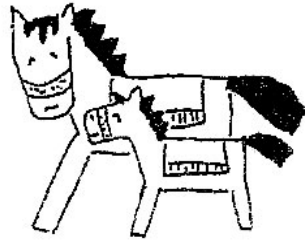


♪
お馬のかあさん
やさしいかあさん
子馬をみながら
ぽっくりぽっくり
あるく

おうまのおやこ

子育ても
あせらず待ちましょ
ポックリ、ポックリと

30年 6月 NO.283



〒 760-0044 香川県高松市御坊町2-2
高松保育園内地域子育て支援センター
TEL:087-821-9347 FAX:087-851-0857
<http://oumanooyako.sakura.ne.jp/>

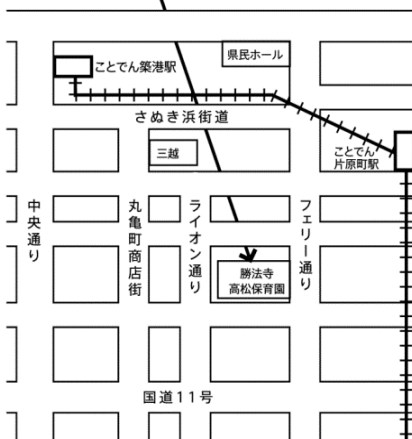
(厚生労働省・高松市委託事業)

～どなたでも～		6月の主な活動	～お気軽にどうぞ～
6月 9日	土	体験保育 10:00～12:00	同じ年齢のクラスに入って いっしょにあそびましょう。
6月 16日	土	おとなアート 14:00～16:00	あじさいをかたまりでとらえ、 スタンプを押すように花びらを 描きます。小学生もどうぞ。
6月 19日	火	香川みずぶさんの会 14:00～16:00	インテリア業から学童保育経営へと 転職された岡野美千代氏より お話を聞き、フリートークします。
6月 21日	木	ルカポンコンサート 10:00～11:00	京都からルカポンさんが来園し、 楽しいコンサートをします。親子で ご参加下さい。(予約6/15まで)
6月 23日	土	体験保育 10:00～12:00	出産予定の方も子育て 体験においで下さい。
6月 29日	金	おはなしの会 10:00～12:00	「野原のなかまたち」をテーマに パネルシアターや手あそびもあります。 親子でどうぞ。
6月 29日	金	健康・育児相談 11:00～12:00	園医師(小児科医)にゆっくり 相談できます。(予約要)

・火～土の9:00～18:00までは、園内開放して
いますので、親子でご来園下さい。
(但し、月・日曜・祭日は休み)

育児相談(月～土) 9:00～18:00
しつけや子育てについての悩み、保育園生活
入園・見学についての相談もどうぞ。

香川県高松市御坊町2-2
高松保育園 地域子育て支援センター



矢崎節夫
「きらにきりん」
J U L A 出版局

ま
ど
ん
の
ネ
ご
み
み
ひ
み
け
ル
よ
よ
て
え
か
え
し
は
う
な
て
り
ま
き
じ
じ
い
の
す
を
て
ん
ん
い
の
じ
を
あ
る
せ
は
ば
な
な
の
か
っ
し
た
に
い
と
だ
す

ま
ど
ん
の
ネ
お
お
こ
ひ
か
み
け
ル
わ
わ
の
か
げ
え
し
は
す
す
よ
り
の
ま
き
れ
れ
は
と
す
を
て
な
な
せ
の
じ
く
く
ひ
か
か
は
ば
な
と
げ
い
っ
し
つ
で
と
け
す

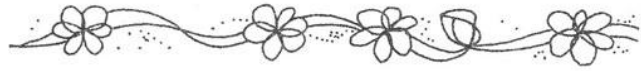
ト
ン
ネ
ル
は
は
て
じ
な
し
け
す



☆今月の内容—「育休復帰 不安乗り切るには?・生活のこつは?」

-育児復帰 不安乗り切るには？

子どもの保育園入園とともに育児休業から復帰する人も多い新年度。「仕事についていけるか」といった不安もあるだろう。工夫をして育休復帰後を乗り切った人たちに、両立のヒントを聞いた。



●仕事の進捗^{しんちやく}を共有

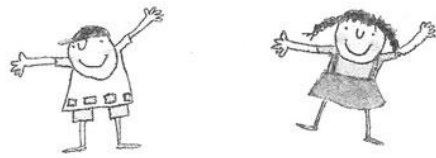
企業などに働き方をアドバイスする「ワーク・ライフバランス」（東京都港区）のコンサルタント、Oさん(37)は、13歳の長男と10歳の長女を育てるワーキングマザー。2011年に転職する前は、システムエンジニアとして働いていた。長男を出産して復帰後、1年半は時短勤務。長男が1歳の頃、保育園で体調が悪化し、迎えにいくとそのまま入院となったことがある。会社にパソコンを取りにいけず、抱えていた仕事は先輩が最初からやり直してくれた。

そんな経験からOさんが心掛けるようになったのは、仕事の進捗状況を社内で共有すること。業務ごとの資料は色分けしたファイルに整理しておく、終業時にその日の仕事の進み方や進まなかった理由を報告する一。共有することでトラブル時も業務をスムーズに引き継げ、仕事の進め方や内容にアドバイスをもらえる。

