

ワーク・ライフ・バランス を知っていますか？



ワーク・ライフ・バランスとは、ワーク（仕事）の根源にライフ（生活）があり、ライフの質が上がる
とワークの質も上がるという『生活と仕事の相乗効果を図るもの』なのです。

もし、あなたが「ライフに重きをおくと、ワークが軽んじられる」と、とらえているなら少し考え方の
見直しが必要かもしれません。ワーク・ライフ・バランスは“幸せバランス”です。自分でできることは
何かを考え、できることから始めてみましょう。きっと変化が起こるはずですよ！！

【理解度チェック】

ワーク・ライフ・バランスチェック

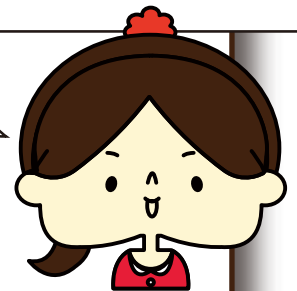
働く人々を取り巻く状況は、日本ではどうなっているのでしょうか？

ワーク・ライフ・バランスを保つには、何から取り組んだら良いのでしょうか？

日本の平均値とあなたの状況を比較してみてください。（平成22年度資料に基づく）

1. 週労働時間60時間以上の雇用者の割合は、約___%である。
[①10 ②15 ③20]
2. 年次有給休暇取得率は、約___%である。
[①47 ②57 ③67]
3. 柔軟な働き方の中で、もっともニーズが高いのは___である。
[①子どもの看護休暇 ②半日単位での有給休暇 ③在宅勤務]
4. 女性の育児休業取得率は、約___%である。
[①64 ②74 ③84]
5. 男性の育児休業取得率は、約___%である。
[①1.4 ②2.5 ③3.8]
6. フルタイム労働者に占める週60時間以上働く人の割合が一番多いのは、男性___歳代である。
[①20 ②30 ③40]
7. 労働安全衛生法では、月時間外労働時間___時間以上で本人の申し出があった場合、
医師の面談を義務付けている。
[①60 ②80 ③100]
8. 日本の合計特殊出生率(※)は、___である。
[①1.29 ②1.39 ③2.14]
※合計特殊出生率とは、その年次の15歳から49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもので、1人の女性が仮にその年次の年齢別出生率で一生の間に生むとした時の子ども数に相当する。（厚生労働省資料より）
9. 女性の労働力率がM字型カーブ(※)となっているのは、日本以外では、___がある。
[①アメリカ ②韓国 ③スウェーデン]
※女性労働者の年齢階層別の労働力率（15歳以上人口に占める労働力人口の割合）は、「25～29歳」（77.1%）と「45～49歳」（75.8%）を左右のピークとし、「35～39歳」を底とするM字型カーブを描くことから、M字型カーブと呼ぶ。（厚生労働省資料より）
10. 第1子出産後の女性の継続就業率は、約___%である。
[①40 ②60 ③80]

「子どもの“寝顔”より、子どもの“笑顔”」
「仕事と生活のバランスは幸せのバランス」
2007年 第1回ワーク・ライフ・バランス大賞
標語部門優秀賞



【理解度チェック】の解答は、最終ページにあります→

●あなたの職場の状況はどうでしょうか？調べてみましょう。

1. 週労働時間60時間以上の人の割合は、___%である。
2. 年次有給休暇取得率は、___%である。
3. 柔軟な働き方の中で、もっともニーズが高いのは___である。
4. 女性の育児休業取得率は、___%である。
5. 男性の育児休業取得率は、___%である。