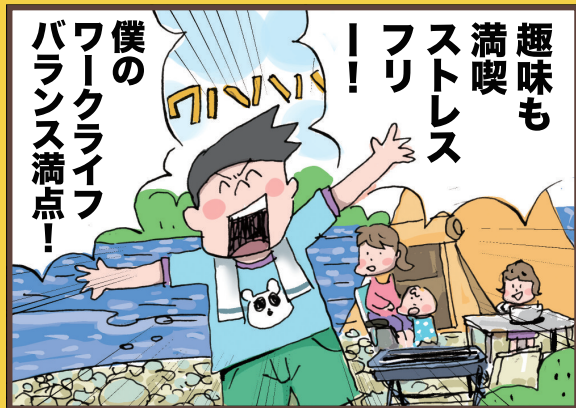
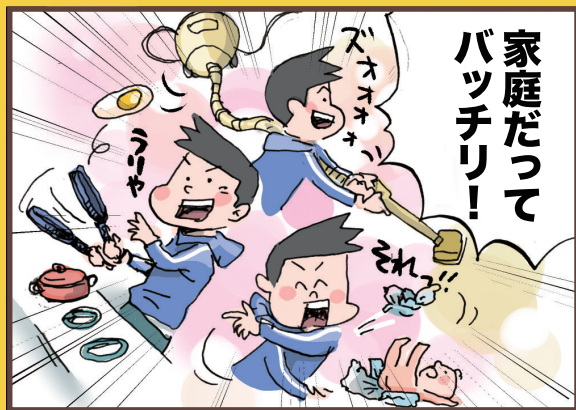




W・L・B よんコママンガ劇場



リア充でいこう!



※書類は苦手なのだった。



WORK LIFE BALANCE REPORTS

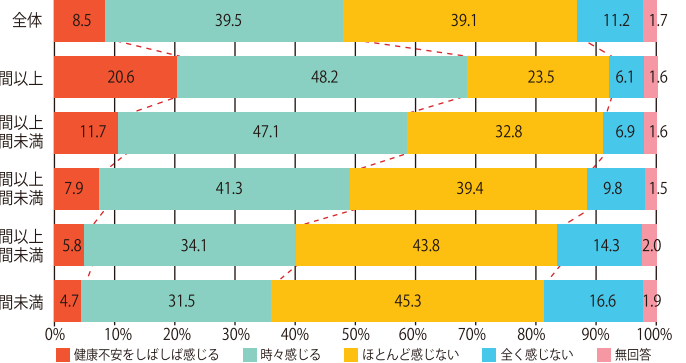


週実労働時間の長さや健康不安(上段表)と健康不安と能力発揮(下段表)の関係

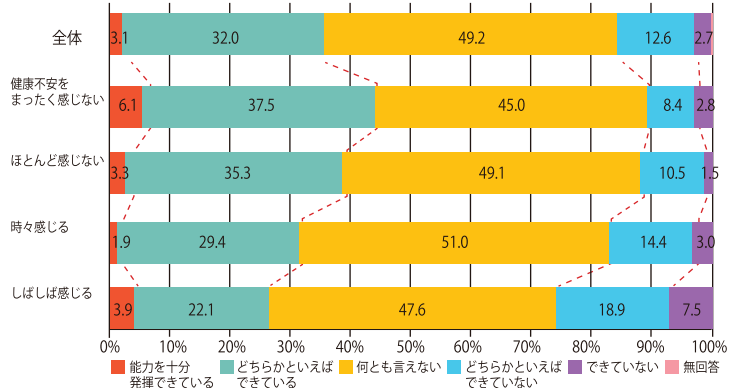
週実労働時間が長い人ほど健康不安が高くなる傾向があります。また、健康不安が高い人ほど能力の発揮度合いに対する自己評価も低下する傾向もあり、長時間労働が企業や職場に影響を及ぼすことがわかります。

出典：内閣府 男女共同参画白書（平成27年度版）

○週実労働時間の長さや健康不安



○健康不安と能力発揮



ワーク・ライフ・バランスの実現



ワーク・ライフ・バランスを実現するためには、一人ひとりが自分のワーク・ライフ・バランスを真剣に考えるとともに、同僚へも理解や配慮をすること。そして、仕事方法の工夫や、働き方の見直しを進めることが大切です。

また、企業によっては、持続可能な経済活動につながるため、社員がその能力を存分に発揮できる環境をつくること。ワーク・ライフ・バランスの取り組みを進めることが重要です。ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて、皆さんでできることから始めていきましょう。

ワークライフバランス白書