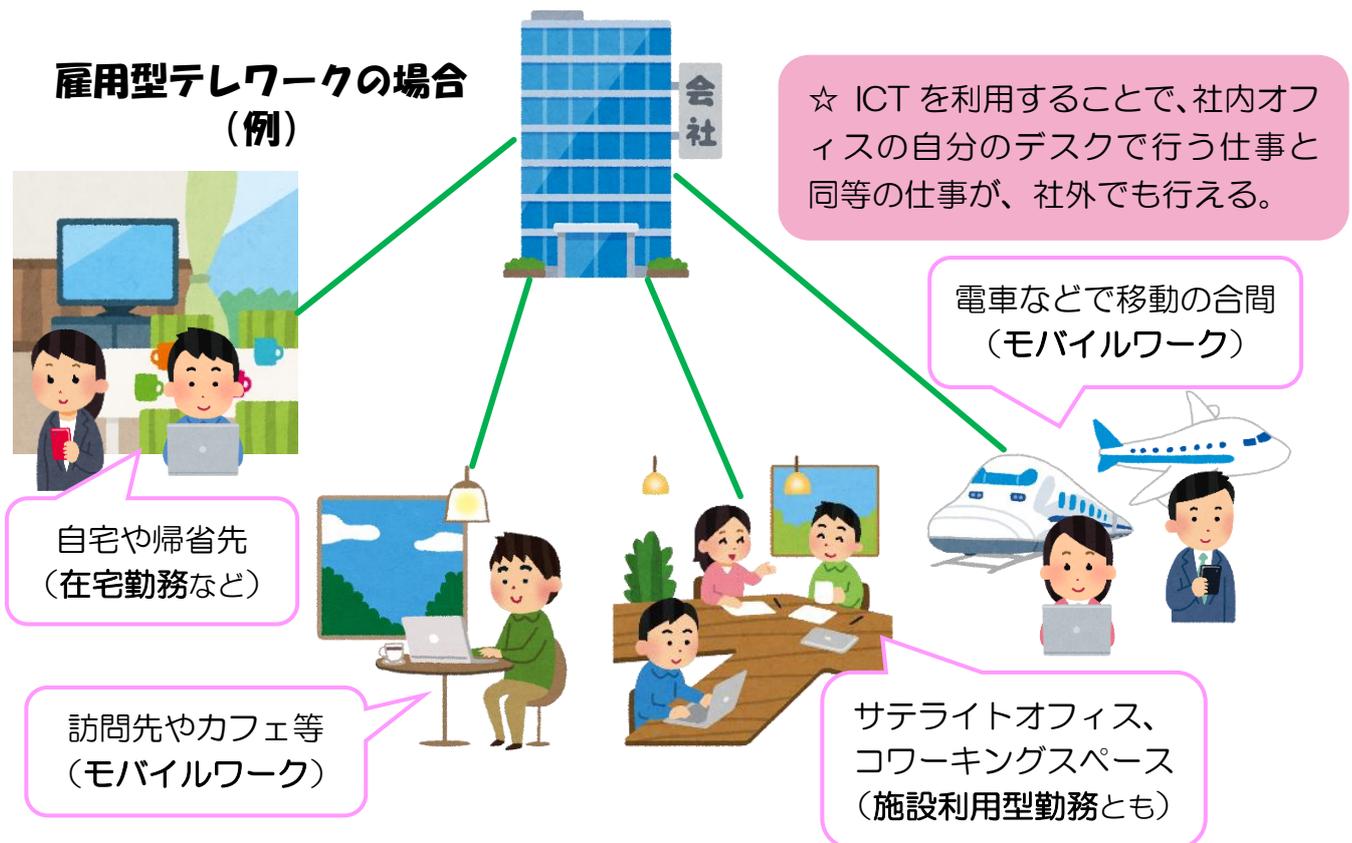


## 仕事と家庭生活—多様な働き方、暮らし方 ～多様で柔軟な働き方 テレワーク～



テレワークとは、ICT（＝情報通信技術）を利用した、時間や場所を有効に活用できる柔軟な働き方のことです。社外から社内のデータにアクセスして業務を継続できるため、効率的で多様な働き方が可能となります。育児や介護など、個々人の事情に応じながら、ワークライフバランス（仕事と生活の調和）を実現する働き方として期待されています。

