



輝く未来へ
ステップアップ!

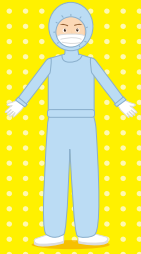
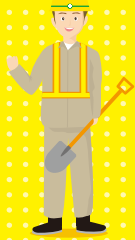
宮崎県

働く

ハンド

ブック

WORKING HANDBOOK



輝く未来へ ステップアップ!

はじめに

これから社会人として活躍していくみなさん。みなさんが活躍する社会がもっと身近で、わかりやすいものとなるように、みなさんのためになる情報を集めた『働くハンドブック』を作成しました。

特に、みなさんのふるさとである宮崎県の魅力を再認識してもらうため、宮崎で働くメリットについて、多くの情報を掲載しました。また、いつかみなさんの身を守ってくれる、働く上で知っておきたい「法律」や「権利」、「マナー」、「ルール」についても説明しています。さらに、困った時の相談窓口も載せていますので、この1冊があれば安心して社会人としての第一歩を踏み出すことができます。

社会人になる前に、そして社会人になられてからもこの冊子が身近なものとしてみなさんのお役に立つよう、また、みなさんが希望に溢れる将来を展望されることを願っております。

“働く”ってどういうこと?

仕事をして
人の役に立つ
喜び

社会人としての
役割を果たす
喜び

仕事を通じて
成長する
喜び

経済的に
自立する
喜び

余暇を
楽しむ
喜び

自分を
認めてもらえる
喜び

など、様々ですが・・・。

自分を磨き、可能性を無限大に拓くことにより、無限大の喜びを見出す事ができます!

CONTENTS

- ▶ “働く”ってどういうこと? 01
- ▶ 宮崎県のライフスタイル～“宮崎で働く”メリット1～ 02 - 03
- ▶ 宮崎県の労働環境～“宮崎で働く”メリット2～ 04 - 05
- ▶ “いろいろな働き方のカタチ”～雇用形態について～ 06 - 07
- ▶ “社会人の心構えを知ろう”～ビジネスマナーについて～ 08 - 09
- ▶ “知っておこう! 働くときのルール”～労働に関する法律～ 10 - 13
- ▶ “職場トラブルが増えています!”～労働者を守る制度について～ 14 - 17
- ▶ 相談窓口 等 18 - 21



温暖な気候と豊かな自然に囲まれて、
ゆとりあるライフスタイルを楽しもう!

自然環境 日照時間、温暖な気候、年間降水量は国内トップクラス

※気象庁(平成29年)

<p>日照時間 2,224時間 全国6位</p>	<p>年平均気温 17.6℃ 全国3位</p>	<p>年間降水量 2,721.5mm 全国1位</p>
---	--	--

生活環境 快適な生活は間違いなし!

<p>物価が安い! 平均消費者物価 地域差指数の低さ (総務省小売物価統計調査) (平成30年) 全国1位</p>	<p>家賃が安い! 家賃の安さ (民間借家) (総務省住宅・土地統計調査) (平成30年) 全国3位</p>	<p>職場が近い! 通勤・通学時間 約58分 (総務省社会生活基本調査) (平成28年) 全国2位</p>
--	---	--

◎宮崎県は全国での消費者物価地域差指数の低さが1位。また、家賃の安さは全国3位で暮らしやすい環境にあります。

◎宮崎県内での通勤・通学時間の平均は約58分。日本で2番目に短い通勤・通学時間で、生活にもゆとりが生まれます。

DATA 宮崎県データ

面積 7,735km ² (国土の約2%)	世帯数 470,687世帯 (全国の約1%)
人口 1,071,723人 (全国の約1%)	市町村数 9市14町3村 (26市町村)

(令和元年10月1日現在)

余暇の過ごし方

宮崎県ならではの余暇の過ごし方でリフレッシュしよう!



宮崎の食を楽しむ

「グルメツアーも気軽にできる?!」

宮崎牛、マンゴー、地鶏、カツオにイセエビなど、宮崎は数えきれないほどの食の宝庫です。特に宮崎発祥のチキン南蛮は県外にも広がり、行列ができる人気店もあります。休日にはおいしいものを求めて、県内各地を探索してみるのもいいかもしれません。

スポーツキャンプ観戦

「国内外のプロスポーツ選手が間近に!」

気候がとても温暖で、日照時間は全国でトップクラス。多くのプロ野球・Jリーグがキャンプに訪れていることから証明できるように、南国宮崎はスポーツキャンプ・合宿地として最高の場所です。間近で選手を応援しよう!



