

# 「ワーク（仕事）・ライフ（生活）・バランス（調和）」

この言葉を聞いたことがありますか？

一人一人がやりがいや充実感を感じながら働き、家庭や地域活動など様々な活動において、自ら希望するバランスで実現できることを言います。

皆さんは、仕事、家庭、趣味、地域活動など、バランスを取って生活していますか？  
今号では、ワーク・ライフ・バランスについて、楽しく学んでみたいと思います。

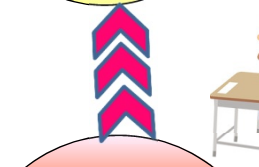
# あそんで 学ぼう！ ワーク・ライフ・バランス すころく

## スタート！

学校を卒業して社会人一年生として働き始めます。  
【やる気満々で3コマ進む】



遠方の実家の母が転んで怪我をする。家事に困る父のため、休日は実家の手伝いに行く。  
【介護の大変さを知る。2コマ進む】



子どもが小学校に入学。地域の子ども会に入会する。夏祭りや餅つき大会に参加することで、ご近所同士で仲良くなる。  
【地域の絆を知り一気にワーブ】

配属先が決定。一人暮らしを始める。食事、掃除、洗濯を自分でやる毎日。  
【慣れない家事に奮闘3コマ進む】

仕事を任せられ残業続きの毎日。やりがいがあり働く事は楽しいけれど…。【疑問を持ちつつ仕事は充実2コマ進む】

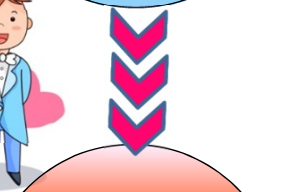
長時間労働による過労のため、体調を崩し療養休暇。【仕事は「量」より「質」と反省。1回休みの後、2コマ進む】

効率良い仕事の進め方を工夫し、残業を減らす。休日に好きなサイクリングを復活。【リフレッシュできる日々4コマ進む】

サイクリングサークルで素敵な人に出会う。気が合う二人は間もなく結婚！楽しい新婚生活を始める。【仲間や両親の祝福を受け一気にワーブ】



結婚後もお互い仕事を継続。まもなく、祝！妊娠。夫婦で妊婦健診や両親学級に参加。【パパママの自覚に目覚め一気にワーブ】



職場に妊娠の報告をしたら降格を告げられる。【ハラスメント担当部署に相談し撤回。1回休みの後、2コマ進む】

第1子誕生。ママは産休、パパは育休を申請。上司は快く承諾。子どもをお風呂に入れたり、産後ママをいたわる。  
【新鮮な楽しい体験4コマ進む】

ママは復職を検討。保育園探しを始める。【待機児童の不安もあったが無事入園。2コマ進む】

保育園ってたくさんあって迷うね！

介護は1人で抱え込まないとイイね！

ママは管理職として活躍。パパは定年。介護・家事の傍ら、自治会活動に参加。  
【ママの仕事に応援。女性活躍社会が実現2コマ進む】

子どもが独立。ママも定年になり、二人の趣味のサイクリングをまた始める。  
【穏やかな日々3コマ進む】

女性が活躍できる社会ってイイね！

家事はみんなができるとイイね！

これってマタハラだよな。

これがあなたのワーク・ライフ・バランス！

ゴール！

マタハラ(マタニティハラスメント)  
妊娠・出産・育児休業等を理由とする解雇・雇止め・降格等の不利益な取扱いをいう。

イクメン  
育児に積極的に参加する男性  
イクボス  
イクメン・ワーキングマザーを支援し、部下を育てる上司

“すころく”を通して、感じたことはありませんか？それは、ワーク・ライフ・バランスって、特別難しい取組ではない！ということです。では、なぜ、時に仕事と生活のバランスが傾いてしまうのか？それは、人それぞれが、自分の価値観で判断しているからではないでしょうか。性別にとらわれることなく、お互いがそれぞれの立場を尊重し、“違い”を認め合うことができれば、ワーク・ライフ・バランスは実現するはず。皆さんも、“違いを認め合う”この意味を考えてみてください。