※ 雇用形態や勤務場所によって「在宅勤務」「モバイルワーク」「SOHO<sup>ソーパー</sup>」などの呼称があります。テレワークは「tele＝離れた所」と「work＝働く」を合わせた造語です。



※ 上記は雇用型テレワークの例ですが、自営型の場合、個人事業主がクラウドソーシング等を活用し、各自のライフスタイルに合った条件を選択して、業務を請け負う働き方を「自営型テレワーク」と呼んでいます。

また、個人事業者・小規模事業者が行うテレワークを「SOHO<sup>ソーパー</sup>」と呼び、専門性が高い仕事を主に行います。

## 《テレワークに期待できることは？》

- ☆ **働く人**：自宅や近くのサテライトオフィスなどを利用するため、時間と場所を有効に活用できる柔軟な働き方が可能となり、ワークライフバランス（仕事と生活の調和）の実現、通勤時間の短縮や通勤による疲労軽減、地方における就業機会の増加などの効果が期待できます。
- ☆ **企業**：多様な人材の確保と生産性の向上や災害時・パンデミック発生時（新型インフルエンザ等）における事業継続性の確保、人材流出の防止策として期待されます。
- ☆ **社会全体**：子育てや介護等を理由とした離職の抑制や、高齢者や障がい者等の就業機会の拡大による労働力の確保として期待されています。

テレワークを導入している企業は、総務省「令和元年通信利用動向調査」によると、19.1%です。

テレワークは従来の働き方を否定するものではありません。仕事と暮らしを両立させたい等の目的に合わせ、柔軟な働き方を選択肢のひとつとして加えることによって、働き方の「質」を高めることにつながります。

テレワークなどを始め、多様で柔軟な働き方が広がり、一人ひとりが自分のライフステージや生活スタイルに合った働き方を、選択できる社会をめざして取り組んでいくことが求められます。



ちょっと  
よみみち

テレワークと組み合わせて…

さらに柔軟な働き方「ワーケーション」



ワーク（仕事）とバケーション（休暇）を組み合わせた造語で、休暇を兼ねて旅先や帰省先で仕事をする働き方です。

休暇中何日か働く日を設ける有給休暇消化型、旅先でリフレッシュする研修型、数日程度の短い期間で集中的に新事業を創出するなどの課題があるハッカソン合宿型など形態は多様です。旅行（バケーション）で行くような場所が選ばれることも多く、在宅勤務やモバイルワークなどのテレワークよりも、さらに自由な働き方といえます。

都市部から地方への人や仕事の流れを創出し、自治体の活性化へとつなげるべく、地方ではテレワークやワーケーションの誘致に向けた取組が進んでいます。

参考： [総務省テレワーク情報サイト] ※テレワーク体験者の声や相談窓口などを集めた情報サイトです。  
[http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/joho\\_tsusin/telework/furusato-telework/index.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/telework/furusato-telework/index.html)  
[総務省 令和元年版 情報通信白書]  
<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r01/pdf/index.html>  
[総務省 令和元年版 情報通信白書 ポイント]  
<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r01/pdf/O1point.pdf>

## 《セミナーのご案内》

令和元年度 フレンテみえ「女性に対する暴力防止セミナー」

### マイ☆レジリエンス 一人ひとりの中にある力

DVを受けていると、どうになってしまうの？

フラッシュバックや喪失感…もう元には戻れないの？



DV 被害者が加害者から離れるのは簡単なことではなく、やっとの思いで離れてもトラウマ（心の深い傷つき）に苦しむことがあります。しかし、被害にあっても、一人ひとりの中には傷を乗り越えて回復する力（レジリエンス）があります。

