

明記のないものは… ●先着順●当日会場●午前8時30分から受け付け●費用は無料 ●持ち物はお問い合わせください ※電話番号などは間違いのないようおかけください

石名坂温水プール ☎(82)5131 ☎(82)5132

◆4月分オープン教室水中ウォーキング 4月2日～23日毎週木曜日午後2時～3時。各日25人。費200円(プール入場料別途)。

◆ナイトアクア 5月11日～6月15日毎週月曜日午後7時～8時。全6回。20人(抽選)。費5400円。④4月9日(休)～15日(休)(14日(休)を除く)に来館で。

◆②楽・楽水泳教室(初級) 4月24日～6月26日毎週金曜日午前11時15分～午後0時30分、全10回。クロールで25m泳げるようになりたい方15人(抽選)。

◆③楽・楽水泳教室(初級) 4月24日～6月26日毎週金曜日午前11時15分～午後0時30分、全10回。クロールで25m泳げるようになりたい方12人(抽選)。

◆④楽・楽水泳教室(平泳ぎ) 5月14日～6月25日毎週木曜日午前11時15分～午後0時30分、全7回。クロールで25m以上泳げる方15人(抽選)。

④⑦～⑩は4月9日(休)～15日(休)(14日(休)を除く)に来館で。※障がいのある方は9日⑦は午前10時、⑧は午前10時30分、⑨は午前11時から電話で。

秋葉台文化体育館 ☎(88)1111 ☎(88)8687

◆お母さんのためのヨガ 4月17日～7月10日毎週金曜日(5月1日、8日、22日、6月5日、19日除く)午前11時15分～午後0時30分、全8回。子育て中の母親30人。※子どもの参加も可。費6400円。

◆秋葉台文化体育館オープン教室 ●ポディシエイク…☆4月1日～22日毎週水曜日午前9時30分～10時45分。各日50人。☆4月7日～28日毎週火曜日午前9時45分～10時45分。各日50人。

◆ピラティス…4月7日～28日毎週火曜日午後1時30分～2時45分。各日30人。費1回400円。

スポーツ推進課 ☎内線6767 ☎(50)8433

◆藤沢市民総合体育大会継承大会【ソフトボール】4月19日(日)。桐原運動公園野球場ほか。※詳細はお問い合わせください。④4月2日(休)までに藤沢市体育協会のホームページへ。☎川副 ☎090(6005)8575またはスポーツ推進課。

鵠沼運動公園 ☎(36)1607 ☎(36)1754

◆個人スイムレッスン 通年(7～9月を除く)、1回45分。八部公園プール。4種泳法、水中運動ほか。費2000円。④4月分は3月28日(休)から来所で(午後7時30分から電話も可)。

◆障がい者ふれあいテニス 4月18日、5月9日、16日、6月6日、13日、20日毎週土曜日午前9時30分～11時15分、全6回。八部公園テニスコート。障がいのある方15人。費3600円。④4月1日(休)午前9時30分から電話または来所で。

◆⑦ステップアップ水泳 4月14日～6月23日毎週火曜日(4月28日、5月5日を除く)午後1時50分～3時、全9回。八部公園プール。クロールで25m以上泳げる18歳以上の方24人(抽選)。費8100円。

◆⑧らくらく健康体操 4月15日～6月24日(4月29日、5月6日を除く)毎週水曜日④4月24日～6月26日(5月1日を除く)毎週金曜日。ともに午前10時30分～正午、全9回。八部公園2階ロビーほか。18歳以上の方各24人(抽選)。費8100円。

◆⑨ナイター水泳 4月15日～6月24日毎週水曜日(4月29日、5月6日を除く)午後7時～8時15分、全9回。八部公園プール。18歳以上の方24人(抽選)。費8100円。

