

男女共同参画

ワーク・ライフ・バランスⅡ仕事と生活の調和

企画課男女共同参画推進室

☎ 23 | 3 9 1 7

仕事は生活の上で欠かせないものですが、余暇とのバランスが大切です。ワーク・ライフ・バランスとは、単に仕事以外の生活の充実を目指すのではなく、男女がともに家庭生活や地域生活、自己啓発などを充実させ、生活全体のバランスを良くすることで仕事の充実を図ろうとするものです。

しかし、現実には「妊娠・出産を機に離職せざるを得ず、その後希望する職に就けない」「仕事に追われ、心身の疲労から健康を害しかねない」「仕事と子育てや親の介護との両立が難しい」などの理由で、多くの人がワーク・ライフ・バランスを実現できていません。

仕事と生活のうち、どちらに重点を置くかは、その人の生き方や働き方によって変わります。ワーク・ライフ・バランスが目指す姿は、それぞれの人の置かれ

た状況に応じた仕事と生活のバランスが取れるようにすることで、多様な人材が自分の事情に合わせて働くことのできる社会です。

内閣府の統計では、女性も男性もワーク・ライフ・バランスが図られていると感じている人の方が仕事への意欲が高くなっています。私生活が充実することで仕事がかどり、仕事の調子がいいからプライベートも楽しめているのです。

仕事と私生活が互いに刺激し合い、良い影響を与え合う「仕事と私生活の好循環」、それこそがワーク・ライフ・バランスです。より充実した生き方をするためにワーク・ライフ・バランスの実現を目指しましょう。

