

労政

まつもと

令和7年10月1日発行
第163号

発行 松本市
編集 産業振興部商工課
電話 0263-35-6294
E-mail rousei-news@city.matsumoto.lg.jp

令和7年度 技能奉仕活動を実施しました



老朽化が進んだ南部公園の藤棚（修繕前の状態）

令和7年7月23日(水)・24日(木)、松本市ものづくり人材育成連絡会の主催により、長野県松本技術専門校の訓練生たちによる令和7年度「技能奉仕活動」が行われました。

実施場所は南部公園（松本市平田東1丁目936番3）の木製藤棚がある区画です。この公園は、近くを走る電車を一望できる砂場や遊具があり、多くの親子連れで賑わう人気のスポットとなっています。

藤棚の老朽化や腐食が進んでいたため、利用者の安全確保と景観維持を目的に、松本技術専門校の訓練生たちが修繕作業を実施しました。



チームワークを活かし、古い棚材を撤去する訓練生たち



指導員から技術的なポイントを学ぶ訓練生

松本市ものづくり人材育成連絡会は、平成24年10月に松本市を主会場として開催された「技能五輪全国大会」を契機に発足した、学校、経済団体、行政などが連携する組織です。

この連絡会は、構成団体が協力しながら、地域産業を支える若年層の育成、地元就職の促進、そして産業に必要な人材の確保に向けて、総合的な支援を行っています。

また、産学官が一体となって取り組む「技能奉仕活動」は、若手技能者の育成と地域貢献を両立させる重要な活動として、平成28年から継続的に実施されています。



市民の憩いの場として生まれ変わった藤棚（修繕後）

長野労働局からのお知らせ

10月は「年次有給休暇取得促進期間」です！

**もっと自分らしく
働き方
休み方**
Refresh!

年次有給休暇を
上手に活用し
働き方・休み方
を見直しましょう

10月は「年次有給休暇
取得促進期間」です。

計画的な
取得で
実りある
休暇を！

年次有給休暇とは？

年次有給休暇は、法律で定められた労働者に与えられた権利です。

正社員、パートタイム労働者などの区分に関係なく、以下の要件を満たしている全ての労働者に、年次有給休暇は付与されます。

労働基準法が改正され、平成31年4月より、使用者は、法定の年次有給休暇日数が10日以上全ての労働者に対し、毎年5日間、年次有給休暇を確実に取得させることが必要となりました。

【年次有給休暇の取得要件】

労働基準法において、

1. 労働者は半年間継続して雇われている
2. 全労働日の8割以上を出勤している

この2点を満たしていれば年次有給休暇を取得することができます。

事業者の皆様へ

年次有給休暇を取得しやすい環境づくりに取り組みましょう。

計画的な業務運営や休暇の分散化にも役立つ年次有給休暇の計画的付与制度(※1)や、労働者の様々な事情に応じた柔軟な働き方・休み方に役立つ時間単位の年次有給休暇(※2)を活用して、働き方・休み方を見直しましょう。

長野働き方改革推進支援センター(<tel:0120-088-703>)では、各種休暇制度の導入や就業規則の見直し、助成金の活用等について、無料で支援しています。

【年次有給休暇取得促進特設サイト】

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/kyuuka-sokushin>

(※1)年次有給休暇の付与日数のうち、5日を除いた残りの日数については、労使協定を締結すれば、計画的に取得日を割り振ることができる制度です。

(※2)年次有給休暇の付与は原則1日単位ですが、労使協定を締結すれば年5日の範囲内で時間単位の取得が可能となります。

お問い合わせ先：長野労働局雇用環境・均等室(<tel:026-223-0551>)

令和7年度「全国労働衛生週間」を10月に実施

令和7年10月1日(水)～7日(火)

※準備期間：令和7年9月1日(月)～30日(火)

全国労働衛生週間は、労働者の健康管理や職場環境の改善など、労働衛生に関する国民の意識を高め、職場での自主的な活動を促して労働者の健康を確保することなどを目的としています。

期間中は、各職場で職場巡視やスローガン掲示、労働衛生に関する講習会・見学会の開催など、さまざまな取り組みを展開します。

～今年のスローガン～

「ワーク・ライフ・バランスに意識を向けて ストレスチェックで健康職場」

改正労働安全衛生法を受けた新たな取り組み

令和7年5月に改正労働安全衛生法が成立し、これまで努力義務だったストレスチェックが、労働者数50人未満の事業場でも義務化されます。

ストレスチェックは、心の不調を早めに気づくきっかけになります。職場の環境改善にもつながるため、積極的に活用しましょう。

また、高年齢労働者の健康管理や、過労死の防止、病気と仕事の両立支援、化学物質による健康リスクの対策なども引き続き重要です。

今年のスローガンには、「ワーク・ライフ・バランス」と「ストレスチェックの活用」を通じて、誰もが健康に働ける職場を目指す思いが込められています。

「安全」はみんなで作るもの。

一人ひとりが心と体の健康を大切にし、
安全で働きやすい職場づくりを進めましょう。

長野県最低賃金の改定について

長野県最低賃金が10月3日から時間額1,061円に改正されます。

長野県最低賃金

時間額

1,061 円

(改正前 時間額998円)

