

帯広市男女共同参画情報誌

# カスタネット

第13回

Vol.29 2015.3

女と男の一行詩・最優秀作品 / 「ありがとう」言われたときの嬉しさは 男も女も変わらない

特集

## ワーク・ライフ・バランスとは？

(仕事と生活の調和)



ワーク・ライフ・バランスとは、一人ひとりがワーク（仕事）とライフ（家庭生活、地域活動、個人の自己啓発などの私生活）の調和を図り、その両方を充実したものにすることです。

仕事は暮らしを支え、生きがいや喜びをもたらします。

また、家事、育児、介護等も暮らしには欠かせません。

その欠かせない家事、育児、介護の負担が女性に偏っているのが現状です。

男女が共に家族として責任を担い社会がこれを支援するためにも、

長時間労働など職場中心の生活を改め、ワーク・ライフ・バランスの取り組みが必要です。

- 男女共同参画セミナー「個人も企業も成長する秘訣～ワーク・ライフ・バランスのすすめ～」
- 男女共同参画講座「ワーク・ライフ・バランス講座～テレワークで変わる柔軟な働き方～」
- 日本女性会議2014札幌レポート
- 第13回 女（ひと）と男（ひと）の一行詩入賞作品発表

※「カスタネット」とは、2枚の丸い木が合わさり音が出る楽器から、女性と男性が共に歩むイメージを表現したものです。