

「ワーク・ライフ・バランス研修」 研修手順等について

内閣府 HP や厚生労働省 HP、北九州市 HP を活用し8時間の研修カリキュラムとしています。

【研修受講手順】

※ワーク・ライフ・バランス研修プログラムの「内容」欄の「1. 仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)とは」から「3. 自分の状況や職場について考える」を順番に受講していく。

1. カリキュラム1 : 内閣府 HP の「仕事と生活の調和」推進サイトページにアクセスしたら、RDF を順番に受講していく。
<http://www.cao.go.jp/wlb/towa/index.html>
2. カリキュラム2 : 「内容」欄を順番に受講していく。
3. カリキュラム3 自分の状況や職場について考え、受講レポートを作成し企業へ提出。
 - ・ 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

▶ 御意見・御感想 ▶ リンク集 文字の大きさ 標準 大きく

 「仕事と生活の調和」推進サイト
ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて

仕事と生活の調和とは 取組 関連施策 関連情報 調査研究等

検索 ▶ 検索の使い方

[内閣府ホーム](#) > [内閣府の政策](#) > [内閣府男女共同参画局ホーム](#) > [主な政策](#) > [「仕事と生活の調和」推進サイトホーム](#) > 仕事と生活の調和とは

仕事と生活の調和とは

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、近隣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あり、そ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ます。これらが、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っており、社会の活力の低下や少子化・人口減少という現象にまで繋がっていると云えます。それを解決する取組が、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の実現です。仕事と生活の調和の実現は、国民の皆さん一人ひとり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。

- ▶ [なぜ今仕事と生活の調和なのか](#)
- ▶ [仕事と生活の調和とは何か\(定義\)](#)
- ▶ [仕事と生活の調和が実現した社会の姿\(PDF形式: 33.5KB\)](#) 
- ▶ [仕事と生活の調和の実現に向け、関係者が果たすべき役割\(PDF形式: 63.1KB\)](#) 

▶ [このページの先頭へ](#)