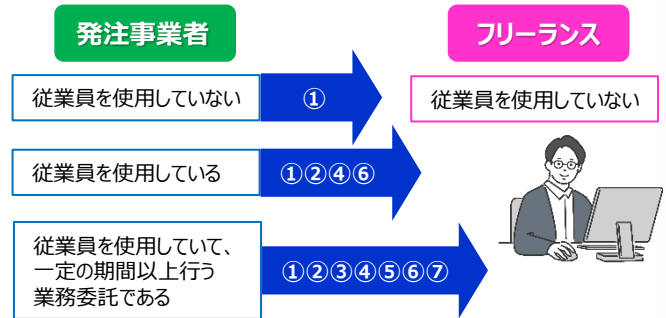
■ フリーランス・事業者間取引適正化等法 <11月1日施行>

フリーランス法は、フリーランスの方と企業などの発注事業者の間の取引の適正化と、フリーランスの方の就業環境の整備を目的として施行されました。

フリーランス	業務委託の相手方である事業者で、従業員を使用しないもの。
発注事業者	フリーランスに業務委託する事業者で、従業員を使用するもの。

■ 施行内容について

発注事業者が満たす要件に応じて、フリーランスの方に対する義務の内容が以下のとおり異なります。



<義務項目>

- ① 書面または電磁的方法により、取引条件を明示すること。
- ② 発注事業者は60日以内のできる限り短い期間内で、報酬支払期日を設定し、期日内に報酬を支払うこと。
- ③ 1ヶ月以上の業務委託をした場合は、受領拒否や報酬の減額など、7つの行為を禁止する。
- ④ 広告等へ募集情報を掲示する際に、的確な表示をすること。
- ⑤ 6ヶ月以上の業務委託について、育児・介護等と業務との両立ができるように、申出に応じて必要な配慮をすること。
- ⑥ ハラスメント対策に係る体制を整備すること。
- ⑦ 6ヶ月以上の業務委託を中途解除等する場合は、原則として30日前までに事前予告を行うこと。また請求に応じて、理由の開示を行うこと。

詳細な施行内容のパンフレットはこちらです↓

<https://www.mhlw.go.jp/content/001329767.pdf>

(チーフコンサルタント・社会保険労務士 久保京子)

編集後記

アクティブにとる休養は組み合わせると掛け算で効果が増していくそうです。公園でウォーキングしてご褒美に美味しいカフェオレをいただく、流行りの推し活を利用し小旅行の計画を立てる、など考えるだけでもリフレッシュできますね。本年もニュースターにお付き合いいただきありがとうございました。お届けしたトピックをお役にいただけたら幸いです。今後ともどうぞよろしくお願いたします。

(編集担当 香月裕美)

Mail sora@b-grow.com

HP <https://www.b-grow.com>