

# ワーク・ライフ・バランスについて

大東貢生

## 1. ワーク・ライフ・バランス (work-life balance) とは？

仕事だけではなく家庭や地域社会等においても、ライフステージに応じた自らの望む生き方を選択・実現することができる状態のこと。平成 19 (2007) 年に「仕事と生活の調和 (ワーク・ライフ・バランス) 憲章」及び「仕事と生活の調和のための行動指針」が策定されている (第 4 期ねやがわ男女共同参画プラン 71 ページ)。

具体的には (上記憲章より)

- ①就労による経済的自立が可能な社会
- ②健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会
- ③多様な働き方・生き方が選択できる社会

## 2. ワーク・ライフ・バランスの阻害要因

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る。

### 背景

- ①国内外における企業間競争の激化、長期的な経済の低迷や産業構造の変化
  - 正規雇用 (正社員) と「非正規雇用」(準社員、契約社員、パートタイマーなど) の分断
  - 利益の低迷から働き方見直しに取り組むことが難しい企業も存在
- ②共働き世帯の増加と、変わらない男女役割分担意識
  - 勤労世帯の半数以上が共働き世帯⇔職場・家庭・地域社会での男女の役割分担意識
  - 結婚や子育ても困難になる (少子化の要因)

## 3. ワーク・ライフ・バランスの実現のために

市民一人ひとりの意識を変えること、企業が働き方を見直すこと

- 男は仕事、女は家庭という固定的な考えを見直すこと
- 管理職、上司が働き方を見直すこと

## 働く人にとってのメリット



## 企業にとってのメリット

- ・長時間労働を改善し、従業員の健康が守られる
- ・仕事以外の生活を充実させることで、従業員の満足度や仕事への意欲が高まる
- ・知識や技術、経験のある人材の離職を防ぎ、有能な人材の確保につながる
- ・限られた時間で仕事を遂行しようとするため、仕事の効率化が図られる
- ・仕事以外の生活の経験を通じ、生活者としての視点や創造性が養われたり、資格を取得したりするなど、従業員の能力向上につながる
- ・企業イメージが向上し PR 効果につながる



### 【考えてみよう！】

男性国会議員の「育休宣言」、あなたはどのように考えますか？

<参考>

内閣府「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）憲章」  
[http://www.cao.go.jp/wlb/government/20barrier\\_html/20html/charter.html](http://www.cao.go.jp/wlb/government/20barrier_html/20html/charter.html)  
政府広報オンライン 特集「ワーク・ライフ・バランス」([http://www.gov-online.go.jp/tokusyu/201302\\_02/sitte/](http://www.gov-online.go.jp/tokusyu/201302_02/sitte/))