



令和8年3月

各団体 ご担当者様

厚生労働省雇用環境・均等局  
総務課雇用環境政策室

「働き方・休み方改革取組事例集」及び事例集周知用リーフレットの送付について

厚生労働省では、働き方・休み方改革を推進し、長時間労働の抑制、年次有給休暇の取得促進を図るため、「令和7年度働き方・休み方改革推進に係る広報事業」を三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社に委託し、実施いたしました。

この度、本事業において、企業における働き方・休み方改革を推進する際の参考となる、「働き方・休み方改革取組事例集」及び事例集周知用リーフレットを作成しましたので、送付いたします。

長時間労働の抑制や年次有給休暇の取得促進を図る企業の活動を支援する取組や選択的週休3日制など新しい働き方の周知にご活用いただけますようよろしくお願いいたします。

※本資料は、働き方・休み方改善ポータルサイトにも掲載しており、同サイトから電子媒体をダウンロードいただくことも可能です。併せてご活用ください。

<ご参考> 厚生労働省 「働き方・休み方改善ポータルサイト」

<https://work-holiday.mhlw.go.jp>

《本件に関するお問い合わせ先》

三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社（厚生労働省委託事業実施機関）  
政策研究事業本部 社会政策部 森芳、天野  
住所：〒105-8501 東京都港区虎ノ門5-11-2  
E-mail：workandrest@murc.jp

2026年  
3月  
発行

# 働き方・休み方改革 取組事例集 ができあがりしました



事例集はこちらからご覧いただけます。 <https://work-holiday.mhlw.go.jp/material/category1.php>

厚生労働省では、「働き方・休み方改革取組事例集」(2025)を公表しました。  
本事例集では、働き方・休み方改革に取り組む企業の事例を紹介しています。  
仕事と仕事以外の生活を両立しながら、誰もが活躍できる職場づくりに向け、本事例集をご活用ください。



## 「働き方・休み方改革取組事例集」(2025)のポイント

- 企業10社の働き方・休み方改革の取組事例について、取組の背景や内容、成果を掲載しています。
- 働き方・休み方改革に取り組むことによる効果や、勤務場所の柔軟化を検討する際の考え方を紹介しています。
- 選択的週休3日制の具体的な導入事例を紹介しています。

## 掲載されている主な取組(取組の目的タイプ別)

### 目的タイプ① 適正な働き方・休み方の実現

- 長時間労働の抑制
- 年次有給休暇の取得率向上

### 目的タイプ② メリハリある働き方・休み方の実現

- 業務の繁忙に応じた働き方・休み方
- 生産性を高める業務体制・仕事の進め方

### 目的タイプ③ 仕事の特性やライフスタイルに応じた柔軟な働き方の実現

- 勤務時間の柔軟化(時差出勤やフレックスタイム制の利用拡充等)
- 勤務日数の柔軟化(選択的週休3日制等)
- 勤務場所の柔軟化(テレワークの利用拡充等)
- 働き方に関わらず成果や取組を公正に評価

## 掲載企業一覧

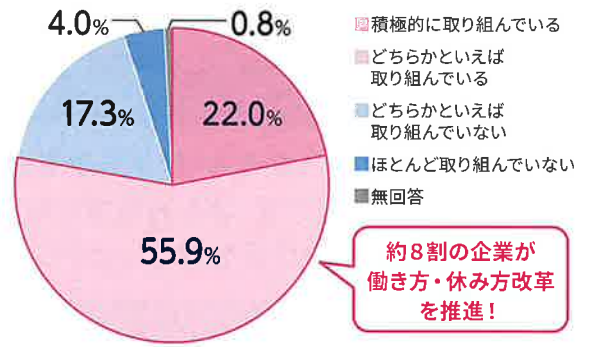
企業名(五十音順)	従業員規模	業種	主な取組
1 株式会社アースデザイン コンサルタンツ	30~99人	学術研究、専門・ 技術サービス業	部署ごとに働き方の改善に向けた課題・施策検討、取組の進捗確認を行う会議を月1回実施。働き方改革発表大会を全社で年1回開催し、取組を共有
2 株式会社浅野製版所	30~99人	製造業	少人数でも仕事を回せる仕組みづくりのため、部署ごとに業務の洗い出しと振り分けを実施。慣習で続けていた業務の見直しやシステムの活用、シフト制により業務負担を軽減
3 株式会社イトーキ	1,000人以上	製造業	2018年の新オフィス開設を機に、ABWを実践。パフォーマンスの最大化につながる働き方について、社員が自律的に考えられるように工夫を凝らす
4 株式会社ICJ	30~99人	情報通信業	テレワーク中心の働き方で見えてきたコミュニケーションの活性化といった課題に対して、様々な取組を実施
5 キヤノン株式会社	1,000人以上	製造業	各職場の働き方・休み方への課題に応じた解決策の検討や取組の浸透を図る生産性向上のための取組事例集「450分のレシビ」の展開、ワーク・ライフ・バランス推進期間の設定等により生産性高くメリハリつけた働き方を推奨
6 株式会社クレスコ・ ジェイキューブ	100~299人	情報通信業	「決められた時間内で生産性高く仕事をし、プライベートも充実させるべきである」との考え方を経営トップから徹底して発信
7 株式会社チャーム・ケア・ コーポレーション	1,000人以上	医療、福祉	社員一人ひとりのライフステージに応じた多様な働き方を実現し、人材の確保につなげるため、1回の勤務時間を10時間にする多様なシフトパターンを新たに導入
8 トラスコ中山株式会社	1,000人以上	卸売業、小売業	「企業には社員が安心して、安定して働ける職場を提供する義務がある」という考え方のもと、社員の仕事とプライベートのバランスを取りやすくする制度の一つとして、選択的週休3日制度を導入
9 株式会社ふくや	300~999人	卸売業、小売業	社員ができるだけ長く働き続けられるよう、育児・介護事由に限らず、柔軟な働き方ができる制度を導入
10 富士水質管理株式会社	30~99人	建設業	ビルメンテナンスに特化したシステムを全社で導入し、紙やホワイトボードで管理していた情報を一元化。単純作業の効率化が図られ、社員がより高度な業務を担えるように変化