アイビースタジアム(プロ野球キャンプ)



ドライブ

「抜群のロケーションの中を爽快ドライブ!」

宮崎県は海も山も近く、景観の良い道路がたくさんあります。音楽を聞きながら、または友達と会話を楽しみながら、遠くから近場までドライブを楽しむことができます。道の駅などのドライブインも点在しており、地元のおいしい特産品などを味わうこともできます。

アウトドアレジャー

「美しい自然、おいしい空気ですリフレッシュ!」

各市町村にキャンプ場やトレッキングコースなどがあり、大自然を満喫することができます。都会では味わえない“癒し”で心身ともにリフレッシュできます。



サーフィン

「国内屈指のサーフィンスポット!」

水温も高く、綺麗で極上の波がある宮崎の海には、おすすめのサーフスポットがたくさんあります。プロサーファーがガイドするツアー、サーフィンコンテストや世界大会も開催されます。



他にも余暇の過ごし方はいろいろな選択肢があります。

県内の労働環境を、データをもとに紹介します!
 県外とどう違うのか、チェックしてみましょう。

求人状況

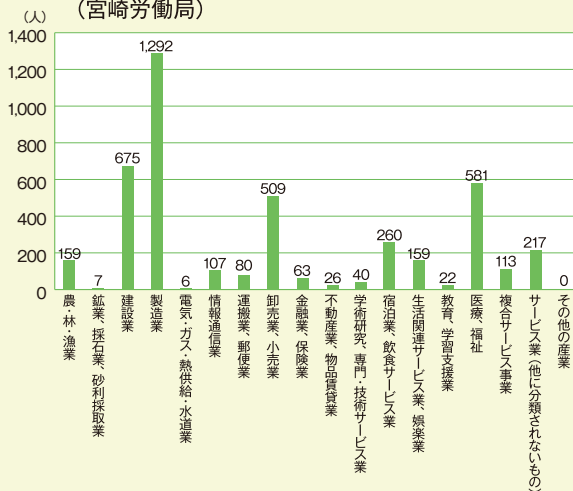
情報サービス産業 (IT系) の求人が増えています。

宮崎労働局による宮崎県内の高校新卒者の求職・求人状況(令和元年9月)調査では、求人数が4,316人、求職者数は2,530人でした。求人倍率は1.71倍です。これは100人の就職希望者に対して171人分の就職先があるということです。

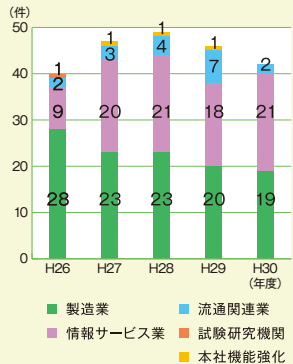
県外からの企業進出が増えています

宮崎県内に新しく事業所をもうける情報サービス産業(IT産業)系の企業が増えています。事業内容は、コールセンターをはじめ、ソフトウェア開発、インターネット付随サービス、漫画の電子配信代行など様々です。

▶ 高等学校県内求人受理状況 (産業別) 令和元年9月末現在 (宮崎労働局)



▶ 業種毎の立地件数の推移 (過去5年度) (県企業立地課調べ)



将来つきたい職業 ※高校生の回答結果を表示

- 男子高校生 (n=1300)
- プログラマー・プログラムエンジニア 8.7%
 - 公務員 7.3%
 - エンジニア・技術者 5.7%
 - 教師・先生 4.0%
 - 研究者 (科学者、考古学者など) 3.3%
 - 会社員 3.3%
 - 起業家 2.3%
 - 医師 (歯科医師含む) 2.0%
 - 弁護士・裁判官 1.7%
 - 大工さん・建築家 1.7%
 - 自動車関連 1.7%
- 女子高校生 (n=1300)
- 看護師 6.0%
 - 教師・先生 5.0%
 - 漫画家・イラストレーター 3.7%
 - 保育士・幼稚園教諭 3.7%
 - 薬剤師 3.7%
 - CA (キャビンアテンダント) 3.7%
 - ファッション関係 3.7%
 - 公務員 3.0%
 - 福祉の仕事 2.3%
 - 小説家 1.7%
 - パティシエ (ケーキ屋) 1.7%

学研教育総合研究所 (平成30年度)

待遇 1月あたりの労働時間、有給休暇の取得日数、初任給を確認しよう!

宮崎県の労働者1月あたりの労働時間は147.7時間で、有給休暇の1人あたりの取得日数は7.0日です。初任給(男女計)は高卒154,100円、大卒190,900円です。

▶ 1月あたりの労働時間

	月間総実労働時間
宮崎県	147.7時間
全国	142.2時間

厚生労働省「毎月勤労統計調査」(平成30年平均)

▶ 有給休暇の取得日数

	1人あたりの取得日数
宮崎県	7.0日
全国	9.4日

宮崎県「平成30年度版労働条件等実態調査」
 厚生労働省「平成31年就業条件総合調査」

▶ 初任給 (男女計)

	高卒初任給	大卒初任給
宮崎県	154,100円	190,900円
全国	165,100円	206,700円

厚生労働省「平成30年賃金構造基本統計調査」

物価 物価が安い!

出費を補ってくれるのが物価の安さ。特に食料にかかる支出は全国平均よりおさえることができます。農業や漁業が盛んな宮崎だからこそ、新鮮な食材が安く手に入ります。

▶ 二人以上の世帯の消費支出

(単位:円)

	宮崎市	全国
消費支出	250,452	287,315
食料	64,076	79,348
住居	17,290	16,920
光熱・水道	17,909	22,020
家具・家事用品	8,441	11,094
被服及び履物	7,993	11,384
保健医療	10,805	13,328
交通・通信	40,447	42,264
教育	6,940	11,788
教養娯楽	22,182	29,083
その他の消費支出	54,369	50,087

総務省「家計調査」(平成30年)

宮崎で働く魅力、
 まだまだありそうです。
 みなさんも、どんどん見つけて
 いきましょう!