コンサルタントとして提案しているのは入社時の「朝メール」。1日の仕事の優先順位や、どの業務にどれくらい時間をさくかを示して社内で共有。「この業務量では今日中に終わらない」と分かたり、優先順位の見直しにつながったりする。終業時にメール内容を振り返れば、1時間で終わるつもり業務に1時間半かかっていたり、取引先から電話が入ることの多い時間帯があったりという仕事の傾向が見えてくる。

社外の相手には、自分の退社時間などを伝えるとともに、不在時に緊急トラブルが起こった時の対応策を準備しておく。Oさんが勧めるのは、退社後の緊急時にメールを一緒に確認してくれる人を部署内で作ること。「たとえば急ぎの場合はメールの宛先にこの人も入れてください、と伝えておくと、リスクマネジメントになる」と話す。「勤務時間の長さ以外で自分が勝負できることは何かを常に考えていた」。復帰後はランチの時間を使い社内勉強会を主宰したり、コンピューターシステムに詳しくない顧客に率先して操作方法を解説したりした。「育休復帰直後は周囲から支えてもらうことのほうが多い。でも、自分が与えられることはなんだろうと常にアンテナを張っていれば、

できることが見つかるはず」と指摘する。



●休み中も少し業務

男性の育休取得者も少しずつ増えている。女性と比べ取得者が圧倒的に少なく社会的な理解が不十分だからこそ、雇用側のサポートが重要だ。

製薬会社「MSD」（千代田区）は17年10月、育休中でも短時間に限り一時的な業務を担うことができ、働いた時間分の給料が支払われるよう制度を見直した。「突発事案に対応することができれば、男性も育休を取りやすくなる」という社員の要望に応えた形だ。

経営戦略部門で働くMさん(35)は制度改定に先駆け、17年7月末に三男が生まれた際に3カ月の休暇を取った。最初の1カ月は子どもの世話や家事を一手に引き受け、9～10月は妻に協力を仰ぎ、週1日程度、主に在宅でウェブ会議や資料作成、メールや電話のやりとりをこなした。8月に、1度だけ社内研修のために出社。同僚との会話で「ビジネスの場で使う言葉が出てこない」という体験もした。だから、休暇中も仕事に携わることが、スムーズな育休復帰につながると実感する。

育休を取得し、「平日は夜遅くしか家族と過ごせないのが当たり前という男性が多いけれど、そうではない人生があるのだという見方ができた」。今後は毎週決まった曜日に午後4時半ごろ退社し、夕方の子どもたちの入浴から夕飯、寝かしつけまでを妻と一緒に担うつもりだ。

●ママ友と情報交換

仕事や子育ての悩みを共有できる仲間を見つけることも助けとなる。千葉県船橋市で6歳と4歳の息子を育てる団体職員のTさん(38)は、12年に「船橋ワーキングマザーの会」を仲間とともに設立した。長男出産後の育休中、ママ友たちと勉強会を開催したことがきっかけだった。

「出産前はがむしゃらに働き、評価されることが自信になっていた」というTさん。育休復帰前には「復職後の姿がイメージできず、肩身の狭さや『役立たず』という感覚に押しつぶされてしまうのではと不安だった」という。だが、同じような不安を抱える人たちと出会い、アドバイスをもらったことで、前向きな気持ちで職場復帰できた。今では、活動で出会った人たちと子どもを預かったり、夕食を食べさせたりという助け合いも広がっている。

Tさんは17年10月、全国で同じような活動をしている仲間とともに「ワ

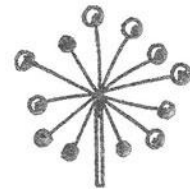
ーキングマザーの会全国ネットワーク」を設立した。東京都世田谷区や千葉県習志野市など、首都圏を中心に全国15団体が登録。各地で復職支援講座や交流会、「保活」のための情報交換会を開催している。

「習志野ワーキングマザーの会」代表のKさん(36)は「仕事も家庭環境もばらばらのたくさんのワーママと知り合えば『子育てのこの部分はこの人をモデルに』『キャリアの築き方はこの人を参考に』とできる。そんな場を地元で提供したい」と話す。

「地域」単位でのつながりは、地元密着の子育て事情が入手できるだけではない。Tさんは「ママや職場といった立場を取り払った関係を築くことで、仕事にも家庭にも前向きに取り組める。地域でそんなつながりを持ってほしい」と呼び掛けた。

* 「ワーキングマザーの会全国ネットワーク」

<http://www.facebook.com/NWMSnetwork/>



生活のこっは？

●夫の理解

朝の支度をスムーズにするには、夜できることは済ませてしまう。洗濯は夜する。子どもの通園準備も夜整える。家事の時短を図るため「ロボット掃除機、乾燥付き洗濯機、食洗器をフル活用している」という声も。

仕事と育児の両立には、夫の理解も大切。福祉職の女性(31)は復職に当たり、夫に家事への協力を求めたという。「朝、時間通り家を出られなくて、子どもに当たってしまうのは嫌だった」と、料理をしたことがなかった夫に朝食作りを任せ、その間に自分が長女(2)の持ち物などを用意している。

●相談する

子育て中は、行事や子どもの体調不良による休みなどで職場に迷惑をかけることに不安を感じる母親も多い。「普段から子育ての相談に乗ってもらうなどコミュニケーションを取っている。一人でも理解してくれる人がいると心強い」と話す。

職場復帰した母親の生活やりくり実践例

食事は週末に作り置きする

余裕がない時は弁当やベビーフードも利用

洗濯は夜のうちに済ませる

通園準備も前日に整える

時短ができる家電をフル活用

夫と家事を分担する