# 「働き方・休み方改革」にお困りではありませんか？

平成31年4月、時間外労働の上限規制や、年5日の年次有給休暇の確実な取得を内容とする改正労働基準法が施行されたことを受け、働き方・休み方改革は多くの企業において必須の課題となりました。現在、働き方・休み方改革に取り組んでいる企業は約8割にも上り、多くの企業で取組が広がっています。

働く人々の価値観やライフスタイルが多様化する中、仕事と仕事以外の生活を両立しつつ多様な人材が活躍できる職場づくりに取り組む企業への関心も高まっています。**働き方・休み方改革を通じて限られた時間の中で成果を出せる働き方への転換を図っていくことは、多くの企業が直面する人材の確保・定着といった課題を解決することにもつながると期待できるでしょう。**

働き方改革への取組状況 (n=2,984)



(出所) 厚生労働省「令和7年度『仕事と生活の調和』の実現及び特別な休暇制度の普及促進に関する意識調査(企業アンケート)」

## 厚生労働省では、働き方・休み方改革に役立つ様々なツール・情報を発信しています。

### 「働き方・休み方改善指標」

働き方・休み方改革に活用可能なツールとして「働き方・休み方改善指標」(企業向け・社員向け)を公開しています。



本指標を活用して自己診断することで、**自社の働き方・休み方に関する現状や課題を把握し、対策のヒントを知ることができます。**

#### ポイント

- 企業向け自己診断は9項目(所要時間約8分)
- 「労働時間の長さ」「休暇の取得状況」など、5つの観点で世間水準と比較可能
- 診断後に取組のアイデアが表示され、施策検討の参考として活用可能

### 診断結果・世間水準との比較イメージ



### シンポジウムの開催

有識者や働き方・休み方改革に取り組む先進企業に登壇いただき、「働き方・休み方改革シンポジウム」を開催しています。(令和7年度は10月28日開催)

シンポジウムの様子は、厚生労働省公式YouTubeチャンネルでアーカイブ配信しているほか、当日の開催レポートもご覧いただけます。



令和7年度のシンポジウムはこちら



令和7年度の開催レポートはこちら

### 有識者へのインタビュー・対談

有識者へのインタビューや対談を通じ、働き方・休み方改革の考え方や、働き方・休み方改革を一步先に進めるための観点などをご紹介します。



【公表中のインタビュー・対談】(肩書は公開時点のもの)

東京大学名誉教授 佐藤博樹氏  
「メリハリのある働き方が企業の活力と社員の豊かな生活のトリガーに」

法政大学キャリアデザイン学部教授 坂爪洋美氏  
SCSK株式会社人事本部 DEIB・Well-Being推進部長 井出和孝氏  
「管理職も含めた働き方改革～企業の成長につなげるために～」

早稲田大学商学大学院教授 小倉一哉氏  
東急株式会社 人材戦略室 人事企画グループ 統括部長 中弘昭氏  
「その仕事、本当に必要ですか？」  
—スクラップ・アンド・ビルドの『働き方改革』—

その他、厚生労働省「働き方・休み方改善ポータルサイト」では、働き方・休み方改革に関する事例集や特別休暇制度の事例集、労働基準関連法に関するガイドブックなど、様々な資料を掲載しています。

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/material/category1.php>

