

宇田 薫 (編著)

アクティブ・ワークライフバランスの方法 女性作業療法士の子育て・介護・仕事

中 村 春 基

(一般社団法人日本作業療法士協会, 会長)



本書は働く人に必見の書籍である。その中でも、ぜひ、働くママやパパ、結婚や子育てを考えている方に読んでいただきたい。帯には、「わたしの『人生』とは わたしにとって 『仕事』とは 不安を抱き、戸惑いながらも チャレンジする ひとりではない 仲間がいるから 今を生きる」とある。そのような思いをこめて、宇田薫さんが雑誌に5年にわたって連載したコラムに、「リハビリママ＆パパの会」代表のPT 河合麻美さんと、fish 哲学で病院運営を行っている福岡青洲会病院勤務のOT 高沢梨沙さんの対談を加え編集されたものが本書である。

河合麻美さんとの対談では、「働きながらの子育ては視野をも養うプラスのキャリア」と題して、育児、介護、仕事を中心に2人の経験が語られている。苦労話、周りの理解、仕事の工夫や家族の支援、仕事への向き合い方など、先輩ママさんOT、PTのポジティブな生きざまに元気づけられる。高沢梨沙さんとの対談は、「生活・職

場とコラボレートし自分流の生き方を創る」と題して、実に15のテーマについて語られている。いずれのテーマも“なるほど”と納得でき、その根底には、自分の肯定と周囲への感謝、相互関係の構築、仕事の継続があるように思う。

コラムは質問に対して2~3名からの助言があり、それをまとめる形式で、「両立」、「体調」、「周囲の人々」、「スキルアップ」、「前を向いて」のテーマごとに、具体的な相談と助言が紹介されている。たとえば「両立」では、育児と仕事の両立、慣れない部署での職場復帰、仕事と家庭の両立が難しいとき、等々である。「体調」の内容は男性は必見である。妊娠、出産がいかに大変かあらためて気づかされ、妊娠をした女性への配慮が一步進むと思う。「周囲の人々」では、妻をサポートするパパ、管理職等からの意見、「スキルアップ」では、産休中、子育てがOTとしての成長にいかに関与するか、「前を向いて」では、これまでの相談を振り返り、妊娠中の働き方、悩

みをもった相談者のその後に触れつつ、「あなたはひとりではない!」とエールを送っている。いずれの内容においても、「感謝」、「配慮」、「準備」、「自分の状況を周囲に理解してもらうこと」、「取捨選択」、「仕事への思い」等は一貫したメッセージである。

特記すべき点を紹介する。それは、当事者からの質問、助言者からの助言に加え、それらを経験した管理職のママ、時短や急な代行を担う同僚やその管理者、働きながら育てられた子どもから等のメッセージが収められている点である。ICFに時間軸を加えワークライフバランスを問う宇田さんならではの視点である。「女性がアクティブに働ける社会」とは? 5年間の女性の悩みのコラムを通して、女性が働くための課題を顕在化させ、助言者からの助言を借りて、職場での具体的な解決方法を示した良書である。

B5変型 134頁 2,400円+税
青海社 刊
☎ 03-5832-6171