

ANCE

WORK

LIFE

# ワーク・ライフ バランス

日本臨床工学技士会  
ワークライフバランス委員会

# 1章 ワーク・ライフ・バランスの本当の意味を知る

## 1,ワーク・ライフ・バランスの総論

### ◆WLBとは

- 男女共同参画の実現には、ワークライフバランスを実践していくことが重要です。
- ワークライフバランスとは、『仕事』と『仕事以外の生活』との調和をとり、その両方を充実させることで、両者間に好ましい相乗効果を高めようという考え方と取り組みです。
- 個人それぞれのバランスで、仕事と生活の両立を無理なく実現できる状態を探求していきます。
- 働く臨床工学技士・病院・患者さんが、“Happy”になることを目指します。



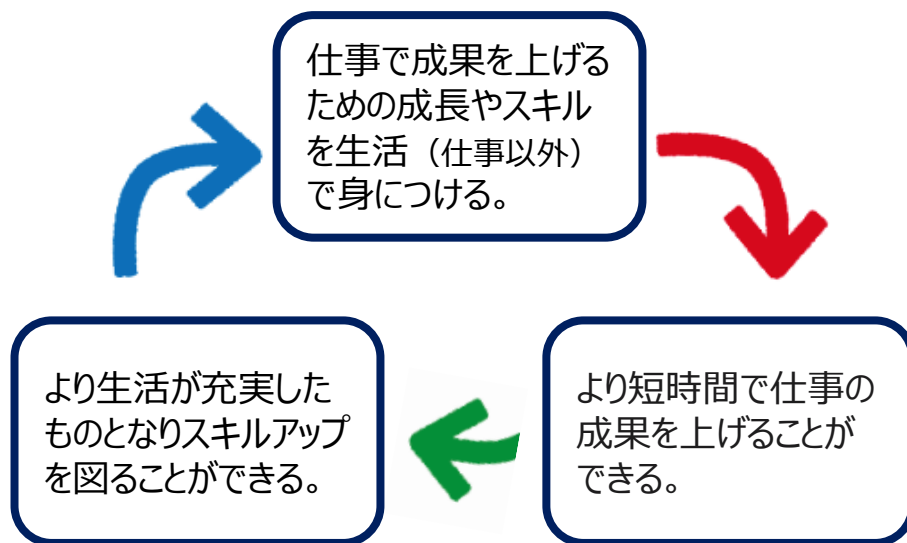
働く臨床工学技士が、**Unhappy**だとしたら

医療は**Unsafty**、患者さんは**Unhappy**、病院経営は**Unstable**

だからこそ**臨床工学技士にもWLBが必要**なのです。

### ◆ワーク・ライフ・バランスの本当の意味を深掘りする

政府の定義では、ワーク・ライフ・バランスとは「働くすべての方々が、『仕事』と育児や介護、趣味や学習、休養、地域活動といった『仕事以外の生活』との調和をとり、その両方を充実させる働き方・生き方」<sup>(1)</sup>とっています。仕事がうまくいっていると私生活でも心のゆとりを持つことができ、また、私生活が充実することで仕事のパフォーマンスも上がるという好循環を目指すのが、WLBの本来の意味です。



「生活と仕事を調和させることで得られる相乗効果・好循環」

## 2,ワーク・ライフ・バランスの誤解

### ◆ワーク・ライフ・バランス施策の誤解

WLBは、まだまだ誤解されていることがあります。

例えば、「仕事とプライベートの生活はきっちり分ける」や「仕事8時間、プライベート8時間がベスト」「新人の頃は、仕事8：生活2にすべきだ」みたいなことは、ある種誤解を含んだ考え方になるので注意が必要になります。