働き方が多様化 自分に合った働き方を見つけよう!

正社員のほかにも、パートタイマーやアルバイト、派遣などいろいろな働き方があります。それぞれにメリット・デメリットがあります。違いを知り、自分に合った働き方を見つけましょう。

どんな働き方があるの？

大きく分けると下の表のようになります。

「雇われて働く」 働き方	正社員		会社に直接雇用されている社員のこと。雇用期間に定めはない。
	非正規社員	パートタイマー・アルバイト	短時間労働者のこと。正社員と比べて、1週間の所定労働時間が短い。
		契約社員 嘱託社員等	契約期間に定めがある社員。期間は原則3年以内。
「雇われて働く」 以外の働き方	派遣社員		派遣会社(派遣元)に雇用された上で、別の会社(派遣先)に派遣されて働く人のこと。
	自営業・会社社長など		個人が自らの力で事業を営むのが自営業で、法人を設立して事業を営むのが会社社長、役員です。

働き方のメリット・デメリットが知りたい!

一般的なケースとしてのメリット・デメリットの例をあげます。※会社や条件によって変わります。

	メリット	デメリット
正社員	<ul style="list-style-type: none"> 収入・雇用が安定している 責任ある仕事ややりがいのある仕事を任される 将来設計に有利である 	<ul style="list-style-type: none"> 時間外労働や休日労働、転勤などを求められることがある。 責任の大きさからプレッシャーを感じることもある。
パートタイマー アルバイト	<ul style="list-style-type: none"> 自分の働きたい期間や時間に働けるので、時間を自由に使える 短期でさまざまな仕事を体験できる 	<ul style="list-style-type: none"> 正社員に比べ給与が低い ボーナスや退職金が出ないことが多い 単調な仕事が多い 雇用が不安定
契約社員 嘱託社員	<ul style="list-style-type: none"> 期間の定めはあるが、待遇は正社員に近い会社もある 	<ul style="list-style-type: none"> 雇用が不安定
派遣社員	<ul style="list-style-type: none"> 仕事内容や勤務地など自分の希望にあう条件で仕事を選べる 	<ul style="list-style-type: none"> 雇用が不安定 ボーナスや退職金が出ないことが多い
自営業・ 会社社長など	<ul style="list-style-type: none"> 自分の考えで仕事を進められる やりがいがある 定年がない 	<ul style="list-style-type: none"> すべてが自己責任

正社員 (正規社員)

一般的に労働契約に期間の定めがなく企業側に直接雇用されている社員のことで、保険や年金、賞与やさまざまな手当、退職金、福利厚生などの面でいろいろなメリットがあります。



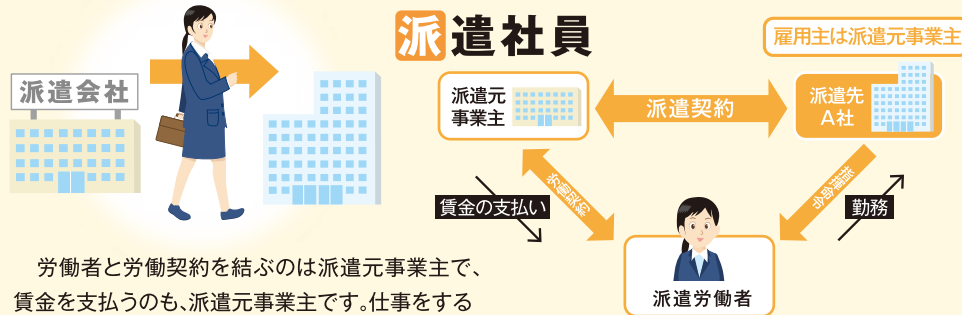
パートタイマー・アルバイト

パートタイマーとは、1週間の所定労働時間が、同じ事業所に雇用されている正社員と比べて短い労働者をいいます(パートタイム労働法では、「短時間労働者」といいます)。「パートタイマー」や「アルバイト」など、呼び方は異なっても、この条件を満たせばパートタイム労働法上のパートタイム労働者となります。

契約社員・嘱託社員 等

非正規社員の中には契約社員、嘱託社員、臨時社員、非常勤社員などがあります。正社員と違うところは労働契約にあらかじめ雇用期間が定められているところです。雇用期間は企業側と労働者側が合意の上、契約期間を定め、契約期間の満了によって労働契約は自動的に終了になります。1回当たりの契約期間の上限は一定の場合を除いて3年です。

非正規雇用



労働者と労働契約を結ぶのは派遣元事業主で、賃金を支払うのも、派遣元事業主です。仕事をする場所は派遣先のA社で、仕事上の指揮命令を受けるのも、派遣先のA社です。

※ほか、短時間正社員や業務委託(請負)、自営などがあります

社会人として基本的なビジネスマナーを身に付けておこう!

