

ワーク・ライフ・バランス確認シート

あなたは希望するワーク・ライフ・バランスを実現していますか？現在の暮らし方をチェックして、理想の未来について考えてみましょう。家族がいる人は、家族の役割分担を洗い出し、どのように分担すると良いかの話し合いに使うことが出来ます。

1 素直な気持ちを書いてみよう！

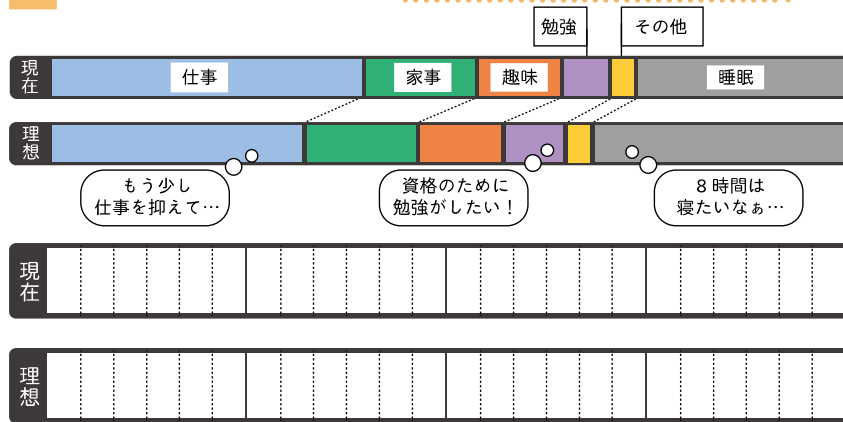
自分はどうなことを思っているのか？
空欄を埋めて、家族とシェアしてみましょう。

私の1日は、(楽しい・忙しい・充実している・辛い・ゆったり・疲れる)。
には満足している。
でも本当はもっと (したい・やってみたい)。
夫・妻・家族には 感謝しています。
欲を言えばもっと、(家事に関わってくれと・仕事を頑張ってくれと・育児に関わってくれと・2人の時間が持てると・) 嬉しい。

2 「今」を再確認！

今の暮らしを振り返りながら、自分の理想の暮らしを考え、共有してみましょう。

例



グラフを書いて理想と現在にギャップがあったら、時間の使い方や家での役割分担の仕方について考えてみましょう！

参考：内閣府「夫婦が本音で話せる魔法のシート「〇〇家作戦会議」」
シートを入手したい方は内閣府男女共同参画局のHPでダウンロードできます。

ダウンロード

はこちら→



私だけの問題？いえ、みんなの問題です。
社会的な面から見てみよう！

この職場で子どもが生まれても働き続けられるかなあ…

この給与で結婚できるかな…

子どもが病気になって急に休むこともしばしば…
職場で肩身がせまい…

求職活動中。
正社員の募集は少ないなあ…

夫は残業続き。
家事・育児は私ひとり。
つらい…

育児も参加したい！
けど、男性の育児休業って大きな会社じゃないと無理なんじゃないかなあ…

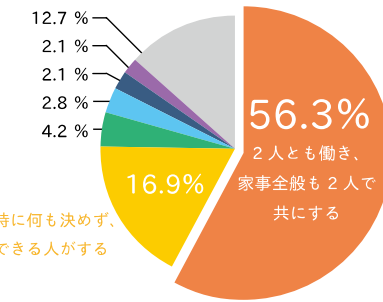
年休を取れ
って言われるけど、人手不足なのにどうやって休めばいいんだろう…

自分の方が稼いでいるし仕事の責任も増えてきて残業も多い…
家事をやらないからって文句言わないでほしい。

悩みはひとそれぞれ。働き方は人それぞれ？

ワーク・ライフ・バランスって何だろう？

理想とする家庭内の役割分担意識



- 2人とも働き、家事全般は主としてパートナー(配偶者)がする…4.2%
- 自分が主として働き、パートナー(配偶者)はパートタイムで家事全般をする…2.8%
- 自分が働き、パートナー(配偶者)が家事全般をする…2.1%
- その他…2.1%
- 空白…12.7%

左のグラフは、志布志市女性活躍推進に関するアンケートより抜粋しました。
理想とする家庭内の役割分担は、「2人とも働き、家事全般も2人で共にする」で56.3%。過半数の人が2人とも働くことを理想としています。

ワーク・ライフ・バランスとは

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは、「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できること」を言います。
「仕事」も「生活」も片方だけでなく「どちらも」充実していることが大切です。