まずは、WLBの趣旨を正しく理解することから、その取組は始まります。

### 誤解

経営状況によっては取組まなくてよい。

労働時間短縮が目的。

子育て支援や少子化対策が目的である。

「ほどほどの働き方」への転換のことである。

WLB支援は制度を導入すれば実現できる。

仕事中心のライフスタイルを否定するものである。

WLB支援はコストがかかる。

### 正解

WLB支援は、福利厚生施策ではなく、社員にとって基本的な「報酬」時間的生産性を高める取組み。

時間生産性が高まり結果として労働時間の短縮ができるが、時短が主たる目的ではない。長時間労働でない職場でもWLB支援の取組みが必要。

すべての社員のWLB支援が不可欠。

メリハリのある効率的な働き方の実現がWLB支援実現の必要条件。

制度を活用できる仕事の仕方や働き方への改革が不可欠。

多様な価値観やライフスタイルを受容できる職場を実現すること。

コストを要する施策は少ない。

\* 出典：佐藤博樹・武石恵美子：職場のワーク・ライフ・バランス、日本経済新聞社、2010

### ◆まとめ

WLBは、働くすべての臨床工学技士に関係することだということが分かりました。WLBの本来の趣旨を理解して、取組みを行わないと、歪が起きそうですね。

正しい理解は、職場だけでなく家族にも必要かもしれません。

他者の考えや価値観を変えることは容易なことではありません。しかし、最初の一步として自分自身のWLB観をバージョンアップすることから始めるのが良いかもしれません。

## 2章 ワーク・ライフ・バランスをサポートする制度を知る

### 1,ワークライフバランスをサポートする制度・支援 その1

#### 特別な休暇制度（厚生労働省）

働き方・休み方改善ポータルサイト

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/kyuukaseido/>

- ・病気療養のための休暇
- ・裁判員休暇
- ・ボランティア休暇
- ・犯罪被害者回復のための休暇
- ・リフレッシュ休暇



#### 子ども・子育て支援新制度（内閣府）

<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/index.html>

- ・認定こども園
- ・児童手当
- ・企業主導型保育事業等
- ・幼児教育・保育の無償化
- ・子ども・子育て支援情報公表システム「ここdeサーチ」
- ・子ども・子育て支援調査研究事業
- ・地方公共団体等の基幹業務等システムの統一・標準化（子ども・子育て支援、児童手当）



#### 職場における子育て支援～労働者の方へ～（厚生労働省）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyoukintou/support\\_01/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/support_01/index.html)

- ・育児・介護休業法について
- ・次世代育成支援対策推進法について
- ・女性労働者の母性健康管理について
- ・職場でのトラブル解決の援助を求める方へ
- ・イクメンプロジェクトについて
- ・父親の仕事と育児両立読本～ワーク・ライフ・バランス ガイド～



## 2章 ワーク・ライフ・バランスをサポートする制度を知る

### 2,ワークライフバランスをサポートする制度・支援 その1

#### 介護・福祉（厚生労働省）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureisha/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/index.html)



#### 介護保険制度の概要

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureisha/gaiyo/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/gaiyo/index.html)

- ・介護保険とは
- ・令和2年介護保険法改正
- ・介護予防・日常生活支援総合事業
- ・地域包括支援センターについて
- ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- ・看護小規模多機能型居宅介護
- ・介護医療院
- ・新たに通所リハビリテーションの指定を受けようとする方に



#### 介護サービス情報の公表制度

<https://www.mhlw.go.jp/stf/kaigo-kouhyou.html>

適切な介護サービス事業所を選択する

1. 介護サービス情報公表システム
  - (1) 介護サービス情報公表システムについて
  - (2) システムの使い方支援・広報ツール
  - (3) 介護サービス事業所情報のオープンデータ
  - (4) その他の便利な機能（システム改修）
2. 介護サービス情報公表制度について
  - (1) 制度概要
  - (2) 関係法令・通知



## 2章 ワーク・ライフ・バランスをサポートする制度を知る

### 3,ワークライフバランスをサポートする制度・支援 その1

#### みんなのメンタルヘルス（厚生労働省）

こころの健康や病気、支援やサービスに関するウェブサイト

<https://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html>



#### 女性の健康推進室（厚生労働省）

「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」は、すべての女性の健康を支援するために厚生労働省の研究班が作成しました。

<https://w-health.jp/>





2023年2月13日現在の情報



## ◆ワークライフバランスをサポートする全国の窓口

- 日本には、WLBを支える行政の支援があります。その知識を持っていなければ、制度や支援を受けることはできません。しかし、その制度や支援は、各地方自治体で様々な名称の部署が窓口となり提供しています。これが、とにかくわかりにくいと感じました。
- そこで、当会WLBは、各都道府県で提供しているWLBの取り組みや行政の窓口、リーフレットなどを調べポータルとしてまとめることとしました。以下の一覧表を参考に、お住いの県のサイトを覗いていただき、積極的に情報を取得していきましょう。

