

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）は、わたしたち一人ひとりに関わることです。



今の働き方、子育てや家族のこと、将来のこと…。みんなの悩みや望み、大切にしたいことって、それぞれいろいろありますよね。

高齢の両親

そろそろ介護が心配



残業が多い

もっと子どもと過ごしたい



子育て中

職場復帰や再就職が心配だな…

育児休暇を取れるかな…?



結婚

結婚して子どもができて、お互い仕事を続けたい

農業

自然が相手なので、予定通りに自分の時間が持てません。



自営業

仕事と生活の境目があいまい



みんなの大切にしたいことが、いつもバランス良く展開できると、ココロに余裕がうまれて元気でいられるし、周りのひとにもやさしくなれそう。

そんないろいろが、生活の中で調和がとれると、充実した毎日が送れそう。



家庭生活



仕事



趣味・余暇



健康・休養



ワーク・ライフ・バランスって、あなたが大切にしているいろいろが生活の中にちゃんとあること。

勉強・自己啓発



地域・社会活動



人生で大切にしたいこと。そのとき何を選んで、どれだけ時間をかけるか。その選び方はみんな違います。