

カナリヤ通信



第4号

～働き方について考え、気づく～

「カナリヤ通信」では、さまざまな考え方をもちた女性が、社会の中で運しく、それでいて女性らしく声を出して、人生を楽しみながら働く姿を表現していきます。

ワーク・ライフ・バランス

今回は3月9日です。「育児と家庭」を予定しています。

私のある日のスケジュール

7:00	朝食	家族そろって食べます。
7:55	出勤	職場まで自転車です。
12:00	昼休み	外出のない日はお弁当持参。テレビを見ながらのんびり過ごします。
20:45	帰宅	夫が19:30に保育園へ迎えに行き、夕食を食べさせ入浴。
21:30	夕食	水曜日は19:30に全員で食べるように努力しています。
23:00	就寝	普段は夫が24時頃に帰宅することが多い。

須江まゆさん
家族構成：夫、子(2歳半)

6:30	起床、身支度	夫が風呂掃除やゴミ出しなどの家事
7:30	夫と子が出発。家事	送るのは夫。駅近で通勤路にあるので便利。
8:30	始業	
20:30	退社	3時間の残業。
21:00	子が就寝	寝かしつけ。帰りが遅いとできないことも。
22:00	家事	夕食を作らない方が後片付けをするルール。

残業のない日はお洗濯をこまめにしながら洗濯物をたたんだり、歌って踊りながら掃除機をかけるなど創意工夫しています。

私のある日のスケジュール

5:30	起床、身支度	
6:15	家事	学校の用意チェック。洗濯・乾燥は前夜にタイマーセット。学校からの連絡など密かにチェック。
6:30	朝食、片付け	
7:15	出勤	
8:30	始業	
17:30	終業	学童保育はお迎え時間が合わないので、代わりに毎日預け入れしています。そこに迎えに行ったり、子が先に帰宅して入って留守番をすることも。
21:00	子が就寝	寝る前の読み聞かせ。
23:00	就寝	

高田和子さん
家族構成：夫(単身社中)、子(9歳)

5:00	起床、身支度	
6:15	子が起床	
7:00	子の勉強	宿題とは別の通信教育をさせます。
7:50	子が登校	登校時間まで留守番。ドアに「カギを閉める」と張り紙するなど工夫しています。
18:30	夕食	
19:00	宿題、明日の用意	
21:30	仕事や雑事の時間	



私のある日のスケジュール

7:30	出勤	
17:40	終業	
20:30	夕食	細かい作業が好きなので、料理もリフレクシブの一つ。
23:00	就寝	寝付きもすこぶる良いです。

ワーク・ライフ・バランスと一言でいっても、その人の考え方や価値観などは十人十色であり、同じストーリーは1つとしてありません。そこで今回、女性3人にご登場いただき、ご自身の仕事に対する考え方や生活とのバランスについてお話しいただきました。

松本明美さん
家族構成：単身

6:30	起床。朝食、身支度	寝起きはすこぶる良いです。
9:00	始業	
19:30	帰宅	スーパーに寄って買い物。
21:00	後片付けや入浴など	掃除や入浴、テレビ、読書や仕事の資料を読むなど、思いつくまま同時並行で何かをしている時間。

前田建設技術研究所
主任研究員

須江 まゆさん



毎日乗切る生活でも資格の勉強も

入社9年目で、土木系の環境分野を専門に現場支援、技術開発、研究を行っています。3年前に10カ月の育児休業期間を経て2歳半の子を育児中です。その中でやりがいのある仕事ができるのは、上司や先輩、後輩、そして家族の支えがすべてと言えます。とても恵まれた環境です。

入社9年目で、土木系の環境分野を専門に現場支援、技術開発、研究を行っています。3年前に10カ月の育児休業期間を経て2歳半の子を育児中です。その中でやりがいのある仕事ができるのは、上司や先輩、後輩、そして家族の支えがすべてと言えます。とても恵まれた環境です。

