

# 両立社員の ワークインライフ

## 開発設計部門 基幹社員 Pさん

障がいのある子どもの将来を考えながら仕事で成果を出し続けるPさん。仕事と子育てで意識していることや大変なことなどをお聞きました。



### Q1. 仕事の楽しさと苦勞する点を教えてください。

ANSWER  
私の仕事は、社内のあらゆる事業部の技術的な困りごとを解決しながら、新たな技術基盤を開発することです。自分の専門知識を生かしながら社内のさまざまな事業領域に関われること、また常に業界の最新技術に触れ、新しい知識をアップデートできることがやりがいです。これまで複数の事業で技術を磨いてきた経験が役に立っていると感じます。一方で、多くの事業部からそれぞれのタイミングで相談を受けるため、案件が重なる際は、全ての納期を守るために工数の振り分けが難しく、苦勞します。



聞いてみました！

ワーク  
イン  
ライフ Q & A

### Q2. お子さんの障がいと日々の両立について教えてください。

ANSWER  
子どもは現在中学生です。知的障がいがあり、病院への通院（リハビリ）、学校や福祉サービスへの付き添いなどが必要です。体調不良など突発的な対応もあり、年休や早退が多くなるので仕事との両立を難しく感じる時があります。その分たまってしまった業務は、早朝に出社して補うことで何とかしています。早く出社して残業をなるべく減らし、夜は子どもと過ごす時間に充てたいのですが、実際は遅く帰ることも多く、妻に負担をかけてしまっているのが現状です。

### Q3. 子育てとキャリアのタイミングを教えてください。

ANSWER  
私のキャリアの中で、子どもの障がいについて職場のメンバーに打ち明けたことが大きな転機だったと思います。子どもがまだ小さく手がかかる時期に、仕事がとても忙しくて残業の上限時間ギリギリまで仕事をしており、家に帰っても子どもの寝顔を見るだけの生活でした。妻も私も精神的・肉体的に限界が来ており、会社の従業員相談室に話したところ「非常に難しい問題ですが、育児に専念する時間を確保できる職場に異動するか、職場のメンバーに家庭の状況を打ち明けて協力してもらうかの選択になると思います」という言葉をいただきました。そこで、勇気を出して職場のメンバーに自分の状況を洗いざらい話し、協力してほしいことを伝えました。話したところ、皆さんが私の状況を理解し、業務量の調整をしたり私の予定に合わせて会議を設定するなど、サポート体制を整えてくれました。あの時異動をしなくて良かったと思うとともに、職場のメンバーには感謝しています。もし、今同じような状況の方がいたら一人で抱え込まず、周りに相談することで解決する道を探してほしいと思います。

### Q4. 両立がうまくいっている点を教えてください。

ANSWER  
子どものためにも、自分のためにも、「自分から動く」ことが大切だと思います。障がいのある子どもを育てる親が集まるイベントやコミュニティに参加することで、有益な情報を得ることができたり、同じ境遇の方と話をするだけで安心することもあります。地域の子ども会に積極的に参加することで地域の方に顔を覚えてもらい、登校時の見守りをしていただいたこともありました。3か月健診の際に市の担当者に子どもの障がいについて相談し、それが縁で病院や市の支援員が決まりました。その支援員は現在までずっと担当してくれているので、子どもの特性や家庭の状況をよく理解し、学校と連携したり、適切な支援計画を立てたりと、成長を共に見守ってくれている安心感があります。また、夫婦でお互いできること・できないことをカバーし合いながら子育てをしています。子どもが小さい時は妻も仕事をしていましたが、夫婦で話し合い、妻は退職して現在まで子どもを見てくれています。日々の学校との連絡などは妻に一任していますが、参観日・懇談会・支援会議・通院などには私も同席するようにしています。妻には感謝していますし、負担・責任が偏らないように気をつけています。

