

シートの目的

- ①自分の個性や能力を発揮し、いきいきと働くためには何が必要か、自分の考え方や行動を振り返り、「気づき」を促します。
- ②質問やチェックリスト、データなどを活用し「自分はどうなのか、自分なら何ができるのか」を考え、実践を促します。

- ▶▶ POINT1
自身の能力を発揮できる職場
- ▶▶ POINT2
仕事と生活の調和
(ワーク・ライフ・バランス)
- ▶▶ POINT3 多様な働き方

進行方法

| | | |
|-------------|----------|--|
| 🕒 15分 | 1 | 今回の趣旨の説明とグループづくり・自己紹介をしましょう 【司 会】シートの目的を踏まえつつ、研修の説明をする。 【参加者】グループ(4~6人)内で、自己紹介をして交流を深める。 |
| 🕒 10分 表面 | 2 | イラストを見て、職場における男女共同参画について考えましょう 【参加者】イラストを見てどう思うのか、何を問題と感じるのかなどを、個人(またはグループ)で考える。 例 <ul style="list-style-type: none">● 同期入社なのに男性と女性では仕事内容が違う● 深夜におよぶ残業で家族や育児に関われない |
| 🕒 20分 表面 | | 各自「あなたの考え方をチェック!」に記入しましょう 【参加者】職場における自分の考え方や、実際の職場での状況について振り返り、その理由を考える。 【参加者】グループ内で意見交換をする。 ねらい 自分の考え方や実際の状況を振り返り、職場の課題等を認識する。 育休アドバイス例 <ul style="list-style-type: none">● 同僚の理解を得るため、仕事の引き継ぎ等をしっかりとる● 長期的なライフプランを職場で共有する |
| 🕒 20分 裏面 | 4 | 各ポイントごとに、自らの「働く場」や「働き方」を振り返りましょう。 (POINT1) その人自身の能力を活かしていますか? 【参加者】グラフを読み、管理職につく女性が少ない原因とその改善策について個人(またはグループ)で考える。 ねらい 職場は性別に関係なく、その人自身が持つ能力を発揮できる職場にしていこうの重要性を理解する。 原因例 <ul style="list-style-type: none">● 必要な知識や経験などを有する女性が少ない● 家庭責任を多く背負っているから責任ある仕事にはつけられない 改善策例 <ul style="list-style-type: none">● 男女にとらわれず、知識や経験を養っていきけるよう仕事を任せる● 家庭責任は男女がともに分担し、男女とも仕事と家庭を両立できる働き方に改善する |
| | | (POINT2) 仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)が実現できていますか? 【司 会】仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の説明。 【参加者】グラフを読み、長時間労働になっている原因とその改善策について個人(またはグループ)で考える。 ねらい 仕事と生活の調和を実現することで、個人にとっても、企業にとっても多くのメリットがあることを理解する。(健康保持、仕事能率の向上、人件費の抑制など) 原因例 <ul style="list-style-type: none">● 残業が当たり前となっている● 長時間労働をすることで評価が上がる 改善策例 <ul style="list-style-type: none">● 長時間労働は体調不良や仕事能率の低下を招くとの認識をもつ● 率先して上司が残業をしないようにする● 無駄な作業や会議などがないか検証する |
| 🕒 25分 | 5 | (POINT3) 多様な働き方を広げていきましょう! 【司 会】👤 参加者に聞く (1) 育児休業・介護休業を取得した経験があるか、友人や周りの人はどうか聞く。 【司 会】(2) 「子育てや介護をしながら働き続けるためには」を説明。 【参加者】男性の取得率が低い原因とその改善策について個人(またはグループ)で考える。 ねらい 一人ひとりに合った働き方ができるよう、職場全員の意識改革の必要性を理解する。 原因例 <ul style="list-style-type: none">● 周囲が取っていないから取りづらい 改善策例 <ul style="list-style-type: none">● 制度だけでなく意識を変えることが必要● 男性が育児や介護をすることは当然という認識をもつ |
| | | まとめましょう <ul style="list-style-type: none">◆ この研修を通して気づいたこと・今後の抱負などを、各自または各グループでまとめて発表する。◆ 時間があるようなら、グループや全体で意見交換などの交流を図る。 |

進行・啓発にあたっての留意点など

- ◆ 自分に合った働き方は人によってさまざま。性別を理由に働き方を決めつけたり、雇用形態や賃金などで差がついていないか確認しましょう。
- ◆ 「まとめ」では、今後の行動や目標などについてもふれるようにしましょう。