

2026年
6月号

発行日 令和8年6月15日(第217号)
(月1回/毎月15日発行)
発行元 オフィスタ広報・宣伝部
東京都新宿区西新宿5-8-1 第一ともビル

特集：『もっと働きたいか？働きたくないか？』
/オフィスタ人事管理部

オフィスタNEWS 第217号発行にあたって

六月に入り少しずつ雨の日が増え、梅雨の季節がやってきました。じめじめとした空気や気温差で体がだるく感じたり、気分がすっきりしない日もありますよね。天候が替わりやすい時期だからこそ無理をせず過ごしていきたいですね。

また、6月はアジサイが美しく咲く時期でもあります。雨の日でも道端に咲く色とりどりの紫陽花をみると、少し気持ちが明るくなりますよね。私はアジサイの咲いているスポットに行く予定です。色々な種類のアジサイを見るのがとても楽しみです。お気に入りの傘やレイングッズを取り入れて梅雨ならではの季節を楽しむのいいと思います。



オフィスタのホームページをご覧になったことがありますでしょうか？オフィスタではWEB上でも色々なお仕事、メルマガバックナンバー、Q&A など有益なコンテンツを揃えております。

アドレスは下記↓

<https://www.offista.com>

オフィスタ6月のスケジュール



- 6/10 新曲発表
- 6/16 ブログ更新
- 6/22 ノー残業週間
- 6/30 取締役役員総会

“はたらかたいという気持ちを大切に”

“育児も家庭もお仕事も大切に”

オフィスタは仕事と家庭の両立を目指してはたらく女性/ママさんを応援するママさんハケンの会社です。今回のオフィスタNEWSもお気軽に読んでいただければと思います。



お問合せ先 : Mail. info@offista.com
TEL.0120-178-172 (フリーダイヤル)
FAX.03-3379-5596

編集 オフィスタ広報・宣伝部 メルマガ担当係
発行 日本プランニング株式会社 <https://www.offista.com>
はたらく女性を応援します/育児とお仕事 人材派遣のオフィスタ
※オフィスタNEWSバックナンバーもホームページから閲覧できます。



@offista_twt



@offistaCH



@offista



@offista_inst



@offista_tikt

☆☆もっと働きたいか？働きたくないか？☆☆

/オフィスタ人事管理部

世の中、どこもかしこも物価高や人手不足で労働者も企業も苦しんでいます。ハローワークの有効求人倍率はもはや 1.1 倍まで冷え込み、求職者に仕事があてがわれる目途も余裕もなくなってきました。そんな中で幸いにも就業中の労働者は今よりもっと働きたいと思っているのでしょうか。それとも減らしたいと思っているのでしょうか。今回は労働時間の将来について考えてみました。

働き方改革関連法の施行から 5 年以上が経ち政府が「働き方」の見直しを議論するなかで厚生労働省から「労働者が希望する労働時間の実態調査」の結果が公表されました。

◆労働時間についての調査結果

「このままで良い」・・・59.5%
「減らしたい」・・・30.0%
「増やしたい」・・・10.5%

「増やしたい」と答えた人のうち、現在の時間外労働の上限規制（月 80 時間）を超えてまで働きたいと考える人は約 0.5%とごく少数にとどまりました。「増やしたい」人の多くは、現在の上限 80 時間の範囲内で労働時間を増やしたいと考えている人や、扶養控除などを意識して年末などに働きたいけれど無理やり調整をしなければならぬパート主婦などが占めていました。

「増やしたい」理由として最も多かったのは「たくさん稼ぎたいから」が 4 割以上を占めました。次いで「自分のペースで仕事をしたいから」、「残業代がないと家計が厳しいから」と続きました。

◆企業への労働時間調査 327 社のうち、

「現状のままがいい」・・・201 社
「減らしたい」・・・73 社
「増やしたい」・・・53 社

「増やしたい」と回答した企業は運輸業が多く、運輸業界では労働時間が減ることで「稼げない」ジレンマがあ

るからだといわれています。時間外労働の規制が強化されたためドライバーは月給が平均 3~4 万円ほど減ったといわれています。運輸業では、労働時間が減ってしまうと給料も減ってしまうから、もっと稼げる他業種に人材が流出してしまう危惧が背景にありそうです。2 年間で 50 人から 30 人にドライバーが減少した会社もあるといえます。一方で「十分な給料がもらえるなら、これ以上働きたいとは思わない」という声も多く、労働時間を増やすのではなく、配送料を上げるなどの工夫で給料を維持できないかという意見もあります。日本郵政が郵便料金を 27 年度にも再度値上げする見込みの背景はこの辺にありそうです。経済の仕組みから言って、巡り巡って全ての消費者に転嫁されるのは運輸業だけに限ったことではありません。労働時間を減らして、給料は据え置きなどと言うことはこの不景気の世の中でどう考えてもあり得ない話で、そんなことをすれば経済の原理から考えて結局その負担は消費者に降りかかってくるのです。

