

特集 ON・OFFを楽しむ!

NEO働き方改革

人生をより豊かにするために





特集

ON・OFF を楽しむ! NEO働き方改革

仕事とプライベートの両立を目指していても、うまく切り替えられなかったり、
いつの間にかどちらかの比重が大きくなったり……。

大切にしていることは人それぞれですが、もっと充実した毎日にしたい、
という皆さんに向けて、ON・OFFの切り替えが上手な社員の方々に、経験を伺ってみました。



Interview

1

育休は夫婦や親子の絆を深め 仕事のさらなる原動力に

Q 仕事と育児をどのように
両立していますか？

A 朝早く出社し、定時で仕事を終了できるように心掛けています。他の人に迷惑がかからないように、優先順位をつけて自分の仕事はきちんと終わらせるようにしています。家庭では子どもの世話や家事を妻と分担して、なんとか乗り越えています。

Q 職場での育休取得までの
準備は何をしましたか？

A 取得する4カ月前から上司に相談していました。皆さんが快く受け入れてくださり、課長も安全専任者である私の代わりを探してくださいました。年上の方に子育てのアドバイスまでいただき、理解のある職場でありがたかったです。

●産後パパ育休取得期間
2023年9月21日～10月18日

●育休取得期間
2023年10月19日～11月17日

Q 育休を取って
意識が変わったことは？

A 妻も看護師として働いていますが、日ごろの育児の大変さが身に染みてわかりました。出産後は妻の安静を心掛け、子ども3人の世話や家事など、授乳以外のすべてを引き受けました。特に夜泣きの対応やごはんの用意は、妻が喜んでくれたので、力になれて良かったです。

Q 育休を取って
良かったことは？

A 子どもの貴重な成長の様子を見られたことです。上の2人の



子どもは里帰り出産だったため、今回初めて新生児の時期を一緒に過ごせて、大切な時間を共有できて良かったです。子どもがいるからこそ、仕事を頑張ることができています。

Q 仕事や育児をうまくこなす
コツは？

A 息抜きや睡眠を大切にしています。育休中は、わずかな時間でもテレビやゲームで気分転換し、なるべく睡眠を取るようになっていました。睡眠はやる気や集中力につながるので、仕事復帰後も、8～9時間は睡眠を取るようになっています。



第三子を抱きながら、息子さんの帽子を裁縫

これから育休を取得する
男性社員に一言!

私は、支店の人事担当者に質問して育休制度を理解できました。生活のためにも誠実に仕事をこなして育休に入りましょう。監督者の立場でも育休取得は可能です。家族との大切な時間を楽しんでください。



Profile

2011年6月中途入社。3年ほど清掃関係業務を経験したのち、物流点検業務に従事。現在は安全専任者として、製銃課全体の現場パトロールや会議の参加・資料作成などを行っている。プライベートでは6歳、5歳、0歳の子どものパパ。

卓球のおかげで人脈が広がり 心身リフレッシュ!

Q 仕事で大切にしていることは?

A 助け合いの精神です。君津支店製鋼課の1製鋼利材系列の業務調整を行う職場の職長をしており、30名ほどの部下がいます。情報を伝えるだけでなく、社員からの相談ごとを聞き出せるように、現場に赴き、一人ひとりの対話を大切にしています。

Q 部下との接し方で心掛けていることは?

A 相手に見返りを求めず、助け合いの精神を心掛けています。「自分がやってきたことだから、お前もやれ」などは絶対に言いません。周囲の人たちを取り込んで職場の一体感を高め、一人になる社員が出ないように気を配っています。

Q 若いころ、仕事とプライベートをどう両立していましたか?

A 三交代勤務でも、しっかり遊んでいました。休日に、同僚とテレビで紹介された飲食店に足を運んで、息抜きをしていたのが良い思い出です。

Q 仕事とプライベートの切り替え、息抜き方法は?

A 2003年から日本製鉄関連会社の方が集う卓球同好会に所属しています。卓球は中学生のころから続けていて、県大会に出場したこともあります。社会人になって、私が参加した試合を見た方から、同好会に誘っていただきました。



80歳のOBの方に
「そんな試合をするな」と
叱咤激励を受けることも…

Q 卓球を続けていて良かったことはありますか?

