



# ゆう活（夏の生活スタイル変革）

ゆう活（夏の生活スタイル変革）とは・・・

- 個々人がライフスタイルに合わせて仕事ができるようになることが最終目標。
- まずは、明るい時間が長い夏の間は、朝早くから働きはじめ、夕方は家族などと過ごす時間に充てる。

今年の夏から、**朝型勤務**を勧奨！  
（フレックスタイム制も適宜活用）

長時間労働の抑制  
ワーク・ライフ・バランスの実現

仕事の効率化を通じた労働生産性の向上  
余暇充実による需要創出

国民が豊かさを実感

強い経済の実現を後押し  
（先進国としての自信と誇りの回復）

※国家公務員については、今年の夏から率先して朝型勤務を進める。さらに、所要の法改正がなされた後、フレックスタイム制を活用した朝型勤務を実施する。

## 民間企業等への働きかけ

### ○経済団体への要請

・経団連、日商・中央会に対して、朝型勤務やフレックスタイム制の活用などを企業の実情に応じて取り組むよう要請。

### ○企業への働きかけ、導入事例の収集と情報発信

・厚生労働省（都道府県労働局）が業界や地域のリーディングカンパニーに対し、「朝型勤務」や「フレックスタイム制」の導入を重点的に直接働きかけ。

・「朝型勤務」や「フレックスタイム制」を導入している企業の好事例を収集し、「働き方・休み方改善ポータルサイト」を通じて情報発信。

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

### ○柔軟な保育対応の要請

・必要に応じ、保育所の開所時間の前倒しや延長保育を行っていただくよう、地方自治体を通じて要請。

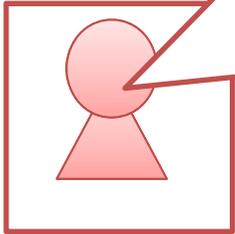
## 「ゆう活」ロゴと趣旨について



『ゆう活』は、働き方を変え、仕事を早く終えることにより生まれる夕方の時間で、生活を豊かにしていくものです。

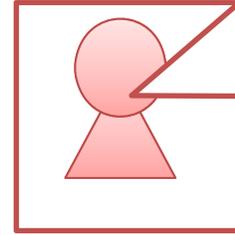
ゆう やけ時に  
悠々とした時間が生まれる。  
友 人と会える。  
遊 ぶ時間が増える。  
家族で過ごす 優しい時間ができる。  
新しい人・モノ・ことと自分が 結ばれる。  
勤務時間が、1、2時間早まることで生まれる  
自分の時間で生活を豊かにしていこう。

## 「ゆう活」を通じたワーク・ライフ・バランスの実現



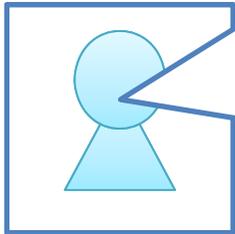
30代 Aさん

**【早めの帰宅で保育園にお迎え】**  
朝7時30分に出勤、午後4時まで仕事。保育園に直行して子どものお迎え。明るいうちに子どもと一緒にお風呂。ちなみに、朝は夫が子どもに朝食を食べさせ、保育園にお見送りして10時に出勤。



40代 Bさん

**【夕方は一人暮らしの母に会いに】**  
朝8時に出勤。午後4時30分まで仕事。夕方からは、80代の母の顔を見に郊外の実家へ。母は、まだまだ元気で介護はいらないけれど、一人暮らしなので少し心配。



50代 C氏

**【夕方は夫婦でテニスを楽しむ】**  
最近、運動不足を痛感し、妻と一緒にテニスを始めた私。定時退社したいので朝7時に出勤して1時間の「朝残業」。午後4時半の定時まで仕事をし、明るいうちに妻と一緒にテニスコートへ。

