

男女共同参画社会をともに考える

MOVE

う・ご・く

vol.
44

MOVEとは、「うごく」という意味のほか、男女がともにより良い社会づくりに向け「行動する」、そして感動するという意味をこめて命名しています。



熱心に生き生きと働く皆さん（サンシン電気株式会社社内にて）

特集 「働き方を見直しませんか？あなたの職場の健康づくり」
コラム 「女子高校のこと」
「上海日本人学校高等学校の在籍状況から言えること」



サンシン電気は、官公庁から様々な認定を受けています。左から「スポーツウェルカンパニー」「東京都スポーツ推進企業」「健康経営優良法人 2018(中小規模法人部門)」



練馬区

男女共同参画情報紙通刊73号『MOVE』vol.44 平成30年(2018年)4月1日(年2回発行)

●発行 練馬区総務部人権・男女共同参画課●練馬区豊玉北6-12-1(3993-1111(代表)、5984-4518(直通))

ワーク・ライフ・バランスという言葉が聞かれたことがありますか。「仕事と生活の調和」と訳されるワーク・ライフ・バランスですが、今後さらに推進させるためには、職場での働き方改革が大事なポイントになると思われます。

第4次練馬区男女共同参画計画では、「女性の活躍を応援するとともに、男女がともに働きやすい職場環境のもとで、仕事と生活における男女平等が実現する練馬区を目指します。」との目標を掲げています。

働き方の多様化が進む中、男女が共に働きやすい職場で、職場における男女平等を推進するためにも働き方改革に関する区内事業所の事例紹介や啓発事業が必要不可欠になると思われます。

そこで、今回の特集では、ワーク・ライフ・バランスセミナーの報告と区内の2つの事業所にインタビューを行いました。

ワーク・ライフ・バランスセミナーとは

企業・事業者へワーク・ライフ・バランスの普及啓発を目的として毎年区が開催しているセミナーです。

今回は、平成29年11月13日(月)に開催し、特定社会保険労務士の加治直樹さんと順天堂大学医学部総合診療科准教授の福田洋さんに「働き方」と「健康」の両面からワーク・ライフ・バランスについてお話いただきました。当日の参加者は、51名でした。

第1部 働き方改革によるワーク・ライフ・バランスの推進

～社員のモチベーションアップによるやりがいのある職場～

ワーク・ライフ・バランスとは、仕事と生活の調和がとれ、かつ、その両方が充実している状態のことをいいます。これまで、ワーク・ライフ・バランスというと、子育て中の女性に対する働き方の支援策として捉えられてきましたが、今回の講演では、働き方改革によるワーク・ライフ・バランス、労働基準法について実際の労働相談事例を交えながら講演をいただきました。

まず、現在の労働問題として、長時間労働の慢性化とメンタルヘルス不調、働き手不足、優秀な人材の確保の難しさ等があり、それらを解決するため「働き方改革」が進められています。働き方改革の実行計画として、①有給休暇の取得促進②メンタルヘルス③賃金引上げ④同一労働同一賃金⑤柔軟な働き方がしやすい環境づくり等が挙げられ、それらを推進するための助成金について紹介されました。

次に労働基準法では、労働時間、割増賃金の話がありました。平成27年12月大手広告代理店勤務の20代女性の過労自殺報道により、企業の長時間労働、パワハラ、セクハラ、うつ病が問題となりました。実際の労働相談の現場でも近年は、メンタルヘルス、うつ病の相談が増加しており、過労死等防止の社会的関心が高まっている中、厚生労働省は、平成28年12月26日に「過労死等ゼロ」緊急対策を発表し、労働時間の適正把握の徹底や長時間労働等に係る企業本社に対する指導等を進めることになりました。労働相談の中でも時間外労働協定(36協定)の時間外の上限を月80時間以内にするように指導しているとのことでした。また、時間外労働の上限規制を含めた労働基準法の改正についても検討が進められています。

働き方改革を進めることで、残業を減らし自分の時間を確保することは、企業側にとっては、人件費削減



と人材確保・離職防止、長期就労による労働者の安定した生活の確保につながり、労働者・企業の双方にメリットがあります。働き方改革によるワーク・ライフ・バランスは企業にとっては、経営戦略であり、どんな働き方を選んでも、生活と健康が保障され自己実現やキャリア形成ができる働き方は、女性も男性も人間らしく働ける社会を可能にすることです。

