

# はばたき

男と女がともに歩む情報紙 第53号

平成29年10月発行

企画・発行/海老名市市民活動推進課

人権男女共同参画係

TEL: 046-235-4568【直通】

## 「ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)」をご存知ですか？

ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事と生活の調和」のことを言います。

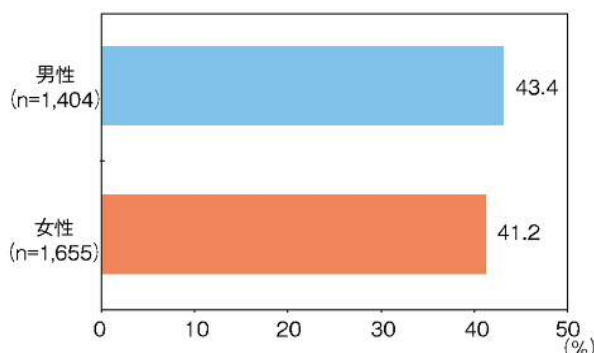
仕事は、暮らしを支え、生きがいや喜びをもたらすものです。同時に、家事・育児、近隣との付き合いなどの生活も暮らしに欠かすことができないものであり、その両方の充実があってこそ、人生の生きがい、喜びは倍増します。

しかし、現実の社会には、仕事と子育てや老親の介護との両立に悩むなど、仕事と生活の間で問題を抱える人が多く見られます。

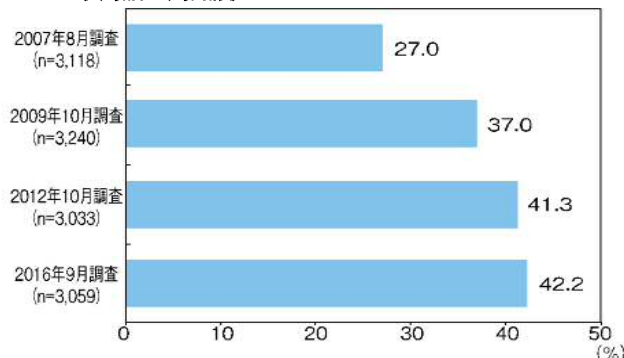
やりがいや充実感を感じながら働き、育児・介護の時間や、家庭、地域活動、自己啓発など自分の時間を持てる生活を実現するために、「ワーク・ライフ・バランス」の取組を進めていくことが求められます。

また、ワーク・ライフ・バランスの実現は、一人ひとりが望む生き方ができる社会の実現にとって必要不可欠です。皆さんも自らの仕事と生活の調和の在り方を考えてみませんか？

「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)」という用語の周知度(男女別)



「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)」という用語の周知度(調査年度別)



内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査(2016年9月調査)」より



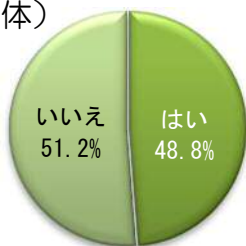
平成29年度男女共同参画週間キャッチフレーズ

# ワーク・ライフ・バランスの意味を知っていますか？

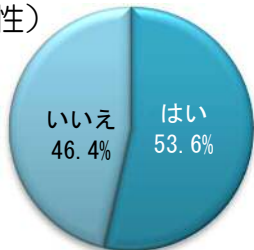
6月23日から29日は「男女共同参画週間」でした。これに合わせ、6月23日に海老名駅のペDESTリアンデッキで啓発活動とワーク・ライフ・バランスの意味を知っているか等の質問をしました。また、学童保育で男女共同参画に関係する紙芝居の読み聞かせ等を行いました。(以下、平成29年6月23日街頭インタビュー結果)

質問：「ワーク・ライフ・バランス」の意味を知っていますか？

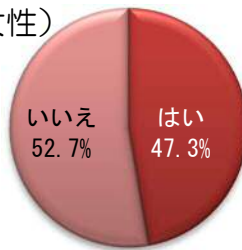
(全体)



(男性)

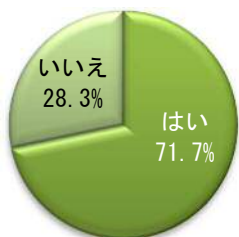


(女性)

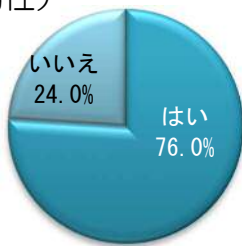


質問：家事に参加していますか？(男性本人又は男性家族の状況)

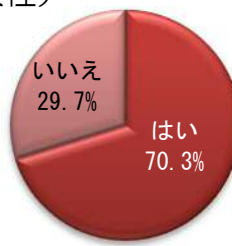
(全体)



(男性)



(女性)



## 男女共同参画推進員の声



ワーク・ライフ・バランスの語句の意味をご存知かについて[はい][いいえ]のシールをボードに貼っていただきました。「いいえ」の方には語句の持つ意味を具体例にも触れて説明しましたが、「初めて聞いた言葉です。勉強しなきゃ！」等の声に、年々積極性に知ろうとされている方が多くなっているように感じました。(佐藤推進員)

男女共同参画…大変長い名前ですが、市民の皆さんは知っておられるのでしょうか。(飯田推進員)

家族の協力がポイントですね。(鮎沢推進員)

誰もがそれぞれの立ち位置において、充実した仕事を持ち、私的な時間、場所でも充実した生き方が出来る社会は理想ではあるけれど、大人社会の中ではまだまだ浸透していないのが現実のような気がします。

学童保育訪問の際、一人の女子小学生に「将来は？」と問いかけたところ、「つり名人！パパと釣りに出かけて楽しいから」との答えが返ってきました。大人が思っている程、子どもには固定概念がないのかも。(波多野推進員)

