

# 花づな

hanazuna 2019.2



vol.  
42

**「花づな」**  
性別にかかわらず個性と能力を十分に発揮できる、男女共同参画社会の実現を目指す情報紙です。四季折々に個性的な花が咲くように、市民が自分らしさを開花させ、明るい未来に向かって手をつなぎあうイメージを『花づな』の名に託しています。

## 知ろう、みんなでかなえよう！

# ワーク・ライフ・バランス

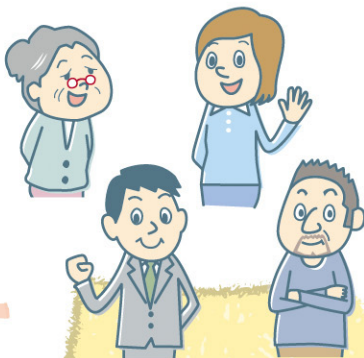
ワーク・ライフ・バランスとは、簡単に言うと「仕事と生活の調和」。

「仕事」と「生活」との調和がとれ、その両方が充実している状態のことをいいます。



人生の各段階に応じた、  
自分の希望するバランスでの  
実現を目指すもの。

性別、年齢、婚姻の  
有無などにかかわらず、  
すべての人に必要なもの。



子育てや介護だけでなく、  
地域活動や趣味などを含めた  
さまざまな活動と  
仕事の両立を図るもの。

自分には関係ないと  
思いませんか？

**ワーク・ライフ・バランス**は  
すべての人にかかわることです！

- 実現のためには何をすればいいの？
- 実現すると、どんなメリットがあるの？



実践例  
その1

## 育児休業制度・介護休業制度を理解する

- 男性も「育児休業制度」について知りましょう。妻が専業主婦の場合や同居の祖父母と一緒に子どもをみる場合でも、父親は育児休業を取得できます。
- 介護離職を考える前に、サポート制度を知りましょう。要介護状態の対象家族1人につき通算93日まで(3回まで)分割取得可能な「介護休業」のほか、1日又は半日単位で取得可能な「介護休暇」もあります。

労使協定等により、会社ごとに利用できる制度が異なります。

まずは勤め先の人事総務担当者にご相談ください。

〈育児・介護休業法についての問合せ先〉愛知労働局雇用環境・均等部指導課 ☎(052)857-0312

働き方の  
見直し



実現する  
こんなメリッ

実践例  
その2

## 職場環境づくり

- 意識改革を!自分の働き方に対してコスト意識をもつ。
- 自分が休んだ際の「フォロー体制」を大切に。業務マニュアル等を作成し、自分にしか分からない仕事はつくりたくないにしましょう。
- 休業からの職場復帰者への応援。「社内のシステムが変更になった」「こんな人事異動があった」など、ちょっとした情報の提供が職場復帰への支援になります。

実践例  
その3

## オンとオフの切り替えを上手に

- 仕事以外の時間をどう使っても自由。
- しっかり休んで仕事をする、生産性が上がる。
- 自己啓発セミナーへ参加すると、会社から補助がある場合もあります。



# 「ワーク・ライフ・バランスは、 仕事と生活の潤滑油」

一般社団法人  
ワークライフ  
バランス東海  
豊岡敬子氏



ワーク・ライフ・バランスを実現すると、  
私たちにどのようなメリットがあるのでしょうか。  
ワークライフバランスコンサルタントの豊岡敬子氏にお話を伺いました。

## 個人のメリット

個人が生きがいや豊かさを感じるためには、多様な体験を通し、外との関係性の中で「自分を知る」ということが必要です。ワーク・ライフ・バランスを実現することでそのような豊かな体験が獲得できます。また、周囲が望む生き方ではなく自分自身に素直に生きることができる、リスクを恐れずいろいろなことに挑戦できるようになるなど、自己の気づきと成長が得られます。

## 社会全体のメリット

日本の社会では「こうするべきだ」という社会規範にとらわれている人が多く、それが閉塞感につながっています。ワーク・ライフ・バランスの実現により自由な生き方を選択する人や、生きがい・幸福感を感じる人が多くなります。ひいては能力を発揮しながらいきいきと生きる人が増え、社会全体が豊かに成熟していきます。

