

「育児と仕事の両立」は特別じゃない —働く親として、社会を少しずつ変えていくために

Balancing Work and Parenthood Isn't Extraordinary — Changing Society Step by Step as Working Parents

周藤 雅美*
Masami Suto

1. はじめに

このたび、高井千加先生からご縁をいただき、粉の研究をしていないにもかかわらず、僭越ながら寄稿させていただきます。

私は栗本鐵工所という製造業で人材開発・組織開発・ダイバーシティ推進業務に従事するかたわら、ライフワークとして仕事と育児の両立を支援する活動を行っている、いわゆる「パラレルキャリア」を歩んでいる。本寄稿では、育児と仕事の両立を模索しながら歩むことで開拓された私自身のキャリア——働く親として感じた気付き、そして社会を少しずつ変えていくための取り組み——を紹介する。キャリアの描き方が多様になった現代において、私の事例が「数あるキャリアの一例」として参考になれば幸いである。

2. キャリアの原点と転機

2.1 性別にとらわれず育った幼少期

幼少の頃から、自由奔放に育てられた。両親は、私がやりたいと言ったことは何でもさせてくれたし、「雅美ちゃんは女の子だから…」など、性別役割を求められた記憶も一切なかった。学校も、家庭科が男女共修になり、高校では出席番号が男女混合になるなど、女子差別撤廃・男女共同参画を反映した仕組みに変わりゆく、時代の変遷の中で過ごした。

学校の授業は、理科や数学といった理工系の科目が好きだった。進路選択において、理系＝男性、文系＝女性、という選択傾向や社会からのバイアスがあるように感じていたが、私は理系を選択した。大学では工学部に進学し、上下水や廃棄物処理・リサイクルなど都市部の衛生

環境を整備する工学を専攻した。男子学生が多い研究室で、男女対等かつ充実した学生生活を過ごした。好きなことを学んで何が悪いの？とでも言わんばかりに。不便だったことは、当時の実験棟が大変古く、女子トイレの数が少なかったことくらいだ。

2.2 理系女子として歩み出した技術職キャリア

環境問題について学んだ知識や経験を活かすべく、環境関連の事業を手掛けている製造業をターゲットに就職活動を行った。縁あって栗本鐵工所から内定をもらい、晴れて社会人のステージに進むことができた。技術職で働く女性社員は少なかったが、男女関係なく能力を発揮できれば問題ない、と考えるようにしていた。

入社して数年が経ち、友人の結婚ラッシュが始まった。同時に、自分自身の将来の働き方や生き方についてしだいに考えるようになった。私は、結婚したら夫婦ともに仕事と家庭の両方を担い、お互い協力し、大変なときはお互い補い合うような生き方を望んでいた。要は「仕事も家事育児も頑張りたい」と考えていた。しかし当時の社内には、産後に職場に復帰して育児と両立している女性技術者は皆無だった（注：技術者にいなかっただけで、事務系一般職と呼ばれる職種・区分の社員による事例はあった）。出産前に退職した先輩もいた。そのような環境下で、「ライフイベントを迎えてもなお仕事を続けている自分」が想像できなかった。自分のキャリアが不安になるには十分だった。

3. 仕事と子育ての両立のリアル

3.1 親になって生まれた新しい価値観

そうしているうちに結婚し、2012年に子供が生まれた。約1年の産休・育児休業を取得した。自分の子供の愛おしさは文章で言い表しようがないくらいだ。親になって初めて、「自分自身より大切な存在」があるのだと知った。また子供は、自分自身より後の時代を生きる人間である。「次の世代には、今より少しでも良い世の中であってほしい。そのために、私たちの世代が抱える課題は、次の世代に持ち越さないようにしたい」——そ

2025年10月31日受付

株式会社栗本鐵工所

(〒550-8580 大阪市西区北堀江1丁目12-19)

Kurimoto, Ltd.

