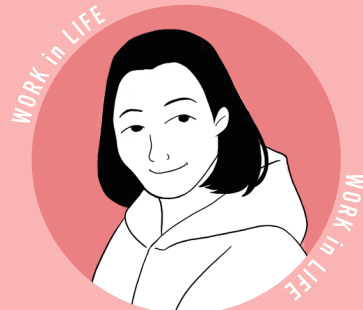


両立社員の ワークインライフ

本社部門 シニアスタッフ Aさん

本社部門で管財にかかわる仕事をしているAさん。お子さん2人が小学生のタイミングで、シニアスタッフ（以下、SSF）に挑戦。仕事と家庭を両立しながら楽しく仕事を続けている秘訣や、心がけていることをお聞きしてきました。



Q1.

仕事内容と、楽しいと思うポイントを教えてください。

ANSWER

新卒でエプソンに入社し、最初は総務部に配属され、安全衛生などを担当しました。現在の部門には、出産で退職される方の代わりに異動しました。現在は管財部門で不動産や保険関係の仕事を担当しています。

仕事をする上では、笑顔でほがらかに過ごして話しかけやすい雰囲気心掛けています。雑談だと思っても、その中に仕事のヒントがたくさんありますので。

交渉の場面で無理難題を言われてどうしよう、と思うこともありますが、それも含めて日々変化があって楽しいです。会社を出ると、基本的に仕事のことは忘れるようにしているので（笑）、なんとかなるやと思って過ごしています。

私は、仕事を通して、新しい知識を得た時に楽しさを感じます。これまで総務関係の資格を取得したり、不動産や保険について勉強する機会も多かったのですが、まだまだ学ぶことがあるなと感じます。



聞いてみました！

ワーク
イン
ライフ

Q & A

Q2.

なぜSSF昇格試験に挑戦しようと思われたのですか？

ANSWER

SSFに挑戦したのは、子供が7歳と10歳の時です。同じ働くなら給料アップを目指したいと思いつつも、挑戦には不安がありました。

そんな中、ロールモデルとなる上司が身近にいて、漠然とではありましたが「いいな」と思ったのがきっかけです。挑戦に対して背中を押してくれて、面接練習に何度も対応してくれたり、本当に心強かったです。

上司は、子供の年齢も近くて、同じ母親として悩みも相談できる存在です。仕事と子育てを両立しながらキャリアを積んでいる方が近くにいることが大きかったと思います。

Q3.

両立をしながらSSF昇格試験にチャレンジするのは大変ではなかったですか？

ANSWER

SSF昇格試験にエントリーするにあたり、私は論文ではなく資格ポイント制度を選択しました。元々仕事に必要な資格を取得しており、エントリーに必要なポイントの8割ほどを保有していました。昇格試験にチャレンジすると決めてからの半年間で通信教育を5講座分受講し、残りのポイントを取得しました。短期集中で頑張りました（笑）。休日や仕事が終わってから勉強をしなければならなかったのですが、子供は2人も小学校に上がっていたので、「お母さんは仕事でもっとお給料をもらうために、今頑張っているんだよ」と、話をすればある程度分かってくれました。

以前、長男に「大人は勉強しないでいいよね」と言われたこともあったのですが、必死に勉強している大人の姿を見せられたのは良かったと思います。子供たちが宿題している隣で、私も資格の勉強をしていました。

Q4.

SSFになって変わったことはありますか？

ANSWER

仕事の視点は確実に変わったと思います。細かい事にとられるよりも、「前に進めるためにどうしたらいいか」と考えるようになりました。仕事をする上でいろんな人にお会いしますが、「この人を動かすにはどうしたらいいか」も考えます。SSFになって人間的に成長できたかなと思います。

Q5. 仕事と家庭を両立させるうえで苦労する点や、コツを教えてください。

ANSWER 復帰の初日から子供が発熱し、即帰宅してそこから1週間お休み。「こんな状況で復帰していいのか」と悩みました。しかし先輩社員に「自分が一生懸命やっていれば、周りも協力してくれるよ」という言葉をいただき、気持ち的にとても楽になりました。うまくいかず辛い時期もありましたが、「会社に来られた日には、とにかく一生懸命仕事をやろう。効率よく仕事をして帰ろう。」というふうな気持ちを切り替えられるようになりました。

