



めざそう!

ワークもライフも 大切にできる社会

少しだけ、
生き方・価値観を
変えてみませんか。

問合せ先

文化スポーツ課
文化共生グループ(☎96-1223)

ワーク・ライフ・バランスとは?

単に仕事と生活に割く時間を半々にするという意味ではなく、働く人の「仕事」と、育児や介護、趣味や学習、休養、地域活動といった「仕事以外の生活」との調和をとり、その両方を充実させる働き方・生き方のことです。それぞれのライフスタイルに応じた仕事と生活のバランスをとれるようにすることで、多様な人材が自分の事情に合わせて働くことのできる社会を目指すものです。

皆さんも、自らの仕事と生活の調和の在り方を考えてみませんか?

個人のメリット

- 家庭と仕事の両立が可能
- 仕事とプライベートのバランスがとれ、心身の健康保持・増進
- 余暇活動や自己啓発、地域活動への参加など、充実した生活を実現
- 仕事の効率・満足度アップ! 仕事へのモチベーションアップ

事業所のメリット

- 従業員の心身の健康保持・増進、満足度や仕事への意欲の向上
- 従業員の創造性・視点の多様化、働き方の効率化、経営コストの削減(残業代など)、労働生産性・競争力(売上)の向上
- 優秀な人材の確保、従業員の定着
- 事業所イメージや評価の向上

イメージするライフスタイルの例

- 性別や家庭の環境に関係なく、休暇を取得したり、定時に退社して家事、育児、介護、地域活動へ参加、自己研さん等をしたりして過ごす。
- 子どもはスポーツに励む一方、父親は生涯学習講座に参加、母親は友人と芸術鑑賞をするなど、それぞれが自分なりの時間を過ごす。
- 休日に、家族で出掛けたり、地域のイベント等に参加したりするなど、家族で時間を共有して過ごす。



11月10日(土)~11月25日(日)は
「亀山市ワーク・ライフ・バランス推進週間」です

市では、市民や事業所の皆さんに、ワーク・ライフ・バランスについて考え、実践していただく機会にするため、11月10日(土)~25日(日)を「亀山市ワーク・ライフ・バランス推進週間」と位置付け、さまざまな取り組みを行います(期間中に実施する講演会など詳しくは、広報かめやまと同時配布するチラシ等で後日お知らせします)。

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	