ビジネスマナーは社会人として必要不可欠です。身だしなみ、あいさつ、対応の仕方などをしっかり身に付けておくと、周りの人とのコミュニケーションが円滑になり信頼につながります。ビジネスマナーは仕事の成果を左右する重要な要素となります。

基本的なビジネスマナー

① 時間と期限の厳守

時間 出社時間・取引先への訪問の時間等を守らないと、同僚・上司・お客様の信頼を失う事になります。
期限 「いつまでに」という締切りを意識し、それに合ったスケジュールを考えましょう。

② あいさつ

あいさつはビジネスの基本。ハキハキとしたあいさつは相手の心も明るくし場の雰囲気をよくします。

会釈

例) 「ハイ、かしこまりました」
 「少々お待ちください」
 「失礼いたします」

敬礼

「いらっしゃいませ」
 「よろしくお願いします」

最敬礼

「ありがとうございます」
 「申し訳ございません」

③ 職場のルール

職場のみんなが同じ目標に向かうためのルールです。

就業規則を確認しよう!

働く上で守らなければならない就業規則をしっかりと読んで理解しておきましょう。疑問に思うことがあれば、専門窓口へ相談しましょう。



所在を明らかにしよう!

会社は就業時間内の勤務状況を見ています。外出する際は、どこに行くのか、また、所要時間を明確に伝えるようにしましょう。



公私の区別をつけよう!

文具やパソコン、スマートフォン等を私的に使用する事は、不正な行為であり、仕事の妨げにもなるのでやめましょう。また、会社で知り得た情報も会社の財産なので私的に外部にもらす事をしてはいけません。



身だしなみに気をつけよう!

社会人は身だしなみを整えることもマナーのひとつです。派手な格好や不潔な印象を与えないよう、清潔感のある身だしなみを心掛けましょう。



④ 言葉遣い

言葉は大切なコミュニケーションの手段の一つです。時、所、場合に合わせた言葉遣いを心掛け、他人に不快な思いをさせたり、不信感を持たせたりしないようにしましょう。

敬語の種類

	尊敬語	謙譲語	丁寧語
例) 言う	おっしゃる	申し上げます	言います
聞く	お耳に入る	拝聴する・伺う	聞きます

ビジネス用語

例) 私、ぼく	わたくし
相手の会社	御社(口頭の場合)、貴社(文書の場合)
あっち、こっち、どっち	あちら、こちら、どちら

⑤ 電話対応

相手から見えないため、さらに細かな配慮が求められます。電話の対応でああなたの印象だけでなく、会社の印象も決まります。

3コール以内で取ろう

待たせない努力。社名、自分の名前を明るくはっきりと伝えよう。



メモを取ろう

要件を伝え漏れないようにメモを取る習慣をつけましょう。



相手を待たせない

電話を取り次ぐ際は速やかに。取り次ぐ相手がいない場合は、その旨を丁寧に説明しましょう。「お待たせして申し訳ありません。」などの言葉を添えると良いでしょう。

電話のかけ方

必ず会社名・氏名を名乗り、「お時間よろしいでしょうか?」などの言葉を添え、相手の都合を気遣った上で話を進めましょう。

5W3Hを実践しよう!

WHEN	いつ	HOW	どのように
WHERE	どこで	HOW MANY	どれくらい
WHO	誰が	HOW MUCH	いくらで
WHAT	何が		
WHY	なぜ		

⑥ 来客時のマナー

常に相手の立場で気持ちの良い対応を心掛けましょう。

相手の目を見て対応しよう

相手の目を見ながらきちんとした姿勢で対応しましょう。



言葉遣いに注意しよう

失礼のない言葉遣いで明るくきびきびとした対応を心掛けましょう。

⑦ 名刺交換

名刺はあなたの分身です。相手の名刺もまた相手の分身ですので、大切に扱しましょう。

名刺交換のマナー

立ってあいさつを交わし、両手で持って胸の高さで交換します。目上の人との交換は自分が先に相手の読める向きで名刺を手渡します。交換したら要件が済むまで机に置きます。



働くときに知っておきたい社会のルール

働くときにはいろいろな規則やルール、約束事があります。それは雇用されて働く労働者を守るための法律や契約した会社の決まり事（就業規則）などです。ここでは知っておきたい法律について紹介します。

労働契約 労働者と使用者の間で結ぶ働くことに関する約束事です。

この契約は労働者が雇う側の会社との間で働くことと賃金を支払うことについて合意すると労働契約が成立します（労働契約法第6条）

※労働契約を結ぶときは、契約の期間や賃金など、働くときの条件をきちんと確かめましょう。

①労働契約の基本ルール（労働契約法）

労働者と使用者が対等の立場での合意により、行わなければなりません。

②労働契約を確認しましょう。

契約内容ができるかぎり書面で確認し、内容を理解しましょう。後でトラブルにならないように契約内容をはっきりさせておくことが大切です。

③労働契約の変更

労働者と使用者が合意すれば労働条件を変更することができます。労働者の不利益となるような一方的な変更は原則として認められません。

労働時間 労働時間とは使用者の指揮監督下にある時間です。

法定労働時間 労働基準法で定められた時間
1週40時間、1日8時間
(特定の業種で常時10人未満の労働者が働く事業場は、1週44時間の特例あり)