◎女性活躍推進に関する事業所・従業員アンケート
従業員10人以上の市内226事業所、従業員452人を対象に実施。アンケート結果は、今後市のHP等で報告予定です。

ワーク・ライフ・バランス実現のために



企業

- 個々の企業の実情に合わせて自主的に取り組む
- 仕事と家庭の両立支援
- 働き方改革
- 女性活躍推進



働く人

- 仕事と生活両立支援制度の利用
- 家庭、地域のほか様々な活動の場への参加

国・地方公共団体

- 企業や働く人の取り組みを応援
- 多様な働き方に対応した社会的基盤づくり

志布志市では

- 「志布志市女性活躍推進会議」
- 女性活躍推進セミナー内容の検討
- 事業所と従業員の意識調査の内容の検討
- 「志布志市女性活躍推進セミナー」
- 誰もが働きやすい職場環境づくりのセミナー
- 先進企業の方を講師にお迎えしています。

セミナーレポート

第1回

向こう側の笑顔とこちら側の笑顔
～ KIGURUMI.BIZ 式ワーク・ライフ・バランス～

基調講演講師 KIGURUMI.BIZ (株) 代表取締役 加納 ひろみ さん
ワークショップ 「仕事を振り返って、生き生きと働けるための課題に気付こう」
ワークショップ講師 鹿児島大学 高丸 理香 助教
基調講演では、「残業が削減され、休みが取れるようになると、皆が笑顔で働き、会社の業績UPにもつながりました。」とありました。その後、高丸助教から「自分の困っていることは、隣の人の困りごとでもあり、個人のことが職場や社会の問題。自分が出来る事を考えることで解決につながる事があります。」と提言がありました。

第2回

企業風土改革
～両立支援・女性活躍推進定着に向けて～

基調講演講師 株式会社九州タプチ 総務部 総務課 竹内 亮太さん
ワークショップ 「先進事例を聞いて、明日から自分ができることを考えてみよう」
ワークショップ講師 株式会社タマリバ 岩切 礼さん
オブザーバー 鹿児島大学 高丸 理香 助教
基調講演では、「両立支援制度の取組によって、従業員が働きやすい職場が生まれ、従業員の意欲向上や成長につながっています。取り組みにあたっては当事者だけでなく上司や家族も一緒に喜べることを意識しています。」と話がありました。ワークショップでは、参加者の職場の課題を共有した後、明日から職場で自分が取り組める事について考えました。

参加者の声

自分たちが
幸せに働けるよう、
今回の学びを参考にしたい



女性が働きやすい職場は、
男性にとっても働きやすい
職場だと思いました。



TALK SESSION!

次ページでは、第2回セミナーの講師にインタビュー!



私の働き方と社会の関係

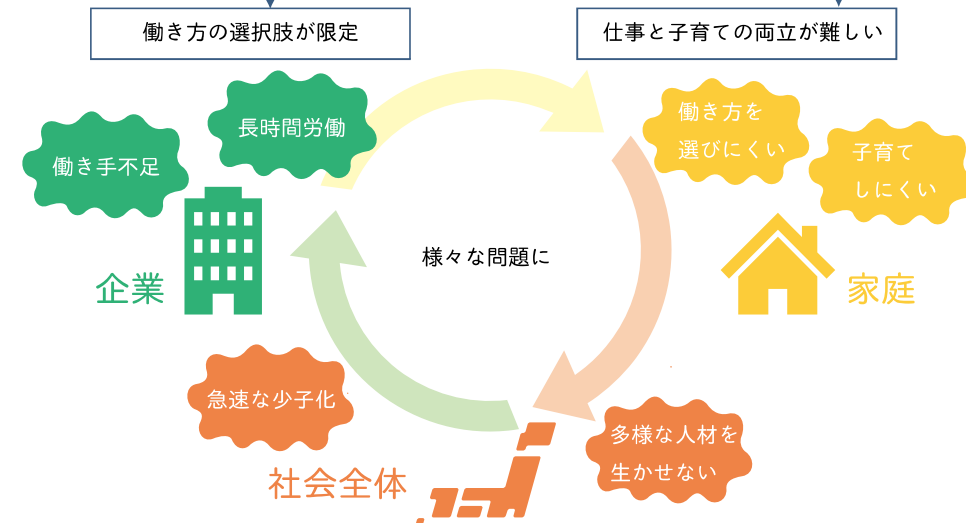
この職場で子どもが生まれて働き続けられるかな...
この給与で結婚するのって無理かな...
子どもが病気したら仕事も休んでいいのかな...
夫は残業続き。育児もひとりで...
自分の方が稼いでいるし仕事の責任も増えてきて...
育児も参加したいけど、男性の育児大きな会社じゃないかな...
私だけの問題? いえ、社会の問題です。
年休を取れるけど、休むのって体力的に大変...
求職活動中。正社員の募集は少ないな...
仕事と子育ての両立が難しい

問題1

社会的背景から正社員以外の労働者が増加し、働き方の2極化

問題2

勤労者世帯の過半数が共働き世帯になったのに、働き方や子育て支援などの社会的基盤は従来のまま



解決するには?

個人の生き方や人生の段階に応じて
多様な働き方の選択を可能にしなければ!

