

進めよう！ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）

「ワーク・ライフ・バランス」とは、仕事と、家庭や地域活動などの生活との調和がとれて、これらが充実していることを言います。これに取り組むことで、働く人や企業、地域社会などに様々な好循環が生まれます。子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて自分自身が望ましいと思う生き方を選択・実現できる社会が、今、私たちに求められています。

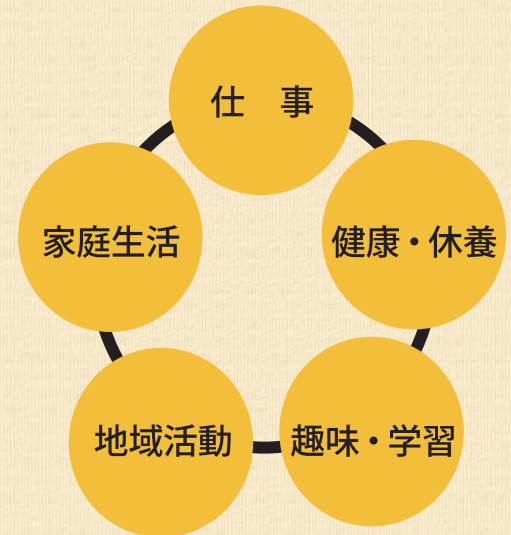
仕事に育児にPTA活動……。忙しい毎日だけれど、なんだか充実しているわ。子育てが落ち着いたら、趣味の時間も増やしたいな。

息子が夫の介護に協力的なので助かるわ。私も息子たちが安心して働けるように、「孫育て」で応援したいわ。

職場で“今日することリスト”を作るようにしたら、仕事の効率化が図れて、残業が減ったぞ。家事や地域の活動にも参加できそうだ。

パパとママがお料理を作っているときはね、私が赤ちゃんを見てあげるの。お兄ちゃんと一緒にね。

パパとママがおうちに早く帰ってくるとうれしいな。みんなで食べるごはんはおいしいよ。



できていますか？あなたが望むワーク・ライフ・バランス

ひとつ「働き方」を変えてみよう！



カエル！ ジャパン
Change! JPN

【発行】 宇都宮市男女共同参画課（〒320-8540 宇都宮市旭1丁目1番5号 ☎028-632-2346）

ワーク・ライフ・バランスについて詳細は、市ホームページ > うつのみやのまちづくり > 男女共同参画 > ワーク・ライフ・バランス をご覧ください。

