「自分らしく」
「あなたらしく」
生きるために

―実現しよう 男女共同参画社会―



男女共同参画社会とは？

男女がお互いに尊重し合い、性別にかかわりなく、
一人ひとりが持っている個性や能力を十分に発揮し、
あらゆる分野で活躍できる社会のことです。
大切なのは、自分らしく生きること。
そして、みんなの自分らしさを認め合い、協力しあうことです。

稲敷市　行政経営部秘書政策課

男女共同参画社会を実現するために

ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）が大切です。
誰もが、仕事や子育て、介護、自己啓発、地域活動などの活動を、自分の希望するバランスで展開することをワーク・ライフ・バランスといいます。ワーク・ライフ・バランスには「これが正しい」という形はありません。
バランスがとれることで、心身ともに安定し、「仕事」と「生活」をともに充実させることができます。
自分らしく選択できる生活において大切な土台となります。

●家庭で
家事、育児や介護も
みんなで協力しよう
みんなでやればきっと快適

●地域で
活力ある地域を目指し
積極的に参加してみましょう

●職場で
性別に関係なく
お互い対等なパートナー

茨城県では、各種相談（女性のための総合相談、働く女性のためのキャリア相談、女性のための法律相談、起業や再就職などチャレンジしようとする方を応援するチャレンジ相談、女性のためのよりそい相談）の窓口があります。

■ダイバーシティ推進センター「ぽらりす」（茨城県男女共同参画センター）
開館時間：午前 9 時～午後 5 時　休館日：日曜日・祝祭日・年末年始（12 月 29 日～ 1 月 3 日）
〒310-0011　茨城県水戸市三の丸 1-5-38　県三の丸庁舎 3 階　TEL：029-233-3982