

ワーク・ライフ・バランス講座【市川市】

個別事業費	80 千円
交付金額	40 千円

地域の実情と課題

- 就業者数は第1次産業において減少し、第2次、第3次産業において増加している。
- 直近のデータでは、女性の労働力人口率は50.9%、そのうち完全失業者率は3.3%。労働力状態は、20代で上昇するものの、30代で1度減少し、40代で再び上昇する「M字カーブ」がある。
- 女性向け再就職のためのスキルアップセミナーや起業セミナーの実施、母子家庭の母等を雇い入れた事業主に対し、奨励金交付等を実施している。

事業の特徴

- 働く人がそれぞれの個性と能力を活かし、仕事と育児・介護・地域活動等のバランスを取りながら社会参加が行えることを目指し、多様な働き方・生き方が選択できる社会の実現に向け、家庭と仕事の両立を支援するためワークライフバランスに関するセミナーを実施。
- 就労予定・復職予定者へ向けた両立のための事前準備等の内容と、実際に就労・復職している者へ向けた就労前の想像・予定とのギャップを埋めるようなフォローアップの内容とする。
- 円滑な職場復帰のためには家族の協力も不可欠であることから、就労中のパートナーと一緒に参加することもできるように、休日に開催。

事業の効果

- 「必要な情報や心構えを学ぶことができました」「両立にあたっての考え方と、夫婦間での具体的な工夫の仕方をセットで説明いただいたので、イメージがしやすく大変勉強になりました」「自分が今一番大切にしたいことを再認識できた」「じっくり現状や将来について考えることができた」などの感想があった。
- 自身のキャリアについてやパートナーとの協力体制について考える機会となり、仕事と家庭の両立支援につながる講座になったと思われる。

目的・目標

- 地域における女性の職業生活における活躍の推進を図ることを目的に、様々な角度から講座・セミナー等を実施し、女性の労働力率の底上げを目指す。

	目標・KPI	目標	実績	達成率
事業目標	「仕事」「家族」「地域活動・趣味など」の優先度について、「すべてバランスよく生活できている」の理想と現状の差を縮める	現状値（30% （理想：44.9%、 現状：14.9%、 令和6年度時点） より改善 （アウトカム）	本市の男女共同参画に関する計画に基づき指標を「希望するワーク・ライフ・バランスで生活を送れているか」に変更。令和7年度末時点で71.7%の人が希望するワーク・ライフ・バランスで生活を送れていると回答。	
事業KPI	参加者アンケートにおいて、「自身のワークライフバランスを見直そうと意識が変わった」と回答した人の割合	80% （アウトカム）	100% （令和7年度末時点）	125%

連携団体

- 「株式会社マイキャリア・ラボ」
キャリア支援、コンサルティング等の活動を行う営利法人
- 「wonderLifeLLP」
自治体・企業に向けた講演・研修や両立支援のコンサルティング、子どもの社会参画支援等の活動を行う有限責任事業組合
- 「NPO法人いちかわ子育てネットワーク」
子育て関連の支援を行うNPO法人
- 家庭教育学級
庁内教育関連部署及び幼稚園～中学校卒業段階までの保護者

今後の課題

- キャンセルが多く、参加人数が伸び悩んでいることが課題である。リマインドメールの送付及びキャンセル時は連絡するよう案内を行っているが、リマインド送付のタイミングや案内文等再検討する必要があると思われる。

令和7年9月21日、令和8年2月15日 ワーク・ライフ・バランス講座

- キャリア支援、コンサルティング等の活動を行う営利法人「株式会社マイキャリア・ラボ」代表の森ゆき氏に講師を依頼。
- 自治体・企業に向けた講演・研修や両立支援のコンサルティング、子どもの社会参画支援等の活動を行う「wonderLifeLLP」代表の林田香織氏に講師を依頼。
- 就労予定・復職予定者へ向けた両立のための事前準備等として、自身の中での優先順位の整理方法や家族や職場とキャリアビジョンを共有していくための方法等といった内容について実施。
- 実際に就労・復職している者へ向けた就労前の想像・予定とのギャップを埋めるようなフォローアップとして、職場で実践できるタイムマネジメントやコミュニケーション方法等といった内容について実施。

ワークライフバランスセミナー ～家族もキャリアも大切にしたいあなたへ～

限られた時間の中で、働く・育てる・暮らす、子育ても仕事も大切にしたいけれど、時間や心の余裕が足りない…そんな悩みを抱えたことはないでしょうか。日々をバランスよく過ごすための手がかりを、一緒に探していきませんか？



9/21 (日) 13:00～15:00

会場：男女共同参画センター 6階 研修室F
対象：子育てと仕事を両立している・したいと考えている方、テーマに関心のある方等 20名程度
託児：先着5名程度（要申込、生後10ヶ月～未就学児）
申込：WEBフォーム（<https://logoform.jp/f/2ug5b>）
※託児希望の方は9/10日(水)17時まで、その他の方は9/19日(金)17時まで



講師：森 ゆき氏（株式会社マイキャリア・ラボ 代表取締役）
理工学部の修士課程を修了後、外資系企業にエンジニアとして入社。転職をしてインターネット企業で人材育成に従事。22年間の企業勤務時代に結婚し3回出産をする。産休育休を経て職場に復帰し、仕事と子育ての両立をしながら再就職先で管理職を務めた経験を持つ。現任は独立し、女性の病後を応援する講座を多数実施。

【主催・問い合わせ】
市川市 福祉部 ダイバーシティ推進課
〒272-0034 市川市市川1丁目24番2号 ☎047-322-6700

ハピキャリアセミナー ～育休復帰に向けて 両立体制をつくろう！～

育児休業から職場復帰する際、家のことと仕事を両立することについて不安を持つ方もいるのではないのでしょうか？その不安解消に繋がる復帰前後に行いたい両立ポイント等を解説し、円滑な職場復帰を支援します！

ご自宅からお気軽にご参加いただけます。パートナーの方もぜひ一緒にどうぞ！



**2/15 (日)
10:30～12:00
オンライン (Zoom) 開催**

講師：林田 香織氏（wonderLife LLP 代表）
対象：育児休業中の方、復職を直前に控えている方、概ね1年以内に育児休業の取得を予定している方 等
定員：先着20名程度
申込：WEBフォーム（<https://logoform.jp/f/1x9jn>）
※2/13（金）17:00までにお申込みください
主催：市川市



【問合せ先】
主催：市川市 福祉部 ダイバーシティ推進課
〒272-0034 市川市市川1丁目24番2号 ☎047-322-6700
申込用フォーム