時間外労働（残業） 法定労働時間を超えて働くこと。
法定労働時間を超えて働くと、その超過時間については、25%以上の割増賃金が支払われる。*また、1か月60時間を超える残業には50%以上の割増賃金が支払われる。
※中小企業は2023年4月1日から適用

休日労働 法定休日に働く場合、35%以上の割増賃金が支払われる。

深夜業 午後10時から午前5時までの間に働く場合、25%以上の割増賃金が支払われる。法定労働時間を超える時間外労働と深夜労働が重なれば 50%以上、休日労働と深夜労働が重なれば 60%以上の割増賃金が支払われる。18歳未満の年少者については、原則、深夜業は禁止されている。

休憩時間 1日の労働時間が6時間を超えると45分以上、8時間を超えると1時間以上の休憩時間を労働時間の途中に与えられる。

各種保険と年金制度

会社が加入している保険に、健康保険、厚生年金保険、労災保険、雇用保険などがあります。これらは、会社で労働者が病気やケガをしたとき、出産をしたとき、失業したとき、高齢になったときなど、働けなくなってしまうようなさまざまな場面で必要な給付を受けられるようにして、労働者の生活を守ることを目的とした制度です。就業する際には、会社がどのような制度に加入しているのかチェックしておきましょう。



賃金 働いた対価として、使用者から支払われるすべてのものです。

▶賃金支払の5原則

●通貨で支払うこと

現金で支払われます。労働者の同意により、口座振込が可能です。

●全額支払うこと

全額支払われます。なお、税金や社会保険料等を賃金から控除することが認められています。

●毎月支払うこと

賃金は毎月1回以上、支払われます。

●一定日に支払うこと

一定の期日を定めた上で支払われます。

●労働者へ直接支払うこと

直接本人に支払われます。



賃金は、これを下回っては いけません。

最低賃金

宮崎県の最低賃金 1時間 790円 (毎年改定されます)

労働者の賃金は、最低基準が定められており、使用者は、最低賃金額以上の賃金を支払わなければなりません。（労働基準法第28条、最低賃金法）

・正社員やパート、アルバイトなどを含めて、あらゆる労働者に適用されます。
・最低賃金には、時間外労働、休日労働、賞与、通勤等の手当は含まれません。

仕事を始める時には、労働条件を確認しましょう。

働き始めてからトラブルにならないように労働契約書などの書面を必ずもらい、労働条件を確認し、保管しておきましょう！

※最低賃金を下回っている場合は宮崎労働局労働基準部賃金室(0985-38-8836)に相談を！

労働者の権利を有効に活用しましょう

休日とは 労働基準法では、労働者に週1回以上、または4週間を通じて4日以上の休日を与えることが義務づけられています。

年次有給休暇とは

・入社後6か月間、継続して働き、全労働日の8割以上出勤すれば、10日の年次有給休暇をとることができます。その後、1年を経過するごとに、かつ、8割以上出勤した場合は新たに休暇が付与されます。

・休む理由は問われません。時効は2年間で、その年に残った分は翌年に繰り越してきます。

・会社には、10日以上年次有給休暇が付与される全ての労働者に対して、毎年5日、時季を指定して休暇を取得させる義務が課せられています。(2019年4月1日から適用)

・アルバイトやパートタイム労働者でも、①6か月間の継続勤務、②全労働日の8割以上の出勤、③週5日以上勤務という3つの要件を満たせば、有給休暇は正社員と同じだけ与えられます(週4日以下の勤務であったとしても、週の所定労働時間が30時間以上であれば、正社員と同じだけ有給休暇が与えられます)。なお、週の所定労働時間が4日以下で、週の所定労働時間が30時間未満の場合でも、その所定労働日数に応じた日数の有給休暇が与えられることになります。

産前・産後休業〈労働基準法第65条〉

出産前 出産予定の女性は、会社に請求すると「出産予定日の6週間前」から、双子以上の多胎妊娠の場合は14週間前から産前休業を取ることができます。

出産後 原則として出産の翌日から8週間は、就業することができません。



育児休業〈育児・介護休業法第5条～第9条〉

子どもが1歳になるまでは、男女を問わず、会社に申し出ることによって育児休業を取ることができます。



退職

労働者の意思や使用者との合意に基づき、労働契約を終了することです。

▶退職の種類にも色々な場合があります。

自己都合退職	労働者の意思で辞めることです。無期雇用の場合、申し入れ後原則として、2週間後に退職となります。就業規則を確認しましょう。
合意退職	労働者と使用者の両者が合意の上、辞めることです。
その他の退職	労働者の定年や契約期間の満了、死亡等によるものです。

🚫 有期契約労働者の退職には要注意!

