

男女共同参画通信

Gender Equality & Diversity

ワーク・ライフ・バランス 「仕事と生活の調和」について



問 まちづくり課 協働推進係 ☎ 92-7935

ワーク・ライフ・バランスとは、一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などでも、「趣味・学習・休暇」などを楽しみ、かつ「育児・介護」に関わる時間を十分に確保することで、仕事と生活の両方を充実させた「仕事と生活の調和」という考え方です。

性別や年齢に関係なく、長期的に能力を発揮し活躍するためには、心と身体の健康を保つことが不可欠です。しかし、現実の社会では、長時間労働などによる心身の疲労から体調を崩したり、仕事と子育てや介護など家庭生活との両立に悩んだりなど、さまざまな問題を抱えている方がおられます。

長時間労働が続くと仕事の生産性が低下します。業務を効率化するために仕事にメリハリをつけるとともに、しっかりと休養をとって、家族や友人たちと過ごしたり、趣味の時間を楽しんだり、自己啓発に励むなど生活を充実させることで、仕事の意欲を向上させ好循環をもたらすことができます。

また、固定的な性別役割分担意識にとらわれず、子育てや介護を家族と共に協力して行うことにより、それぞれの希望に沿った生き方の実現にもつながります。

仕事と生活をどのようなバランスにするかは人それぞれです。それぞれが置かれた状況に応じて、多様な働き方や暮らし方を選択できる社会の実現に向け、皆さんも自らのワーク・ライフ・バランスについて考えてみましょう。

にっこり母子保健推進員さん通信

～ 2 区長野さん・4 区古賀さんが活動 10 年目の表彰をいただきました～

問 健康増進課 母子保健係（保健センター内） ☎ 92-2045

母子保健推進員は、町長の委嘱により 19 名が活動しています。3 か月児の赤ちゃん訪問や乳幼児健診、総合健診や婦人がん検診の託児など母子保健に関する活動をしています。

今回、佐賀県母子保健推進協議会鳥栖支部から母子保健推進員活動 10 年目として長野加代子さん（2 区）と古賀佐和子さん（4 区）が表彰されました。

今後も母子保健推進員は乳幼児のご家庭の身近な相談役として、家庭と保健センターをつなぐパイプ役として活動していただきます。皆様、よろしくお願いいたします。



令和 8 年度厚生労働省委託事業
高齢者活躍人材確保育成事業

受講生募集中
受講料無料

刈払機安全講習



講習会場：キャタピラー九州株式会社
佐賀教習センター（佐賀市）
実施時期：令和 8 年 9 月 29 日（火）
締切日：9 月 17 日（木）

放課後児童 クラブ補助講習



講習会場：高齢者ふれあい会館「りふれ」
実施時期：令和 8 年 10 月 6 日（火）～
10 月 7 日（水）（2 日間）
締切日：9 月 24 日（木）

有料広告

お問合せ先

公益社団法人 佐賀県シルバー人材センター連合会
TEL 0952-20-2011

連合会 HP へ



対象者

佐賀県内在住の 60 歳以上で、
受講後 シルバー人材センター
に入会を希望する方

・「受講申込書」の提出が必要です。
・日程、会場は変更になる場合があります。

定員
10 名