

くすのきプラーザ通信



出雲市男女共同参画センター(くすのきプラーザ) 〒693-0011 出雲市大津町 2096-3
TEL:22-2055 FAX:22-2157 E-mail: women@local.city.izumo.shimane.jp

令和7年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ

誰でも、どこでも、自分らしく

毎年6月23日～29日の1週間は

男女共同参画週間 です



内閣府では、「『人材の育成・ネットワークの形成』を軸とした取組を進めるためのキャッチフレーズ」を募集し、応募総数 4,946 点の中から「誰でも、どこでも、自分らしく」が選ばれました。



コミュニティの力が社会の未来を創る

「島らしい DX」「デジタルで持続可能な島づくり」で、そのコミュニティが国内外から注目を浴びている隠岐郡海士町。2024 年にはデジタル人材がもっとまちづくりに関われるような役場プロジェクトとして「Code for Oki」が立ち上げられました。IT 経験問わず、滞在人口・関係人口から仲間を募り、行政のデジタル化支援やデータ活用による地域課題の可視化など、デジタルの力を活用した持続的な町の課題への取り組みが話題となっています。

海士町は、20 年前に財政破綻寸前となり、過疎化による島前高校廃校の危機にまで追い込まれていました。この後がない状況で「教育魅力化プロジェクト」が始動し、生徒数は V 字回復。この取り組みは

「1000 人の移住者を作ろう」ではなく「100 人の高校を良い場所にしよう」

という規模感で始まったのが成功の鍵だと分析されています。島留学で日本全国から集まった生徒たちの中からは、卒業後も地域おこし協力隊として島に残り、現在の「デジタルで持続可能な島づくり」への参画もあるそうです。

人材育成となると「教えること」に重きを置いてしまいがちですが、海士町が大事にし続けているのは、「人と人がつながり、共に学び合い、互いに力を出し合えるコミュニティ」。このような環境づくりが、人が育つ社会を創る鍵なのかもしれない、と思われました。

男女共同参画週間を機に、家庭、学校、職場、地域など身近な場が「誰でも、どこでも、自分らしく」あるコミュニティになると心強いですね。





イクボス宣言登録企業紹介

イクボスとは、**職場でともに働く部下やスタッフのワーク・ライフ・バランスを考え、その人のキャリアと人生を応援しながら、組織の業績や結果を出しつつ、自らも仕事と私生活を楽しむことが出来る上司のこと**です。

出雲市では、市内にワーク・ライフ・バランスの機運を醸成させるため、令和4年度にイクボス宣言企業登録制度を創設しました。イクボス宣言を行い、組織や体制を見直すことにより、業績の向上やより良い職場環境の形成にむけて取り組んでいる出雲市の企業や事業所等を紹介します。

株式会社 シーエスエー

企業の成長は改革と信頼関係の積み重ねと共に

電気・機械設備業向け積算システム「積算らいでん」を中心に各種業務のシステム化を推進し、建築設備業を支える創業35年の株式会社シーエスエーに伺い、イクボスの取り組みや考え方についてお聞きしました。



イクボス宣言のきっかけを教えてください

社員とその家族の幸福度を高めたいという思いから、事業継承した8年前より働き方改革に力を入れ、様々な取り組みを行っています。男女ともに仕事と家庭を両立し、働きやすく、モチベーション高く仕事のできる職場環境をつくりたいと考え宣言しました。

株式会社 シーエスエー

所在地: 出雲市上塩治町
本店: 出雲市
業種: 情報通信業
従業員: 51名(正規)



イクボス宣言後の変化についてお聞かせください

様々な取り組みを進める中で、子育てや介護といった個人の事情について、これまで以上にオープンに話しやすい雰囲気が社内に生まれ、周囲も自然と配慮や理解が深まってきました。

また、管理職層が率先して柔軟な働き方や制度利用に理解を示すことで、全体として「誰もが安心して働ける環境づくり」に向かう一体感が強まってきていると感じています。社員のモチベーション向上にもつながり、信頼関係やチームとしての協力体制も深まっています。



経営企画室 吉田室長 和田社長

御社のワーク・ライフ・バランスについて教えてください

- ・30分単位の有給休暇制度
- ・育児介護時の時差・時短勤務制度
- ・インフルエンザ予防接種補助 ・アニバーサリー休暇
- ・配偶者帯同転勤制度 ・不妊治療休暇、両立支援制度
- ・各種セミナーの開催(イクボス、子育て・介護支援、働き方・ワークライフバランス)

男性育児休業取得率100%

子育て・介護の知識を深め、利用の促進、制度を安心して利用できる職場環境の熟成を目指しています



アイデアや意見の言い易い職場が技術力やきめ細かな顧客サポートの向上を生み出します。



CSA クラブ

小学校の長期休業時の児童預かり制度。社員が有休取得なしで、社員も子どもも安心して過ごします。



「また来たい～」と大好評

今後注力したいことや新たな取り組みは何ですか

これまでの働き方改革の取り組みを更にブラッシュアップし、人材育成や社内コミュニケーションの活性化により一層、力をいれたいと考えています。

また、「これいいな」と思えることはスピード感を持って形にしていく姿勢を大切に、「島根で一番素敵な会社」を目指して挑戦を続けていきます。

4月から拡充 仕事と育児の両立支援

子どもを産み育て、家庭生活を豊かに過ごしたいと願う人々の希望を実現するために、これまでに何度かの育児・介護休業法の改正がありました。また、「出生後休業支援給付金」等の創設により、仕事と育児の両立支援が拡充されています。

