

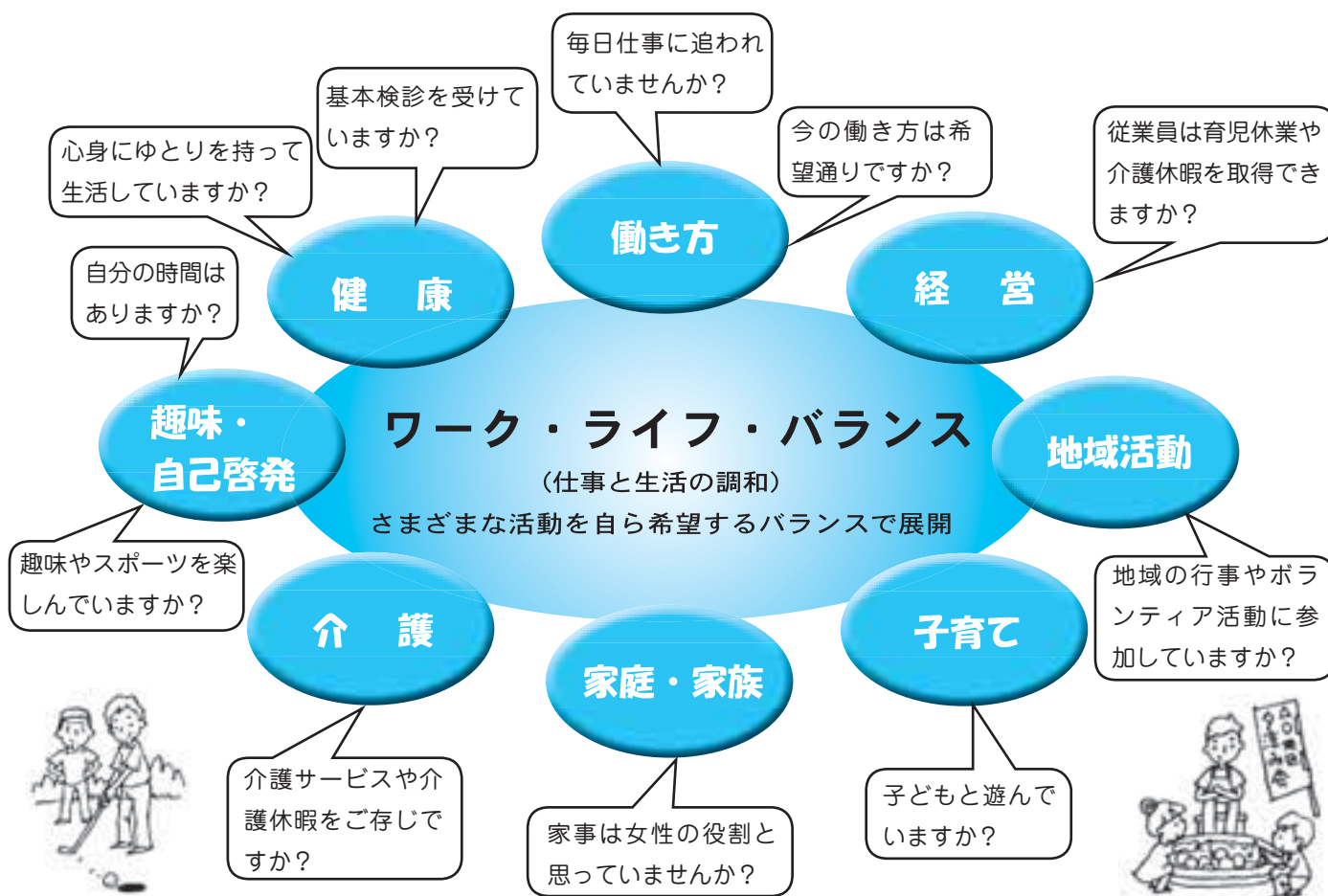
# ワーク・ライフ・バランス (仕事と生活の調和)をすすめよう

ゆっパル14号

男女共同参画市民情報誌  
「ゆっパル」編集委員の  
コーナーです

少子高齢化による人口減少時代を迎え、活力ある社会を実現するためには、誰もがさまざまな可能性を自ら選択でき、能力を最大限に発揮できる環境が必要です。

そこで、家庭（子育て、介護を含む）、職場、地域社会などで、自らの希望で生活できる「ワーク・ライフ・バランス」について考えます。



ワーク・ライフ・バランスには、さまざまな定義がありますが、仕事と仕事以外の諸活動がバランスの取れた状態にあることです。

働き方や地域活動、子育てなど、個人のライフステージにおいて、仕事と仕事以外の生活が衝突したり、摩擦を起したりする状態を回避する仕組みづくりが必要です。多様性を尊重した活力ある社会を目指すためには、経営者や労働組合、学識者推進活動を行う団体などの幅広い賛同と協力が求められています。

「子どもと家族を応援する日本」重点戦略検討会議「働き方の改革分科会」によると、個人が仕事上の責任を果たしつつ、結婚や育児をはじめとする家族形成のほか、介護やキャリア形成、地域活動への参加など、個人や多様なライフスタイルの家族がライフステージに応じた希望を実現できる状態のこと。

男女共同参画会議「仕事と生活の調和に関する専門調査会」によると、老若男女誰もが、仕事、家庭生活、地域生活、個人の自己啓発などさまざまな活動について、自ら希望するバランスで展開できる状態のこと。



ワーク・ライフ・バランスとは？