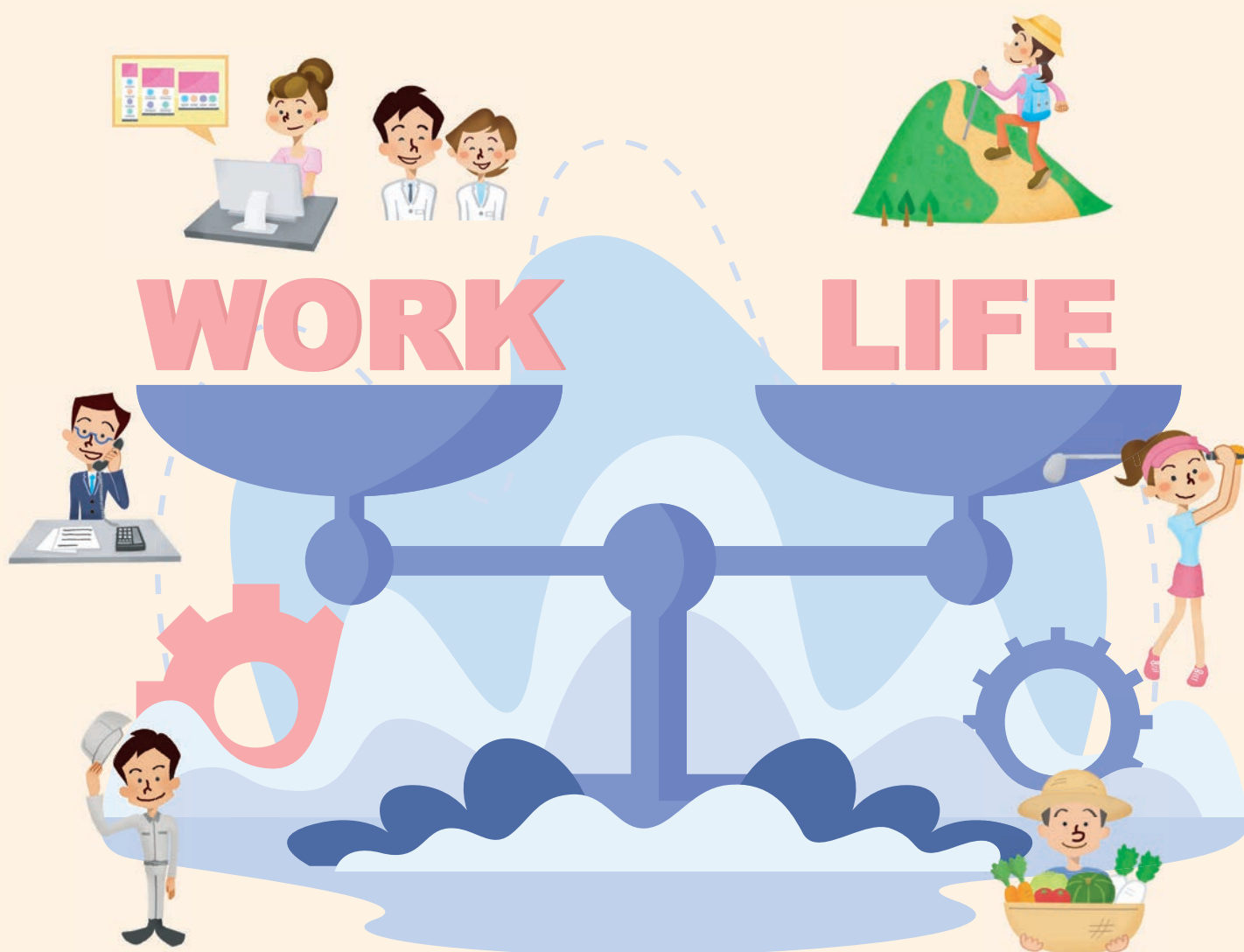


WORK LIFE BALANCE

ワーク・ライフ・バランス

仕事 × 家庭生活 × 個人の生活

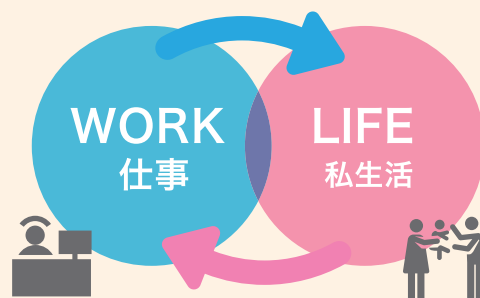


ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）とは、

働く人の「仕事」と家事や育児などの家庭生活、地域での活動やボランティア活動、趣味や学習など個人のあらゆる活動を含む「生活」とのバランスがとれ、充実している状態をいいます。

