

オールインクルーシブ ワークライフバランス

菅井 順一

菅井皮膚科パークサイドクリニック

ホテルの宿泊を予約する際に all inclusive という言葉を聞くことがたまにある。この言葉は「すべてを含む」「包括的な」という意味であるが、ホテルの宿泊の際には宿泊料金のみならず、滞在中の食事代・ドリンク代・プールやリラクゼーションの施設利用料金やアクティビティなどの料金がすべて含まれているシステムとなる。

これをワークライフバランスの話題に置き換えると、私にとって「仕事以外の生活」と「仕事」はボーダーレスで、オールインクルーシブなものであるといえる。つまりワークライフバランスとは、オールインクルーシブの中で調和を保ち、いかに負のイメージを感じないで楽しんだり、両立させたり、仕事と家庭それぞれでの役務を充実させていくかになる。

私は 1999 年に宇都宮で開業して、2000 年に結婚し、2001 年に娘が生まれた。また、私の母も都内から宇都宮の病院に入院することになり、その後は介護も必要とされていた。私と妻は栃木県出身ではないため、子育ての中で両親や昔からの同級生・友人からのヘルプはあまり望めない。昼休みは家事もやり、娘が高校まで塾に通ったが、迎えは私の役目だった。料理が好きだったので子どもの友人とのクリスマスパーティーでは私がシェフになった。料理のスキルは家庭の中ではよいコミュニケーションツールになった。一方で、私の父が主宰していた開業医院を継承することになったが、2000 年に父が他界して、2 つあったクリニックの統合作業を行った。振り返ると「いいこと」も「悪いこと」もたくさんあったような気がする。自分にとって「よい人」とも「悪い人」とも関わりがあった。臆病で心配性の性格を自分では理解しているつもりだったので、optimist という言葉が好きになっていた。

もともと勉強よりスポーツが好きで、子どものころから運動ばかりしていた思い出がある。友人とたくさんたくさん遊んで、高校時代のスケジュール表は予定がいっぱいだった。これはコミュニケーション能力の向上や、リサーチのアイデアを想像・創造するのにつな



がっている。勉強するために机に向かうのが得意ではなかったが、机に就くと知識が増えるので満足感が得られた。これはいまでも気がつくとき深夜まで仕事をしたり、勉強しているのにつながっている。

「よいこと」も「悪いこと」も人生を豊かにしてくれた。「悪いこと」に出会った際の辛い思いは私を強くしてくれ、人の優しさも感じられた。同じ思いをする人の気持ちが理解できてアドバイスもできるようになった。その積み重ねでほかのアクシデントを予知し、回避できるようにもなった。

仕事は楽しいだけでなく自分の意に反する側面をも体験させてくれ、これも人生を豊かにする。つまりは、どちらも楽しんだり、乗り越えていけば、ボーダーレスのオールインクルーシブでのバランス感覚と考え方が豊かな生活になるような気がしている。「人生万事塞翁が馬」という言葉もあるが、客観的主観を上手く取り込み、鈍感力も養い、これからも上手く自分をコントロールしてみたい。