***時間外労働協定（36協定）**

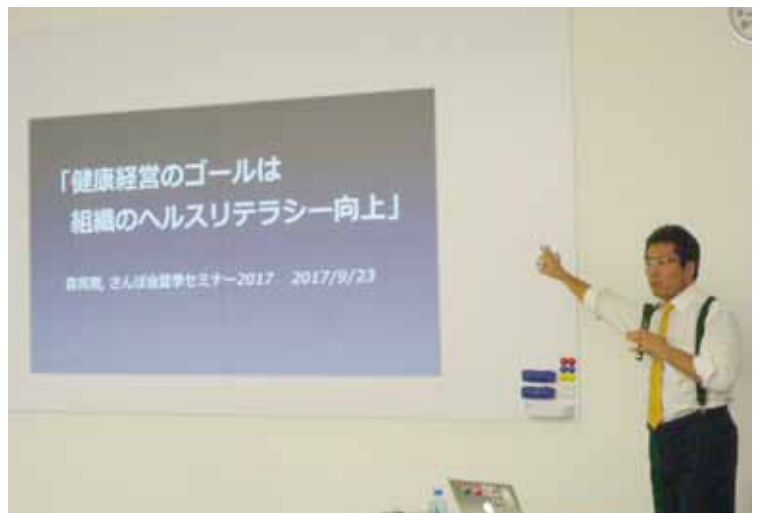
労働者の過半数で組織する労働組合が労働者の過半数を代表するものとの労使協定において、時間外・休日労働について定め、行政官庁に届け出た場合には、法定の労働時間を超える時間外労働、法定の休日における休日労働が認められる。この労使協定を時間外労働協定という。（厚生労働省HP）

第2部 わかる!健康な職場の作り方

～健康経営とヘルスリテラシー～

長寿化の進展の中、社会全体で、健康づくりを進めることが課題となっています。

企業においても、健康管理を、経営の視点で考え戦略的に推進する手法「健康経営」と、その鍵となる社員と組織の健康情報力「ヘルスリテラシー」の向上が求められています。企業は健康経営にどのように取り組むのか、講師から講演いただきました。



まず、特定健診・特定保健指導（いわゆるメタボ健診）の実施についての調査から、保健指導について、一定の効果はあるけれども、受けた人が少ないこと、3大生活習慣病の未治療（糖尿病5割、高血圧7割、脂質異常9割）が多い等の実態が示されました。せっかく受けた健康診断の結果が、その後の健康管理に活かされていないのです。

このことから、健康に関する自己管理能力「ヘルスリテラシー」（健康面での適切な意思決定に必要な基本的健康情報やサービスを調べて、理解し、効果的に活用できる能力）が重要であり、職場におけるヘルスリテラシーの向上、健康づくりのための方法、社員への働きかけ方、実際に取り組んでいる企業の例（健康社員食堂等）が紹介されました。

職場における健康づくりが、社員個人のヘルスリテラシーを高めることになれば、医療費の適正化や単なる疾病予防に止まることなく、学校保健、産業保健、地域保健と、国民の生涯を通じて健康を高める取り組みとなり、予防医療の推進につながります。

現在、日本でも健康較差が進行し、以前にもまして、健康に生きるための個人の能力が重要になっています。講演を聞き、改めて、健康診断の意義や、一人ひとりが自己の健康管理に積極的に取り組むことの大切



さに気付かされました。また、リーマンショック後の各国のその後の寿命を見ると、伸びた国（アイスランド等）、縮んだ国（スペイン、イタリア）があり、この差は公衆衛生への投資の違いによるものだと指摘は、これからの保健、医療を考える上で、興味深いお話でした。

質問した項目

- ① 貴社の概要について教えてください。
- ② ワーク・ライフ・バランスセミナー（健康づくり出張セミナー）に参加したきっかけ、感想を教えてください。
- ③ 健康な職場づくりのために何か取り組んでいることはありますか?また、今後取り組んでいきたいことはありますか?
- ④ 働きすぎについてどのように考えていますか?
- ⑤ 多様な働き方について何か取り組んでいることはありますか?
- ⑥ 男女共同参画という言葉は知っていますか?どんなイメージを持っていますか?具体的に取り組んでいることはありますか?
- ⑦ 今後ワーク・ライフ・バランス、健康な職場についてどのようにしていきたいですか?