仕事は、暮らしを支え、やりがいや充実感をもたらすものですが、また同時に、家庭生活、地域や人とのつながりなども私たちの暮らしに欠かすことのできないものです。その両方の充実があってこそ、人生の生きがいや喜びは増していくのです。

こうした「ワーク・ライフ・バランス」を実現するためには、一人ひとりの置かれた状況に応じた働き方や生き方を自分自身の選択で見つけることが大切です。



Q ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事」と「生活」が50：50ということ？

バランスがとれている＝50：50 ではありません。仕事と生活の望ましいバランスは個人によって違い、また子育てや親の介護を行う時期などライフステージによっても変わってきます。

A

Q ワーク・ライフ・バランスとは、楽に働くこと？

生活を優先して仕事をないがしろにするということではなく、時と場面に応じてバランスをとりながらメリハリをもって効率よく働くことが求められています。

A

Q ワーク・ライフ・バランスは、育児や介護を行っている人のためのもの？

ワーク・ライフ・バランスは、育児や介護を行っている人だけでなく、性別や年齢、婚姻の有無にかかわらず、働く誰もが意欲的かつ健康に生活するために重要な取組です。

A

Q ワーク・ライフ・バランスで仕事が回らなくなる？

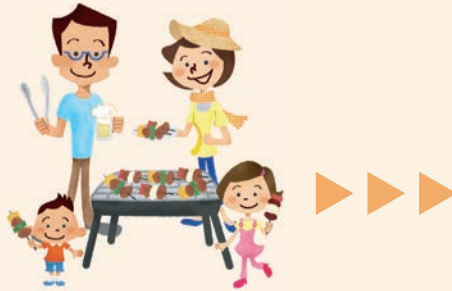
労働時間の見直しや休暇を考える時には、必ず業務の見直しも同時に行うことが大切です。ワーク・ライフ・バランスは一律に残業を否定するものではありません。業務の効率化による、労働時間の短縮と生産性の向上により、誰もが働ける環境を整えることで、有能な人材が育児や介護によって退職することを防ぐメリットもあります。

A

なぜ「仕事と生活の調和」が必要？

個人 社会全体 個々の企業・組織 という観点から、それぞれみてみると

個人



希望する
バランスの実現
のために必要

仕事と家庭の両立が困難

- ・ ライフスタイルや意識の変化
- ・ 両立希望に反して仕事中心になる男性
- ・ 家庭責任が重く希望する形で働くのが難しい女性

自己啓発や地域活動への参加が困難

長時間労働が心身の健康に悪影響

社会全体



経済社会の
活力向上のために
必要

労働力不足の深刻化

生産性の低下・活力の衰退

少子化の急速な進行

地域社会のつながりの希薄化



個々の企業・組織



多様な人材を生かし
競争力を強化
するために必要

人材獲得競争の激化

従業員の人生の段階に応じたニーズへの対応
(若年層、子育て層、介護層、高齢層)

