

女性のキャリア支援

ワーク・ライフ・バランスについて

Work Life Balance

「ワーク・ライフ・バランス」という言葉をご存じですか？ これは、仕事と生活の両方を充実させるという意味。労働市場改革のために、先日政府も行動指針をつくることを決めました。この中には、既婚女性の就業を促す狙いもあるようです。ということで、今回は仕事と家庭の両立について考えてみましょう。キャリアカウンセラーの尾上由美子さんと倉橋満里子さんのお二人に、ご自身の経験を含め、語っていただきました。



キャリアコンサルタント
倉橋満里子(28歳)
大学卒業後、旅行会社JTBに4年間勤務後、結婚。その後、フリーランスの司会、TV番組のリポーターやモデル業を経て独立。もっと直に「伝える」仕事もしたいとキャリアコンサルタントの資格を取得。現在、オフィスK&M代表として就職支援セミナー「ジョブクラブ愛知」を柱に、大学の就職講演やキャリア・企業の研修講師など幅広く活躍中。司会業・カリグラファーと、全国各地を飛び回っている。
<http://www.hpmix.com/home/kurahashi/>

好きなことばかり
できてしまっている

——おふたりのライフワークをお聞かせください。

倉橋 私は正社員として4年間働いた後、フリーランスとしての活動を始めました。独立後は、全国各地での出張も増え、仕事と家庭、両立できているのよ。とよく聞かれるのですが、やることと思えばできてしまつものなんですよね、人間って。もちろんパートナーの協力も必要ですが、私の家庭では家事の負担ができていて、私がないときは主人が引き受けてくれます。主人や家族の理解もあり、感謝しています。

尾上 私は結婚後専業主婦でしたが今はシングルマザーとして働いています。当初はとにかく子どものことを一番に考えて生活できる環境を整えまし

た。子供を育てるといつか結局は自分が育てられているんだといつか気がつきましたね。私は子供に感謝しています(笑)。ほとんど休みなく仕事をしていますが、PTA活動も地域の自治会活動もすべてこなしています。そのことで知り合えた人に助けていただいたりしながら忙しけれどすごく楽しく充実した毎日ですよ。ほんと、やることと思えばできてしまいますよね。

——子育て中の社会復帰は難しくありませんでしたか？

尾上 もともと一生仕事をしていくために医療事務の仕事に転職していたので、仕事に対する不安はありませんでした。実際、結婚する前に、仕事をしていた会社からお誘いを受けていたので、そちらにお世話になることができました。ただ子供が登校する時に見送ってやりたいと思い、正社員

倉橋 私は大学生をはじめとする若年層のキャリアカウンセリングをしています。ですが女子学生の中には、結婚や出産をしたら仕事を辞めなきゃいけないと思込んでいる人が結構います。それが原因なのか、本当は総合職に就いてみたいけれど一般職にしておこうとなつてしまつてます。また、最近多いのはバリバリ働きたいから結婚はしないと断っている学生です。仕事と家庭の両立は不可能なものだと判断してしまつていて、初め

て社会の扉を叩く学生だからこそ、社会に対する不安や、女性ならではの悩みを抱えているようです。

尾上 私のカウンセリングで一番多いのは再就職に関する内容です。自分のことができるかわからないとか、仕事を始めたら家事をどうしたらいいのかとか、シングルマザーの方の相談も多いです。

——再就職希望者は増えているんですね

尾上 家庭を守っていくというよりは、なにより大事なことです。でも、もうひとつの社会と接点を持ちたいのであれば、そこでもちゃんと責任は果たさ

ない。そのバランスが必要だということとを意外とみなさんわかっている気がします。その認識度が上がれば女性もどんどん社会に関わっていく必要もなくなるんじゃないかと感じています。

倉橋 そうですね。家庭を大事に出来ない人が社会でうまくやっていくことはなかなか難しい事かもしれない。でも、また育児休暇を取りつらいな女性の仕事が続けることの難しさを耳にしますが、私はそれも会社のシステム以前の問題のような気がします。育児休暇は確かに取りにくいけれど、取れる人は取っていますよね。要はその人の働き方だと思つてます。ふたから責任を持つて働いている人が育児休暇を取ると言えは、がんばって待っているからね、ということになると思います。

尾上 そもそも出産と育児が素晴らしいことなのに、それがマイナスになつてしまつのはおかしいですよ。堂々

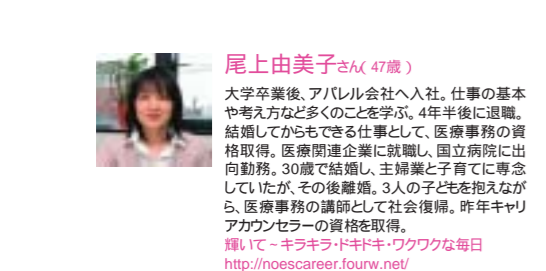
それぞれに結婚前のキャリアを持っている人たちですから、色々な業界の話が聞けて世界が広がるんですよ。逆に、仕事だけだと、特定の業界の人の繋がりは深くなるけれども、そこを出ると知らないことが案外多いもの。私は今の仕事をやる上でも、その時の情報やネットワークが非常に役立っています。子育て時期にはその時を生かして、しっかりネットワークを広げ自分を磨き、自分も成長できる時期だと思います。それを仕事に生かしている今はとても幸せです。

