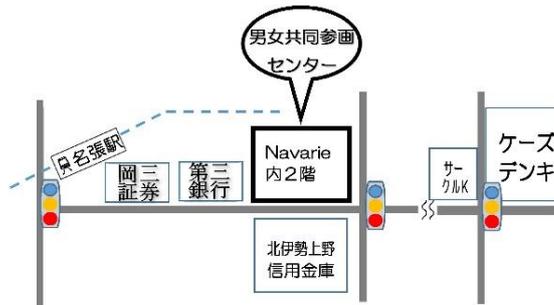


# 名張市男女共同参画 つうしん

第 53 号 2016年4月発行



※近鉄名張駅東口を出て、市役所方面へ徒歩5分

## ポジティブ・オフ

この、ポジティブ・オフ運動は、休暇を取得しやすい職場環境や雰囲気をととのえていくことや、それをベースとした外出・旅行を通じて経済活性化に貢献すること、長期的にワーク・ライフ・バランスの実現や休暇を楽しむライフスタイルなどの「ライフスタイル・イノベーション」につなげていくことを目的として、内閣府、厚生労働省、経済産業省が共同して、提唱・推進しています。

たまには休暇を取得して、ゆっくり家族との時間を過ごしたり、日々の疲れをいやすための時間を設けたり、新しいことにチャレンジしてみたり・・・。

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を図るため、自分の生活を今一度見つめなおしてみませんか？

### ポジティブ・オフ運動とは？

「ポジティブ・オフ」運動とは、休暇を取得して外出や旅行などを楽しむことを積極的に促進し、休暇（オフ）を前向き（ポジティブ）にとらえて楽しもう、という運動です。



### POSITIV OFFのメリット



※CSR…企業の社会的責任。企業が自社の利益を追求するだけでなく、自らの組織活動が社会へ与える影響に責任をもち、あらゆるステークホルダー（利害関係者：消費者、取引関係先、投資家等、及び社会全体）からの要求に対して適切な意思決定をすること。（Wikipedia より）

## 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）

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ません。

しかし、「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。これらは、働く人々にとって、将来への不安や豊かさを実感できない大きな要因となっており、社会の活力低下や少子化・人口減少という現象にまで繋がっているとと言えます。



この問題を解決する取組が、「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」を実現することは、市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、ご自身の「仕事と生活の調和」について、考えてみませんか。

### 【仕事と生活の調和が実現した社会の姿】

仕事と生活の調和が実現した社会とは、「国民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においても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」です。

具体的には、下記のような社会をいいます。

#### （1）就労による経済的自立が可能な社会

経済的自立を必要とする者、とりわけ若者がいきいきと働くことができ、かつ、経済的に自立可能な働き方ができ、結婚や子育てに関する希望の実現などに向けて、暮らしの経済的基盤が確保できる。

#### （2）健康で豊かな生活のための時間が確保される社会

働く人々の健康が保持され、家族・友人などとの充実した時間、自己啓発や地域活動への参加のための時間などを持てる豊かな生活ができる。



#### （3）多様な働き方・生き方が選択できる社会

性や年齢などにかかわらず、誰もが自らの意欲と能力を持って様々な働き方や生き方に挑戦できる機会が提供されており、子育てや親の介護が必要な時期など個人の置かれた状況に応じて多様で柔軟な働き方が選択でき、しかも公正な処遇が確保されている。

# 名張市男女共同参画センター



男女共同参画に関する図書の出し出しを行っています。

・一度に三冊まで貸出可能  
・貸出期間は、最長一週間



男性相談員による  
男性のための相談

- ・女性弁護士による女性法律相談
- ・女性相談員による女性のための相談



男性相談員による  
メンタルヘルス相談  
(男女共)

## 女性弁護士による法律相談

「離婚後の年金はどうか?」「離婚で慰謝料を請求できる?」「セクハラを受けた」といった相談に女性弁護士が応じます(女性対象)。相談は30分以内となりますので、事前に「女性のための相談」で悩みを整理しておくことをお勧めします。(要予約・面談)

## 女性のための相談

女性に関するさまざまな相談に応じます。総合福祉センターふれあいの相談室では、女性DV相談を実施しています。(予約優先・電話相談可)

## メンタルヘルス相談

「仕事がうまくいかない」、「職場の人間関係に悩んでいる」などといった相談に、シニア産業カウンセラー・キャリアコンサルタントの資格を持つ相談員が応じます。(要予約・面談)

## 男性のための相談

人間関係だけでなく、生き方についてなど何でも結構です。男性の相談員が相談に応じます。(予約優先・電話相談可)



## 2015年度各種相談件数

	H27.4	H27.5	H27.6	H27.7	H27.8	H27.9	H27.10	H27.11	H27.12	H28.1	H28.2	H28.3	計
女性のための相談	15	20	18	28	17	21	32	12	20	15	11	22	231
女性弁護士による法律相談	5	5	5	6	6	5	7	7	7	3	3	8	67
男性のための相談	2	0	1	1	2	1	0	3	0	1	0	1	12
メンタルヘルス相談(男女共)	3	3	2	5	2	2	2	4	3	5	3	5	39
<b>計</b>	<b>25</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>40</b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>41</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>17</b>	<b>36</b>	<b>349</b>



# 2016年 5月の相談日程

名張市男女共同参画センター

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休	休				女性弁護士 による法律相談 10:00~12:00 13:00~15:00	
				女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00
8	9	10	11	12	13	14
休	休	人権相談 13:30~16:00		男性のための相談 19:00~21:00		
			女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	
15	16	17	18	19	20	21
休	休	人権相談 13:30~16:00		メンタルヘルス相談 10:00~12:00 要予約・面談相談 14:00~19:00		
			女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00
22	23	24	25	26	27	28
休	休	メンタルヘルス相談 13:00~16:00 要予約・面談相談				
			女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	女性のための相談 14:00~19:00	
29	30	31	●予約 63-5336 ●相談直通電話 63-5347			
休	休					



## 名張市男女共同参画センター相談窓口

女性のための相談	毎月 第1・第3・第5 木・金・土曜日	午後2時~午後7時	電話相談可 予約優先
	女性弁護士による 法律相談		
男性のための相談	毎月 第2 木曜日	午後7時~午後9時	電話相談可 予約優先
メンタルヘルス相談 (男女共)	毎月 第3 木曜日 第4 火曜日	午前10時~正午 午後1時~午後4時	要予約 面談

### 「母の日」

5月の第2日曜日といえば、「母の日」です。その始まりは今から100年以上前、アメリカでのこととされています。

アンナ・ジャービスという女性は、1905年5月に母親を亡くしました。母親をとっても大切にしていたアンナは、支援者たちと「母の日」普及運動を始め、母親の命日に祝いました。これが5月の第2日曜日であり、1914年に、議会で「母の日」と制定されました。カーネーションを贈るのは、アンナの母親が好きだった白いカーネーションが由来です。

日本では大正時代に初めて「母の日」が祝われ、戦後、一般に普及していきました。



### 名張市男女共同参画センター

三重県名張市希中央5番町19番地  
Nabarie2階  
名張市市民情報交流センター内

Tel 0595-63-5336  
Fax 0595-63-5326

e-mail [danjo-center@emachi-nabari.jp](mailto:danjo-center@emachi-nabari.jp)  
<http://www.emachi-nabari.jp/danjo-center/>

ご意見・ご感想をお願いします。