株式会社ケア・ジャパン（全日本不動産協会東京都本部練馬支部所属）

従業員4人（男性2人・女性2人）

インタビュー回答：代表取締役 長尾 英俊さん

① 分譲マンションの管理が主な仕事です。マンション管理士として、大規模修繕、耐震、バリアフリーなどの「分譲マンションセミナー」もやっています。社員は、女性2名、男性2名の4名で、全員正社員です。

② 今後は、練馬区とのつながりを持った方が良いと考え、全日本不動産協会東京都本部練馬支部（以下協会）から2名が参加しました。

③ 以前、協会主催の「タニタの社員食堂健康セミナー」に参加しました。私自身も昼食は弁当を買って食べていますが、出来るだけ薄味のものを選んで食べるようにしています。また、喫煙する社員には、屋外で喫煙をしてもらっています。

④ ⑤ わが社では、残業はありません。午前10時から午後5時までが勤務時間で、昼休みは1時間取ります。週休2日制で、交代で休みを取ります。また、夏休みも交代で1週間取っています。やる気になれば就業時間内で仕事を終わらせることができ、残業する必要はないと思います。働き方に対する意識の改革が必要だと思います。

マンションの理事会等で臨時に出勤することもあります。基本的には午後5時以降の電話は転送にしています。

⑥ 「男女共同参画」という言葉も知っていますし、昔から女性だからと言って、差別をしたことはありません。我が社にも2名の女性社員がいますが、一人は、マンション管理士等3つの資格を取得していますし、もう一人は中国の方でこれから資格取得にもどんどん取り組んでもらいたいと思っています。

⑦ わが社は、仕事と生活のバランスはとれていると思っています。受動喫煙については今後考えていきたいと思っています。



サンシン電気株式会社 従業員44人（男性28人・女性16人）

インタビュー回答：執行役員CAO兼CFO 真船 悠子さん

スペシャリスト 課長 近藤 春樹さん

① サンシン電気(株)は電子部品の販売、電子機器の設計・製造販売等を行っています。社員数は44名です。

その内女性社員は16名で、社員の平均年齢は約43歳です。

② 年齢層が高くなってきたことありますが、社員のヘルスリテラシーの向上に力を入れています。その一環として練馬区豊玉保健相談所および大阪市淀川区保健福祉センターの方々による「健康づくりセミナー」に参加しました。

③ 身近な運動として、エレベーターやエスカレーターを利用せずに階段利用を推奨・実践しています。これにより、2017年に東京都からスポーツ推進企業として、また、スポーツ庁からスポーツエールカンパニーとして認定されました。

④ IT環境の整備・推進と各社員の意識の変化により、業務効率が上がり、その結果残業時間の削減に繋がりました。ユニークな取り組みとして、まだ導入したばかりではありますが、業務繁忙期などに1日10時間を超えて労働した場合、翌日は9時から13時までの間、本人の自由裁量により好きな時間に出社可能というリフレッシュ勤務制度を導入しました。また、時間単位の有給休暇制度も導入し、心身の健康に役立つ取り組みを進めています。

⑤ 人材育成の一環として、社内にサンシン大学という独自の大学があり、社員が就業時間内に様々な分野の知識を習得することが可能です。人事考課の際には、受講講座数が評価される仕組みになっているため、社員のモチベーションアップにも繋がっています。また、自己啓発にも力を入れており、様々な資格取得や意欲的に勉強する姿勢を会社が全面的にバックアップしています。この制度を利用して、過去に3名がMBAを取得しており、現在も1名が仕事をしながらMBA取得を目指しています。

また、マレーシアや中国からインターンシップ実習生を受け入れ、国際感覚を養うことにも力を入れています。ユニークなところでは、月に1回程度ではありますが、会社負担でリラクゼーションサービスを受けることもでき、女性を中心にとても好評を得ています。

⑥ 知っています。男性も女性も社会や家庭において対等に活動ができる機会が確保されるというイメージです。女性の正社員は4名で役職者もおり、早くから女性を活用しよう、活躍させようという風土があります。男性も家庭の状況に応じてサテライト勤務をメインにしている社員もいます。

⑦ 職種に限らず、全社的に在宅勤務又は場所を選ばずに仕事ができるよう、IT環境も含めた環境づくりに更に取り組んでいきたいと考えています。また、社員のヘルスリテラシーの向上及び健康増進を目指し、今後もセミナー等、行政のサービスを積極的に活用していきたいと考えております。

◎終わりに

現在、実施されようとしている働き方改革が、男女共同参画社会の推進に向けて、ネックとなっている長時間労働や、男性中心の働き方・労働慣行などを変え、働きやすい職場が実現できるよう、今後の推移を注視していきたいと思えます。さらに、改革により、障害者や高齢者、外国人など多様な人々にとっても、働きやすい職場となるよう望みます。