効力発生日 令和7年10月3日

☆業種・年齢・雇用形態(正社員、パート等)
に関わらず、長野県内で働くすべての人に
適用される1時間当たりの賃金の最低額です。



長野県労働基準局「アクト」全国労働基準局

長野労働局 <https://jsite.mhlw.go.jp/nagano-roudoukyoku/>

長野県最低賃金のお知らせ

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和7年10月3日から時間額1,061円に改正されます。この機会にご確認ください。

また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご活用ください。

【お問い合わせ先】

「最低賃金」については、長野労働局労働基準部賃金室 (☎026-223-0555)

または最寄りの労働基準監督署へ

【助成金に関するお問い合わせ先】

業務改善助成金 長野労働局雇用環境・均等室 (☎026-223-0560)

キャリアアップ助成金 長野労働局 職業対策課 (☎026-226-0866)



商工課からの
お知らせ

10月は「中退共」加入促進強化月間です！
松本市の助成金制度でさらにお得に！電子申請で簡単手続き

中小企業退職金共済制度（中退共）をご存知ですか？

中退共は、中小企業で働く従業員の退職金を国がサポートする制度です。

中退共の主なメリット

- ✓ 国の制度なので安全・確実
- ✓ 掛金は全額非課税
- ✓ 従業員の福利厚生向上で人材確保にも効果的
- ✓ 退職金制度を手軽に導入できる



中退共の加入条件

対象企業：従業員300人以下または資本金3億円以下の中小企業・個人事業主

対象従業員：常用従業員（パートタイム従業員も加入可能）

掛金：月額5,000円～30,000円の範囲で従業員ごとに設定

松本市は中退共加入事業者を応援します！

松本市は、中小企業の従業員の福祉の向上と雇用の安定を図るため、中小企業者が負担する退職金共済掛金の一部を補助します。

申請方法：Logoフォームで電子申請が可能になりました！

対象事業所に送付される通知文のURL・二次元コードからアクセスして申請できます。

電子申請のメリット

📱 24時間いつでも
申請可能

🏢 市役所に来庁不要

📄 申請書類の
郵送不要

お問い合わせ・ご相談はこちら

○中退共制度について

中小企業退職金共済事業本部

電話：03-6907-1234

ホームページ：<https://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

○助成金について

松本市産業振興部商工課労働・雇用担当

〒390-0811 松本市中央4丁目7-26 勤労者福祉センター 1 階

電話：0263-35-6294 FAX：0263-35-6295

受付時間：平日8:30～17:15

ホームページ：<https://www.city.matsumoto.nagano.jp/site/benricho/3008.html>

第63回技能五輪全国大会 & 第45回全国アビリンピックが開催されます！

大会概要

技能五輪全国大会は、原則23歳以下の若手技能者が日本一を競う国内最大の技能競技大会です。次世代を担う青年技能者に高い目標を与え、技能の重要性と素晴らしさを広くアピールします。

全国障害者技能競技大会（アビリンピック）は、障がいのある方々の職業能力向上を図るとともに、企業や社会一般の人々に障がいのある方々に対する理解を深めてもらい、その雇用の促進を図ることを目的とした競技大会です。

開催情報

第63回技能五輪全国大会

会場：愛知県国際展示場他

日程：2025年10月17日(金)～20日(月)

競技職種数：42職種

第45回全国障害者技能競技大会

会場：愛知県国際展示場

日程：2025年10月17日(金)～19日(金)

競技種目数：25種目

技能五輪全国大会競技職種（全42職種）



【製造・加工技術系】

機械組立て／旋盤／フライス盤／電子機器組立て／精密機器組立て／メカトロニクス／機械製図／試作モデル製作／プラスチック成型／時計修理



【建設・設備系】

タイル張り／配管／電気工／工場電気設備／左官／建具／建築大工／造園／とび



【自動車・金属加工系】

構造物鉄工／電気溶接／自動車板金／曲げ板金／自動車工／車体塗装／冷凍空調技術



【デザイン・サービス系】

家具／貴金属装身具／フラワー装飾／美容／理容／洋裁／和裁



【飲食・サービス系】

洋菓子製造／西洋料理／日本料理／レストランサービス／介護



【IT・デジタル系】

ITネットワークシステム管理／情報ネットワーク施工／ウェブデザイン／自律移動ロボット

全国アビリンピック競技種目（全25種目）



【IT・デジタル関連】

ワード・プロセッサ／データベース／ホームページ／コンピュータプログラミング／表計算／パソコン組立／パソコン操作／パソコンデータ入力／機械CAD／建築CAD／DTP