意欲や満足度の向上

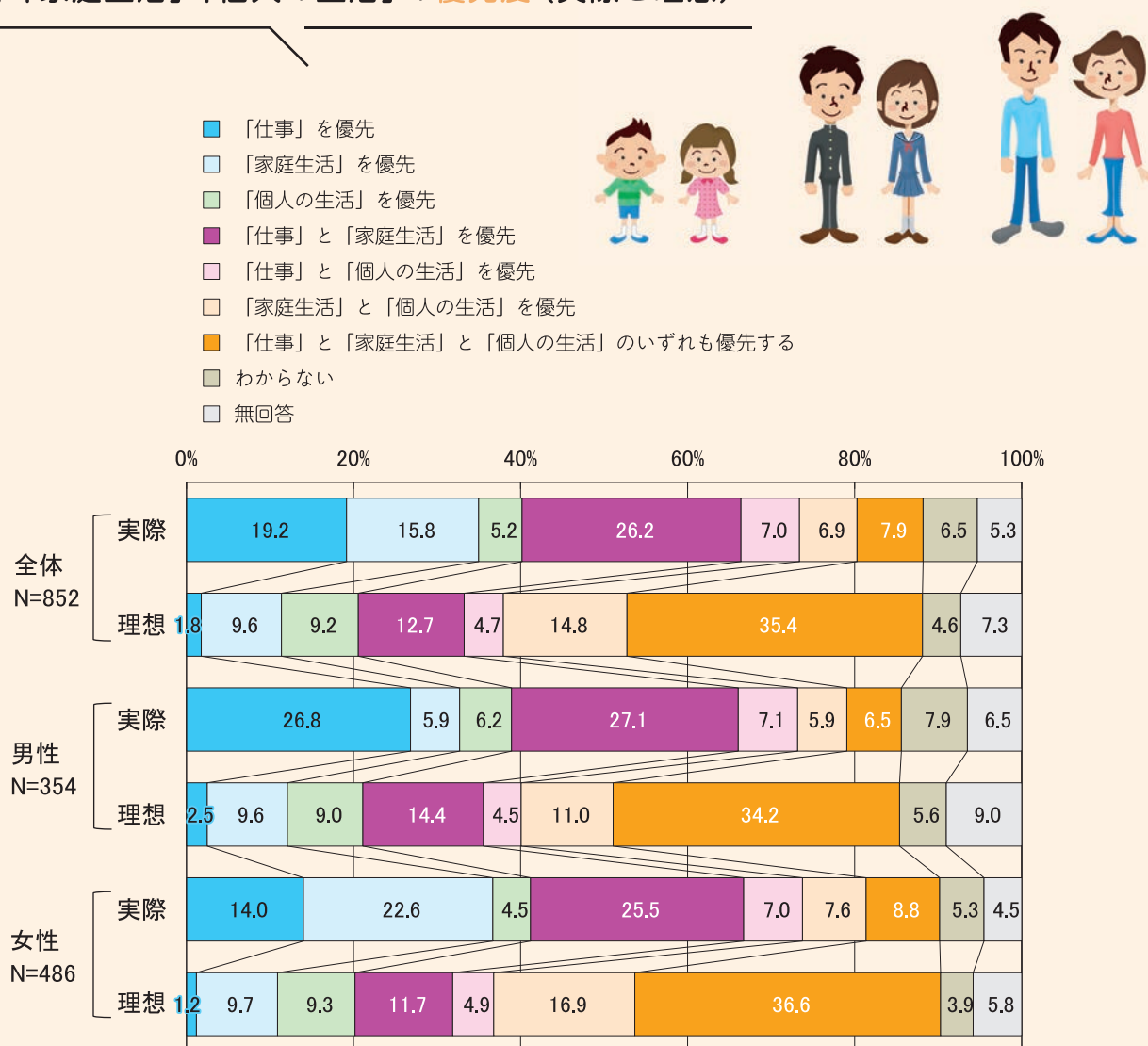
心身の健康の維持

女性の活用

ワーク・ライフ・バランスに関する 岩国市民の意識はどうなっている？

令和4年度に行った男女共同参画に関する市民意識調査と
事業所調査の結果からみてみると

「仕事」「家庭生活」「個人の生活」の優先度（実際と理想）

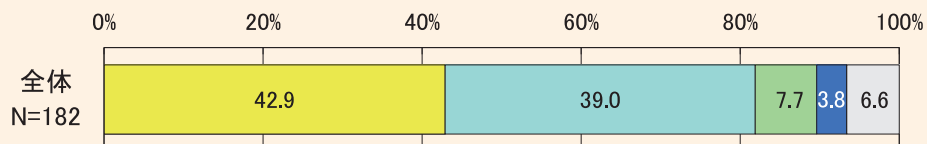


資料：市民意識調査結果
※N＝回答者数（以下同じ）

市民意識調査の結果を見ると、男女ともに、『仕事を優先』することを理想と考えている人は少なく、『仕事と家庭生活と個人の生活のいずれも優先する』ことを理想と考える人が最も多くなっています。しかし、実際にそうできている人の割合は少なく、男女ともに、『仕事と家庭生活を優先』していると回答した人が最も多くなっていますが、男性では『仕事を優先』していると回答した人の割合が『仕事と家庭生活を優先』していると回答した人とあまり変わらない割合となっています。