A 社外の方とのつながりが増えたことです。そのおかげで仕事の相談もでき、業務が円滑に進んでいます。仕事が忙しい時に4年近くお休みしたこともありましたが、今は週に2回の練習や試合を継続中です。



試合中は真剣にプレー

＼ 若手社員へ一言! ／

趣味や好きなことを見つけるように伝えていきます。人生において、仕事すべてではありません。推し活の話を聞いた時は、「最高じゃん!」と声を掛けたこともありましたが、今は週に2回の練習や試合を継続しています。



Profile

2003年入社。秋田県出身。君津支店製鋼課の職長(監督者)。日本製鉄株の直営・協力会社のさまざまな年代の人が所属する卓球同好会で、汗を流しながら卓球を楽しみ、人脈を築いている。最近は、ブルーノ・マーズのライブに行き、夏フェスに行く計画も立てるなど、アクティブに活動中。

Interview

3

趣味を楽しむ 人と話すことで心身をリフレッシュ

Q 仕事で大切にしていることは?

A コミュニケーションです。光支店はおよそ290名と多くの社員がいるので、現場や安全パトロール時には積極的に声を掛けています。相手の表情や様子から、元気かどうかをうかがい、冗談も交えつつ、相手に寄り添った会話を心掛けています。

Q 若いころ、仕事とプライベートをどう両立していましたか?

A 二交代制だったので、体調を整えることが大事でした。入社時は慣れずに、出勤時間を間違えたこともあります。なるべく睡眠をしっかり取って、体調を整えました。また、妻や両親にも助けられました。家族の協力が支えです。

Q 業務上で大変だったことはどう乗り越えましたか?

A 積極的に学ぶ姿勢で乗り越えました。最近新しい役職につき、業務に慣れるまで大変でしたが、法律や制度などを勉強して、直営・協力会社の安全担当者が集う懇親会で情報収集を行うことで、効率よく資料作成や発表に生かすことができました。



ゴルフはスコアよりプレーすることをみんなで楽しんでいます

Q 仕事とプライベートの切り替え、息抜き方法は?

A 週末の温泉やサウナで、リフレッシュしています。15年前に知人に誘われて以来、週に一度は行くようになりました。その週に起こったいろいろなことを、一旦リセットできるんです。感染症にもかからず、風邪も引かなくなりましたよ。

Q 心と体ともに健康に過ごす秘訣は?

A 本音を話せる人に、仕事上の悩みを話すことです。私も上司に相談したことで心が軽くなった経験があるので、職場でもこのことを伝えています。物事を“なるようになる”と受け止め、一人で考えすぎず、周りから助言をもらうことも大切だと思っています。

社内外の方と
ゴルフコンペで交流。
好きなことで疲れを
リセットして仕事に臨もう!

＼ 若手社員へ一言! ／

仕事に不慣れな時期はストレスを感じやすいので、趣味を見つけて発散するのがおすすめです。また、悩みは抱え込まず、自分の考え方が正しいか、話せる人を見つけて相談しましょう。



山口県上関町の温泉施設「上関海峡温泉鳩子の湯」によく通っています。楽しみがあるから頑張れます

Profile

1985年入社。山口県光市出身。光支店安全衛生グループのマネジャー。光支店の安全業務全般に携わり、衛生管理者として社員の心身の健康を気遣い、また防災管理者として安全パトロールを実施。協力会社の会では安全教育の講師も務める。プライベートでは、29歳と24歳の子どもがおり、家庭円満で働き続けている。

次の世代を育てる気持ちで わが子と部下に接する

Q 仕事と育児をどのように
両立していますか？

A 妻との役割分担です。現在16歳、13歳、11歳の息子がいます。子どもが大きくなりましたが、夫婦で協力して、息子の陸上部、サッカーチームの練習・試合の送迎を行っています。

Q 職場での育休取得までの
経緯は？

A 第二子の妊娠がわかり、当時の上司に相談しました。父親の育休に関するニュースを見て情報を知り、人事担当者に相談して協力を得ました。前例がない中、育休取得の1カ月前から引継ぎなど上司が配慮してくれ、ご協力に感謝しています。