◆⑩初級水泳 4月24日～6月26日毎週金曜日(5月1日を除く)午後0時50分～2時、全9回。八部公園プール。18歳以上の方24人(抽選)。費8100円。

④⑦～⑩は3月25日(休)～31日(休)に来所で。

④⑦～⑩は4月9日(休)～15日(休)(14日(休)を除く)に来館で。※障がいのある方は9日⑦は午前10時、⑧は午前10時30分、⑨は午前11時から電話で。

④⑦～⑩は3月25日(休)～31日(休)に来所で。

◆⑪スキルアップ! ベースボール 5月12日～6月23日毎週火曜日午後4時15分～5時45分、全7回。八部公園野球場。野球経験のある市内在住・在学の小学5・6年生16人(抽選)。費6300円。

◆⑫エンジョイ! ベースボール 5月14日～6月25日毎週木曜日午後4時15分～5時30分、全7回。八部公園野球場。市内在住・在学の小学3・4年生20人(抽選)。費6300円。

◆⑬幼児たいそう(年長) 5月13日～6月17日毎週水曜日午後3時30分～4時30分、全6回。八部公園野球場。市内在住・在園の2014年4月2日～15年4月1日生まれの方24人(抽選)。費5400円。

④⑦～⑩は4月11日(休)～20日(休)(13日(休)を除く)に来所で。

④⑦～⑩は4月11日(休)～20日(休)(13日(休)を除く)に来所で。

ふれあいスポーツ交流会～テニス講習会

とき 5月23日(土)午前10時～午後4時 ところ 八部公園テニスコート 対象・定員 障がいのある方と関心のある方50人 費用 500円 申し込み・問い合わせ 4月4日(土)～24日(金)(13日(月)を除く)に電話または来所するか、ファクスに住所・氏名・年齢・電話番号・障がいの種類(上肢・下肢・聴覚・車いすほか)、初・中・上級の別を書いて、鵠沼運動施設事務所 ☎(36)1607、☎(36)1754へ

◆⑭未就学スイム 4月14日～6月23日(4月28日、5月5日を除く)毎週火曜日④4月15日～6月24日(4月29日、5月6日を除く)毎週水曜日④4月16日～6月25日(4月30日、5月7日を除く)毎週木曜日④4月24日～6月26日(5月1日を除く)毎週金曜日。いずれも午後4時～5時、全9回。八部公園プール。市内在住・在園の2014年4月2日～16年4月1生まれの方各15人(抽選)。費9000円。

◆⑮初級こどもスイム 4月14日～6月23日(4月28日、5月5日を除く)毎週火曜日④4月16日～6月25日(4月30日、5月7日を除く)毎週木曜日。ともに午後5時～6時、全9回。八部公園プール。市内在住・在学の小学生各28人(抽選)。費9000円。

◆⑯泳力認定こどもスイム 4月14日～6月23日毎週火曜日(4月28日、5月5日を除く)午後6時～7時、全9回。八部公園プール。泳力認定進級テストで10級以上を持つ小・中学生24人(抽選)。費9000円。

◆⑰泳力認定こどもスイム(上級) 4月16日～6月25日毎週木曜日(4月30日、5月7日を除く)午後6時～7時、全9回。八部公園プール。泳力認定進級テストで9級以上を持つ小・中学生24人(抽選)。費9000円。

④⑦～⑩は3月31日(休)～4月5日(日)に来所で。

◆太陽の家体育館 ☎(83)1411 ☎(83)4342

◆サウンドテーブルテニスの集い 4月11日(土)午前9時～正午。視覚障がいのある方と関心のある方。

◆フライングディスクの集い 4月11日(土)午後1時30分～3時30分。障がいのある方と関心のある方。

◆フロアバレーボールの集い 4月12日(日)午前9時～正午。障がいのある方と関心のある方。

◆障がい者卓球の集い 4月12日(日)午後1時～4時30分。障がいのある方と関心のある方。

◆秩父宮記念体育館 ☎(22)5335 ☎(28)5749

◆秩父宮記念体育館4月分オープン教室 ①夜のリフレッシュヨガ…4月1日～15日毎週水曜日午後7時15分～8時30分。各日50人。②リラックスストレッチ…4月2日～23日毎週木曜日午後3時30分～4時15分。各日25人。③シェイプアップ…4月3日～24日毎週金曜日午前10時45分～正午。各日30人。④健康体操…4月7日～28日毎週火曜日午前9時～11時。各日30人。費1回500円(リラックスストレッチは400円)

SPORTS LIFE スポーツライフ

特集 ○○しながら働く人を応援します ワーク・ライフ・バランスを進めよう!