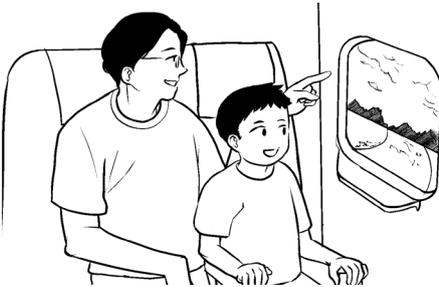


## Q5. 子どもを育てる上で大切にしていること、意識していることはありますか？

ANSWER  
今の状況だけでなく長期的に考えて判断することを意識しています。健常児であれば一般的に独り立ちをする18~20歳頃まで育児を頑張ろうという、ある程度の目標が立てられます。しかし、障がいのある子どもは成長して独り立ちできない可能性が高いので育児に終わりがありません。  
また、障がいのあるなしに関わらず育てる判断の連続だと思いますが、判断の一つひとつが「重い」と言えます。例えば、障がいのある子どもにとって学校の先生との懇談会や病院での診察は、その日決めた方針によって中長期的な生活が大きく変わってしまうような重要なイベントです。そのため、仕事を優先して妻一人に重い判断を委ねて負担をかけないようにしています。  
今まで私の経験した判断の中で重要だったのは、小・中学校の支援級に通うか、特別支援学校に通うかという判断でした。通常の学校に通うことは本人にとって刺激になるというメリットもありましたが、少し頑張った状態で学校に通い続けることでストレスを抱えてしまうと、それが原因で大人になってから二次障害などを引き起こす可能性があることと知りました。目先のことだけでなく、中長期的な目線で判断していく重要性を感じました。

## Q7. 息抜きには何をしていますか？

ANSWER  
家族でウィンドウショッピングや外食、旅行に行ったりすることが息抜きになっています。最近ではドライブしてカニを食べに行ったり、新幹線に乗りたくて遠方まで足を伸ばしたりと、家族みんなで行けるのが楽しみです。



## Q6. 育児をするうえでの悩みや不安はありますか？

ANSWER  
障がいのある子どもの将来は親が準備しておく必要があるというプレッシャーを感じながら、日々両立に奮闘しています。おそらく、私の子どもは(今の障がいの程度からすると)就職しても自分が生活できるだけのお金を稼ぐことは難しいと思います。さらに、条件にもよりますが、障害年金の受給も難しいと思っています。子どもが大きくなった今は、日常生活だけを見れば健常児の家庭との差異は少ないように感じますが、障がいのある子どもがいる親は、自分たちがいなくなった後の子どもの生活を資金面でも準備する必要があります。悩んでいる点は、障がいのある子どもを育てる家族のライフプランサポートや相談先が少ないことです。また、会社の制度面は整っていると感じますが、同じ境遇の方との対話会のようなものがあると良いと思います。

## Q8. 今後の目標を教えてください。

ANSWER  
今のキャリアを活かして、社会や会社での役割を十分に果たし、新たな技術の開発に邁進してより多くの人に喜んでもらうことが目標です。  
これは壮大な目標ですが、中長期的なライフプランを考える中で、障がいのある方がいきいきと働き生活していくために、エプソンが社会に対してどのように関わっていくのが良いのかということをご提案していきたいと考えています。エプソンが社会を変え、その結果として障がいのある方やその家族の将来に還元されることを夢見ています。その実現に向けて何か役割を果たすことができれば嬉しいです。

### TIME SCHEDULE

タイムスケジュール

6:00	起床 朝ごはんまでの間、子どもと会話(今日の予定の話など)
7:00	出勤
8:00	業務開始
19:00	終業
20:00	帰宅 夕ごはん 子どもと会話(今日の出来事など)
20:30	遠方の祖母とテレビ電話(子どもと共に)
21:30	子ども就寝
22:00	妻と会話(学校からの連絡ノートを見ながら)
23:00	就寝

### POINT

#### 早起きして子どもとコミュニケーションをとる

最近では、子どもも早く起きてくるようになり平日でも一緒に過ごす時間が増えたのがとても嬉しいです。出勤前に、今日の予定など、少しでも会話ができれば、子どもの成長を妻と一緒に感じることができ、「さあ今日も頑張ろう」と思えます。

### インタビュアーより

日々の仕事と子どもの将来へのプレッシャー、一方で子どもとの時間も確保したい、しなければと葛藤しながら両立しているPさん。エプソンから社会を変えようという夢を描きながら邁進しているPさんはとても素敵だなと感じました。