こうした中、生産性を高めるための政策を充実すべきとの声や、ワークライフバランスを守った働き方を進めていくべきとの意見もあります。厚労省は、多くの労働者や企業が「もっと働きたい」と回答しなかった今回の結果を踏まえ、残業の上限規制そのものを検討するのではなく、所定労働時間を増やしてはどうかという方向も示しています。要するに残業の議論はやめて、1 日の所定労働時間 8 時間をもっと増やしたらどうかということです。高市首相が国会で言及した「裁量労働制」の導入提案は記憶に新しいところでしょう。



これは、IT 業界や弁護士など一部の労働者にだけ認められている裁量労働制を他業種にも対象拡大しようという試みです。みなし残業制度とは、残業時間に関わらず残業代が一律支給される制度です。裁量労働制度とは、

所定勤務時間に関わらず月給が一律支給される制度です。労働者が仕事の進め方などを主体的に決められるというメリットがある一方で、労働者に裁量権が与えられない業務の場合、「定額働かせ放題」などと揶揄され、長時間労働につながるといった批判もあります。

先にも書いたように、労働時間を減らして給料は据え置きなどということはありえない話ですが、**労働時間を増やして給料は据え置き**にすることはこの制度を使えば理論上可能なわけです。

また、日本成長戦略本部（本部長：岸田文雄）は、労働基準監督署が「時間外労働を月 45 時間以内に減らす指導をしていることは見直すべき」という提言を高市首相に行いました。月 45 時間というのは、第二次安倍内閣時代の 2019 年にアベノミクスとして施行した「働き方改革関連法」で定められた時間外労働時間の上限です。労働基準監督署が労働法を守るよう企業を指導していましたが、それを見直せという提言がなされたのはなぜでしょう？



現在注目されている日本成長戦略会議は日本を強くできるか

日本成長戦略本部は高市政権が掲げる「強い経済」を実現するために発足された機関で、重点施策の一つが労働市場改革です。目的は人手不足対策でありその解消策は、働く人数を増やすか、若しくは働く時間を増やすかのいずれかしかないと考えられています。しかし、人口減少が著しいなか人数を増やすのは難しい。外国人労働者の大幅流入をすれば国民の反発も強い。そこで、**一人当たりが働く時間を増やそう**という発想になったと考えられます。

理由は「もっと働きたい人のために」とされていますが、先の調査からも分かるように「もっと働きたい」と希望する層は約 1 割です。たった 1 割を重く見て「こ

のままで良い」約 59.5%+「減らしたい」約 30%の声に耳を傾けないのは不自然な気がします。

「もっと働きたい」と回答した理由は「たくさん稼ぎたいから」が約 41.6%で最多です。さらに「もっと働きたい」人の過半数は週労働時間が 35 時間以下の人です。この結果を見れば、週 2~3 日勤務であったり、時短勤務であったり、ご主人の扶養内で働きたい方ということになります。

幸いなことに従来 103 万円までしか稼げなかった扶養上限は法改正で**オフィスタの場合 123 万円**（他社の場合 106 万円迄と思われます）まで引き上げられましたので、もっと働きたいという主婦・ママさんは朗報だと思います。また、扶養内で働くならば裁量労働制は適用されませんから「定額働かせ放題」なんていう事態になることもありません。

オフィスタのコンセプトは働きたいけれど働けない育児中のママさんを支援するというところに重きが置かれていますので、扶養内でもっと働きたい方はお気軽にお申し付けください。今のままで良いという方は、扶養内でワークライフバランスを保ちつつ働くのがよいと思います。もっと減らしたいという方は、オフィスタなら週 1 日から 1 日 2~3 時間から働けるお仕事までありますのでご相談ください。

日本経済成長のために労働者の環境がこの先、色々目まぐるしく変わるかもしれません。働けど働けど税金と社会保険料で手取りが増えないかもしれません。厳しい時代なのはみなさん同じですので、前向きに働き方を検討する機会となればいいですね。今のところ、収入緩和されたり各種納税免除で優遇されている労働者は「扶養内で働く」主婦・ママさん層であることは間違いなさそうです。ズルイといわれるのも分かる気がします。