期間の定めがある労働契約の場合、やむを得ない理由がある場合には契約期間の途中で退職することができますが、その理由が一方的に労働者にある場合は、使用者から損害賠償を求められることがあります。

解雇

使用者が一方的に労働契約を終了させる行為です。

●解雇できる場合

「客観的に見て合理的な理由があり、社会通念上相当であると認められる場合」に限られており、これ以外の解雇は、権利の濫用として無効となります。(労働契約法第16条)

例)

- ・会社が経営上の理由から労働者を減らす場合
- ・労働者へ指導を繰り返したが、改善の見込みがないと判断された場合



雇止め

期間を定めて合意した労働契約において、その契約が満了する時に、契約の更新を拒否されることです。

- 「有期労働契約の締結、更新及び雇止めに関する基準」に基づき、有期の労働契約を3回以上更新している労働者や1年を超えて継続して雇用されている労働者に対しては、使用者は、更新しない場合、少なくとも30日前の解雇予告を行う必要があります。
- 雇止めが無効になる場合もありますので、労働基準監督署へ相談してみましょう。



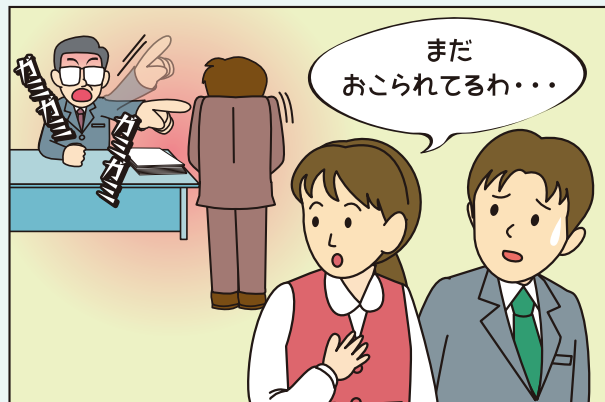
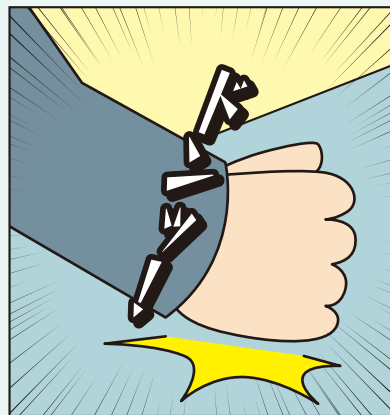
これって、パワハラ!?



無理な残業要求・・・しかも就業時刻間際。

これって、パワハラ!? 困った時は →

宮崎労働局総合労働相談コーナー
☎0985-38-8821
宮崎県中小企業労働相談所
☎0985-26-7106



パワハラに遭ったら相談しよう! 見かけたら声掛けしよう!

みんなの前で大きな声で叱責された・・・

これって、パワハラ!? 困った時は →

宮崎労働局総合労働相談コーナー
☎0985-38-8821
宮崎県中小企業労働相談所
☎0985-26-7106

社内において、さまざまなハラスメント（嫌がらせ・いじめ）を受けた場合の対処法を考えておこう！

職場トラブルにはさまざまな事例がありますが、ここでは主なハラスメント（嫌がらせ・いじめ）について紹介します。このような場面に遭遇した場合の対処法をあらかじめ知っておくと良いでしょう。

どんなハラスメントがあるの？

パワハラ（パワーハラスメント）

パワハラとは、人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与えられたり、職場環境を悪化させられる行為をいいます。



① 身体的な攻撃

蹴ったり、殴ったり、体に危害を加えること

② 精神的な攻撃

侮辱、暴言など精神的な攻撃を加えること

③ 人間関係からの切り離し

仲間外れや無視など個人を疎外すること

④ 過大な要求

能力を超える無理な業務を押し付けること

⑤ 過小な要求

本来の仕事を取り上げること

⑥ 個の侵害

個人のプライバシーを侵害すること

セクハラ（セクシュアルハラスメント）

セクハラとは、「職場において、労働者の意に反する性的な言動が行われ、それを拒否するなどの対応により解雇、降格、減給などの不利益を受けること」又は「性的な言動が行われることで職場の環境が不快なものとなったため、労働者の能力の発揮に悪影響が生じること」をいいます。



① 性的な言動とは

性的な事実関係を尋ねること、性的な内容の情報（噂）を流布すること、性的な冗談やからかい、食事やデートへの執拗な誘い、個人的な性的体験談を話すことなど。

② 性的な行動とは

性的な関係を強要すること、必要なく身体へ接触すること、わいせつ図画を配布・掲示すること、強制わいせつ行為、など。

マタハラ（マタニティハラスメント）

マタハラとは、妊娠や出産・育児休業等の申出をした労働者が、職場で嫌がらせを受けたり、異動・降格・減給・自主退職の強要・雇止めなどの不当な扱いを示唆されたりすることを指します。



主なマタハラの例

妊婦健診のために休暇を取得したいと上司に相談したら「病院は休みの日に行くものだ」と言われた。

上司に妊娠を報告したら「他の人を雇うので早めに辞めてもらうしかない」と言われた。

外部の相談窓口を利用しよう

会社や労働組合に相談窓口がない…。

相談したけれども取り合ってくれない…。

不利益がありそうでなかなか会社に相談できない…。



そんな時は・・・

会社がある場所の**労働局**または**宮崎県中小企業労働相談所**に相談ください。電話でも相談できます。(P20~21参照)

ハラスメントだと感じたことがいつ、どこで起こったのか

どのようなことを言われたのか、

誰に何を強要されたのか

そのとき、誰がみていたか

など、事実関係を自分で整理しておくとい良いでしょう。

解雇、雇止め、配置転換、賃金の引下げなどの労働条件のほか、パワハラ、セクハラなど、労働問題に関するあらゆる分野について、相談を受けています。





「働き方」が変わります!!