育児休業の実情

男性の育児休業は法施行から取得可能でしたが、近年ようやく取得する人が増えました。男性の育児休業取得率は2015年の**2.65%**から2023年では**30.1%**に上昇しました。

育児休業期間では、女性は**6ヶ月以上**取得が**90%**以上に対し、男性は**1か月以下**が**58%**で、期間がまだまだ短いのが現状です。
<厚生労働省:「雇用均等基本調査」>

また、第1子出産後の就業継続**69.5%**と約**3割**の女性が出産を機に退職しています。
<国立社会保障・人口問題研究所「第16回出生動向基本調査(夫婦調査)」>



育児・介護休業法(主な変更点)

<引用:厚生労働省 HP>

		これまで	R7.4/1~
子の看護等 休暇 (名称変更)	対象の子の範囲	小学校就学の始期に達するまで	小学校3年生修了まで
	取得理由	①病気・けが ②予防接種・健康診断	①②の他 ③感染症に伴う学級閉鎖等 ④入園(入学)式、卒園式
残業免除	子の年齢	3歳未満	小学校就学前
育児休業 取得率の 公表義務	対象企業	従業員数	従業員数
		1,000人超	300人超

出生後休業支援給付金



上乗せ
28日間
手取
約10割

両親共に(配偶者が就労していない場合などは本人が)、**14日以上**育児休業を取得した場合は**28日間**、これまでの給付率に**13%**上乗せされ、給付率が**80%**となり、社会保険料が免除の為、手取り分の約**10割**が支給となります。時短勤務者の給与の**1割**が国から支給される制度も始まります。
(詳細は厚生労働省 HP をご参照ください)

“取るだけ育休”にならないポイント

出産後の女性の体は労働基準法 65 条で一定期間就業禁止が定められる等、大きなダメージを負っており、まず身体を回復させることが第一です。子育ての中で、母乳の授乳以外のミルク作り、おむつ替え、沐浴、寝かしつけ等は男性にもできます。子育ては時間や労力を犠牲にすることではなく、人間性が豊かになり、幸せを与えてくれます。何をしたらよいかを夫婦でよく話し合い、かけがえない育児休業期間を送りましょう。

パパがするとママが嬉しいこと

- ・家事(洗濯、掃除、食事作り等)
- ・赤ちゃんのお世話(ミルク、おむつ替え、沐浴、寝かしつけ等)
- ・上の子の面倒を見る ・ママの話を聞く
- ・ママの睡眠の確保 etc...

(参考:島根県発行:パパの育児手帳)

育児との両立に役立つサイト

検索



<出雲市:すくすくいずもアプリ>



<島根県:パパの育児手帳>



<島根県:みんなが育休応援団>



気になるワードをチェック！

プレゼンティーズム



プレゼンティーズム とは？

出勤はしているものの、心身の病気や不調という健康上の問題によって仕事のパフォーマンスが低下している状態のこと。

昨今社員の健康の維持・増進を目的とした「健康経営®」に取り組む企業から注目が高まっているワード。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

女性特有のプレゼンティーズムを招く健康問題にはこんなものがあります

・月経・月経困難症・月経前症候群・更年期症状 など
就業者の約半数（45.2%）を女性が占めるとされている日本では、「女性特有のプレゼンティーズム対策」が重要視されつつあります。（令和6年度男女共同参画白書より引用）



女性だけではなく！
実は、男性にも 更年期 があるんです

男性更年期障害＝LOH 症候群

男性ホルモンの分泌低下で引き起こされる様々な症状で40代以上の男性6人に1人の割合で発症しているとも言われています。

うつ症状、いらだち、無気力感、ほてり、性欲減退などの症状が出るとされています。

女性と違い男性更年期には終わりが無いのが特徴です。

プレゼンティーズムを招く健康問題

- ▶ 肩こり・腰痛・頭痛
- ▶ 疲れ・疲労（眼精疲労・脳疲労など）
- ▶ 睡眠不足
- ▶ 不安
- ▶ うつ病
- ▶ アレルギー（花粉症・鼻炎など）
- ▶ 感染症（風邪など）
- ▶ 高血圧 など



この要因とされているのが



食生活の偏り
運動不足
生活習慣の乱れ



社内の人間関係
コミュニケーション不足
職場環境の不整備

従業員自身の健康意識の低さ
情報不足

健康経営の取組みの一つとして、社内全体のプレゼンティーズム対策はもちろんのこと、男女がお互いを理解し合い、健康増進できる社会になるといいですね！



くすのきプラザ利用のご案内

くすのきプラザは、豊かな緑と四季折々の花々が楽しめる“くすのき広場”にあります。どなたでも気軽にご利用いただけます。

- 利用時間 9：00～22：00
- 受付時間 9：00～17：00（日曜日・祝日を除く）
- 休館日 年末年始（12月29日～1月3日）
- TEL：22-2055 FAX：22-2157
- メール：women@local.city.izumo.shimane.jp

多目的室（洋室北面）・・・ 500円／1時間
 多目的室（洋室南面）・・・ 810円／1時間
 多目的室（洋室全面）・・・ 1320円／1時間
 会議室（和室）・・・ 500円／1時間
 ※営利目的で使用の場合、上記の2倍です。
 ※冷暖房費は使用料金の3割です。
 ※予約は2か月前から受け付けます。