一人一人の状況に応じて多様で柔軟な働き方・生き方が選べる「ワーク・ライフ・バランス」の基本的な考え方や市内企業の取り組みを紹介します。 問い合わせ 産業労働課 ☎内線2227、☎(50)8419

○○しながら働く人、働きたい人が増えています



ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは

ワーク・ライフ・バランスとは、○○しながら働くこと、働き続けることの実現を目指す、全ての人に大切な考え方です。 仕事にやりがいや充実感を感じ責任を果たしながら、それぞれのライフスタイルや子育て・親の介護など、仕事以外の生活との調和をとり、その両方を充実させる考え方は企業にとっても、優秀な人材の獲得や人材の定着につながるものとして注目されています。

中小企業にも時間外労働の上限規制が導入されます

働き方改革関連法により、4月1日から中小企業にも時間外労働の上限規制が導入されます。年次有給休暇の確保も取得、正社員・非正規社員の間での不合理な待遇差の禁止など、働き方改革における取り組み・支援は、ワーク・ライフ・バランスを実現する環境づくりにつながります。

市内企業でもワーク・ライフ・バランスを実践しています



アズビル(株) 藤沢テクノセンター(川名) 事業内容 計測・制御機器の開発、設計 社員数 約1800人

高齢化や核家族化という背景もあり、家族の介護と両立しながら仕事を続ける社員も多いです。介護一辺倒もつらいという社員の声を聴き、手厚い内容の短時間勤務の制度を取り入れるなど、長く働き続けることのできる仕組みづくりに取り組んでいます。 今後も、社員が両立して働き続けられる職場づくりを目指して、介護に関するセミナーや情報の提供を積極的に実施していきたいです。

心身の健康だけでなく、そのための総労働時間の削減、ハラスメントの撲滅などの「働き方改革」と、一人一人の個性を尊重し、その特徴を活かす「ダイバーシティ推進」を進めています。 ダイバーシティ推進では、女性だけでなく、障がいのある方や外国籍の方、育児や介護をしている方などがお互いを尊重して仕事を進められるように制度や環境を整え、社内でセミナーなどを実施しています。 2018年10月に厚生労働大臣から女性の活躍推進に関する優良企業として認定され、認定マーク「えるぼし」の最高位を取得することができました。

市でも推進しています

市では、ワーク・ライフ・バランス推進のための会議や講座などを開催し、ワーク・ライフ・バランスの啓発に取り組んでいます。

●ふじさわワーク・ライフ・バランス推進会議 労働団体、経済団体、企業、学識経験者などが連携し、それぞれの立場を踏まえながら広い視点での課題の共有を図り、本市のワーク・ライフ・バランスの推進について議論を行っています。

●企業・市民向けワーク・ライフ・バランス推進セミナー 市内の事業所や市内在住の方を対象に、ワーク・ライフ・バランスに関するセミナーを開催しています。



●企業向けのパンフレットを配布します 市内事業所を対象に、ワーク・ライフ・バランスの必要性、育児や介護との両立支援に向けた国の助成金や相談窓口などを掲載したパンフレットを4月中旬から配布します。



配布場所 産業労働課、各市民センター・公民館、市内事業所ほか

従業員などの健康管理を経営的な視点で考え、健康診断の受診はもちろん、工場内の食堂での塩分量の調整、ラジオ体操の実施などを行っています。 2018～20年、経済産業省から健康経営優良法人「ホワイト500」の認定を受けました。