ワーク・ライフ・バランスを推進するための取組について

- 取り組む必要がある
- どちらかといえば取り組む必要がある
- どちらかといえば取り組む必要はない
- 取り組む必要はない
- 無回答



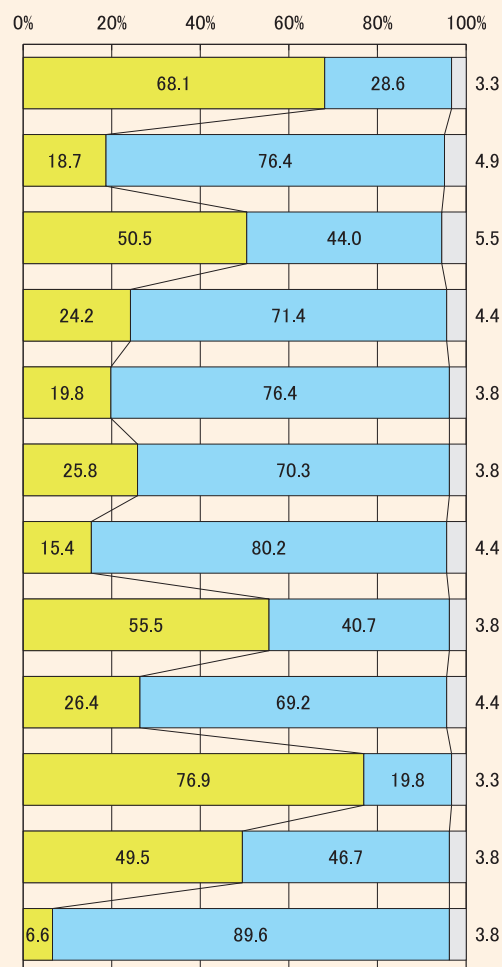
資料：事業所調査結果

ワーク・ライフ・バランス推進のために、以下の制度を設けているか



N=182

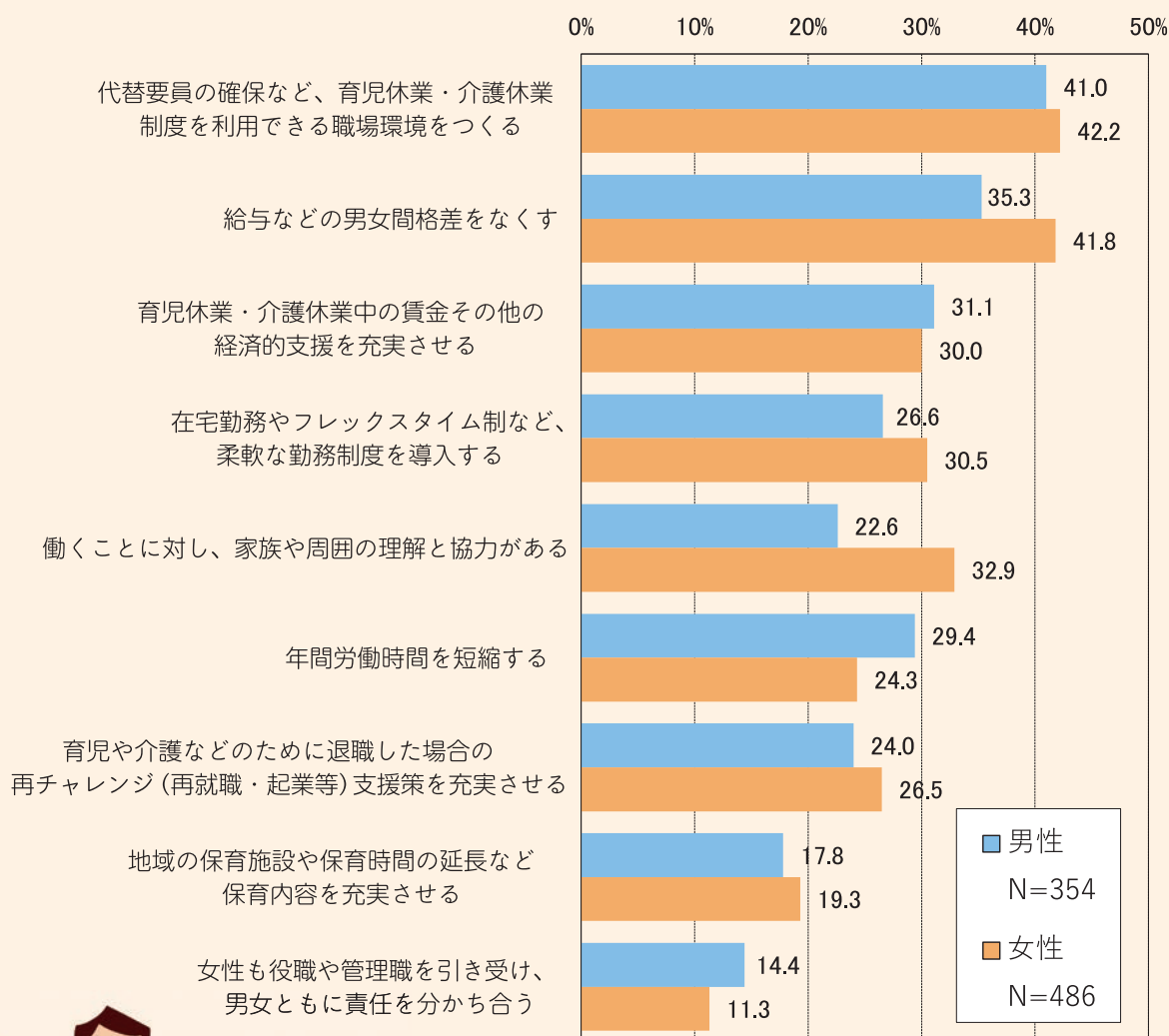
■ ある ■ ない □ 無回答



資料：事業所調査結果

ワーク・ライフ・バランスに「取り組む必要がある」「どちらかといえば取り組む必要がある」と回答した事業所の割合は81.9%となっており、そのための各種制度を設けている事業所も増えつつあります。

男女がともに**仕事と家庭**の
両立をしていくために**必要**だと思う条件



資料：市民意識調査結果



男女がともに仕事と家庭の両立をしていくために必要だと思う条件として、男女とも「代替要員の確保など、育児休業・介護休業制度を利用できる職場環境をつくる」ことや「給与などの男女間格差をなくす」を筆頭に事業所の理解を不可欠とする項目の回答割合が高い結果となっています。

ワーク・ライフ・バランスの 実践に向けた4つのポイント



1

限られた時間を大切に

優先順位をつけるなど時間管理を工夫しましょう。

2

子育て支援や介護支援などの

様々な制度を活用しましょう。

3

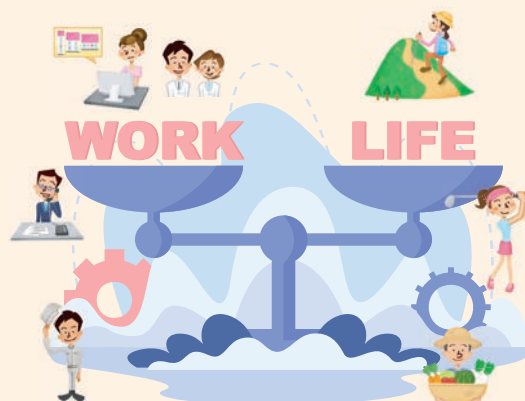
自分の置かれている状況を

理解してくれる理解者や支援者を増やしましょう。

4

趣味や地域活動は

