

「ワーク・ライフ・バランスについて」

皆さんは、「ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)」という言葉を知っていますか？男女ともに、仕事と生活の両立が充実した自分らしい生き方や働き方について考えてみましょう。

ワーク・ライフ・バランスとは？

「ワーク・ライフ・バランス」とは働くすべての人が、「仕事」と子育てや介護、趣味や学習、休養、ボランティア活動などの仕事以外の「生活」の両方を適切に調整し、どちらにも偏りすぎない状態を保つことです。単に仕事と生活に割く時間を半分ずつにして、バランスを保とうというものでもありません。仕事も生活も充実できるように多様な働き方、生き方ができるよう自分が望んだバランスを実現することです。



ワーク・ライフ・バランスを実現するためにはどうすればいい？

ワーク・ライフ・バランスを実現するためには、男女ともに家事・育児等に協力して取り組む必要がありますが、現実には男性が仕事を優先して長時間労働を行い、女性が家庭生活を優先する結果となっています。

男女ともに仕事と生活の調和を図っていくために、家族で仕事と生活のバランスについて話し合うことや、性別にかかわらず育児・介護休業制度の取得、育児や介護等のために一度職場を離れた方が再度職場に復帰しやすくする制度の充実を企業で推進する必要があります。

どのような良いことがあるのか？

ワーク・ライフ・バランスを充実させることは、働く人やその家族だけでなく企業にもメリットがあり、社会全体の活性化につながります。

