

ワークライフバランスセミナー参加報告

渡邊 高子 基礎教育支援グループ

近藤 みずき 分析支援グループ

1. はじめに

ワークライフバランスとは、仕事と生活をうまく調和させることで得られる相乗効果・好循環のことをいい、女性にとって生活と家事・育児は切り離し難い関係である。そこで、大学の女性技術職員はどのように仕事と家事・育児を両立させているのか知ることを目的に、ワークライフバランスセミナー（以下、研修）を平成 29 年 3 月 19 日に受講した。研修は名古屋工業大学が主催し、11 機関 22 名が参加した。



図 1 研修会の様子

2. 研修内容

午前には、大同大学学長の神保睦子先生が「女性と家事・育児と仕事」というタイトルで講演された。仕事と家事・育児の両立には「両親の援助」の有無によって変わってくることや、「運と綱渡り」であったとお話しされていた。

午後の研修では、5～6名の少人数グループに分かれ、過去、現在、未来の3つのテーマでディスカッションを行なった。ディスカッションで上がった意見の一部を下記に記した。

① 「これまでに困ったことは何か？それをどう乗り越えたか」（過去）

・家事、育児を一人で背追い込む → 家電製品の充実、家族に協力してもらう

・女性に事務作業や庶務作業を依頼されやすい → 時間管理の電子化、自力で技術習得する

・子供や家族が急に病気になる → 在宅でデスクワークをできる環境を整えた、明日休むかもしれないと思いながら早く仕事を片付ける

・子供の迎えの時間に間に合わない → 夫婦で仕事をセーブした

② 「ワークライフバランスを取るために工夫していることは何か」（現在）

・仕事の効率化を意識し、定時に帰る
・この業務は自分しかできないという思い込みを捨てて、人を頼る

・話し合いの時間を作り、報告、連絡をする
・趣味を楽しむ、休息をとる

③ 「五年後、どんな自分になっていたか？そのためにしていることは？」（未来）

・スキルアップ → 新しい技術習得

・英語学習 → TOEIC、英会話の勉強

・シニアとして働く → 健康な体づくり

3. 研修成果

参加者は若手、中堅、ベテランと年代が様々だったため、問題解決の経験談を聞くことができ、今後、自分自身が問題に直面した際に参考になる情報を得ることができた。ワークライフバランスは性別問わず重要であり、今後、技術支援センターでも同様の研修を実施していければと感じた。