(1-12-19 Kitahorie, Nishi-ku, Osaka 550-8580, Japan)

* 連絡先 m_suto@kurimoto.co.jp

んなふうを考えるようになった。人は環境が大きく変わると価値観が変わることがあると言われるが、本当にその通りであった。

3.2 「社会とつながって働きたい」と思った日

子育ては楽しいことと大変なことの差があまりにも大きい。睡眠不足や自由時間がなくなることは育児本などで知っていたが、個人的に予想外だったのが、社会から孤立することである。働いていた時には当たり前すぎて存在に気付かなかった「社会との繋がり」が、人の心や体にどれだけ良い影響をおよぼしていたか。家で1日中休む間もなく子供の相手や離乳食作り・お風呂・寝かしつけなどに明け暮れ、達成感や承認が得られないと感じた時、「社会との繋がり」の価値を痛感した。仕事人間ではない私でも「職場復帰したい。外に出て働きながら子育てしたい。社会に貢献している実感を得たい」と思うようになった。(注：専業主婦(夫)の方が社会に貢献していない、という意味ではない。ここでは、企業活動に関わる・職場やお客様からの承認を得るという意味での貢献である)

世の中も、「出産したら仕事を辞める時代」から「出産しても仕事を続ける時代」に変わる過渡期だった。働く理由の中には、子を養うのにお金が必要だから、というのももちろんあるだろうが、おそらく数ある理由のひとつに過ぎない。経済的安定、社会との繋がり、などさまざまな理由が一人ひとり異なる配分で存在するような気がする。

3.3 手探りの両立、そしてキャリアの迷子に

2013年、職場に復帰した。子育てとの両立を考え、マイナス1時間半の短時間勤務。前述の通り、技術職で育休から復帰した女性社員が社内におらず、私がいわば「第1号」だった。子供の急病対応・保育園の送り迎え・家事育児など、すべてをこなしながら働く日々は手探りの連続だった。

戸惑っていたのは私だけではない。職場にも「子育て中の社員」とどう関わればいいのか、前例も知見もなかった。その戸惑いは、善意から生まれた“配慮”という形で現れた。「負担をかけないように」と、私の仕事量は少しずつ減っていった。仕事が楽になる一方で、職場に貢献できていないという焦りと、自分がもう期待されていないのではという不安や疎外感が募っていった。気付けば、キャリアの迷子に陥っていた。

3.4 個人の努力ではなく、社会全体の課題だと気づく

自分の働き方に迷いながら、第2子を出産することになり、二度目の産休・育児休業を1年弱取得した。

このタイミングで仕事から離れることで、自分のキャリアについて改めて深く考えるようになった。「他の働くパパママさんはどうしているんだろう？私のようにキャリアに悩んだりはしないのだろうか？」と思い、さまざまな人に会いに行き、話を聞いた。実はその際、同時期に子育てをはじめた高井先生にも会いに行っていたことを付け加えておく。名古屋駅のカフェで母子4人で会った日のことを本誌に綴る日が来るとは、夢にも思っ

ていなかったが。

沢山の方と会って話を聞くと、悩みは似通っていた。①子育てしながら働きたい、②働き方は模索中、の2点は共通していた。

また、育児と仕事の両立に関するセミナーに参加したり、その手の情報を収集するようになった。そこでわかってきたのは、育児と仕事の両立は社会全体の課題だということ。要は、本人の努力や工夫も大事だが、職場(上司・管理職)や会社(経営者・人事)、そして国全体(政府・社会)もおおの考える必要があるということだ。

これは何とかしたい、という思いがムクムクと沸いた。職場の後輩たちには同じ轍を踏んでほしくないし、自分の子供たちが同じ世の中を過ごしてほしくない。私は政治家でもないし顔が広い人間でもないのに、できることは限られている。しかし半径数m以内にいる人をちょっと勇気付けたり、キャリアのアドバイスをすることであれば可能かもしれない。自分ができる範囲で、世の中をちょっとだけ良くするアクションをとろう、と決めた。