Q6. 短時間勤務制度は利用していましたか？

ANSWER 5年ほど短時間勤務をしていました。少し育児に重きをおきつつも、育児と仕事を両立できる時間を作れたのがよかったと感じています。会社にいられる時間が限られていたので、だらだら仕事をしないように、朝出社した時に優先順位をつけて、「今日はこれだけはやろうということを決めていました。子供が生まれる前は残業しても問題なかったので、仕事の仕方が明らかに変わりましたね。その後上の子が小学校に上がって、下の子もだんだん手がからなくなってきて、「今だったらできるかも」というタイミングでフルタイムに戻しました。

Q7. 在宅勤務はどれくらいしていますか？

ANSWER 週1回、子供の習い事の関係で在宅勤務をしています。通勤時間がないので、早めに送り迎えができ、とても助かっています。QOL(生活の質)が確実に上がりました。しかし、制度をもっとうまく使う方法はあると思います。参観日の時間年休とか、今後もっと上手に活用していきたいです。

Q8. 休みの日はどう過ごされていますか？

ANSWER 子供と一緒にアニメを見たり、平日が忙しい分、できるだけ時間に追われない生活を心がけています。日曜の朝は目覚ましをかけずのんびり起きて、「みんなで朝ごはんを作ろう!」と決めています。パンケーキを焼いたり、なるべくみんなで顔を合わせて充実した朝を過ごしています。



Q9. 家事の工夫や買ってよかったものはありますか？

ANSWER 買ってよかったものは、洗濯乾燥機とスマートスピーカーです。スマートスピーカーを使って、「宿題やったか」「寝る時間だぞ」「学校に行く時間です」とかを言ってもらって設定にしています。そうすると、子供たちは親が言うよりも動いてくれるので大助かりです。洗濯乾燥機を使うことで、「私と夫どっちが干すか問題」もなくなり、夫婦仲も良くなったかな(笑)。平日の朝ごはんは、前日の夜に簡単にサラダの下準備をしておいて、心の貯金を作っています。

Q10. 最後に仕事と家庭の両立で困っている方へのメッセージをお願いします。

ANSWER 会社の方にも家族にも「頼れるところは頼る」ようにしてほしいです。一人で一生懸命に頑張り過ぎない、これが大切だと思います。子供に頼るのもいいんです。子供扱いせず、私が大変な時はヘルプを求めます。「私は今こういう状況で、こういうことが困っている。君たちにもこうしてほしい」と。自分の考えをゆっくりと明確に話し、子供がやってくれた時には「ありがとう」を伝える。そうすることで、子供たちの自主的な行動力も養われてきたと思います。細かいことを気にせず、自分の軸を持つのはすごく大切です。家庭によって、子育てに対する価値観や状況は異なります。周りの人から聞いた情報を全て受け入れるのではなく、参考にしつつ時にはうまく聞き流すことも大切だと思います。

TIME SCHEDULE タイムスケジュール

	出社日		在宅日・金曜日
5:00	起床 スマホチェック・洗濯物の片付け・朝食準備		5:00 起床 スマホチェック・洗濯物の片付け・朝食準備
6:30	朝ごはん 子供にパン or ごはんかを確認して準備		6:30 朝ごはん
7:30	出勤		7:30 業務開始 子供たちが帰宅
8:30	業務開始		16:15 業務終了
17:30	POINT ① 退社		17:00 軽食準備
18:30	帰宅、夕ごはん		17:30 子供を塾へ送迎・大人は夕ごはん
19:30	子供の宿題チェック		19:00 塾へお迎え・子供たちは夕ごはん
20:30	お風呂・歯磨き		20:30 お風呂・歯磨き・ゆったり時間
21:30	おしゃべりタイム 子供が寝る前に今日の出来事をお話し		21:30 おしゃべりタイム
22:30	就寝		22:30 就寝

POINT ①

料理の下準備は前日に

朝ごはんのサラダは前日に準備。夕ごはんは同居の父が手伝ってくれて、三世代で暮らす有難みを感じる。

POINT ②

スマートスピーカーを使い、子供の自主的な行動を促す

通知機能で子供のスケジュール管理を任せるアイデア。

インタビューより

物腰が柔らかく、ニコニコと話されていたのですが、同時に、他人の意見に流されないご自身の軸を持っておられると感じました。強さに裏打ちされた優しさ、見習いたいです。試験勉強では、お子さんが宿題をする横で勉強している姿が目に見え、きっと自慢のお母さんだろうな、と感じました。