## 企業のメリット

ワーク・ライフ・バランスの実現によって仕事とケア(育児・介護・看護・病気)の両立が可能になると、安心して仕事ができる人が増え、人材の定着につながり、ひいては労働生産性が上がります。また、社員の能力と多様性を引き出すことができ、企業のサービスや製品に新しい発想やアイデアを活かすことができます。女性の中途採用や管理職も増え、新卒・若手の採用にも好印象を与えるという、企業にとって良い結果をもたらします。さらに社員全体のモチベーションも上がっていきます。

### ●豊橋の人と企業

大都市圏に比べて、豊橋市は持ち家比率が高く、この地域に根ざして生きていく覚悟をもった人が多いです。企業と地域、人の関係が密接で、お互いに支えあいながら成果を出していけるところが強みですね。ただ、外国人労働者も増えてきているので、もはや「日本人だったら分かるでしょう?」は通用しません。企業も個人もそこは意識を変えて、課題に取り組んでいかないといけないと思います。

## ワーク・ライフ・バランス実現を支援♪ 企業向け講座を実施しています

豊橋市では市内中小企業の経営者・人事総務担当者・広報担当者向けの講座を行っています。平成30年度は「働きやすい職場へ 対応&発信力UPセミナー」(全3回)として、誰もが働きやすい職場づくりと、職場の魅力を効果的に発信する動画づくりを学ぶ講座を開催しました。

詳細は ▶ <http://www.city.toyohashi.lg.jp/32002.htm>

問合せ先 ▶ 豊橋市商工業振興課 ☎(0532)51-2435





ご利用ください

## 豊橋市男女共同参画センター「パルモ」

### ●貸出OK! 図書室

研究書や生活に役立つ実用書等が揃い、話題の新聞もいち早く配架しています。貸出本は市役所1階のじょうほうひろばでも返却できます。

### ●ライフアップセミナー

「男の料理教室」等実践的な内容から男女共同参画にまつわるトピックを学ぶ講座まで、幅広いテーマをご用意。参加者募集のお知らせは随時、HPや広報とよはしに掲載します。

### ●女性相談室

女性のための悩みごと電話相談・面接相談、法律相談等を通して、相談者に寄り添います。相談日程等詳細は、HPや広報とよはしをご覧ください。お問合せください。

### ●充実の貸出施設

会議室や和室のほか、大工道具等を備える「美術工芸室」、会食室付きの「調理実習室」、フィットネスルーム等があります。男女共同参画に関する活動等を行う団体をはじめ、一般の方も利用可能。



イベント開催時に便利♪施設利用者が無料で借りられる託児室もあります

※託児従事者は利用者様でご手配ください

「パルモ」  
問合せ先

〒441-8075 豊橋市神野ふ頭町3-22 ライフポートとよはし内

<http://www.city.toyohashi.lg.jp/10880.htm>

〈施設予約について〉 ☎0532-33-2800 〈相談室について〉 ☎0532-33-2822

〈ライフアップセミナーについて〉 ☎0532-51-2188

### ▶▶▶ インフォメーション

### 「将来働きたい女性のための再就職相談」

「自分にはどんな仕事に向いているの?」「前職からのブランクが長いから不安で…」

仕事を始めるためのさまざまな悩みに、経験豊富で地域情報に精通したキャリアコンサルタントがおこたえます。

相談員 ●花井かずこ氏

相談日程 ●2月13日(水)、3月13日(水) 各日9時30分～/10時30分～/11時30分～の3コマ、1回50分。

場 所 ●男女共同参画センター「パルモ」

参加費 ●無料/希望者は託児付(6か月～未就学児に限る)

申し込み ●各日実施の5日前までに株式会社エイジェック ☎052-589-8751、またはQRコードから

※再就職相談事業は豊橋市が株式会社エイジェックに運営を委託しています



花づな

男女共同参画社会を目指す情報紙 花づなvol.42

発行年月/平成31年2月

発行・編集/〒440-8501 豊橋市市民協創部 市民協働推進課

電話 0532-51-2188 ファクス 0532-56-5128

E-mail [shiminkyodo@city.toyohashi.lg.jp](mailto:shiminkyodo@city.toyohashi.lg.jp)