

時間外労働

時間外労働や仕事の無駄やムラを減らすために何ができるでしょうか。チームで、会社で、そして個人でできることを考えるために役立つ本をご紹介します。

【上司の意識改革】

No.	書名					内容紹介
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
1	部下に残業をさせない課長が密かにやっていること					生産性が上がらない本当の理由は？ 残業がなくなる原因は「上司の仕事の仕方」にある？「課長が残業しない・部下に残業させない」働き方改革を提案。長時間労働を解決する職場づくりのヒントを教える。
	麻野 進／著	ぱる出版	2016.1	/336.3/アサ/	0111693993	
2	プレイングマネジャー「残業ゼロ」の仕事術 チームの「生産性」が自然と高まるマネジメントの技術					絶対に、働き方は変えられる！「マネジャーが頑張りすぎない」「メンバーより優秀でなくてよい」「結果より関係性を重視」など、5つのステップで確実にチームが変わり成果を上げる43のマネジメントの具体策を紹介する。
	小室 淑恵／著	ダイヤモンド社	2018.9	/336.3/コム/	1109091098	

【チームでの取組み】

3	「残業しないチーム」と「残業だらけチーム」の習慣 毎日遅くまで残っていたチームが早く帰れるようになった理由					いつもの習慣を少し変えるだけで残業はなくなる！職場の環境・時間管理・仕事の進め方・部下育成・意識改革など、短時間で結果を出すために、理想的なチームを作る50の習慣を紹介する。
	石川 和男／著	明日香出版社	2017.10	/336.3/イシ/	0111754941	
4	マンガでやさしくわかる6時に帰るチーム術					「チーム術」を使うことで、部下が自分で考えて動くようになり、マネジャー自身の仕事があっという間にラクになる。「組織の生産性アップ術」の考え方と、それを実践していくためのツールを紹介。「6時に帰るチーム術」をマンガ化。
	小室 淑恵／著他	日本能率協会マネジメントセンター	2018.6	/336.3/コム/	0111893500	

【事業の効率化】

No.	書名					内容紹介
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
5	世界標準の働き方 日本式ガラパゴス仕事から脱しよう					「残業代ゼロ」ではなく「残業ゼロ」が世界の常識。より短い時間で、より高い成果を上げる、世界で通用する働き方とは？ トリンプを19期連続増収増益に導いたレジェンド経営者の超効率仕事法を紹介する。
	吉越 浩一郎／著	日本文芸社	2014.6	/159.4/ヨシ/	1107595793	
6	社長の掟 業績を上げ続けるための60則					社長の仕事とは一体何なのか。部下はなぜ、彼から離れていかなかったのか。トリンプ時代、19年連続増収増益を達成した伝説の社長の掟集。実際のエピソードも多数収録する。
	吉越 浩一郎／著	PHP研究所	2014.7	S/335.13/ヨシ/	1107572172	
7	トヨタ公式ダンドリの教科書					仕事ミスなくサクサク進む、ダンドリ重視のトヨタの仕事術を紹介。「手順を明確にする」「結果と進め方を振り返る」など、仕事の流れの8つのポイントに沿って、48の使える具体的なノウハウをマンガと図を使って解説する。
	トヨタ自動車株式会社業務品質改善部／編	ダイヤモンド社	2016.11	/336.2/トヨ/	1108457316	

【段取り・整理術】

No.	書名					内容紹介
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
8	仕事と人生を激変させるなら99.9%アウトプットを先にしなさい					思いついたら、まず行動に移す。アウトプットを先にすれば、仕事と人生は大きく変わる。結果を出し稼ぐ人になるためのアウトプット術を、「話す・書く」「人脈」「お金」「見た目」に分けて紹介。
	金川 顕教／著	SBクリエイティブ	2019.1	/159.4/カナ/	0111964830	
9	会社では教えてもらえない生産性が高い人の思考整理のキホン					頭の中を整理すれば仕事の質も効率も驚くほど上がる！「思考整理(仕事の準備)」で仕事の生産性を上げるための38の実践テクニックを、現役コンサルタントである著者が基礎から徹底解説する。
	井上 龍司／著	すばる舎	2017.6	/336.2/イノ/	1108717495	
10	会社では教えてもらえない残業ゼロの人の段取りのキホン					残業ゼロで結果を出す人たちの共通点は、段取りが良いこと。「やらなくちゃ」で頭をいっぱいしない秘訣」「70点の完成度で手離れする勇気を持つ」など、時間管理のプロが、38の実践テクニックを具体的に解説します。
	伊庭 正康／著	すばる舎	2017.7	/336.2/イハ/	0111730040	
11	ムダゼロ会議術					「会議」が変われば「仕事」が変わり、「会社」が変わり、「人生」が変わる。「会議の前半は決して否定するな」「議事録はなんとしても当日配布」など、極めつけの会議ノウハウを紹介する。年代別傾向と対策も収録。
	和田 ラチヲ／イラスト	日経BP社	2018.5	/809.6/ヨコ/	1109124584	

12	残業ゼロのノート術					毎日2時間残業すると、年間20日間を残業に費やしていることになる。6足のわらじを履く現役スーパー会社員が、残業をゼロにして、自分の時間を増やすためのノート術を紹介する。
	石川 和男／著	きずな出版	2019.3	/336.2/イシ/	0111975999	

