

# あきたかた男女共同参画だより



2018年春(3月)号  
NO.2 人権多文化共生推進課

## ワーク・ライフバランスで“わくわく”の新しいライフスタイル実現

安芸高田市地域人材育成コンソーシアム(あきたかたコンソ)主催「ワーク・ライフバランス実現による女性活躍推進」を考えるセミナーが2月14日に安芸高田市クリスタルアージュにおいて開催されました。

研修の第1部は働く女性を対象に、第2部は安芸高田市の経営者を対象に講義がありました。安芸高田市で働いてよかったと思える働き方を、働く側経営者側の双方が考える機会となりました。

(研修資料より抜粋)



講師は笑顔の素敵な(株)Woman's 宮崎結花さんです。第1部では女子会のようなアットホームな雰囲気となりました。

### 今の時代だからこそ質の高い社員の育成を ワーク・ライフバランスを重視する

「バランス」をとること?

ほどほどに働くこと?

どちらも、少し違います。

ワークとライフの「シナジー」(相乗効果)により  
双方がより充実したものになるという考え方です。

©株式会社Woman's

### ワークとライフのシナジー効果って?

- ◇心身ともに健康
- ◇働く意欲が向上
- ◇メンタルが安定
- ◇サービスの質向上
- ◇新しい発想
- ◇明晰さが増す
- ◇職場のコミュニケーションが円滑に
- ◇集中力が増す
- ◇最高の笑顔が実現

- ◇心身ともに安定
- ◇余裕をもって家族と接する
- ◇働く姿が子どもたちのお手本になる
- ◇新しいことを学ぶモチベーションアップ
- ◇人脈が広がる
- ◇時間の使い方が変わる
- ◇質のよい睡眠
- ◇地域とのつながりが深まる

**労働生産性がアップし付加価値を生み出す働き方へ  
→限られた時間内で企業へ利益をもたらすには・・・**

©(株)Woman's

#### <ポイント>

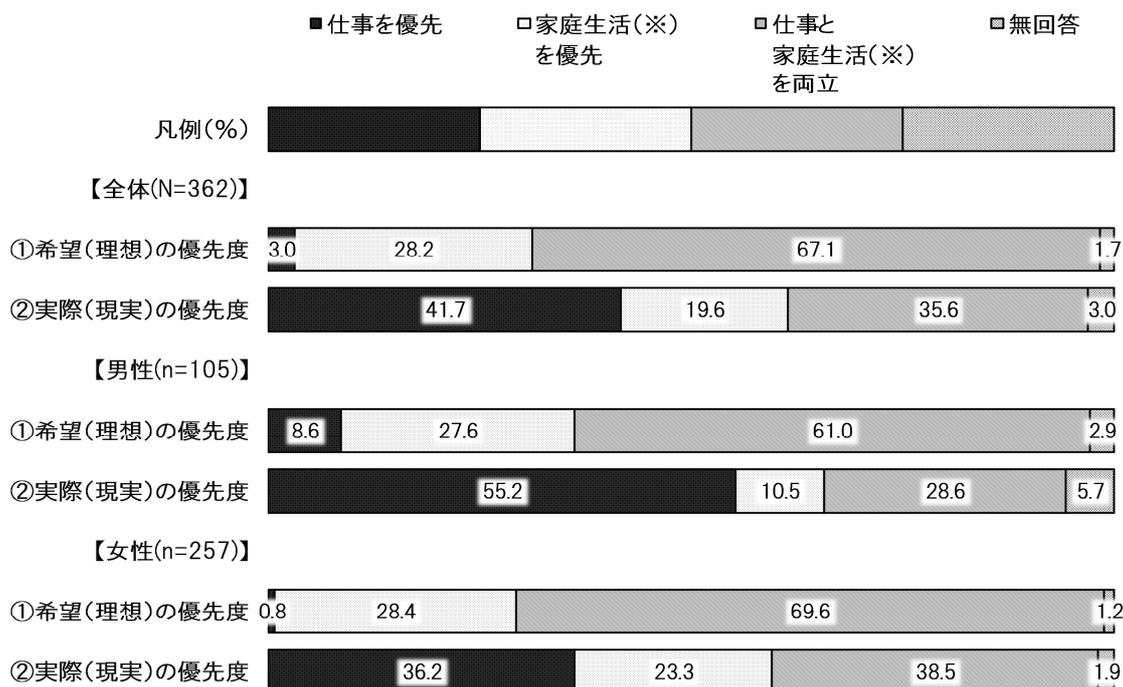
「ワーク・ライフバランス」は仕事と私生活を対立軸で見るとはならず、相乗作用を高め合う関係にあることと見るのが重要です。私生活が充実することで心身ともに健康になり、充実した家庭生活や地域とのつながりや人脈も広がるなど期待できます。そのことが仕事に役立つ新しい発想などにつながります。この好循環こそが「ワーク・ライフバランス」であり、雇用環境への導入が求められています。

セミナーの内容はまた次号以降でもお伝えします。

# ワーク・ライフバランスの現実・・・

## 市民アンケート(2016年)結果から

日常生活の理想と現実について聞きました。(回答者362人)



※プライベートな時間

この調査からも、特に男性について理想と現実のギャップが大きいことがわかります。仕事と家庭生活・プライベートな時間を両立したい人が61%いますが、実現できている人は28.6%に留まっています。

### 女の子も男の子も！

### ごはんが炊けて、みそ汁が作れる子にしよう ～野菜ソムリエ 花井綾美さん講演～

安芸高田市6町の各高齢者大学において真夏の7月から真冬の2月にかけて、RCCテレビ「イマなま」の料理コーナーでお馴染みの野菜ソムリエ(上級)花井綾美さんの講座を開催しました。

演題は「よりよく食べることは、よりよく生きること～真に豊かな食を子へ孫へ～」です。

講演後に行ったアンケートによると、参加者の多くの皆さんは、野菜の話を通じて「食」について見つめ直す機会となられたようでした。ほんとうに豊かな「食」について興味を持つことが、男性も女性も「食」を自分でつくってみることにつながり、家族みんなで温かい食卓を囲むことにも繋がりそうです。



皆さまからのご意見や情報をお待ちしています。

<人権多文化共生推進課 >

TEL 42-5630 fax 47-1206

e-mail: zinkentabunka@city.akitakata.jp