

朝型 の働き方の推進

◆ 「朝型の働き方」(やむを得ない残業は朝に回して、夕方に退社) → 生産性を上げつつ、多様なライフスタイル

<企業の実践例>

7:00 9:00 12:00 13:00 18:00 19:00

時間が限られる
→ 効率的に働く

朝勤務

所定労働

休憩

所定労働

全社的に一定時刻以降
の残業は原則禁止!

メリット

- ▶ 職場全体が「早く帰りやすい」雰囲気
- ▶ 男性の育児参加を増やす
- ▶ 夜に働けない人も、短時間勤務にシフトで済む
- ▶ 地域の活性化、通勤混雑の緩和も

パターンA

夫婦どちらかが
早出して早く退社

7:00 9:00 12:00 13:00 18:00

朝勤務

所定労働

休憩

所定労働

保育所へ



所定労働

休憩

所定労働



保育所へお迎え

パターンB

夫婦どちらかが
フレックスタイム

9:00 12:00 13:00 18:00

所定労働

休憩

所定労働

保育所へ



フレックス

休憩

フレックス



保育所へお迎え