妻の年収	妻 (扶養される方)				夫 (扶養する方)
	住民税	所得税	社会保険 (厚生年金・健康保険料)	所得税	
100万円未満	支払わない	支払わない	支払わない	控除適用	
100~103万円以下	支払う	支払わない	支払わない	控除適用	

103 万円までしか稼げなかったのが R8 年は~123 万円に改正
(注) 住民税は 110 万円に改正 (各市町村により異なる)

出典：2026.3.5 付「日テレ NEWS」／2026.4.16 付「エキスパートピ」／厚労省 HP

☆☆オフィスタ・ブログ1000話に到達☆☆

/オフィスタ広報・宣伝部

オフィスタのアメーバブログは、一番最初に始めたSNSです。創業してすぐに始めたメルマガの一話完結版みたいな感じでスタートしたものです。ウィークリーなので1週間に1本投稿、月間4~5本ペースで20年間ずっと投稿中ですので是非ご覧ください。



この度、オフィスタ・ブログが第1000話に到達しましたのでお知らせです。キリがいいのでこの辺で幕引きしてもよいかとも思っていますが、メルマガでもブログでもオフィスタ職員は凝り症なので一度始めるととにかく継続が長い(しつこい?)傾向があるため新たにSNSなどスタートするのは躊躇しています。

(1) オフィスタ・ブログ⇒ <https://ameblo.jp/offista/>

(2) まとめ読み

<https://www.offista.com/coffee/blog/blog.html>

☆☆お目当ての傘☆☆

/オフィスタ総務部

6月のファッションアイテムといったら傘ですよね。服や靴よりも注目してしまいます。男性は機能性重視でビニール傘でも良いかもしれませんが、女性はそうもいきませんよね。特に営業など外回りやお客さんを訪問することが多い方は気を抜けません。ちなみに私が今欲しい傘はこんな感じです。お気に入りの傘は置き忘れてしまわないように注意しなければ…ですね。



☆☆休暇代行サービスが始まりました☆☆

/オフィスタ業務管理部

オフィスタが事務局を預かる日本雇用環境整備機構の退職代行サービス『ムリカヤレルカ』に休暇代行サービスも始まりました。病気等で会社を長期的に休みたいが言い出せない、そんな時にご利用ください。有給休暇を取得したいが言い出せないなんていうときにもどうぞ。



『ムリカヤレルカ』

退職代行：5千円

引留代行：成功報酬

休暇代行：5万円

運営主体：

日本雇用環境整備機構

事業目的：

退職を迷っている者の一次的な判断を下すためのツールです。

https://www.jee.or.jp/network/images/1415_tokuten.pdf

運営させて頂いておきながらこんなことを言うのも何ですが、オフィスタとして本音を言わせてもらえれば複雑です。退職くらい他人に甘えず自身の口で申し出ることをお奨めします。また、休暇代行はいずれ復帰するわけですから、その時に気まずくなることは必至です。ご利用は計画的に…といったところでしょうか。

☆☆コレワーカー雇用の初歩の初歩編☆☆

/協力：法務省、制作：日本雇用環境整備機構

建設業・運輸業・飲食業などを希望する人材はここに埋もれています。コレワーカーを雇用できるかどうか検討する為の研修ビデオで、法務省担当官が解説！



▼どなたでも無料でご視聴いただけます

<https://www.jee.or.jp/workshop/core.html>

☆☆お仕事 Q&A コーナー☆☆

/解説：オフィスタ顧問社会保険労務士

Q. 私はハケンではたらいています。週 3 日の扶養内勤務で月・水・金が出勤日です。この場合、火・木に有休を充てることはできますか。それを毎週 4 週続けたらフルタイム勤務と同じになりますか。その場合、社会保険の加入など扶養内を外れてしまうことはありますか。



週 3 日勤務+有休 2 日を毎週続けたらフルタイムに変わる?

A. 有給休暇は就業する日にしか行使できません。従って火・木は就業日ではありませんので有給休暇を行使することはできません（労基法第 39 条）。

したがって、契約が週 3 日であるならば有給休暇を使ってフルタイム同等にすることは原理上できません。よって、社会保険加入の問題もありえません。

(回答：大滝岳光)

…<そのほかの気になるお仕事疑問募集中>……

お仕事に関する疑問なんでもどしどしお寄せ下さい。
オフィスタの顧問社労士をつとめる大滝岳光先生
(日本人材派遣協会アドバイザー/特定社会保険労務士) がお答えしてくれます。