倉橋 私もいざれば子どもをほいと思つています。でも、出産となればある程度の期間は仕事が入り込まないです。でも、この期間に得られるものってとても大きい気がするんです。そして、この経験が、また社会に復帰した時に、仕事にも大いに活かされると思つてます。尾上さんのお話を伺つてみて、キャリアって仕事だけじゃないんだと改めて気づかれます。仕事柄、たくさんの方ともお会いしますけど、自分自身に与える影響はとて大きいですし、いろんな生き方のモデルに触れることができるわけですから、とても大切ですよ。

両立を楽しみましょう

——今度はキャリアカウンセラーとしてのお一人にいかがですか。両立で悩んでいる方のお話を聞くことは多いですか？

尾上 そうですね。特に出産は女性しかできない。育児も母乳をあげられるのは女性だけ。ちなみに私は二人とも完全母乳です(笑)。誇りをもち、楽しく、有意義に過ごし、自信を持って社会復帰していただきたいです。



尾上由美子さん(47歳)
大学卒業後、アパレル会社へ入社。仕事の基本や考え方など多くのことを学ぶ。4年半後に退職。結婚してからでもできる仕事として、医療事務の資格取得。医療関連企業に就職し、国立病院に出向勤務。30歳で結婚し、主婦業と子育てに専念していたが、その後離婚。3人の子どもを抱えながら、医療事務の講師として社会復帰。昨年キャリアカウンセラーの資格を取得。
輝いて - キラキラ・ドキドキ・ワクワクな毎日
<http://noescareer.four.jp/>

厚生労働省指定 キャリア・コンサルタント能力評価検定合格キャリアカウンセラー 人材ビジネスのフルキャストの人事・人材開発等の各事業部責任者を経て同社設立。キャリア支援を望む、クライアントへのキャリアカウンセリングをはじめ、キャリアカウンセラー志望者への支援活動も実施している民間独立系の会社。
HP <http://www.career-wing.jp>
mail contact@career-wing.jp
お問い合わせは、お気軽に「サリダを見て！」とメールでお願いします。
メルマガ <http://blog.mag2.com/m/log/0000197621/>
「個の時代」のキャリアカウンセラー＆人事
所在地: 神奈川県横浜市神奈川区沢渡45-1ルピナス横浜西口401
☎045-314-2200
キャリアカウンセリング・トレーニング等実施中は留守番電話になります。
就職・キャリア形成支援の無料相談実施中!!

尾上 そうですね。確かに仕事を持つ女性が増え続けていますよね。ただ、皆さんにお伝えしたいことは、社会には社会的ルールがある、ということ。お世話になったある女性社長さんか私におしゃつた言葉ですが、結婚しても働くためには一番に家庭を大事にしないといけない。一番は家庭です。そして、家庭がおかしくなると仕事もできなくなります。だから絶対、無理はダメ。でも、ときには立ち上と無理をしなければいけないときもある。そこを見極める事が何より大切なポイントなのよ。まさにその通り！と思えます。その環境を整えておくことが大事ですね。イザ！といつときの切り札を持っておくって事。そこが守られるのは信頼感ですね。尾上 家庭を守っていくというよりは、なにより大事なことです。でも、もうひとつの社会と接点を持ちたいのであれば、そこでもちゃんと責任は果たさない。そのバランスが必要だということとを意外とみなさんわかっている気がします。その認識度が上がれば女性もどんどん社会に関わっていく必要もなくなるんじゃないかと感じています。

倉橋 そうですね。仕事と家庭のライフバランスをどのようにするか、最初の頃は苦労しましたが、今ではそのバランスづくりがとて楽しくて、自分にとって一番身近なコミュニティである家庭をより大事にすることで、社会的にもいいです。就職、退職、結婚、独立になりました。就職、退職、結婚、独立に向けているような気がします。

尾上 よく、ずっと専業主婦でいたら社会から取り残される、とあしやる方がいますけど、子どもを通う学校だつてひとつの社会。特に、お母さま方の集まりは情報収集の場です。みんな

それぞれに結婚前のキャリアを持っている人たちですから、色々な業界の話が聞けて世界が広がるんですよ。逆に、仕事だけだと、特定の業界の人の繋がりは深くなるけれども、そこを出ると知らないことが案外多いもの。私は今の仕事をやる上でも、その時の情報やネットワークが非常に役立っています。子育て時期にはその時を生かして、しっかりネットワークを広げ自分を磨き、自分も成長できる時期だと思います。それを仕事に生かしている今はとても幸せです。

倉橋 私もいざれば子どもをほいと思つています。でも、出産となればある程度の期間は仕事が入り込まないです。でも、この期間に得られるものってとても大きい気がするんです。そして、この経験が、また社会に復帰した時に、仕事にも大いに活かされると思つてます。尾上さんのお話を伺つてみて、キャリアって仕事だけじゃないんだと改めて気づかれます。仕事柄、たくさんの方ともお会いしますけど、自分自身に与える影響はとて大きいですし、いろんな生き方のモデルに触れることができるわけですから、とても大切ですよ。

両立を楽しみましょう

——今度はキャリアカウンセラーとしてのお一人にいかがですか。両立で悩んでいる方のお話を聞くことは多いですか？