

—すべての人が個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」をめざして—

～自分らしく生きるために ①ワーク・ライフ・バランスって何?～

知らず知らずのうちに「男だから」「女だから」と考え方や生き方を決めつけたりしていませんか?今号から男女共同参画社会についていくつかのテーマに沿って紹介していきます。

男女共同参画社会と言えば…

6月23日～29日は男女共同参画週間です!

「働き方改革」「女性の活躍推進」「少子高齢社会」とよく聞きますが、実は「ワーク・ライフ・バランス」(仕事と生活の調和)がとても大事!

どうのこと?



ワーク・ライフ・バランスとは単に仕事と生活を半分ずつにするではありません。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に「自ら望んだバランス」を実現すること。

例えばこんな思いを抱いていませんか?

もっと仕事がしたいけど家事や育児、介護との両立が難しい。

もっと家族との時間や趣味の時間が欲しい。

いつも遅くまで仕事。健康面が心配だなあ。



ではどうすればいいの?

家族で・・・一人が抱え込まないように家族で話し合い、協力して家事や育児等を分担しましょう。
職場で・・・仕事を効率化して労働時間を削減する取り組みなどを職場で話し合ってみましょう。

そうするとどうなる?

家事や育児等を分担して、やりたい仕事が続けられるようになった。

家族と過ごす時間ができ、仕事帰りには趣味の時間も取れるようになった。

休息する時間が取れたことで体調が良くなった。

まず家族や職場で働き方について話し合い、
そして自分にできることから始めてみませんか。

「男女共同参画社会」について学んでみよう!

■男女共同参画週間パネル展・男子子育てフォト展
多様性に関するパネルや絵本・写真を展示します。
日時:6月22日(土)～6月30日(日)
場所:市役所 1階ホール

■父子手帳「SAGA PAPA POCKET BOOK」
市窓口で母子手帳と一緒に交付しています。
インターネットでも検索してみましょう。
→「佐賀 マイナス1歳」で検索!

詳しくは 男女参画課 ☎0954-23-9141