被害者でもあり、現在は支援者として活動される中島幸子さんから、DV の影響の大きさやトラウマに対応していく方法などをお話しいたします。

☆ 日時：11月23日(土) 13:30~15:30

☆ 参加費：無料（事前の申し込みが必要。定員に達し次第〆切）

☆ 場所：三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

（津市／三重県総合文化センター内）

※ 応募方法や詳しい内容はフレンテみえのサイトでご確認ください。

⇒ <https://www.center-mie.or.jp/frente/event/sponsor/detail/30480>

## オトコの料理教室 参加者募集中！ ～ちょっと豪華なパーティー料理編～

11月24日(日) 10:00-13:00

（申込み〆切：11月18日(月)まで）



★メニュー★ オードブル3種 クリスマス風ポターージュ  
ガーリックパン ローストチキン ミミノエル



- ・場所：名張近鉄ガス(株) 2階料理教室（桔梗が丘 1-1-5-1）
- ・対象：市内在住、在勤の男性（親子参加可）
- ・講師：秦 佐知子先生（名張近鉄ガス(株)専属講師・辻クッキングスクール心齋橋校元校長）
- ・参加費：1,500円（材料費） ※子どもの参加費も同料金必要

※ 参加者が最少催行人数（12人）に達しない場合は中止することがあります。



☆ 詳しい内容と応募方法は名張市ホームページをご覧ください

⇒ <http://www.city.nabari.lg.jp/s021/030/090/490/20160728163949.html>

### 《問い合わせ先》

名張市役所 人権・男女共同参画推進室 0595-63-7559 / kyodo@city.nabari.mie.jp

☆ 次回のオトコの料理教室は10月27日(日)開催です！（10/21申込〆切）



# 2019年 11月の相談日程

名張市男女共同参画センター

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					女性弁護士 による法律相談 10:00~12:00 13:00~15:00 女性のための相談 13:00~16:00	
3	4	5	6	7	8	9
		休館日	女性のための相談 9:00~12:00		女性のための相談 13:00~16:00	
10	11	12	13	14	15	16
	休館日	人権相談 13:30~16:00	女性のための相談 9:00~12:00	男性のための相談 17:00~19:00	女性のための相談 13:00~16:00	
17	18	19	20	21	22	23
	休館日	人権相談 13:30~16:00	女性のための相談 9:00~12:00	メンタルヘルス相談 10:00~12:00	女性のための相談 13:00~16:00	
24	25	26	27	28	29	30
	休館日	メンタルヘルス相談 13:00~16:00	女性のための相談 9:00~12:00		女性のための相談 13:00~16:00	

女性のための相談 ※祝日はお休みです。	毎週 水曜日	午前9時~正午	予約優先 電話相談可
	毎週 金曜日	午後1時~4時	
女性弁護士による 法律相談	毎月 第1 金曜日	午前10時~正午 午後1時~3時	要予約 面談
男性のための相談	毎月 第2 木曜日	午後5時~7時	予約優先 電話相談可
メンタルヘルス相談 (男女共)	毎月 第3 木曜日	午前10時~正午	要予約 面談
	毎月 第4 火曜日	午後1時~4時	
人権相談	毎月2回 ※詳しくは、名張市人権センター(☎63-0018)へお問い合わせ下さい。		要予約 面談

## 交通の混雑緩和の鍵にも！「テレワーク」

来年夏に開催の東京五輪・パラリンピックを控え、鉄道の通勤ラッシュなど都市部の混雑を緩和する大規模なテストが7~9月に実施されました。総務省では「テレワークデイズ」と題して、企業や個人事業主に対してテレワークの実施を呼びかけました。

実際、2012年のロンドン五輪・パラリンピックでは、市内の企業の約8割がテレワークを導入し、混雑を回避できたとされています。

## 名張市男女共同参画センター

三重県名張市希中央

5番町19番地

Navarie2階

名張市市民情報交流センター内



Tel 0595-63-5336

Fax 0595-63-5326

e-mail [danjo-center@emachi-nabari.jp](mailto:danjo-center@emachi-nabari.jp)

<http://www.emachi-nabari.jp/danjo-center/>

ご意見・ご感想をお聞かせください。