

●ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）

仕事は、暮らしを支え、生きがいや喜びをもたらすものですが、同時に、仕事以外の生活も暮らしに欠かすことができないものであり、その充実があってこそ、人生の生きがい、喜びは倍増します。しかし、現実の社会には、安定した仕事に就けず、経済的に自立することができない、仕事に追われ、心身の疲労から健康を害しかねない、仕事と子育てや老親の介護との両立に悩むなど、**仕事と生活の間で問題を抱える人が多く見られます。**これらは**社会の活力の低下や少子化・人口減少という現象にまで繋がっている**と言えます。それを解決する取組が、ワーク・ライフ・バランスの実現です。

●労働時間の二極化・仕事と育児の二者択一を迫られる女性

アルバイトや派遣社員などのパートタイム労働者の比率は一貫して増えていますが、正社員を含む一般労働者の労働時間は、この十数年間、高止まりで推移しており、**正社員は相変わらず仕事に忙殺されている**ことが分かります。自己啓発や家族団らん、地域活動へ参加する暇もなく、長時間労働により健康を害する労働者も少なくありません。週60時間以上働く男性が30代・40代では20%を超え、5人に1人を超えられているとされています。**長時間労働は、精神や身体に大きな影響を及ぼし、最悪の場合にはうつ病、自殺、過労死にもつながります。**

進路に関して悩む女子学生が抱える不安として、「結婚」や「育児」の仕事への影響があります。共働き世帯が増え、現在では雇用者世帯の過半数を占めていますが、子育て支援などの社会的基盤の整備はまだ不十分です。出産を機に仕事を辞めた人の24%は、「仕事を続けたかったが仕事と育児の両立の難しさでやめた」としています。**4人に1人が仕事と子育ての二者択一を迫られ、続けたかった仕事を断念している**のです。

また、男性の7割がワーク・ライフ・バランスを実践したい、3割が育休を取りたいと思っているという調査結果がありますが、**実際の育休取得率（男性）は1%台**。「イクメンを目指したい！」という男性も、「仕事を頑張りたいから、男性にも子育てに協力してほしい！」という女性も、これではなかなかうまくいきません。これは企業側の取り組みが重要になってきますが、一人ひとりの意識の改革が社会全体を動かす事につながります。

反対に、仕事を一生懸命しない理由をワーク・ライフ・バランスに求めている、バランスが取れているとは言えません。**仕事への貢献度と生活の充実度を共に高めていく意識**を目指し、仕事とライフイベントとの両立が可能となる人生をデザインできるような力を身につけていきましょう！

●ワーク・ライフ・バランスの視点で企業を研究してみよう！

一般に大きな企業ほど福利厚生が充実していると言われるますが、中小企業ではどうでしょうか。「**福利厚生の充実＝ワーク・ライフ・バランスの実現**」とは限りません。その企業の方針や「社風」は、ワーク・ライフ・バランスにも関わってきます。入社後にミスマッチによって退職せざるを得ないということにならないよう、企業のワーク・ライフ・バランスに関する取り組みを知るとともに、自分にとってのワーク・ライフ・バランスを考え、状況にあわせて自ら実践していける力を培いましょう！

●「男女いきいき・輝き宣言企業」を知っていますか？

山梨県では、男女の仕事と生活の調和や女性の能力活用など男女がともにいきいきと活躍できる職場づくりに積極的に取り組んでいる企業、または、積極的に取り組もうとする企業を、「男女いきいき・輝き宣言」企業として募集しており、**現在73社の企業が登録されています！**