**編集担当者が独断と偏見で選ぶ！！**

**各地方で作成しているリーフレットのイケてるTop3**

石川県「石川県ワークライフバランス実践虎の巻」

山梨県「New Men's Life-家族の笑顔のために-（男性向け）」

東京都「だれもが輝くとうきょうガイドブック～男女平等参画のための施策～（デジタルブック）」

# 3章 ワークライフバランス委員会の目指すところ

## 1,ワークライフバランス委員会の活動の歴史

### ◆2012年 男女共同参画委員会設立

男女共同参画委員会が設立した頃・・・

当会会員の男女比は約7：3で、女性の割合が増加傾向にありました。当会が行ったアンケートや実際にいただいた相談でも、以下のような意見が多く寄せられました。

#### 【ベテラン世代の技士】

“女性の技士は子供が出来ると辞めてしまう” “育児期間中の部下に対しての対応がわからない”

#### 【若手の技士】

“職場が育児休暇を取りにくい雰囲気（男性）” “育児期間中なのに就業時間後にすぐ帰りにくい（男性）”

“結婚・育児を機に本人の意思とは関係なく配置変え（女性）” “職場の託児施設が利用不可” 等・・・

臨床工学技士会においても、男女が真に平等な立場のもと、家庭や職場、地域社会においてそれぞれの個性や能力を十分に発揮することができる雇用環境の整備は喫緊の課題となってきました。

「男女が真に平等な立場のもと、家庭や職場、地域社会においてそれぞれの個性や能力を十分に発揮することが重要である！！」

- 47都道府県臨床工学技士会の仕事と家庭の両立に関するアンケート実施
- 意識調査のwebアンケート実施
- 両立の取材を実施
- 『両立支援ガイドブック』冊子発行
- 日本臨床工学会での講演



そこで、臨床工学技士会では、**男女共同参画**実現に向けた、概念の啓蒙活動・現状の問題点の抽出・サポート体制などの立案から取り組みが始まりました。

しかし、その男女行動参画を実現するためには、**ワーク・ライフ・バランスの実践**が欠かせないことがわかってきました。そこで、当会も、その実践の支援に力を入れていくようになりました。

このような歴史的な変遷を経て、現在では**“ワークライフバランス委員会”**と名称を変更し、**ワークライフバランス**実現に向けた情報提供・教育・システムの提案などを行っています。



## 2,まずは男女共同参画を正しく理解しよう

### ◆男女共同参画とは

- 「男女がお互いを尊重し合い、職場、学校、家庭、地域などの社会のあらゆる分野で、性別にかかわらず個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分かち合うことができる社会」を目指すこと。
- 「参画」とは？「参加」と違う・・・  
参画とは、単に「参加」ということではなく、方針の立案や決定などの「意思決定への参加」ということを意味するのだ。



■男女共同参画社会とは、「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」です。

(男女共同参画社会基本法第2条)

[男女共同参画社会基本法 \(外部リンク\)](https://www.gender.go.jp/index.html)

<https://www.gender.go.jp/index.html>



今は、性別にかかわらず、多くの臨床工学技士が働いています。

**それぞれが個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分かち合わなければ**

**Happy**にはなれなれません。

だからこそ**臨床工学技士にも男女共同参画**の考えが必要なのです。

### ◆男女共同参画の必要性を深掘りする

我が国の憲法には個人の尊重、男女の平等がうたわれています。しかし、実際にはまだ、大切な意思決定の場に女性が加わっていなかったり、職場や家庭などさまざまな場で男性の方が優遇されていると感じたりすることが多いようです。

また、少子高齢化など私たちの生活をめぐる状況が変化していく中で、「男性は仕事、女性は家庭」といった性別による固定的な役割分担にとらわれずに、あらゆる分野でそれぞれの個性と能力を発揮できるような社会づくりが必要となっています。

### ◆価値観に縛られすぎると、窮屈になる

「男性は仕事、女性は家庭」という価値観に縛られている。

「男は強くなければ！」と悩みを抱え込んでいる。

「女だから控え目にしなくては…。」と遠慮している。

もちろん、「男らしくなりたい！女らしくなりたい！」と思うことはあなたの自由！！

でも、無理に自分を「らしさ」の型にはめようとしたり、それを他人に強要したり、されたり…。

こうなると、急に窮屈な気持ちになり、Unhappyになってしまいます。

日常生活の中で、「男だから…、女だから…」と多くの「当たり前」と思われていることに疑問を感じたら、「男女共同参画」についてもう少し、深く考えてみましょう。