# 勤務間インターバル制度に係るミニ研修を実施します！！

勤務間インターバル制度（※）については、働き方改革関連法（平成 31 年 4 月施行）により、その導入が事業主の努力義務とされたところです。

※　勤務間インターバル制度

1 日の勤務終了後、翌日の出社までの間に、一定時間以上の休息時間を設けることで、働く人の生活時間や睡眠時間を確保するもの。

しかしながら、厚生労働省の「令和 5 年就労条件総合調査」によると、勤務間インターバル制度を導入している企業は、全体の6.0%に留まっているほか、導入予定や検討中の企業も11.8%に留まるなど、制度導入に前向きな企業が全体の 2 割に達していない状況となっています。

一方、勤務間インターバル制度を導入することによるメリットとして、以下が考えられます。

- ⅰ　従業員の健康維持・向上
- ⅱ　ワークライフバランスの充実による従業員の定着・確保
- ⅲ　疲労回復による労働災害の予防
- ⅳ　仕事への集中度の高まりによる生産性・顧客満足度の向上

そのため、当センターにおいては、**本年８月以降に実施する産業保健スタッフ向け産業保健研修会の一部において、研修終了後、専門の社会保険労務士による「勤務間インターバル制度に係るミニ研修」（15 分～30 分程度）を実施**することとしました。

**≪ミニ研修を実施する予定の研修≫（上期分）**

**○　メンタルヘルス不調による休職者の円滑な職場復帰に向けて**
**日時：令和６年８月１日（木）14:00～16:00　オンライン研修**
**定員：50 名**

**○　メンタルヘルス対策における職場復帰支援**
**日時：令和６年９月19日（木）14:00～16:00　オンライン研修**
**定員：50 名**

ミニ研修受講をご希望の方は、通常通り、上記研修にお申込みください（勤務間インターバルに関する研修のみの受講は受け付けておりません。）。

なお、下期においても、勤務間インターバルに係るミニ研修を実施する予定ですが、その日程につきましては、当センターホームページ、メルマガ、かわら版等でお知らせいたします。

みなさまの積極的な受講を、心よりお待ちしております。

☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★
独立行政法人 労働者健康安全機構　三重産業保健総合支援センター
〒 514－0003　　三重県津市桜橋二丁目１９１－４
ＨＰ　https://www.mies.johas.go.jp/　　☎059－213－0711
☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★☆★