【ものづくり・製造関連】

洋裁／縫製／家具／木工電子機器組立／製品パッキング／義肢／歯科技工



【サービス関連】

喫茶サービス／オフィスアシスタント／ビルクリーニング



【美容・クリエイティブ関連】

フラワーアレンジメント／ネイル施術／写真撮影

大会出場選手への助成制度について

松本市では、中小企業等から技能五輪全国大会・全国障害者技能競技大会へ選手が出場した場合、その育成に要した経費の一部を助成する制度を設けています。

詳細につきましては、下記のページをご確認ください。

【松本市ホームページ】

「技能五輪全国大会・全国障害者技能競技大会出場選手への助成制度があります」

<https://www.city.matsumoto.nagano.jp/soshiki/75/79400.html>

松本市消費生活センター
からのお知らせ

知っておきたい『デジタル終活』

もしものとき、家族が困らないために。

パソコンやスマートフォンを介したデジタルサービスは、私たちの日常生活を便利にしました。デジタルで管理される思い出や資産もたくさんあります。

しかし、「もしも」の時には、トラブルの原因にもなりかねません。いざという時に自分以外の人に気づいてもらい、対応してもらえるよう日頃から整理しておくことが大切です。

身近なデジタル資産の一例

- ① SNSのアカウント (Facebook、X、Instagram、Line等)
- ② メールアカウント
- ③ クラウドストレージ (GoogleDrive、iCloud等)
- ④ 写真や動画
- ⑤ オンラインショッピングのアカウント
- ⑥ サブスクリプションサービスの契約
- ⑦ ネット銀行やネット証券の口座
- ⑧ 電子マネー、暗号資産、各種ポイント



トラブル事例

- ① 故人のスマートフォンが開けず、ネット銀行の手続きができない
- ② サブスクリプション契約のIDとパスワードが分からず解約できない
- ③ コード決済サービス事業者への相続手続きが長期に及んでいる



今から考えよう『デジタル終活』

デジタル資産のリスト作成

※市販のエンディングノートの利用でも簡単にできます

スマホやPC、契約中のサービスの ID・パスワードを整理

※マスキングするなど安全に保管を！

死後のデータやアカウントの扱いに 関する規約等を事前に確認

スマホやPCのアカウントに アクセスできる人を指名しておく

おかしいな、困ったなと思ったら、ひとりで悩まず相談してください

【暮らしの相談窓口】

消費者ホットライン (局番なし) 188
松本市消費生活センター (松本市役所内) 0263-36-8832

【お問い合わせ】 市民相談課 TEL: 0263-33-0001

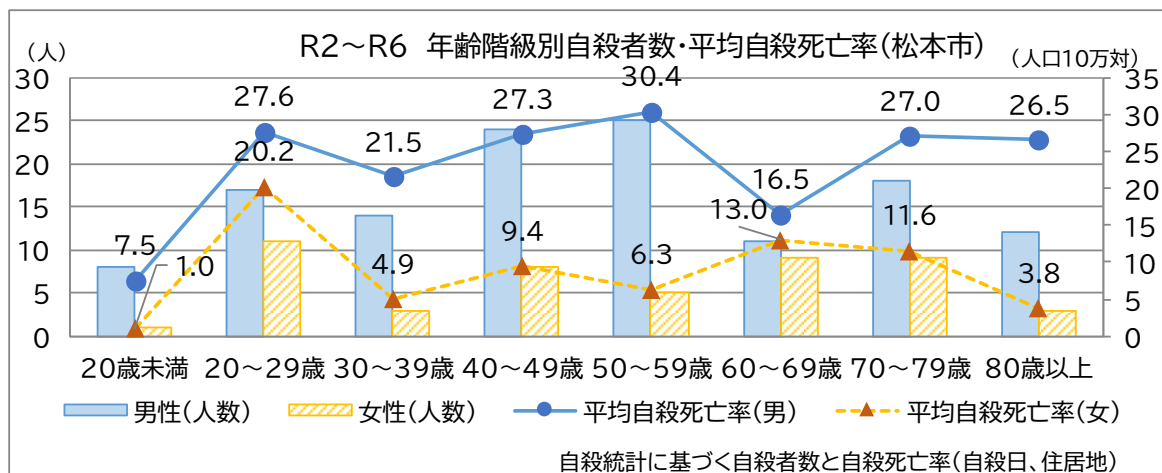
健康づくり課
からのお知らせ

知らせてほしい、こころのSOS

—誰も自殺に追い込まれることのない松本を目指して—

問い合わせ 松本市保健所健康づくり課(☎34-3217 FAX39-2523)