●育休取得期間

2010年9月9日～10月8日

Q 育休を取って
良かったことは？

A 育休取得の前より、妻の大変さを理解できました。長男を公園に連れていき、家事も分担していました。料理だけは向いていないので、途中で諦めましたが、私が育休を取得することで、妻が休める時間を増やせたことが一番良かったです。

Q 育休を取って
意識が変わったことは？

A 経験者として、部下に育休の取得を勧めることができます。現状、育休は取りづらい…と心配している部下が多くいますが、「奥さんのためになるよ」と声を掛けて、取得するように背中を押しています。

Q 育休明けに会社
不安はありましたか？

A 休んでいる間も、会社のことが頭をよぎっていました。育休から復帰する前日はよく眠れず、緊張して出社しましたが、「待っていたぞ!」と職場の皆さんから声を掛けていただいて、うれしかったです。

これから育休を取得する 男性社員に一言!

家事や育児は大変ですが、夫婦で協力し合うことで大変さも楽しみになると思います。どちらか一方がではなく、夫婦で一緒に行くことが大事です。



いつも兄弟仲良し
(幼少期の様子)

* Thank you *

妻から

夫へメッセージ

日ごろから家事や育児に積極的に協力してくれているので、本当にありがたく思っています。今後もお互いに協力し合い、子どもの成長を楽しんでいこうね。

Profile

2005年に中途入社し、ハマダレクテック(株)で、SiC結晶加工に関する業務を担当。常勤勤務のリーダー(監督者)として、部下6名を統括している。プライベートでは三児のパパ。



Interview

5

仕事でも育児でも わからないことはすぐ聞ける関係性が大事!

Q 仕事で大切にしていることは?

A コミュニケーションです。人と話すことが好きなので、休憩時間にはプライベートや子どものことなどを周りの方々と話しています。なんでもフランクに話せる関係性があると、工作中的の無線連絡も話しやすくなります。

Q 職場での育休取得までの準備は何をしましたか?

A 取得する2カ月前から上司に相談していました。また、育休を取得することで周囲に迷惑がかかると考え、迷惑をかけてしまうことのあいさつは、きちんとしていました。日ごろの関係性のおかげで、皆さんに快く受け止めていただけて、ありがたかったです。

●産後パパ育休取得期間
2023年5月3日～16日

Q 育休を取って意識が変わったことは?

A 身をもって、家事や育児の大変さがわかりました。特に、学校は行事もありますし、提出物や宿題も見なければなりません。幼稚園の登園前には検温もあります。3人の子どもの準備からごはんの用意、寝かしつけまで、毎日バタバタでした。



離乳食を与える

Q 育休を取って良かったことは?

A 育児のすべてに関わり、子どもの成長を目の当たりにしたことです。また、育休取得をきっかけに妻の苦勞がわかり、職場に復帰後は家事や育児にさらに積極的に参加しています。

Q 仕事とプライベートの切り替え、息抜き方法は?

A 育休中は子どもたちが寝静まった時が息抜きのチャンスでした。今は出社して朝のミーティングに参加するとONのスイッチが入り、帰宅して家族と過ごす時間が始まるとOFFモードになります。

これから育休を取得する 男性社員に一言!

育休を取る前から、家事の経験を積んでおきましょう! 休みから復帰する日は不安でしょうが、周囲が「おめでとう。大変だろ?」と声を掛けてくれて、うれしかったです。



育休中に料理の楽しさにも目覚め、今でも唐揚げや肉野菜炒めを作っています

やるときはやる、休むときは休む、遊ぶときは遊ぶ：メリハリが大切

Profile

2020年8月中途入社。循環資源課に所属し、日鉄ステンレス(株)山口製造所(光エリア)構内の発生物から有価金属を回収し、リサイクルに従事。主に、RHFSAF操業および設備保全業務を担当。プライベートでは11歳、8歳、4歳、1歳の4人の子どものパパ。

