

豊かに暮らせる社会の実現に向けて ワーク・ライフ・バランスという言葉を知っていますか？



ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事」と育児や介護、地域活動や趣味・学習といった「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。

仕事上の責任を果たすとともに、個人の生活も充実させることで、一人ひとりがいきいきとした生活をおくることができ、社会全体が活性化していくといわれています。

あなたの職場でも取り組んでみませんか？

1. 会議や打合せでは、終了時間をきめたり、資料を少なくしたり効率化に努める。
2. 仕事の手順書やメモなどを作って、職場の人に分かるようにする。
3. 業務の分担を常に見なおし、特定の人に業務が偏らないようにする。
4. 職場メンバーの仕事内容を知って、繁忙期の助け合いや、急に休んでも業務が停滞しないようにする。
5. 職場内でコミュニケーションをとり合い、休暇の調整や休みやすいような環境づくりをする。
6. ノー残業デイを設定して、勤務時間が終わると、帰りやすい雰囲気づくりをする。
7. スケジュールや仕事の進みぐあいがわかるようにし、職場全体で協力できる体制にする。
8. 仕事の効率化策について話し合い、改善や情報の共有に努める。

おたずね／市民活動支援課

☎ 216952

ワーク・ライフ・バランスの推進は、地域で、家庭で、職場で取り組んでいくことが必要です。市では出前講座や講演会等啓発事業に取り組んでいます。皆さんも、ワーク・ライフ・バランスについて考え、地域を、職場を、あなたの生活を充実させてみませんか？