

企業の発展を願い 従業員の成長を願う その一歩一歩をアシストします

# Step Up

2023年12月号 発行者：人事マネジメント研究所 進創アシスト 代表 鷹取敏昭（人事コンサルタント、社会保険労務士、社会福祉士）  
【無断転載・無断複製禁止】 携帯：090-3269-7712 E-mail：takatori@shinsou-assist.com

これだけは押さえておきたい！

## 人事労務の最新情報

～弊社ブログに、下記情報のリンクを貼っています～  
<http://shinsou-assist.blog.jp/>

- 年収の壁・キャリアアップ助成金の動画/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/taio\\_001\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/taio_001_00002.html)
- 令和5年度被扶養者資格再確認の実施方法等/協会けんぽ  
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/event/cat590/info231023/>
- 令和6年4月から労働条件明示のルールが改正されます/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_32105.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_32105.html)
- 令和4年の年休取得率は62.1%/厚労省  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/roudou/jikan/syurou/23/index.htm>
- 10代～20代「心の病」が急増、30代を初めて上回り過去最多/日本生産性本部  
<https://www.jpc-net.jp/research/detail/006654.html>
- 上司による暴言多発 教員の精神障害事案分析/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35671.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35671.html)
- 「職場におけるハラスメント対策シンポジウム」を12月5日開催/厚労省  
<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/symposium>
- 「医療・介護・保育分野」の地域別紹介手数料・離職率を公表/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/36163.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/36163.html)
- 前職と比べ賃金が1割以上増加した転職決定者数の割合は35.3%/リクルート  
[https://www.recruit.co.jp/newsroom/pressrelease/2023/1102\\_12718.html](https://www.recruit.co.jp/newsroom/pressrelease/2023/1102_12718.html)
- 正社員の人手不足は52%、非正社員では31%/帝国データバンク  
<https://www.tdb.co.jp/report/watching/press/pdf/p231103.pdf>
- 9月の有効求人倍率1.29倍、3カ月連続で同水準/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35965.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35965.html)
- 介護離職者の54.5%が介護休業等を利用しないまま離職/東京商工リサーチ  
[https://www.tsr-net.co.jp/data/detail/1198090\\_1527.html](https://www.tsr-net.co.jp/data/detail/1198090_1527.html)
- 新卒3年以内離職率、大卒・高卒就職者ともに前年比増/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000177553\\_00006.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000177553_00006.html)
- 61.5%の企業が「人事制度・雇用慣行を変える必要性」ある/リクルート  
[https://www.recruit.co.jp/newsroom/pressrelease/assets/20231101\\_hr\\_01.pdf](https://www.recruit.co.jp/newsroom/pressrelease/assets/20231101_hr_01.pdf)
- 週休3日制について意識調査結果を発表/マイナビ  
[https://www.mynavi.jp/news/2023/11/post\\_40284.html](https://www.mynavi.jp/news/2023/11/post_40284.html)
- 中小企業の従業員エンゲージメントに関する調査/商工中金  
[https://www.shokochukin.co.jp/report/data/assets/pdf/231031\\_topics.pdf](https://www.shokochukin.co.jp/report/data/assets/pdf/231031_topics.pdf)
- 「75歳以降でも仕事をしたい」は27.2%/中高年者縦断調査/厚労省  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/judan/chukou23/index.html>
- ミドル世代4人に1人が「パラレルキャリア/副業」していると回答/エン・ジャパン  
<https://corp.en-japan.com/newsrelease/2023/35161.html>
- インターンシップ・仕事体験を実施した企業としなかった企業の充足率の差は13.3pt/マイナビ  
[https://career-research.mynavi.jp/research/20231106\\_64104/](https://career-research.mynavi.jp/research/20231106_64104/)
- 退職代行の利用率は2%「退職代行」実態調査/エン・ジャパン  
<https://corp.en-japan.com/newsrelease/2023/34896.html>
- 配偶者手当見直し検討のためのわかりやすい資料を作成/厚労省  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_35882.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_35882.html)
- 令和5年分 年末調整のしかた/国税庁  
<https://www.nta.go.jp/publication/pamph/gensen/nencho2023/01.htm>

※発信者によりリンク先を変更している場合はお許しください。

## 人事マネジメントの視点

### ◆ 毎日のルーチンでキャリアアップを目指す ◆

キャリアアップを目指すためには、日々の努力が欠かせません。しかし、忙しく過ごしていると、成長を実感できず、モチベーションが下がってしまうことがあります。そんなときにこそ、毎日の小さなルーチンを意識することが大切です。ルーチンとは、毎日決まった時間に同じことを繰り返すことです。ルーチンを身につけることで、次のようなメリットがあります。

- ・時間の無駄を減らせる
- ・集中力が上がる
- ・目標までの道筋が見えてくる

ただ、結果がついてこないこともあります。そのときついルーチンを止めてしまいがちになります。しかし、上手くいってもいなくても、ルーチンを継続できる人が実力を高めると言えます。私の高校のクラスメイトは、当初のレベルはそれほど高くありませんでしたが、卒業前の大学入試で次々と難関を突破。思い返してみると、彼は毎日決めたルーチンを欠かさずやっていた。

ルーチンのポイントは次で、継続を意識しましょう。

- ・最初は、ごく簡単なものから始める
  - ・無理のない範囲にする
  - ・自分の目標や状況に合ったものにする
  - ・そして、少しずつ内容を増やしていく、高めていく
- 私の具体例としては、次のようなことです。
- ・朝起きたらラジオ体操をする
  - ・テレビを一旦Offにして、本を3頁だけ読む
  - ・次の15分間に何をするか決めて取りかかる

ほんのちょっとしたことですが、このきっかけが作業の継続や次の取り組みにつながります。ルーチンは、きっかけ作りと言ってもいいでしょう。

また、取り組むときに前向きになっているといいのですが、気持ちが乗らないこともあるでしょう。そのときは、「100点ではなく、30点でもいいから」と考えてみてください。結果、35点、50点になっていることが、私の場合はよくあります。

眠気が強い、体調が悪いときは中止してもいいでしょう。その次に取り組むときは、やはり「ほんのちょっと」から再開してみてください。

ルーチンを身につけることで、毎日の生活にメリハリが生まれ、成長を実感しやすくなります。そして、実施しながら、ほんの少しでいいからレベルアップを意識してみてください。

## マネジメントカアップに役立つ推薦書

『ディズニーランドが教えてくれた みんなが笑顔で働ける習慣』 石坂秀己著 こう書房

【商品説明より】ディズニーランドといえども接客業のお客さま商売。きっとスタッフさんたちのお仕事も、楽しいばかりでない、ツライことやキツイこともあるはず。にもかかわらず「笑顔で楽しく働けてしまう」ところがディズニーランドのすごいところ。でも、どうしてみんなニコニコと笑顔でいられるのだろうか？

