

ウィズ じょうえつ からのおたより

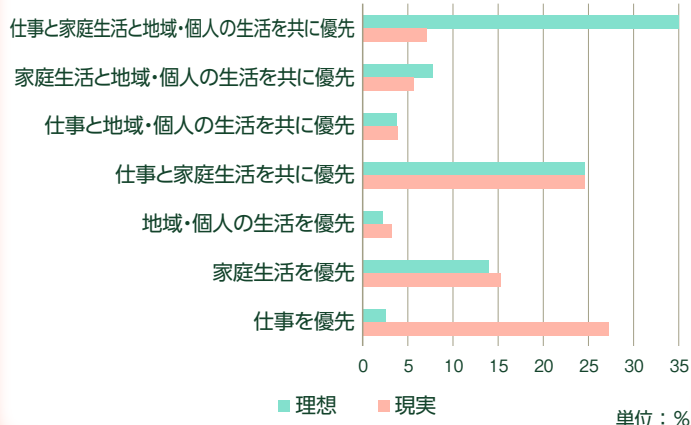
ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)で、より自分らしく、生き生きとした多様な暮らしへ

ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事と生活の調和」を意味し、「仕事」と「仕事以外の生活(家事、育児、介護、趣味、地域活動、学習、休養など)」を、自らが希望するバランスで、その両方を充実させる生き方のことです。より自分らしく、生き生きとした多様な暮らしにつながる、ワーク・ライフ・バランスについて考えてみましょう。

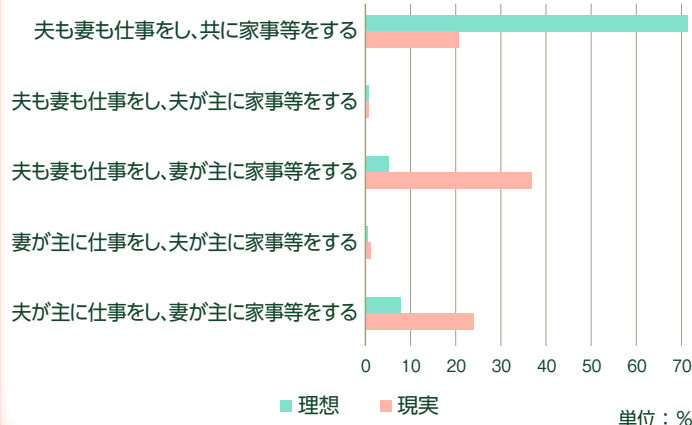
○仕事と生活についての市民の意識を見てみましょう。

「令和3年度上越市の男女共同参画に関する市民意識調査」より抜粋。対象：満18歳以上の市民2,000人（無作為抽出）、回答772人（回答率38.6%）

生活の中での「仕事」「家庭生活」「地域・個人の生活」の優先度についての理想と現実



夫婦の役割分担の理想と現実



○上記の意識調査の結果から、理想は、仕事と生活を共に充実させ、家庭では夫婦が共に家事等をする、といったワーク・ライフ・バランスの実現に向けた市民の意識が高いことが分かりますが、現実には、仕事優先、家事等は主に妻がする、というように、理想と現実には隔たりがあることが分かります。

○ワーク・ライフ・バランスの実現に向けては、例えば、以下のような取り組みがあります。

区分	現状・課題（例）	取り組み（例）	効果（例）
職場	- 長時間労働等で離職率が高い - 長時間労働等で生産性が低く、財政的に厳しい。社員の健康不安 - 人材が入ってこない（若年層はワーク・ライフ・バランスを重視する傾向）	- 生産性向上に向けた業務の見直し、効率化、無駄削減、テレワーク - 休暇制度、育児休業、育休給付金、介護休業等の周知・推奨 - 働き方改革に向けた市、県、国の支援制度を活用（※①）	- 離職率が低下し、人材が定着 - 生産性向上による財政の改善 - 社員の健康増進、意欲増進 - 働き方改革の取組が進んだことで企業評価が向上し、若年層等の人材を確保
個人・家庭・地域	- 長時間勤務等で家庭や自分の時間がとれない。心身の疲労蓄積 - 家事、育児などが女性の大きな負担になり、仕事との両立困難 - 家族の介護で仕事との両立困難 - 地域活動の担い手不足	- 働き方の見直し（職場とも連携）。内閣府作成「10の実践」（※②）等 - 家庭内でコミュニケーションを十分とり、家事、育児などを夫婦で共有 - 育児休業、育休給付金、介護休業、介護保険サービス等の活用	- 家庭や自分の時間をとることができ充実する。心身の健康増進 - 男性の家事、育児等への参画。女性の社会進出（能力発揮、収入増等） - 介護離職の防止 - 地域とのつながりの創出