職場の理解のおかげで 思い切って育休取得

Q 家事と育児をうまく行う 方法は？

A すべてを完璧にしようと頑張
りすぎないことが大切です。家
事の合間に子どもを寝かしつけている
と、つい寝てしまうことがあります。そん
な時は諦めて、子どもと一緒に寝てい
ます。

Q 職場での育休取得までの 準備は何をしましたか？

A 上司に事前に相談しました。第
一子誕生の時は育休を取らず、
無理をして体調を崩し、家族にも職場
にも迷惑をかけてしまいました。係長が、
「三交代勤務の職場で育休を取りにく
いと思っているかもしれないけど、会社
のことは大丈夫」と快諾してくださり安
心しました。

●育休取得期間

2023年9月1日～2024年5月31日

Q 育休を取って 意識が変わったことは？

A 共働きの中、妻1人で子ども2
人の面倒を見ることは無理だと
気づきました。育休中は育児や家事に
追われ、睡眠時間も削られますが、子ど
もと触れ合えるので苦になりません。料
理が得意になり、掃除や洗濯も夫婦で
分担しています。

Q 育休を取って 良かったことは？

A 毎日子どもの成長が見られ、感
動の連続です。第二子が9カ月
になった際、長男につかまりながら、自
分で立てるようになった瞬間を目にする
ことができました。毎日家で過ごすこと

クレヨンしんちゃんのように、
「父ちゃん、母ちゃん」と子どもに言う
てもらえる家庭を目指しています



で安全にも目が行き届きます。料理中
は台所に子どもが入ってこないように、
網と結束バンドで柵を作りました。

Q 育休を取ることで、周囲の 変化を期待しましたか？

A 私が育休取得を相談する前
は、大分支店の男性の育休取
得者はゼロでした。私が支店第1号に
なることで、育休を取得できるという証
になればという思いがありました。

これから育休を取得する 男性社員に一言！

少しでも育休を取りたいと考えている
のなら、早めに上司に相談をしてほし
いです。みんなで助け合いましょう。



餃子作りの手
伝いをする長男

Profile

2021年4月に入社し、九州製鉄所大分地区の
高炉水砕設備の保守点検業務、オペレーターと
高温溶融物を取り扱う滓(のろ)監視業務を担当。
プライベートでは二児のパパ。

Message

人事担当役員が考える NEO働き方改革

当社は、大きく変化していく社会と働き方の多様化に対応し、社員一人ひとりが自分らしく活躍できる会社を目指しています。仕事とプライベートの両立を目指すための考え方を人事担当役員に聞きました。

Q 長く勤めるために、社員にON・OFFを充実させる心掛けについて、アドバイスをお願いします。

A 一日一日を積み重ね、気付けば30年超と長い間勤めることができていたというのが実感です。今日は何をするのか、仕事であれば「何をどこまでやるか」と、テーマやゴールを決め、1日24時間を有意義に過ごすことが大切だと感じます。極端に言えば、「今日の休みは徹底的に何もしない」と決めて、明日からの活力につながるなら、それはそれで有意義だと思います。

Q 育児・介護休業について、取得する社員にお願いしたいことは?

A 当社には「育児・介護休業等の取扱細則」という規定があります。休業(お休み)以外にも、時間外労働を制限することや時短勤務などの導入も可能で、個々のライフプランに合わせた制度活用もできるでしょう。部門の人事担当の方や上司に相談していただければと思います。

Q スムーズな職場復帰ため、育児・介護休業取得者の上司にお願いしたいことは?

A 細則には「円滑な職場復帰支援」という条文があり、復帰前には、上司による面談を行うことが取り決められています。上司が職場の近況を伝えたり、復帰に際して相談に乗ったりすることで復帰への不安を軽減する意図があります。職場の上司の皆さまには個々人に寄り添った対応をお願いします。



Q プライベートで、「心身の健康を保つための習慣」として、ご自身が取り組まれていることを教えてください。

A 数年前からゴルフを再開しました。ゴルフを始めたころのほろ苦い思い出があり、ずいぶん長い間、ゴルフから遠ざかっていたため、まだまだ発展途上です。今は、まずはメンバーと楽しむことを前提にプレーしています。きれいな青空と緑の芝や山々に囲まれ、メンバーと一喜一憂しながらプレーするのは、最高のリフレッシュになっています。



