



ワークライフバランスで健康的な生活を！

2019年4月から 労働基準法が改正

働き方改革に伴い2019年4月に労働基準法が改正されました。働き方改革は、働く人たちの置かれた個々の事情に応じ、多様な働き方を選択できる社会を実現することを目指すものです。家庭そして会社のため、長時間労働による健康被害を少なくするためにも、効率的な働き方や休み方が重要な時代になってきます。ワークライフバランスをうまく活用する意識づけをすることが大切です。

今回改正された労働基準法での主な改正内容は次のとおりです。

【時間外労働の上限規制】原則として月45時間、年360時間等とする罰則付き

の上限規制を導入(大企業では2019年4月1日から適用。中小企業では2020年4月1日から適用)。

【年次有給休暇】10日以上有給休暇が付与される労働者に対して、5日について、毎年時季指定して与えなければならない。ただし労働者が時季指定したり計画的付与したりするものは除く(大企業、中小企業ともに2019年4月1日より適用)。

中小企業の場合、人数が限られることもあり、休むことがままならないところも散見されます。また、パートタイマーが多い企業においても、休みを取ることが難しいという声もあがっています。とは言え、法律で決まったことについては事業主も働く人も守らなければ



ならなくなりましたので、法律に沿った休み方を選択したいものです。

職場でも家庭内においても、働き方・休み方を自分事として考えていくことが大事になってくるといえます。そして、健康管理に気を向けることが何よりも重要になります。

日頃からの健康管理、そしてもし、体調を崩してしまったときのための保険などでの備えにも気を配りたいものです。

保険についてのお問合せやご不明な点がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。