【スピード仕事術】

No.	書名					内容紹介
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
13	ミスなくすばやく仕事をする技術 50のコツ!					最低限これだけやれば、仕事が「速く」「正確」になる! スケジュール管理、引き継ぎ計画の立て方、トラブル対応の心得など、アウトソーシング会社の人材育成で活用されている即効ノウハウを紹介する。
	成吉 新一／著	秀和システム	2017.7	/336/ナリ/	1108740844	
14	会社では教えてもらえない仕事が速い人の手帳・メモのキホン					残業しないで成果を出す人は「手帳」が違う! 一つひとつの仕事に所要時間を割り振る、「締め切りから逆算」を徹底する、フリースペースをひとりプレストに使うなど、手帳を活用したスケジューリングのセオリーを伝授する。
	伊庭 正康／著	すばる舎	2016.11	/002.7/イハ/	0111657385	
15	なぜ、あなたの仕事は終わらないのか スピードは最強の武器である					時間を制する者は、人生を、世界を、制す。元マイクロソフトの伝説のプログラマーが生み出した「ロケットスタート時間術」を自身の時間との向き合い方とともに紹介し、そのノウハウを伝授する。
	中島 聡／[著]	文響社	2016.6	/336.2/ナカ/	0111602238	
16	仕事が速いのにミスしない人は、何をしているのか?					共有のカレンダーでダブルブッキングを撲滅、受け取る人に親切なメールの書き方・送り方、「知らないこと」への正しい対処法…。効率よく、ミスなく仕事を進めて、仕事のスピードと質(仕上がりや正確さ)を高める方法を紹介。
	飯野 謙次／著	文響社	2017.2	/336.2/イイ/	0111677432	
17	たった1秒の最強スキル! パソコン仕事が10倍速くなる80の方法					文字入力が速くなる、情報収集スキルが飛躍的に高まる、Excelの作業が速くなる、メール処理があっという間に終わる! パソコン仕事のパフォーマンスを劇的に変える、選りすぐりの即効テク&便利ワザを紹介する。
	田中 拓也／著	SBクリエイティブ	2017.4	4Y/007.6/タノ/PC	1108650845	

【過重労働】

No.	書名					内容紹介
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
18	過重労働・ハラスメント訴訟					企業の法務担当者や弁護士を対象に、過重労働の労災認定をめぐる問題点や損害賠償責任訴訟への対応、ハラスメントの限界事例と訴訟への対応について解説。過重労働・ハラスメントに関連する休職・解雇訴訟にも触れる。
	森・濱田松本法律事務所／編	中央経済社	2018.9	/366.14/カン/	1109081305	
19	過労死は防げる 弁護士・労働組合が今、伝えたいこと					長時間・過重労働の被害や実情、武器となる法律の内容を紹介しつつ、「過労死」を具体的に防ぐために、どう考え、何を知り、どう動けば良いかをわかりやすく解説する。過労死を防ぐ基礎知識Q&Aも収録。
	連合大阪法曹団有志／編著他	PHPエディターズ・グループ	2019.5	/366.99/カロ/	1109437879	
20	過労死 その仕事、命より大切ですか					亡くなった人はどんな気持ちで働き、苦しみもがいたのか。残された家族はどんな気持ちで、その後の人生を歩んでいるのか。「朝日新聞」で掲載された過労死特集をもとに、11の遺族の「今」を訪ねたノンフィクション。
	牧内 昇平／著	ポプラ社	2019.3	4W/366.99/マキ/	0111977177	
21	「死ぬくらいなら会社辞めれば」ができない理由(ワケ)					Twitterで発表した、「働きすぎて、その気もないのに、うっかり自殺しかけた」経験を描いた過労死マンガを書籍化。仕事に追われる人へ、もっと自分勝手に生きていいと伝える。精神科医ゆうきゆうによるQ&Aも掲載。
	汐街 コナ／著他	あさ出版	2017.4	4H/498.8/シオ/	0111698618	
22	会社に殺されない働き方					自分をいたわるマインドセットを身につけよう! 企業に常勤する産業医として働いている著者が、仕事のストレスを減らし、もっといきいきと仕事をするためのヒントを紹介。
	難波 克行／[著]	クロスメディア・パブリッシング	2018.5	4H/498.8/ナン/	0111878390	

※内容紹介は(株)図書館流通センター「TRCマーク」データによる

- オーテピア高知図書館で所蔵している本をご紹介します。
- 貸出しや返却はお近くの市町村立図書館でもできます。お近くの市町村立図書館にお問い合わせください。
- 本や雑誌などに関する相談がございましたら、お気軽にお問い合わせください。
(お問い合わせの際は資料No.をお伝えいただくとスムーズです。)
- 請求記号にSがついている本は新書のコーナーにあります。



オーテピア高知図書館
高知県立図書館 / 高知市民図書館本館
Kochi Prefectural Library and Kochi Municipal Library

〒780-0842 高知市追手筋2-1-1
TEL: 088-823-4946 FAX: 088-823-9352
<https://otepia.kochi.jp/library>