Q 「好きな言葉・大切な言葉」があれば、お願いします。

A 高杉晋作の「おもしろきこともなき世をおもしろく すみなすものは心なりけり」という言葉です。私は「自分の気持ちや考え次第で、人生は面白くも、つまらなくもなる」と解釈しています。これは今回の特集テーマにも通じる考え方で、仕事もプライベートもポジティブに考えると良い方向に行くかと信じています。

\\NEO働き方改革のすすめ\\

育児・介護休業法をもっと理解しましょう！

育児・介護休業法とは、少子高齢化をはじめ、共働き世帯が増えたにもかかわらず、女性の家事・育児の負担が大ききことを背景に、育児や介護と仕事を両立しやすい職場環境を整えるために定められた法律です。当社のさまざまな立場の皆さんが、法律や制度を理解して、職場で協力し合い、労働者にとって育児や介護をしながらでも働き続けられる環境づくりを目指していきましょう。

◆育児休業

- 原則、子が1歳に達するまでを限度として休業が可能。
- 休業を開始しようとする日の**1カ月前**までに**申請**を要する。

◆介護休業

- 原則、1人につき通算93日間の範囲内で休業が可能。
- 休業を開始しようとする日の**2週間前**までに**申請**を要する。

◆休業以外の取り扱い

- 時間外労働、深夜労働の制限(育児・介護共通)
- 時差出勤(介護)
- 短時間勤務…始業時間固定、就業時間繰り上げ(育児)
待遇…無給(雇用保険67～50%)、賞与・昇給:欠勤扱い



2022年10月1日施行の育児・介護休業法の法改正に伴い、当社の「**育児・介護休業等の取扱細則**」も見直しました。

施行日	施行項目	具体的な内容、注意点
2022年 4月から	1. 育休を取得しやすい雇用 環境整備 および妊娠・出産の申出をした労働者への周知・意向確認の措置(義務化)	①研修、相談窓口の設置など複数の選択肢を設け実施
	2. 有期雇用労働者 の育児・介護休業取得の条件緩和	※その事業主に引続き雇用された期間が1年未満である者という要件は撤廃となる。
今回、細則改定部分		
2022年 10月から	3. 男性の育休取得促進 のための子の出生直後の時期における柔軟な休業の枠組み『産後パパ育休』の創設 ※現行制度に加え新設	①休業の申出期限: 現行1カ月前を2週間前に ② 2回まで分割して取得可 ③労使協定し、会社・本人の個別合意で事前に調整した上で休業中の就業が可能
	4. 育休の 分割取得	①左記3とは別に2回まで分割取得が可能 ②1歳以降に育休を延長する場合、休業開始日を柔軟化 ③延長期間の途中で夫婦交代が可能
2023年 4月から	5. 育休の取得状況の 公表 (義務化)	※当社は対象(雇用労働者が千人超の事業主)

💡 育児・介護休業法が改正されました

2021年6月に法改正され、2022年10月1日から「育児休業(以下、育休)」が大きく変わりました。変更点は、従来の育児休業制度の改正もありますが、それに加えて「産後パパ育休」の取得が可能になったことです。「産後パパ育休」は、従来の育休とは別で、父親が赤ちゃんの誕生日から8週間以内に最長4週間の育休を取得できる制度*です。

※ただし、誕生日から起算して8週間を経過する日の翌日から6カ月を経過する日までに雇用契約が終了する場合は、取得の対象外となります。

■ 2022年10月 改正ポイント (当社の対応)

	育児休業制度		産後パパ育休 (2022.10月~)
	改正前	改正後(2022.10月~)	
対象期間取得可能日数	原則、子が1歳(最長2歳)まで	変更なし	子の出生後8週間以内に4週間まで取得可能
申出期限	原則1カ月前まで	変更なし	原則、休業の2週間前まで
分割取得	原則、分割不可	分割して2回取得可能 (取得の際にそれぞれ申出)	分割して2回取得可能 (初回にまとめて申出が必要)
休業中の就業	原則、就業不可	変更なし	— ※1
1歳以降の延長	育休開始日は1歳、1歳半時点に限定	育休開始日を柔軟化	—
1歳以降の再取得	再取得不可	特別な場合のみ可能	—

