

Working mother

ワーキングマザー



幸せの感度を上げる 感謝の心と、 家族の絆を深める 自分時間

徳永 香里さん (32歳)

- 家族構成 / 夫、子ども2人、義父母の6人家族
- お子様の年齢・預け先(学校)
長女(3才)保育園、長男(2才)保育園
- お仕事
日本郵便株式会社 非正規社員
- 勤務時間(日数) / 8:30~17:15 週5日
- 勤務歴 / 9年

タイムスケジュール

- | | |
|-------|----------|
| 06:00 | 起床 |
| 07:00 | 朝食 |
| 08:00 | 登園 |
| 08:30 | 出勤 |
| 17:00 | 退勤・お迎え |
| 18:00 | 帰宅・明日の準備 |
| 19:00 | 夕食・入浴 |
| 20:00 | 子どもと遊ぶ |
| 22:00 | 就寝 |



やる気の源は、お客様やスタッフからの「ありがとう」。

お客様や企業からの電話対応や荷送りの手配を担当しています。日々、処理する業務や内容が変わるので、優先順位を考えて効率よく働けるよう工夫しています。会社に行き、業務を把握した時点で一日の目標を設け、TODOリストをこなし、机の上をきれいにできることに達成感があり、仕事を続けられる喜びの源の一つです。クリアして仕事を終えた後は清々しい気持ちです。二つ目は「ありがとう」の言葉です。同僚がスムーズに動けるようにちょっとした雑用は進んでいます。丁寧にお客様へ対応をしたり、スタッフが気持ちよく働けるように工夫したり、ひとつずつ着実に業務をこなし、周囲の方が笑顔になれることは私にとって仕事のモチベーションにつながります。

すべては当たり前ではない。感謝で支え合う家族のつながり。

家族には甘えられるところは甘え、頼りにされるところは頼られ、無理をしないようにしています。同居で家事や育児を協力してもらう分、家電操作は私が頼られることもあり、いいバランスです。子どもたちは裏の畑で義父が育てた採れたての野菜をその場で食べたり、三代で食卓を囲んだり、賑やかな毎日です。仕事も子育てでも楽しめるのは、義母が家事全般を担ってくれ、子どもとの時間がゆったりと作れるからだと思います。感謝の気持ちを大切に、「ありがとう」と大人同士でも子どもに対しても伝え合っています。日々の小さな積み重ねに感謝することは、幸せにつながり、一日一日を大切に過ごすことに繋がっているのです。自分の笑顔が家族にも伝染して皆が笑顔になったら素敵だなと感じています。

子育て時間をより豊かにしてくれる自分時間。

時間があれば図書館や漫画喫茶に入り浸りたい程、読書好きな私。今は家事や農業の本にハマっています。家事を義母に頼っているのも、将来は自分が家事や農業を助ける番だと思うと興味が沸いてきます。また、友人に誘われて始めた着付けも自分時間の楽しみの一つです。着付けの大会では、家族が応援に来てくれ子どもからの声援がとても嬉しかったです。限りある時間の中で家族それぞれ何を優先したいのかを考え、家族とはお互いに干渉しすぎず個々の自由を尊重しています。義父母それぞれの時間も大切にもらい、私より家事が得意な夫にも協力してもらっている分、趣味のツーリングやボタリングやフォト旅には自由に出かけてもらっています。それぞれが家庭以外の居場所を持つことが、子育てへの相乗効果になっています。

NPO法人ワークライフ・コラボの シゴト×ライフスタイル

★ポイントはここ★

仕事と家庭の両立にはバランスが大切です。無理をしすぎず、周囲にサポートを求めることで、心や体、時間にゆとりを持ち、家庭以外の自分の居場所を作ることができます。それが子育てや仕事への活力につながり、より豊かにすると思います。うまくいったり、いかなかったりの繰り返しをしながら、大切にすることも、優先したいものを選んでいきたいですね。



今回の取材担当

一色 淑恵

5歳と3歳の娘の母。仕事はフレックスタイム制を使い、趣味の三味線や幼稚園での絵本の読み聞かせを楽しんでいます。ライフシフトに前向きに取り組み中。

イベント・各種情報アップしています!

【FB】▶ <http://www.facebook.com/worcolla>

【HP】▶ 「ワークライフ・コラボ」で検索