# ワーク・ライフ・バランスの実現に向けた「10の実践」

～仕事を効率化して、めいはいワークを実現しよう～



## 会議のムダ取り

会議の目的やゴールを明確にする。参加メンバーや開催時間を見直す。必ず結論を出す。

## 社内資料の削減

事前に社内資料の作成基準を明確にして、必要以上の資料の作成を抑制する。

## 書類を整理整頓する

キャビネットやデスクの整理整頓を行い、書類を探すための時間を削減する。

## 標準化・マニュアル化

「人に仕事がつく」スタイルを改め、業務を可能な限り標準化、マニュアル化する。

## 労働時間を適切に管理

上司は部下の仕事と労働時間を把握し、部下も仕事の進捗報告をしっかり行う。

## 業務分担の適正化

業務の流れを分析した上で、業務分担の適正化を図る。

## 担当以外の業務を知る

周りの人が担当している業務を知り、業務負荷が高いときに助け合える環境をつくる。

## スケジュールの共有化

時間管理ツールを用いてスケジュールの共有を図り、お互いの業務効率化に協力する。

## 「がんばるタイム」の設定

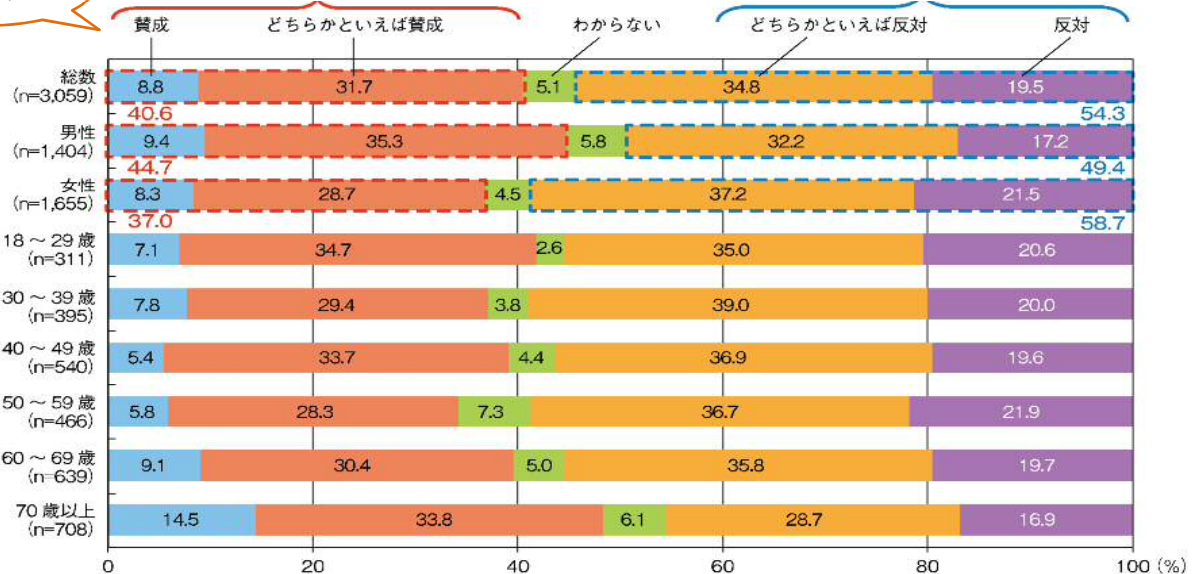
自分の業務や職場内での議論、コミュニケーションに集中できる時間をつくる。

## 仕事の効率化策の共有

研修などを開催して、効率的な仕事の進め方を共有する。

内閣府「ワーク・ライフ・バランスの実現に向けた「3つの心構え」と「10の実践」より

ちなみに… 夫は外で働き、妻は家庭で守るべきであるという考え方に対する意識



内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査（2016年9月調査）」より



## タイムマネジメント講座 を開催します！

11月18日（土）13時～16時

海老名市文化会館 206 リハーサル室

詳細は順次、  
広報やホームページ等で  
お知らせします。



## DV・気づき講座「DV・モラハラってどんなこと？」 を開催します！

12月7日（木）14時～16時

海老名市文化会館 352 多目的室

（主催：かながわ男女共同参画センター 共催：海老名市）

## 女性に対する暴力をなくす運動

11月12日（日）～11月25日（土）の2週間

## 全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

11月13日（月）～11月19日（日） 8時30分～19時（土日は10時～17時）

※ 無料電話相談 0570-070-810 通常は、平日8時30分～17時15分

## この言葉、知っていますか？

### 男女共同参画用語辞典



#### モラルハラスメント（モラハラ）

言葉、態度、文書等により、継続的に人格や尊厳を傷つける精神的な暴力、嫌がらせのことを言います。

モラルハラスメントは怒鳴ったり大声で責めたりするのではなく、静かに・じめじめと・陰湿に、相手の価値を貶めます。

被害者の中には、悩みを一人で抱え込んでしまっている人も少なくありません。もしご自身の周りに、被害に遭っているかもしれない、と思う人がいたら、下記の相談ダイヤルなどをご案内ください。

相談室から

海老名市では、「女性相談員による女性のための相談」を実施しています。  
夫婦・家族のこと、DV（夫等からの暴力）などについて一緒に考えます。



女性に対する暴力根絶  
のためのシンボルマーク

☎ 女性相談ダイヤル 231-2224

月～金（祝日を除く） 9：00～17：00

※その他に 海老名女性支援電話「そよ風」（非営利のボランティア組織）  
による相談もあります。

☎ 235-7353 火曜：10:00～15:00 / 土曜：13:00～16:00（無料）