2019年4月1日から働き方改革関連法が順次施行されています

POINT
1

施行：2019年4月1日～ ※中小企業は、2020年4月1日～

時間外労働の上限規制が導入されます!

時間外労働の上限について、**月45時間、年360時間**を原則とし、臨時的な特別な事情がある場合でも**年720時間、単月100時間未満**(休日労働含む)、複数月平均80時間(休日労働含む)を限度に設定する必要があります。

⇒時間外労働ができる時間数を設定し、労働基準監督署に届け出てください際の様式と記載例を厚生労働省HPにアップしました。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000148322_00001.html



POINT
2

施行：2019年4月1日～

年次有給休暇の確実な取得が必要です!

使用者は、10日以上有給休暇が付与される全ての労働者に対し、**毎年5日、時季**を指定して有給休暇を与える必要があります。

⇒時季指定の仕方など、具体的な付与の仕組みを整理した資料を厚生労働省HPにアップしました。

POINT
3

施行：2020年4月1日～ ※中小企業は、2021年4月1日～

正社員と非正規社員間の不合理な待遇差が禁止されます!

同一企業内において、正社員と非正規社員(パートタイム労働者、有期雇用労働者、派遣労働者)の間で、**基本給や賞与などの個々の待遇ごと**に不合理な待遇差が禁止されます。

⇒改正法への対応に向けた手順など、取組の参考となる情報を厚生労働省HPにアップしました。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000144972.html>



「働き方」に関する詳細・お悩みは【相談窓口】へ(P21・22)

改正法の詳細は厚生労働省HP「働き方改革」の実現に向けて」をご覧ください。

働き方改革の実現に向けて

頼れる団体! 労働組合

Q 「労働組合」って何のこと?

A 労働組合は労働者が団結して、賃金や労働時間などの労働条件の維持改善を図るためにつくる団体のことです。会社という組織に対して対等の立場に立って交渉していくには、労働者一人ひとりではあまりにも弱い存在です。そこで、労働者が集団となり、団結することで労働条件の改善を図ることができるようになります。

日本国憲法(日本の最高法規)でも以下の権利を保障しています!

日本国憲法第28条の労働三権

- ①労働者が労働組合を結成する権利(団結権)
- ②労働者が使用者(会社)と団体交渉する権利(団体交渉権)
- ③労働者が要求実現のために団体で行動する権利(団体行動権(争議権))

*この権利を具体的に保障するため、「労働組合法」がつけられています。

POINT!

- ・労働組合は労働者が複数人集まれば誰でも自由に結成することができます。
- ・会社が団体交渉を正当な理由なく拒否することや、労働組合員であることを理由とする解雇などは不当労働行為として禁じています。
- ・会社に労働組合がない場合でも、一人でも入れる労働組合が各地域にあります。

サポート機関の案内

宮崎県中小企業労働相談所

職場のトラブル、一人で悩んでいませんか?

県では労働問題に関するさまざまな相談に応じ、問題の解決に向けたアドバイスをを行うための相談所(中小企業労働相談所)を県内4箇所(宮崎、日南、都城、延岡)に設けています。それぞれの連絡先はP.20をご参照ください。

相談は無料! お気軽にご相談を!

宮崎県労働委員会 働くあんしんサポートダイヤル ☎0985-26-7538

(相談受付8:30~17:15/月曜~金曜日(祝日、年末年始を除く))

宮崎県労働委員会は、労使(働く人と会社)間でのトラブルの解決をサポートする県の機関です。職場でのちょっとした悩みや相談があれば、気軽に相談してみてください。

- 労働に関することなら何でも、相談を受けつけています。
- 費用は無料で、秘密は厳守します。匿名でもOKです。
- 専用ダイヤルにお気軽にお電話ください。

就職先も就職してからも続けてサポート

ヤングJOBサポートみやざき



宮崎県が設置する「働く」を応援する相談所です。

- 就職個別相談 ●役立つセミナーの開催 ●就職情報 ●職業適性検査 など

さまざまなサービスが無料で受けられます。就職活動中はもちろん、就職決定後のみなさんへのサポートもあるので、例えば入社後に戸惑ったり悩んだりしたら、気軽に立ち寄ってみてください。相談員が力になってくれます。

【支援内容】

- 専門相談員の一人一担当制による就職相談
- 各種セミナーの開催
- 就職・職業訓練情報発信 など

<http://job-miyazaki.com>



ヤングJOBサポートみやざき

☎0985 (23) 7260

宮崎市錦町1-10
宮崎グリーンズフィア壱番館KITEN3階
開館日:月曜~土曜
時間:9:00~18:00
休館日:日曜・祝日・年末年始

延岡サテライト

☎0982 (35) 2116

延岡市愛宕町2-15
延岡総合庁舎内
開館日:月曜~金曜
時間:9:00~17:00
休館日:土曜・日曜・祝日・年末年始

いろいろな相談窓口について



▶ 労働問題全般について

① 宮崎県 (中小企業労働相談所)