※1: 労使協定を締結している場合に限り、労働者が合意した範囲で就業可能ですが、当社は労働組合と協議し、休業中の就業は行わないこととしました。

● 育児休業

夫婦ともに分割して2回取得可能



● 産後パパ育休

分割して2回取得可能

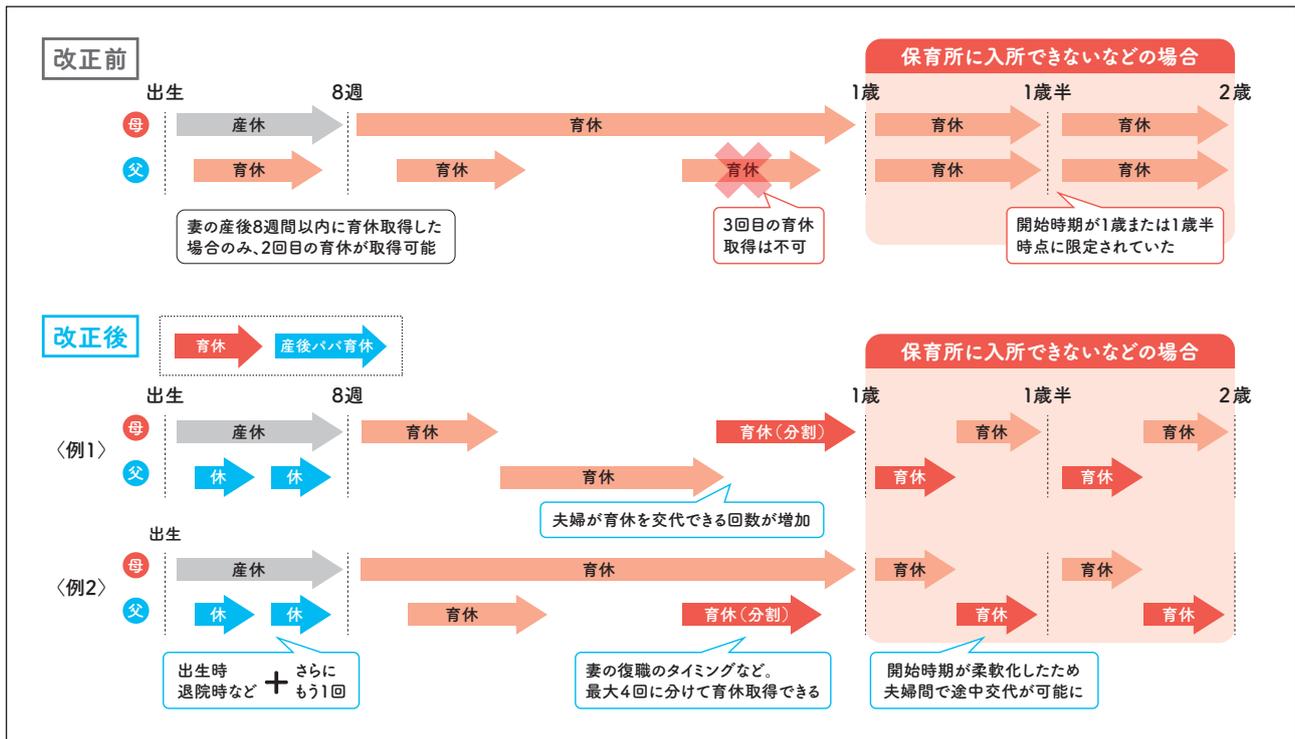
育児休業制度の改正で、柔軟に育児ができるようになるね。



産後パパ育休も上手に活用しよう!

父親は**合計4回の休業**を取得することが可能になり、夫婦間での育休の途中交代がしやすくなりました。

改正前は分割した育休取得はできませんでしたが、分割して2回まで取得が可能。また、産後パパ育休も2回まで分割して取得できます。分割取得や夫婦での交代取得により、男性がさらに育児に参加しやすい環境を整えることを目的としています。



出所: 厚生労働省「育児・介護休業法 令和3年(2021年)改正内容の解説」

▶ 詳細を知りたい方は、部門の人事担当者までご連絡ください!