▼あなたのお悩みも受け付け中。仕事や職場に関する疑問をお寄せください！



過去に取り上げた質疑応答 200問を一挙まとめた総集編

定価 ¥19,800円
⇒現在ネットで**無料配布中**

出版：オフィスタ広報・宣伝部

▼『ハケン質疑応答Q&A集実践200問』（無料配布中）
<https://www.offista.com/coffee/qa/qa100.pdf>

☆☆オフィスタ制作のレコード情報☆☆

/オフィスタ・メディア事業部

オフィスタ・メディア事業部で制作しているレコードのお知らせです。作詞、作曲、編集、MVまで全てオフィスタの登録スタッフ、登録タレントといった関係者で制作しております。



第一弾シングル『Over The Scine』／櫻井エリカ



第二弾シングル『わたし色の傘』／藤井真希 with 清水悠士

作詞家・作曲家・歌手の募集はオフィスタのお仕事メール便で随時募集いたします。経験を問わず興味がある方はエントリーお待ちしております。

成果物は STORES にて好評販売中です。

<https://star-pro.stores.jp/items/69e1f228e88e811661e530c4>

派遣クイズ

会社内のコミュニケーションは大変です。法律検索する前に次のうち**常識的に宜しくない**のはどれでしょう。

- ①上司に飲みに行かないか誘われたが無視した
- ②会社の忘年会や歓迎会には絶対に出ない
- ③煙草を吸っている上司に止めるよう指導した
- ④上司のハラスメントを注意した



(答えは最終ページ)

☆☆パソコンお助けコーナー☆☆

/オフィス広報・宣伝部

☆☆読者投稿コーナー☆☆

/題目：『高時給＝お得とは限らない』

連載その31：『XLOOKUP 関数とはとっても便利♪』

	A	B	C	D	E
1					
2		検索する商品名→	バナナ		
3		抽出結果(価格)→	250		
4					
5		商品番号	商品名	価格	在庫
6		果物01	りんご	¥ 200	24個
7		果物02	バナナ	¥ 250	15個
8		果物03	いちご	¥ 500	21個
9		果物04	メロン	¥ 1,600	8個

商品名「バナナ」と入力すると、自動で「価格」が表示されます👉 下の表から拾い出してくる関数です。

検索する商品名→	バナナ			
	商品番号	商品名	価格	在庫
抽出結果(全て)→	果物02	バナナ	250	15

他にも、在庫や商品番号を一気に表示したりと、色々な検索抽出が出来るんです。😄 このとっても便利な機能、Excel 2019 以降のバージョンで使用できます。

・今回のXLOOKUPの練習と解説

C3セルに

`=XLOOKUP(C2, C6:C9, D6:D9)` と入力します。

C2に入力された商品名バナナを元に

C6:C9の範囲からバナナを検索、

D6:D9の範囲から得られた価格を反映しています。

	A	B	C	D	E
1					
2		検索する商品名→	バナナ		
3		抽出結果(価格)→	250		
4					
5		商品番号	商品名	価格	在庫
6		果物01	りんご	¥ 200	24個
7		果物02	バナナ	250	15個
8		果物03	いちご	¥ 500	21個
9		果物04	メロン	¥ 1,600	8個

『扶養内で働こうと考えたとき「できるだけ時給が高い仕事を選びたい」と思ってしまうのは自然なことです。短い時間で効率よく稼げるように感じますし、家事や育児との両立を考えれば尚更です。私自身も、最初は「どうせなら時給が高い仕事を得」と考えていました。

ただ、実際に働いてみて感じたのは、扶養内での働き方においては「時給の高さ＝お得」とは言い切れないという現実でした。年収には上限があり、その枠を超えないように調整しながら働く必要があるからです。

少し時給の高い仕事で働き始めたときに気付いたのが、「思ったより調整が難しい」という点でした。時給が高い分、週に何回かシフトに入るだけですぐに収入が増えてしまい「今月はもうあまり入れないな」とセーブする事態に。働けるのに働けない、というもどかしさを感じることもありましたが、収入のペースを自分で細かく把握しながら働くのも、意外と負担でした。

一方で、時給が少し低めでも安定してシフトに入れる仕事に変えたところ、気持ちがぐっと楽になりました。毎月ほぼ同じペースで働けるので収入の見通しが立てやすく、学校行事や子どもの急な体調不良にも、「また来週で調整しよう」と余裕を持って対応できるようになりました。

扶養内で働く場合は、単純な時給の高さだけでなく、「無理なく続けられるか」「収入を安定してコントロールできるか」といった視点も大切だと感じています。通勤時間やシフトの柔軟さ、職場の理解なども含めて考えることで結果的に長く続けやすい働き方につながると思っています。