生きがいや人とのつながりを得る機会になり、また新たな経験の場にもなります。
「またそのうち…」「退職したら…」と言わず、今できることから参加してみましょう。



情報は こちらから

「岩国市子育て情報」

岩国市ホームページ

妊娠、出産、子育てに関わる制度や幼稚園、保育園の紹介など、子育てに役立つ情報をまとめて掲載しています。

ホームページ URL

<https://www.city.iwakuni.lg.jp/site/x/>



「母子モ♡いわくに」アプリ

岩国市で開催される子育て関連のイベント情報や予防接種情報などをリアルタイムにお届けします。



ここからダウンロード

「岩国市地域包括支援センター」

岩国市ホームページ

地域包括支援センターは、高齢者の方やそのご家族の方の身近な窓口です。

ホームページ URL

<https://www.city.iwakuni.lg.jp/site/koureioken/10503.html>



「岩国市困りごと相談窓口一覧」

岩国市ホームページ

「こころや身体の健康に関する相談」や「労働、経営、職場問題に関する相談」など10の分野ごとに相談先をまとめて掲載しています。

ホームページ URL

<https://www.city.iwakuni.lg.jp/site/kokoro/2229.html>



「岩国市 LINE 公式アカウント」

岩国市 LINE 公式アカウントでは、市主催の各種セミナーやイベント情報のほか、防災など緊急情報も配信しています。



ここから友だち追加



岩国市総務部人権課 男女共同参画室

〒740-8585 岩国市今津町一丁目 14-51
TEL : (0827) 29-5340
FAX : (0827) 21-1660