4. 働くパパママを支援する活動

4.1 対話の場「育休後カフェ」との出会い

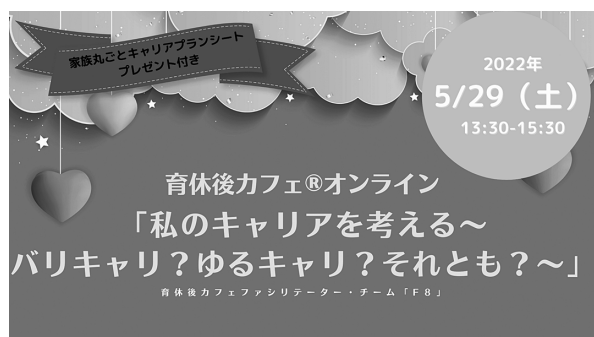
育児と仕事の両立についてさまざまな形で学んでいたある時、「育休後カフェ®(登録商標第5814305号)」という名のイベントを見つけ、参加した。研修やセミナーなどは講師から一方的に学ぶ要素が強いが、カフェには講師が存在しない。講師の代わりにファシリテーターが存在しているようだ。参加してみると、他の参加者から学びや刺激を得たり、自分の考えを話すことで心の中がすっきりしたり、頭の整理になるという効果を得た。なかなか心地よい。ファシリテーターが参加者同士の対話を交通整理したり、話を深く掘り下げたりする役割を担うことで、こんなにも心地よく前向きな気持ちにしてくれたのだと感じた。

育休後カフェに参加してみて、また参加してみたいと思っただけでなく、育休後カフェを開催する側にも興味がわいた。働くパパママが自分のキャリアについて考える場を、自分の手でもつくりたい。そう思い、自分で育休後カフェを開催するようになった。

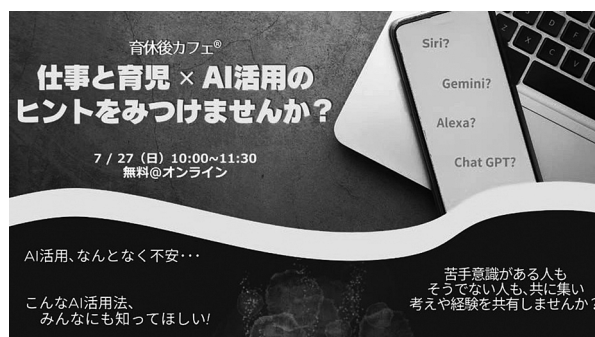
4.2 育休後カフェを自ら開催して得たもの

ここで少しだけ育休後カフェの概要を紹介する。育休後カフェとは、育休後の働き方をリラックスしながら考える「対話の場」である。養成講座を受講し認定された「育休後カフェ・ファシリテーター」が開催し、現在全国に約80名が活動している。これまでに約150回開催されており、たとえば育休復帰・小1の壁・男性育休・夫婦のパートナーシップ・時短家事・不登校など、毎回異なるテーマを掲げて実施されている。

イベントを開催するにはさまざまなタスクがある。テーマや開催日時・場所・金額などの設定、告知画像や告知文を掲載した告知サイトの作成、集客、当日の進行決め、必要に応じて説明資料の作成、アンケートの作成、など。これらを手探りながら進めることで、普段の仕事



育休後カフェ告知画像①



育休後カフェ告知画像②



育休後カフェ開催報告画像①



育休後カフェ開催報告画像②

で学ぶことのないスキルが沢山培われた。特に告知画像やアンケートを作るスキルは本業の仕事でも存分に生かすことができ、私の仕事の幅を広げてくれたのはもちろん、職場にとっても良い影響をおよぼした。パラレルキャリアは「越境先で身につけたスキルを持ち帰って展開することで、元の組織を発展させられる」という利点があると実感した。

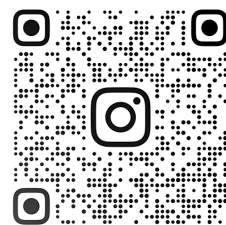
私の場合、年に数回の頻度で開催している。同じ育休後カフェ・ファシリテーターの仲間と共同で開催することで、準備の負担減や多様な視点での企画実施、集客力増加の効果が得られている。また、毎回の定員は5～10名と少数で設定していることが多い。これは、参加された方が「十分に話せた・他の人の話を十分に聞いた」と思えることが対話の効果を発揮するために必要と考えているためである。まさに半径数m以内にいる人に関わる、といった草の根的な活動である。

参加者が抱えている問題が、育休後カフェに参加することで解決するわけではない。しかし、問題自体は一切解決されていないのに、カフェ終了時の参加者の表情は明るく清々しい。なぜか？これが対話がもたらす作用だと私は思う。