インタビューにお答えいただいた企業は、長時間労働の是正や、社員の能力アップ、健康管理に積極的に取り組んでいます。また、社員の自主性・モチベーションの向上を図り、企業の業績に結びつけています。経営者の姿勢が肝要だと感じました。長寿社会を迎え、健康に生きる上で、住民一人ひとりがヘルスリテラシーへの理解を深めることが重要となっています。そのための健康教育を積極的に実施してほしいと思えます。

末尾ながら、インタビューに御協力いただいた企業の皆様に感謝申し上げます。

※掲載内容は、インタビュー時点(平成29年12月)のものです。



「女子高校のこと」

第18期練馬区男女共同参画推進懇談会委員 佐藤敦子

1970年（昭和45年）に入学した高校は、1904年（明治37年）高等女学校令による女学校から、1912年（明治45年）県立高等女学校、1948年（昭和23年）県立女子高等学校を経た地方の伝統女子高校だった。入学前のオリエンテーションで、学年主任が「君たちには、地域社会の人の目が光っている」との訓示。この時、初めて、「地域社会」という言葉を聞いたことを今も覚えている。



卒業アルバムは、父親の氏名、職業など、今ではアウトとされる個人情報がかかっている、嫁探しの道具として取引されていた。花嫁道具は、筆筥一棹違うといわれ、実際、同級生には、卒業と同時に見合い・結婚の話があったと何人も聞いた。結納金が家一軒たてられた金額だったことも30年たって聞いた。

「女は頭より顔と気立て」と美人で気立ての良い同級生は引く手数多であり、私を含めた个性的で、理屈っぽいとされる友人たちは、当時はやった「アウトサイダー」のように、自由で強くほがらかに、高校生活を送ることができ、今つくづくその有難さを享受している。

ネット検索で、一お城山（藩主の庭園）に校舎が建ち、地方では、お嬢様学校といわれながら、全国的には実力を発揮できない奥ゆかしい女学校の歴史とあった。

その歴史ある女学校も、2001年（平成13年）校名変更と男女共学化され2018年の今年、創立114年となった。時代の流れで男女共学は仕方なかったのかと思いつつも、男子の目を気にせず、自由に楽しかった女子高校が今一度復帰されることを願っている。

「上海日本人学校高等部の在籍状況から言えること」

第18期練馬区男女共同参画推進懇談会委員 宮川隆史

現在、中国上海に在ります世界で唯一の日本人学校高等部校長をしております。開校7年目の若い学校で生徒数は110名ですが、教育職員は私を含め21名とかなり贅沢な配置で丁寧な教育活動を行っております。現在、財務面を筆頭に多くの課題を抱え、多様な視点から経営改革に取り組んでいるところです。



（上海日本人学校高等部校舎）

さて、中学部の在籍は男性238名女性212名であるのに対して、高等部では女性64名男性46名と明らかにその割合が逆転しています。こういう状況になる事には、高校進学を機に大学進学を見据えてどのような進路選択をするかという保護者の皆様やあるいは生徒さん自身の考え方に、性差が影響していることが伺えます。「父親を単身赴任とし、母親とお子様は日本に帰国して日本の進学に強い高校へ行く」あるいは「お子様だけ寮のある国内の高校に入学させる」という選択をされる比率が男性生徒の側に多く、「家族と一緒に暮らすことを優先して高等部に進学する」という選択をするケースが女性生徒の側に多いということです。もちろん本校（高等部）の魅力等他の要素も関係しているとは思いますが、明らかに性差による結果であると考えます。

ちなみに上海日本人学校の生徒の保護者の多くは日系企業の駐在の方々ですが、その配偶者は現地の法規上働くことは認められず、皆さん純粋な専業主婦であることを余儀なくされており、国内の高校の保護者の状況とは大きく違っていると言えます。（この原稿は、平成29年12月に書かれたものです。）

男女共同参画センターえーるに来てね!

多くの登録団体が、さまざまな活動を男女共同参画センターえーるを拠点に活発に展開しています。毎月発行の「見学カレンダー」で活動団体を紹介しています。

貸出施設は1時間単位で借りることができます。一度えーるを利用してみませんか。

「女性のための就活応援コーナー」をつくりました

男女共同参画センターえーるでは、女性のパソコン教室など女性の就労支援事業を実施しています。平成30年4月に「女性のための就活応援コーナー」を2階に設置、ハローワークと連携して、子育て中の女性を対象とした実践的な就労支援事業などを新たに実施していきます。

○事業内容(予定)

- 新たな支援事業等(ハローワーク、ワークサポートねりまとの連携)
 - 保育付きハローワークセミナー【新規】
 - 保育付きミニ面接会【新規】
 - 子育てママの再就職応援講座【継続】
 - ハローワーク求人票の提供【新規】
- インターネットを活用した就労支援
 - Wi-Fi環境整備
 - パソコン・タブレット等を活用した求人情報の検索体験
- ニーズに合った就労支援事業
 - 高齢者向け履歴書作成講座、若者向け模擬面接講座
 - キャリアコンサルタントによるフォローアップの場を提供
- 就労関連情報等の提供
 - 東京しごとセンターなど就労関係機関からの情報提供
 - 税申告や社会保障手続きなどの資料提供



※詳しくは、ねりま区報(4月21日号)、区ホームページを見てね!