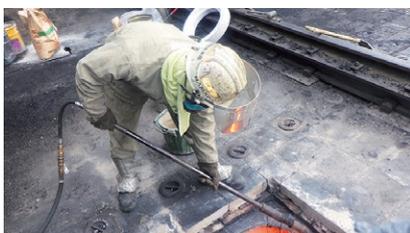
生き生き働いている若手社員のON/OFFを大解剖!
毎号、各部門の10代・20代の社員をクローズアップします。

休憩時間に

先輩の技を盗む

私は、コークス炉のメンテナンス作業を主に担当しています。経験を重ねることで感覚を掴むことができる仕事なので、配属当初は吹付時の水分調整など勤所にとても苦労しました。

メモを取ることも大切ですが、先輩の姿を目で見て覚えることを心掛けています。先輩が作業している姿を頭に浮かべながら作業することで、コツを掴めるようになりました。



休憩時間を利用して、先輩がどんなふう作業しているか、目で見て覚えるようにしていました

ON

先輩から学んだ
技能を後輩へ
「恩送り」



OFF

お気に入りの香水で
気分転換

プライベートで外出するときは、CHANELの「BLEU DE CHANEL」という香水を使っています。職場の同期がつけていた香りにすっかりハマリ、愛用し始めて5年経ちました。シトラスの爽やかさとウッディな香りが融合した、フレッシュでエネルギッシュな香りが特徴です。

基本、手首と首の2プッシュですが、3プッシュつけて気合を入れる日もあります。



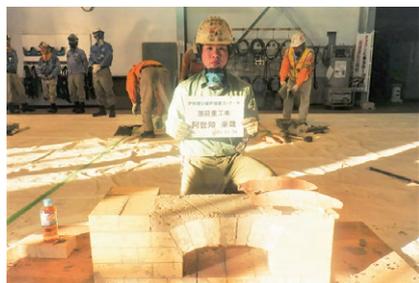
夢に向かって努力している学生時代の友人と再会すると、「自分も頑張ろう」と刺激を受けます

OFF

的確な指示や助言
ができる作業者を目指す

入社6年目になり、後輩を教育する機会が増えてきました。私自身、配属当初に作業する上で指示が理解できず困ったことが何度かあったので、後輩には同じ思いをさせないように「初心を忘れずに教えていきたい」と常に考えています。

私が教えた仕事を、後輩が正しく理解して、誰かに褒められている姿を見聞きすると、やりがいを感じるとともにうれしくなります。



2023年11月に炉材室グループ築炉技能コンクールに出場。2級築炉技能士合格に向けて頑張ります

ON

2019年4月入社。鹿児島県奄美大島出身。資格取得の目標を掲げ、仕事への向上心も高く、周囲から将来の活躍を期待されている。

運動 20%

学生時代は、特に空手に熱中していました

仲間 50%

学生時代の友人や職場の同期の存在は私の原動力です

元気の素

家族 30%

東京で働く母親と月に1回は食事へ

音楽を聴かない日は
ありません

私の朝は、音楽を聴くことから始まります。keshi、LANY、3House、Toosii、KID FRESINO、尾崎豊など、幅広いジャンルのアーティストの曲をシャッフルで流しています。アップテンポの曲やメロウな雰囲気の音楽、深い歌詞に心を揺さぶられています。

昨年、武道館で行われたKANDYTOWNの解散ライブに行きましたが、最高の思い出となりました。



Beatsのヘッドフォンを愛用中

私も応援!



他者思いの精神を持つ貴重な人材

小学生になる前からの付き合いですが、当時から協調性があり、後輩に対しての面倒見も良く感心しています。自分が輝くことより、周囲のアシストを積極的に行い、周囲を輝かせられる貴重な人材です。入社6年目になり、次のステップを目指すとともに職場と一緒に盛り上げていきましょう。

◆次号は大分支店のKirari輝く人をご紹介します。