安井建築設計事務所
東京事務所設計部設計主事

高田 和子さん



ワークとライフの境界は人それぞれ

私は、子どもが2歳の時に今の会社に転職しましたが、突発的に帰るを得ない場合も周囲の理解と協力を得ることができ、本当に助かっています。また、夫も家事・育児全般にわたって主体的に関わっています。去年夏から海外に単身赴任してしまっただけの互いの両親が頼みの綱となっています。

臨機応変にマネジメントするという感覚に近いと思います。子どもがいないと残業はなかなかできませんが、手が離れたら徐々に仕事の比重を多くしていきたいです。建築設計という仕事に社会的使命感や達成感を感じますし、病院などの医療福祉施設に携わる機会が多いので、ゆくゆくは医療に関わるボランティア活動などもに関わり、良い形でワークをライフに近づけていけたらと思います。

太平洋セメント人事部
ダイバーシティ推進室

松本 明美さん



仕事もお酒と同じ「ほどほど」が大切

「チャンスの女神には前髪がほしい。だから、来た瞬間につかめ」と言います。昇進を打診されると「自分には時期尚早なのではないか」と考える女性もいますが、多くの男性ができることなら、普通の女性にもできるはず。ポジションが人を作るといふ側面もあると思います。

取り組んでいて、推進室は主に従業員の定着を促す制度の拡充を検討しています。従業員がライフイベントを乗り越えるための支援施策を考える業務を担うので、責任とやりがいを感じています。

女性の敵・冷えから守ります

2月。日差しが少しずつ明るくなってきましたが、まだまだ寒い日が続いています。電車の通勤や外回り、現場作業など寒さで「足先が冷たくなって、なかなか暖まらない〜」なんて声をよく聞きます。女性にとって冷えは最大の敵。克服するために試行錯誤している人も多くいます。

価格は、のびのびシルクつま先ソックス1,500円、着圧指裏シルクハイソックス2,500円(ともに税別)。お問い合わせは、同社・電話072-223-2275。



■「シルク混はらまき」
体験者：Yさん(S社、総務部)
とても薄くて快適なので、家だけでなく職場でも愛用しています。まさか腹巻きを付けてるなんて誰も気付いていないと思います。

福助

冷え冷え女子にもう1つ、耳寄り情報！ 同社では「シルク混はらまき」も展開しています。冬だけでなく夏の冷房対策としても大活躍の一品です。価格は1,000円(同)。

◇福助株式会社
福助は足袋製靴店として明治15年に創業。30年以上の長い歴史の中で培った技術で、現在は靴下・ストッキング・下着にまで事業領域を拡大している。お客様に「福」を感じていただけるようなモノづくりやサービスを目標としている。

今回は、シルク素材を用いた「のびのびシルクつま先ソックス」と「着圧指裏シルクハイソックス」をご紹介します。「のびのびシルクつま先ソックス」は、靴下が足先だけなので重ね履きOK。上にストッキングなどを重ねれば暖かさが倍増するので冷え冷え女子にはぴったり。また、夏でも、ヒールを履いたときの痛みや蒸れを防いでくれるので快適アップ、足の臭いも気になりません。

A 子どもがいる人も、そうでない人も信念を持って仕事をしている熱意みたいなものを感じたね B 「仕事をしていない生活は想像できない」という言葉は象徴的だと思う C 男女の違いを「辛い」と訴えるのでは

編集部
放談

なく、道を切り開いていこうというポジティブな姿勢を感じたよ！
【編集長談】次号の「育児と家庭」では、仕事と育児の両立の極意が見えてくるかもしれないね。



菌ごたえ抜群！工場産レタス「夢菜」

西松建設と玉川大の「コラボレーション」
「夢菜」は、工場産レタス「夢菜」です。通常のレタスよりも、菌ごたえが抜群です。

リーフレットで行っているため、雑菌がたまりにくいので、安心して食べてください。実際に、食べた人に「おいしい」「彩りがきれい」「ボリュームが大きい」「歯ごたえがよい」などの声が多く聞かれています。

連絡先はこちら

お問い合わせ：株式会社日刊建設通信新聞社
カナリヤ通信編集部 03-3259-8711
ご意見・感想、プレゼント応募は
canaria@kensetsunews.comまでお寄せください