企業で取り組むメリットも

- 優秀な人材の確保
定着率が向上
- 従業員の心身の健康が守られる
- 生産性の向上・コストカット
- 社員のやる気向上
キャリアUP

TALK SESSION!

ワーク・ライフ・バランス どう取り組む？



ワーク・ライフ・バランスの取り組みを考えるヒントを、1月23日(木)に行なった第2回志布志市女性活躍推進セミナーの講師の皆さんにお話を伺いました。まずは自己紹介から。

岩切 株式会社タマリバの岩切礼と申します。求人や転職を支援しています。夫がデザイナーで家で仕事をしています。皿洗いや洗濯は夫がしており、私はご飯を作ります。

竹内 竹内亮太と申します。株式会社九州タブチで総務課の係長をしています。主に採用と社員教育について任されています。現在、妻と3歳と0歳の子供がいます。基本的には、皿洗いや洗濯を担当していますが、妻が育児休業中ですので、子どもの状況に合わせて臨機応変に対応しています。

高丸 鹿児島大学の高丸理香と申します。専攻は社会学でジェンダー論、メインに女性の働き方やキャリア教育を担当しています。家族は夫が一人です。夫も転職が多く、常にどちらか単身赴任の状態です。これは単身赴任になって良かった点なんです。夫と一緒に家事を全部私がしていたんです。夫はたいてい帰宅するとちょっとずつ脱いでいく、通った軌跡がわかる状態だったんですが、それが単身赴任になって自分で洗濯をしないとイケなくなり、スイッチを押してとかから指導をしまして、なんと現在一人で干せるようになりました！(笑)

株式会社九州タブチ
竹内 亮太さん



竹内 私たちが働くことを考えたときに、魅力的な会社ってどんな会社でしょうか？

私の会社には、機械加工や組立の業務があります。作業時間を見れば個人の能力がはっきりとわかる仕事です。私は、単に全員が同じ時間で作業を完了できる環境よりも、互いの存在を認め合える関係性や居場所を作り出すことの方が大切だと思っています。「あなたの年齢や性別や働く時間帯でも、強みをいかして活躍できる働き方があります！」と言える会社の方が、これからの時代は魅力があるはずですよ。

岩切 居場所って大切ですよ。

高丸 働く人がお互いを認識して、それぞれに居場所があり一人の人間として活躍できたり、やりがいを持っていることはとても大事ですよ。

最後に、取り組みの第一歩としては何ができるでしょうか？

竹内 背伸びせず、1個でもいいので、この部分は大切だと思います。これならやろうという事を自信を持って取り組みれば、1個ずつ広がっていくと思います。

岩切 企業間の協力も大切ですよ。企業で人事を担当している人は1人しかいないというところが多いので、孤独にないがちです。近くの会社の同じ人事の人と協力して学ぶ、情報を仕入れるといいのではないですか。志布志市の企業で協力しあえる企業はたくさんあると思います。

株式会社タマリバ
岩切 礼さん



九州タブチさんでは仕事と家庭の両立支援、女性活躍推進に取り組まれていますか？

竹内 私の会社は、自分の子どもや大切な人が入りたいと思うような会社を作りたいというのが理念です。そのためには人が成長しないといけないので、人が成長する方法として両立支援のこの取組、女性活躍推進のこの取組をするという取り入れ方をしています。例えば、子育て中の人が働きやすい職場だとその人は成長しやすいですよ。ですので、両立支援、女性活躍推進、働き方改革とそれぞれ分けて考えてはいません。

高丸 女性活躍推進は切り口ただけであって、本当は皆が楽しく働けるような枠組みを作るための第一歩、もしくはそれを利用するだけのことであり、難しく考える必要はありません。



仕事と家庭の両立支援や女性活躍推進は私たちの働き方にどう関係していくのでしょうか？

高丸 人はその時によって大事なものが変わります。入社時はやはり働きたい、実際相手が出来るというメリットが欲しい、子育てでお金が必要など時は安定して働きたかったり...人生の中の優先順位は変わっていくので、いろんな選択肢があると誰もが働きやすくなりますよね。女性もずっと家にいたいといかないというわけではないですよ。妻が働くことも自分の働き方や家庭での役割分担を考える機会になります。何かトラブルがあればその時話し合えばいいので、女性だからと我慢する必要はないと思います。

岩切 女性が働く、男性ももっと家事や子育てに参画するようになった時に、会社がある程度受け入れる体制を作っていないといけない状況になります。会社に制度や仕組みがないなら従業員の人たちがどうしてほしいか思っているか声をきくことが必要だと思います。全部適えられなくてもですね。

鹿児島大学
高丸理香 助教



第3回のお知らせ

第3回女性活躍推進のセミナーを開催します。ご参加をお待ちしています。

講師：株式会社トヨタ車体研究所
日時：3月26日(木)
13:30~16:00
場所：志布志市役所本庁C会議室
内容：基調講演・ワークショップ
申込：企画政策課男女共同参画推進室
☎ 099-474-1111