※① 詳しくは



※② 詳しくは



「ワーク・ライフ・バランスで会社が利益体質に変わった」

(令和5年10月10日㊦市民プラザ)



ワーク・ライフ・バランスの推進で働きやすい労働環境づくりに取り組んでいる(株)大堀商会(新発田市、建築リフォーム)代表取締役 大堀正幸さんを講師に迎え、お話を聞きました。生産性＝成果÷労働時間とし、労働時間を減らしながら生産性と成果を増やすことを目指し、業務の効率化や無駄削減、人事評価制度改革、テレワークの推進などに取り組み、社員の満足度アップ、生産性向上、離職率低下などにつなげておられました。

「人生は有限。ワーク・ライフ・バランスを通じて幸せのために何をしたいのかを考えることは大切」とのお話が印象的でした。

講義のあと、経営者としての悩みを抱える参加者が、講師に熱心に質問をしていました。

「アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)を知ろう!」パネル展

(令和6年2月7日㊦～20日㊦ 高田城址公園オーレンプラザ)

男女共同参画サポーターの皆さんと作成した、性別による「アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)」の啓発パネルを展示したほか、内閣府作成のチェックシートを使って、自分自身の無意識の思い込みがどれくらいか自己診断するコーナーを設けました。

アンケートでは、パネル展を見た後のアンコンシャス・バイアスへの理解度は「理解できた」「おおむね理解できた」との回答が9割近くになるなど、啓発効果の高い展示となりました。

アンケートから

- ・現代社会を生きていくために、必要な知識を得られた。
- ・大事なことだけど、なかなか気づかない。気づくように心にとめておく。
- ・知らないこともたくさんあって、良い勉強になった。
- ・常に心掛けなければならない重要なこと。もう少しわかりやすい日本語になれば。
- ・予想以上に自分の中で思い込みがあるということが分かった。

など、たくさんのご意見・ご感想をいただきました。



アンコンシャス・バイアスについて、もっと知りたいひとはこちらから



ウィズじょうえつ
R5.12.25号

ウィズじょうえつでは、令和6年度も登録市民団体やサポーターとの協働により、様々な講座や催しを行います。情報は随時、広報上越や市のホームページに掲載します。皆様のご参加をお待ちしています。



市ホームページ
男女共同参画推進センター



6月23日㊦～29日㊦は男女共同参画週間です

令和6年度キャッチフレーズ「だれもがどれも選べる社会に」



内閣府
男女共同参画局

職場、学校、地域、家庭など、さまざまな場面で性別に関係なく、個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、私たち一人一人の取り組みが必要です。

自分らしい人生の実現をはじめ、あらゆる分野での男女共同参画について、この機会に考えてみませんか。

国は、男女共同参画社会基本法の公布・施行日の平成11年6月23日を踏まえ、毎年6月23日からの一週間を「男女共同参画週間」として、基本法の目的や基本理念について理解を深めることを目指しています。

女性相談のご案内(無料)

□女性相談員がDV(配偶者や交際相手からの暴力)問題をはじめ、家庭や職場、人間関係などの悩みに関する相談をお受けします。秘密は固く守ります。男性や匿名の相談もお受けします。

◆相談場所 ウィズじょうえつ(上越市男女共同参画推進センター) 上越市土橋2554番地 上越市市民プラザ2階

◆開設日時 月曜日～土曜日/午前9時～午後5時(火曜日は電話相談のみ午後7時まで延長)

※日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)、市民プラザ休館日(第3水曜日、この日が祝日の場合はその翌日)はお休みです。

※公の施設での出張相談も行っています。相談希望日の3日前までにご予約ください。

■専用ダイヤル: 025-527-3614 ■E-mail(問い合わせ): w-soudan@city.joetsu.lg.jp

【お問い合わせやご意見はこちらまで】 **ウィズじょうえつ** (上越市男女共同参画推進センター)

〒943-0821 上越市土橋2554番地 上越市市民プラザ2階

TEL 025-527-3624 FAX 025-522-8240 E-mail: d-sankaku@city.joetsu.lg.jp