



児童虐待を防止するためには速やかな「通報」が大事です。
「虐待かな」と思ったら、通報・情報提供をお願いします。
虐待のない「子育てに優しい社会」を目指し、市民一人一人に何ができるか、
この機会に考えてみませんか。



子ども虐待防止の
シンボルマーク

オレンジリボン

◆ 通報・情報提供先

児童相談所全国共通ダイヤル 189 いちはやく
七戸児童相談所 ☎0176⑧0808
子育て世代親子支援センター ☎⑤6734

「189 (いちはやく) 知らせて守る こどもの未来」
(令和2年度最優秀標語)



あおもり性暴力被害者支援センター 問青森県青少年・男女共同参画課 ☎017-734-9228

青森県では、性犯罪・性暴力の被害に遭われた人を支援するため、被害に遭
われた本人やその家族などからの相談を受け、要望に応じた必要な支援をコー
ディネートする「あおもり性暴力被害者支援センター」を設置しています。

被害に遭われた人の意思を尊重しながら、関係機関と連携・協力して支援を
行います。専門の研修を受けた相談員が対応し、秘密は厳守しますので、一人
で悩まずにご相談ください。



女性に対する
暴力根絶の
シンボルマーク

パープルリボン

※11月12日～25日は「女性に対す
る暴力をなくす運動」期間です

性暴力被害専用相談電話

「りんごの花ホットライン」

やさしく
☎ 017-777-8349

【相談受付時間】

午前10時～午後9時 (月・水曜日)
午前10時～午後5時 (火・木・金曜日)
※土・日曜日、祝日、年末年始は除きます。

「女と男」がともに輝くまちの実現をめざして

男女共同参画 ～改めて「ワーク・ライフ・バランス」を考えよう～

問総務課 ☎⑤6702

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、家事・育児、地域の人との付き
合いなどの生活も暮らしに欠かすことができないもの
です。それらの充実があってこそ、人生の生きがい、
喜びは倍増します。

しかしながら、現実の社会では、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す、仕事と子育てや親の
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。これらのことが、働く人々の
将来への不安や豊かさが実感できない大きな要因と
なり、社会の活力の低下や少子化・人口減少という現
象にまでつながっているといえます。この問題を解決
する取り組みが、ワーク・ライフ・バランスの実現です。

まずは、働き方を見直してみませんか

「働き方改革」という政策の下、長時間労働などが
大きな課題となっています。長時間労働は健康の確保
だけでなく、仕事と家庭生活の両立を困難にし、女性
の活躍や男性の家庭(家事・育児・介護など)への参

加を阻む原因となるため、働き方を見直す必要があり
ます。

働き方を見直すことは、ワーク・ライフ・バランス
を推進し、個人の仕事や生活、家族の暮らしの充実
にもつながります。企業にも従業員の意欲向上や女性の
活躍推進などのメリットが想定されます。

企業・個人ができる取り組み (一例)

企業	長時間労働の是正
	短時間勤務などの柔軟な勤務体系の導入 育児・介護などの両立支援
個人	仕事の効率化・共有化 定時退社の実践

ワーク・ライフ・バランスの実現は、
皆さん一人一人が望む生き方ができる
社会の実現にとって必要不可欠です。

皆さんも自らの仕事と生活の調和の
在り方を考えてみませんか。



カエル! ジャパン
Change! JPN