現在はオンライン開催が多いが、今後は対面開催を増やしていきたいと考えている。相手の表情やしぐさなどから感情や意図などが掴めることで、ファシリテーションや関係構築に良い影響をおよぼすからである。場所や集客などさまざまな課題はあるが、実績を一つずつ作っていくことで、対面開催のスキルを身に付け、育休後カフェの名称や効果を少しずつ世の中に広げていきたいと考えている。



育休後カフェ
ポータルサイト



1995CAFE_IN_EVERYWHERE

育休後カフェ
Instagram

4.3 なぜこの活動を続けられるのかー原動力と信念

このような活動をしていると、周りから「子育てしながら働くだけでとても忙しいのに、なぜ他人の両立支援までしているのか？時間的にも体力的にも大変ではないのか？」と聞かれることがある。

忙しいのは事実。時間は有限なので工夫が必要なのも事実。体力が低下する一方なのも残念ながら抗えない事実。しかし、それを苦に思ったことは一度もない。それは、「子育てしながら働くことは、いまや“当然”とされることなのに、なぜこんなに大変なのか。個人の努力では埋められない、社会全体の課題なのではないか？」という、過去に抱いた疑問や、次世代をより良い時代にしてバトンを渡したいという願いが原動力になっているからだ。

また、子育てをしている人からたまに聞くのが、「子供にかけける時間を減らしづらい」あるいは「子供にかけける時間を減らすと、子供に対する罪悪感が生まれる」ということだ。特に母親側から聞くことが多い。また、親自身のみならず周囲からも、子育て神話、特に母親神話として聞かされることがある。

子供の成長や愛着形成は、子育てにかけた時間のみで決まるものではない。私は、時間よりもその中身、いわゆる質にこそ意味があると思っている。時間は短くても、その日の出来事を聞いたり、いっぱい抱きしめたり、笑顔で接することができれば、子供の心は満たされるような気がする。

働く親は「子供ファースト」の時期はあるかもしれないが、「子供オンリー」にならなくても良いのではないか。むしろ、子供だけでなく自分自身のことも尊重してほしい。親が自分自身を大切にしていること、笑顔でいること、将来の夢ややりたいことを持って生きることが、子供にも必ず良い影響をおよぼすと信じている。逆に、子供が自分自身を大切にし、笑顔で過ごし、将来に希望を持って生きてもらうには、親が率先垂範してその姿を見せることが有効なのでは、というのが私の仮説であり、私自身の子育てスタイルである。

私の子育ては、上記の仮説を現在進行形で検証しているようなものだ。子供たちは現在中1・小5。仮説検証にはまだまだ年月を要するが、少なくとも今の時点での人間形成はおおむね順調である。もちろん、細かい点をあげると枚挙にいとまがない（生活面・学習面・対人面などそれはもうさまざまな側面で…）。しかし、完璧な人間なんて世の中に存在しないし、今後の成長とともに克服できる要素もあるのだから、広い心で受容し、子供

の可能性を信じるようにしている。

5. おわりに——小さな一歩が、豊かな人生をつくる

高度経済成長期が終わり、人口減少期に突入した今、終身雇用の前提は揺らぎ、働き方やキャリアの形はかつてないほど多様になった。そうした時代の変化の中で生まれた「パラレルキャリア」は、経営学者ピーター・F・ドラッカーが提唱した考え方である。彼は以下のように述べている。「人は一つの組織、一つのキャリアだけで生きるには長く働くようになった。第二のコミュニティ、第二のキャリアを持つことが、人生を豊かにする。」

私は、自分自身の育休復帰後の生活がきっかけで第二のキャリアが生まれたが、ドラッカーが述べた「人生を豊かにする」には、首がもげそうなほど頷ける。自分のモヤモヤが社会課題そのものだという発見、社会課題の解決に向けて活動するという充実感、さまざまなスキルを身に付けた成長実感、育休後カフェを通じて培われたさまざまなつながりが、私にとっての「豊かさ」にほかならない。

「パラレルキャリア」と聞くと、何か特別なことを始めなければならないと思うかもしれない。そんな方には、そんなに身構えなくても大丈夫、と言いたい。小さくても、自分が心からやってみたいと思う一歩を踏み出せば、それはもう立派なパラレルキャリアである。無理のない範囲で、自分の世界を少しずつ広げていけたら——きっとその先には、今よりも少し豊かな自分がいるはずだ。

今回は東北大学の久志本 築先生にバトンをお渡しします。