労働に関するさまざまな相談に応じ、
問題の解決に向けたアドバイスを行う

宮崎中小企業労働相談所 (県庁雇用労働政策課内) 宮崎市橋通東2-10-1県庁8号館3階 ☎0985(26)7106	都城中小企業労働相談所 (都城総務商工センター内) 都城市北原町24-21 ☎0986(23)4518
---	--

日南中小企業労働相談所 (日南総務商工センター内) 日南市戸高1-12-1 ☎0987(22)2714	延岡中小企業労働相談所 (延岡総務商工センター内) 延岡市愛宕町2-15 ☎0982(33)2862
--	---

② 宮崎県労働委員会

労働組合と使用者(会社)との間の争議の調整、使用者の不当労働行為があったときの審査や救済命令、労働者と会社との間の個別のトラブル(解雇、退職強要、ハラスメントなど)の解決の支援

宮崎県労働委員会 宮崎市橋通東1-9-10 県庁3号館6階	働くあんしんサポートダイヤル ☎0985-26-7538 ふりむいて! なんでもいつでもみんなにやさしい
-------------------------------------	--

③ 宮崎労働局 (総合労働相談コーナー)

労働問題に関するあらゆる分野の相談受付
(労働条件、解雇、いじめ、嫌がらせなど)

宮崎労働局総合労働相談コーナー 宮崎市橋通東3-1-22 ☎0985(38)8821	都城総合労働相談コーナー 都城市上町2-11 都城合同庁舎6階 ☎0986(23)0192
--	--

宮崎総合労働相談コーナー 宮崎市丸島町1-15 ☎0985(29)6000	日南総合労働相談コーナー 日南市戸高1-3-17 ☎0987(23)5277
---	--

延岡総合労働相談コーナー
延岡市大貫町1-2885-1
☎0982(34)3331

▶ 労働条件(賃金・休日・休暇)・安全衛生・労災保険について

④ 労働基準監督署

賃金、労働時間、労働者の安全と健康の確保などについての監督、指導、労働基準関係法令に基づく許可、認可などの事務(安全の確保など)、労働相談

宮崎労働基準監督署 宮崎市丸島町1-15 ☎0985(29)6000

延岡労働基準監督署 延岡市大貫町1-2885-1 ☎0982(34)3331	都城労働基準監督署 都城市上町2-11 都城合同庁舎6階 ☎0986(23)0192	日南労働基準監督署 日南市戸高1-3-17 ☎0987(23)5277
--	---	---

▶ 男女雇用機会均等、育児・介護休業、パートタイム、セクハラ、マタハラについて

⑤ 宮崎労働局 (雇用環境・均等室)

性別による差別、セクシュアルハラスメント対策、妊娠・出産・育児休業・介護休業の取得等を理由とする不利益な取扱い、妊産婦の健康管理、育児休業・介護休業の取得等、パートタイム労働者の均等・均衡待遇や正社員転換推進、労働契約法などについての相談の受付

宮崎労働局雇用環境・均等室
宮崎市橋通東3-1-22 ☎0985(38)8821

▶ 雇用保険(失業給付等)について

⑥ ハローワーク (公共職業安定所)

職業相談・職業紹介・指導、職業能力開発促進センターへの入校支援、雇用保険の給付(仕事探し、失業給付、職業訓練など)

宮崎公共職業安定所 (ハローワーク宮崎) 宮崎市柳丸町131 ☎0985(23)2245	都城公共職業安定所 (ハローワーク都城) 都城市上町2-11 都城合同庁舎1階 ☎0986(22)1745	高鍋公共職業安定所 (ハローワーク高鍋) 児湯郡高鍋町大字上江 字高月8340 ☎0983(23)0848
---	---	---

延岡公共職業安定所 (ハローワーク延岡) 延岡市愛宕町2-2300 ☎0982(32)5435	日南公共職業安定所 (ハローワーク日南) 日南市吾田西1-7-23 ☎0987(23)8609	小林公共職業安定所 (ハローワーク小林) 小林市大字細野367-5 ☎0984(23)2171
--	--	--

日向公共職業安定所
(ハローワーク日向)
日向市北町2-11
☎0982(52)4131

▶ 健康保険(被保険者適用関係、保険料関係)・厚生年金保険について

⑦ 日本年金機構 (年金事務所)

厚生年金保険に関する相談の受付

宮崎年金事務所 宮崎市天満2-4-23 ☎0985(52)2111	都城年金事務所 都城市一万城町71-1 ☎0986(23)2571
---	---

延岡年金事務所 延岡市大貫町1-2978-2 ☎0982(21)5424	高鍋年金事務所 児湯郡高鍋町大字蚊口浦5105-1 ☎0983(23)5111
--	---

▶ 健康保険(給付関係、任意継続など)について

全国健康保険協会(協会けんぽ) 宮崎支部

宮崎市橋通東1-7-4 第一宮銀ビル5階 ☎0985(35)5364

**相談は無料、
秘密厳守!!**

輝く未来へ
ステップアップ!

宮崎県商工観光労働部雇用労働政策課

〒880-8501 宮崎市橋通東2丁目10番1号
電話:0985-26-7106 FAX:0985-32-3887
koyorodoseisaku@pref.miyazaki.lg.jp