

ワーク・ライフ・バランス研修 カリキュラム（8時間）

※内閣府 HP の「仕事と生活の調和」推進サイトや厚生労働省 HP「平成 29 年度版「仕事と介護 両立のポイント あなたが介護離職しないために」、「イクメンプロジェクト」、北九州市 HP を活用

※記載している時間は個人の復習時間も含む

1. 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）とは
 - ・ 仕事と生活の調和とは
 - ・ 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）レポート 2019 特集 ワーク・ライフ・バランスの希望を実現するために
～誰かが我慢は続かない！ みんなで支える生きいき社会～
2. 各場面でのワーク・ライフ・バランス（国の取組等を知ろう）
 - ・ イクメンプロジェクト「父親の仕事と育児両立読本」
 - ・ 仕事と介護の両立
「仕事と介護 両立のポイント あなたが介護離職しないために（平成 29 年度版）（概要版）」
 - ・ イクボスについて（事例：北九州市の取組）
今こそ、イクボス 北九州イクボス同盟
「働き方改革」の取組み方説明書（トリセツ）
3. 自分の状況や職場について考える
 - ・ 管理職の方：自分の状況や職場について考える
部下の立場の方：自分の上司や職場について考える
 - ・ 受講レポートの作成