松本市では、毎年30～40人前後の尊い命が自殺により失われ、特に40代から50代の男性の自殺者が多い状況です。また、長野県では、20歳未満の自殺死亡率が全国でも高く、大変深刻な状況です。自殺は、さまざまな悩みを抱え、心理的に追い込まれた結果と考えられています。



大切ないのちを守るために、周囲の気づきとサポートが必要です。

大切な方のSOSに気づいてください

こころのSOSのサインかも…

- | | |
|--------------------------------------|--|
| ☐ 元気がない、疲れている | ☐ 身だしなみが悪くなった |
| ☐ 眠れてない様子 | ☐ 飲酒の量が増えた |
| ☐ 食欲がない様子 | ☐ 口数が減った |
| ☐ 体調不良を訴える | ☐ 人付き合いを避けるようになった |

「ゲートキーパー」は、
悩んでいる人に気づき、声をかけ、
話を聞いて、必要な支援につなげ、
見守る人のことです。

こころのSOSに気が付いたら

身近な人の「こころのSOS(サイン)」に気づいたら、さりげなく声をかけてみましょう。声をかけることは勇気のいることですが、話を聴き、寄り添い、共に考えること自体が、生きる支援になります。

気づき、声かけ

- 普段の様子とちがったら「大丈夫?」「どうしたの?」と声をかけてみましょう。

傾聴

- 相談に耳を傾け、否定せずに受け止めることが大切です。

つなぐ

- 専門の相談の利用を促しましょう。

見守る

- 温かい言葉をかけ、継続して見守りましょう。

ひとりで悩まず、相談してください



0263-34-3600

平日

9時～17時15分



松本市の 相談窓口

職業労働相談など



●こころの健康相談統一ダイヤル

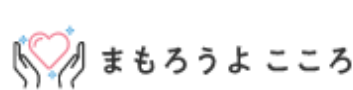
☎ 0570-064-556

平日

・9時30分～16時

・18時30分～22時30分

(受付は22時まで)



- 電話やSNSで相談
【まもろうよころ/
厚生労働省】



- 働く人のメンタルヘルス・
ポータルサイト
【こころの耳】



ゼロカーボン市民アクションプラン in まつもと

が完成しました！！

「2050ゼロカーボンシティ」の実現に向けて、昨年度、市民の皆さんが気候変動について話し合い行動できるようにするため、市民目線の取り組みを考える場として、「気候市民会議まつもと」を開催し、「ゼロカーボン市民アクションプランinまつもと」をまとめました。

「ゼロカーボン市民アクションプランinまつもと」とは

気候変動対策を進める上で大切だと考えること

- ・誰も取り残されず、市民みんなでゼロカーボン社会を実現する
- ・学びや対話を通じて、共感の環（わ）を広げる
- ・とるべき対策を知り、できることを選択し、行動に移す



上記を達成するために、5つのテーマごと市民の皆さんが実践すべきアクションを20個まとめています

- ①スタート地点
- ②再生可能エネルギー
- ③住まい
- ④交通・EV普及
- ⑤気候変動・ライフスタイル

20個のアクションと
50個の具体的アクション

※資料のダウンロードは[こちら](#)



事業者の皆様は今すぐ取り組んでいただけるアクションの一例

- ⑭ 徒歩や自転車で移動を楽しもう♪
- ⑮-3 エコ通勤・通学にできるところから取り組もう
- ⑱-1 物を買うときには地産地消を意識しよう

取り組みの詳細は右記のQRからご確認いただけます。
社内での環境活動の周知にご活用ください！
※パンフレットなどのご提供も可能です



←気候市民会議まつもと及び
アクションプランの詳細
について(松本市HP)

脱炭素経営を進める上で困りの皆様へ

ご入会受付中！

松本平ゼロカーボン・コンソーシアムのご案内

本団体(通称:MZCC)は、事業者の皆様が脱炭素経営を進める上で必要となる知識やノウハウの提供、及び脱炭素社会の実現に向けたネットワークづくりを目的に、令和4年2月に設立された団体です。

会員数

117者(令和7年8月末時点)

取組内容

①定例フォーラム(年5回程度)

座学形式で各分野の専門家を招いた講演会を実施

②課題別部会

再エネ・省エネ・モビリティの各分野で先進事例の視察等を実施



↑再エネ部会の様子

お問い合わせ先

松本市役所
環境・地域エネルギー課

電話：0263-34-3268

メール：s-kankyo@city.matsumoto.lg.jp



MZCC
ホームページ



環境・地域エネルギー課
ホームページ

お気軽にご連絡ください！