相談室 03-3996-9050 プライバシー保護のもと安心して相談できます。ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。

- 総合相談(予約不要) 毎日午前9時～午後7時/祝休日は午後5時まで/第3土曜日は性的マイノリティ相談(午後5時まで)ができます。
- 心の相談(要予約) 月～土曜日・午前10時～午後7時/祝休日は午後5時まで
- 法律相談(要予約) 祝休日を除く毎週土曜日 午後1時～午後4時
- 配偶者等の暴力に対する(DV)専門相談(要予約)
月曜日 午前9時～午後5時/水曜日・金曜日(第一を除く) 午前10時～午後7時(祝休日は午後5時まで)
(*第一金曜日は練馬区区分民相談所で実施 午前9時～午後5時)

アクセス 西武池袋線「石神井公園駅」西口下車徒歩6分 ※お車での来所はご遠慮ください(お体の不自由な方はご相談ください)。



〒177-0041 練馬区石神井町8-1-10 電話: 03-3996-9005/FAX: 03-3996-9010

図書・資料室

男女共同参画、女性論、男性論、生き方、心の問題、家族の問題、再就職に役立つ本など、多数そろえてお待ちしています。

ぜひ、ご活用ください。

- 練馬区内に在住・在勤・在学の方が利用できます。
- 6冊まで4週間借りられます。



ねりまフォーラム2017 ～男女共同参画の集い～を開催しました

男女共同参画社会の実現を考えていただく場として、毎年区民と協働し、男女共同参画の集い・ねりまフォーラムを開催しています。昨年は、「女もつらいよ 男もつらいよ～男性学の視点から女性も男性も生きやすい社会について考える」と題して、平成29年（2017年）10月21日（土）に開催しました。当日は、あいにくの天気にも関わらず、133名の方々にご参加いただきました。



オープニングは、練馬区を拠点に男女共同参画の視点でさまざまな事柄を取り上げる演劇活動グループ「BPプロジェクト」による寸劇が行われました。

メインイベントは、雑誌のインタビューやテレビドラマの制作アドバイスを行う等、多くのメディアで話題の田中俊之氏（大正大学心理社会学部准教授）による講演で、男性学の視点から、女性も男性も生きやすい社会について、ご自身の体験談を交えたお話を伺いました。今年も公募区民による実行委員とともにねりまフォーラムを開催します。詳しくは、ねりま区報やホームページでお知らせしますので、是非ご参加ください。



練馬区男女共同参画推進懇談会のご紹介

練馬区では、区の男女共同参画施策について広く意見を聞き、施策に生かすために男女共同参画推進懇談会（懇談会）を設置しています。平成30年4月から「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）」第23条に基づき、区内における女性活躍に関する協議を行う「協議会」に懇談会を位置づけ、女性活躍推進への取組を効果的、円滑に進めていきます。委員は、公募区民の方、関係団体からの推薦者、学識経験者および関係行政機関職員合わせて25名程度、任期は2年です。活動内容や会議要録は区ホームページでご紹介しています。



無料体験レッスン受付中♪
3才からのクラシックバレエ 生徒募集中
個性を大切に感性や想像力を養います
キラキラ輝く、宝石のように…

STUDIO
JEWEL

東京都練馬区高松1-12-8
(都営大江戸線・練馬春日町駅下車 徒歩12分)
URL: <https://www.studiojewel-r.com>
TEL: 03-3996-0446・090-4835-3767

編集後記

本紙は、練馬区男女共同参画推進懇談会委員（佐藤委員、田村委員、藤多委員、丸田委員、宮川委員）のご協力をいただき企画・編集しています。取材にご協力いただいた関係機関・関係者に感謝申し上げます（事務局）。

練馬区総務部人権・男女共同参画課

〒176-8501 練馬区豊玉北6-12-1

電話 5984-4518（直通）FAX 3993-6512

Eメール jinkendanjo@city.nerima.tokyo.jp

区では広告内容に責任を負いません。
広告内容に関することは、広告主にお問合せください。
広告内容は、発行日現在です。連絡先などが変更されていることがあります。