最近は最低賃金の上昇もあり、仕事選びの基準も変わりつつありますが、オフィスタでは扶養内で無理なく働ける仕事を紹介してもらえるので、安心して相談できるのは魅力です。扶養内にこだわりたい方に一番大事なのは何か？高賃金には何かそれなりに理由があることが多いですし、「育児との両立に大事なのは、お金で買えないプライスレスなお仕事」という言葉を聞いてなるほどなと感じたものです。自分の置かれてる状況に合わせて時給も選べばいいと思います。』（投稿：匿名希望）

☆☆お仕事情報コーナー☆☆

MV撮影における映像監督

オフィスタ・メディア事業部で制作しているミュージックビデオの映像監督を募集しています。曲のイメージに合わせてタレントに指導して演出していただきます。

形態：フリーランス
仕事：演出・映像監督
構成・MV作成
期間：1作品1日間で収録
(編集作業は不要)
場所：都内の希望場所
報酬：1作品1万円～
経験：一切問わない



資格：こういう映像が撮りたいので、こういう風にして欲しいとタレントに指示出しできる方。作品構成は**監督のセンス**にお任せします

応募方法：お名前と連絡先を明記のうえメール
info@offista.com

エントリーはメールまたはお電話にて受付けております。
(その他のお仕事についてはオフィスタ公式ホームページをご覧ください)

いいお仕事との出会いは一瞬です。

“明日からではなく”

<https://www.offista.com>

☆☆編集後記☆☆

〇おわりに

梅雨の季節になり傘を使う場面が増えてきましたね。みなさんは傘を盗まれたことはありますか？私はお気に入りの傘を盗まれたことがあります。大学内だったのでうっかり油断していました。これを機にラルフローレンの傘を買おうと思うのですが、盗まれたり失くしてしまうのが不安でなかなか決心が付きません。皆さんは盗まれないように何か対策はしていますか？例えば、シールを貼るのが有効的だそうです。実在しない内務省警備保安課など架空のシールを印刷して貼って警察官の持ち物と思わせるのが良いそうですよ。しかし、そんなのを貼ってしまったら学内を歩くのが気まずそうです。

MiYu記

オフィスタ NEWS 第 217 号作成委員

編集長	Roco	オフィスタ広報・宣伝部
編集	Reiko	オフィスタ総合管理室
監修	makoto	オフィスタ業務管理部
執筆	Mim	オフィスタ人事管理部
	Hayaty	オフィスタ広報・宣伝部
	MiYu	オフィスタ学生アルバイト
協力	大滝人事労務研究所 一般社団法人日本雇用環境整備機構	
出典	2026.3.5 付「日テレ NEWS」/ 2026.4.16 付「エキスパートトピ」/厚労省 HP	

…<メルマガ オフィスタ NEWS について>……

★お問い合わせ先

●配信停止

<https://www.offista.com/mailout.html>

●本誌定期愛読を希望（無料）

<https://www.offista.com/mailin.html>

●メールアドレス変更

<https://www.offista.com/mailchange.html>

●プライバシーポリシー

<https://www.offista.com/privacy.html>

●バックナンバーは下記からダウンロードできます

<https://www.offista.com/melmaga.html>

派遣クイズの答え：①②③が常識的に宜しくない

大前提として法律と現実は違うということです。法律一辺倒では人間関係というのはカドが立つものです。そこで問われるのが常識力です。いわゆる要領が良い人です。①上司に誘われたら無視せず丁寧に断りしてみてもどうでしょう。②会社の忘年会や歓迎会に絶対に出ない方は信用を得られることはないでしょう、世の中とはそういうものです。③上司に煙草を止めるよう指導する権限がある立場なら別ですが、お願い程度に留めてみたらどうでしょう。④ハラスメントは犯罪ですから見て見ぬよりはよいでしょうが、くれぐれも注意の仕方や言い方には気を付けて慎重に。

MEMO :

このメールはオフィスタメルマガ希望者及びオフィスタ関係者へお送りしております。この内容に覚えがない場合や、システムに関するお問い合わせは下記まで。

お問い合わせフリーダイヤル/0120-178-172

- 6 -

お問い合わせ受付時間/10:00~17:00(土・日曜日、祝日を除く)

本誌の一部または全部を無断で引用、転載、放送することは、法律で定められた場合を除き、著作権者の権利の侵害となります。あらかじめ許諾をお求めくださいますようお願いいたします。



オフィスタは次世代育成支援対策推進法第13条に基づく厚生労働大臣認定企業です。

—オフィスタは日本プランニング株式会社の登録商標です。—