



年2回、男女共同参画にまつわる新鮮ネタをお届け！

# 男女共同参画ニュース

vol. 2 ～ライフステージが変わってもみんな輝く！①～

## 仕事と生活、どちらも豊かに

**こ**んには！  
男女共同参画とは、男性も女性も、意欲に応じて、あらゆる分野で活躍すること。皆さんは性別のために窮屈さを感じたり何かを我慢することなく、皆さんの分野で活躍できていますか？  
さて、ワークライフバランス（仕事と生活の調和）という言葉で以前より目にするようになった方もいるのではないのでしょうか。バランスと聞くと、ワーク時間とライフ時間が同一になればいいの？なんて思ってしまうかもしれませんが、そうではありません。

ん。仕事と生活は切っても切り離せないもの。ライフ（生活）を充実させるとワーク（仕事）の効率が上がり、ライフにゆとりができワークのパフォーマンスが上がるという相乗効果が期待されています。



生涯の間にはさまざまなライフステージがあり、妊娠、出産、病気、介護などそれまでの生活を変えざるを得ないときもあります。

<ライフステージの変化例>



そういったときに、働き方の工夫で、仕事を辞めたり希望を諦めるだけでなく、また違う選択肢も考えられるようになるかもしれません。

例えば  
どんな工夫？



残業をセーブ

男性も女性も  
育児休暇取得

時短勤務

## こんな働き方の工夫も

**神** 奈川県は「通勤・通学時間が長い!?ランキング」で1位になりました。（平成28年社会生活基本調査から分かる47都道府県ランキングより）

例えばテレワーク（パソコンなどを使って会社ではなく自宅で勤務すること）をすると、通勤の往復時間を仕事以外に充てることもできます。

このような環境の整備は、雇用主が理解を深めたり社会全体で考えていく必要があるかもしれません。

皆さんの  
体験談



納期に間に合えばよいので、自分で仕事時間を調整しています。小学校低学年の我が子に合わせて無理なく働いています。

（市内在住 40代女性）

在宅勤務の日は、子どもの塾の送り迎えをしています。進路に向けて話す時間が増えました。

（市内在住 40代男性）



## 次回、直撃インタビューをお届け！

**誰** かがライフステージの変化などで働き方に工夫が必要な時、周りの皆さんでサポートしあいましょう。

今回の男女共同参画ニュースでは、夢を叶え、仕事・家庭・育児の両立を図っている方にインタビューをしましたのでご紹介します。お楽しみに！

第3次みうら男女共同参画プランはホームページにて掲載しています。また、市民協働課でも配布しています。

三浦 男女プラン 検索



問合せ 市民協働課(☎内線311)