

**勤務間インターバル制度**が従業員の働き方・休み方を変える

しっかり休める会社が、  
選ばれる時代へ



事業主のみなさまへ



## 制度導入がもたらすメリット



### 健康の維持・向上

ストレスを減らし  
安定したパフォーマンスを実現



### 人材の定着・確保

ワーク・ライフ・バランスによる  
離職防止と採用力の向上



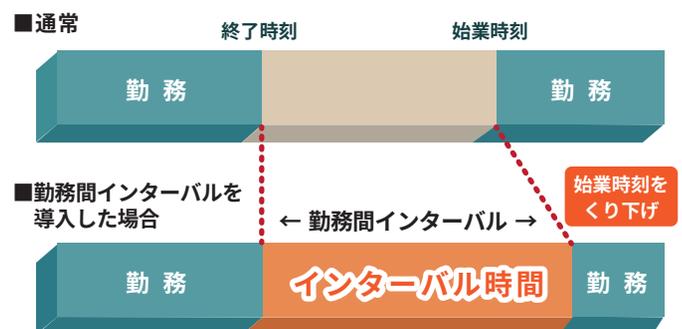
### 生産性の向上

集中力が高まり  
仕事の質が変わる

## 勤務間インターバル制度とは

終業から次の始業までに、一定時間以上の「**休息时间**」を確保する仕組みです。

**2019年4月より**  
事業主の努力義務として制度化されています。



# 制度導入が企業価値の向上へ

勤務間インターバル制度は、  
従業員の健康確保や過重労働防止の取組として  
「健康経営優良法人認定制度」の評価対象と  
なり、企業価値の向上につながります。



実際に導入した企業の声  
や就業規則への規定例は、  
「働き方・休み方改善ポータル  
サイト」をご覧ください。



## 健康経営優良法人認定制度とは

従業員の健康管理を経営的視点で捉え、戦略的に実践する法人を日本健康会議が認定する顕彰制度です。

## 健康経営と勤務間インターバル制度

勤務間インターバル制度は、十分な休息時間を確保する取組として健康経営度調査における評価項目の一つとなっています。

## 制度導入に関連するお役立ち情報

### 無料相談・専門家サポート

### 働き方改革 推進支援センター

勤務間インターバル制度の導入など、働き方・休み方の見直しに取り組む事業主の皆さまに対し、専門家が無料で相談・助言を行う支援窓口です。



### 制度導入・定着の助成制度

### 働き方改革 推進支援助成金

勤務間インターバル制度の導入・定着に取り組む中小企業事業主を対象に、専門家活用や機器導入費用の一部を助成する制度です。



### 低利融資で体制整備支援

### 働き方改革 推進支援資金

勤務間インターバル制度の導入など、長時間労働の是正に取り組む中小企業事業主の皆さまが、低利で利用できる融資制度です。

