

第1回 職場復帰フォローアップセミナーin 東京 報告

かねてから要望の高かった、職場復帰した方向けのフォローアップセミナーを、初めて開催いたしました。今回は5名の方が参加されました。アットホームな雰囲気、全員の話をしっかりお聞きしながらの進行となりました。

日時: 7月4日(土) 13:30~16:30

場所: マザーネット 新宿セミナールーム(2009年5月オープン)



おいしいお菓子を食べながらリラックスして

◆参加された方の悩み(当日のお話から)

- * 2007年2月に、育児休暇復帰準備セミナーに参加し、長女が8カ月のときに職場に復帰しました。構造設計部に勤務していて、残業の嵐。子どもが病気の際は、夫と二人でひとまず対応し、和歌山から実母に新幹線で応援に来てもらい乗り切っていました。
これまでの補助ではなく、責任を持って携わった建物が着工し始めたころ、長男の妊娠がわかりました。ところが妊娠10カ月目に、心疾患を持っていることがわかりました。9月に大きな手術を控えています。いつか復帰できると思うことが、今の私に出来ることだと思って、がんばりたいです。(ゼネコン勤務、子ども2才・9カ月)
- * 職場復帰して一年以上になりますが、いまだに時間の使い方が下手で、朝も夜も気分は焦っているのに、作業が進まずイライラ、子どもにも強い言葉を使ってしまいます。体も心も疲れ気味です。(食品メーカー勤務、子ども5才・1才)
- * 2時間の時短勤務を取り入れたことにより、以前と比べ、仕事の内容の質が下がり、やりがいが少ないです。とはいえ、突然の発熱などで休んだりして、周りに迷惑はかけられないので、あまり責任のあることはできないとも思います。この時期だけだからと思っているのですが、やはりまだ割り切れません。このようなとき、どのように気持ちを盛り上げていくのでしょうか。(食品メーカー勤務、子ども1才)
- * 8月より保育所に預け、10月に復帰予定です。夫との役割分担をどうすべきか、なかなか具体的な話ができません。家事を上手くお願いするには、どうすればよいのでしょうか。(通信会社勤務、子ども9カ月)

◆セミナーの内容

自己紹介の後、「なぜ仕事をするのか？」を全員に発表してもらいました。その後、自分にとっての優先順位の確認を行い、これも発表。

二つの結果をふまえ、タイムスケジュールを作成してもらい、全員で内容の確認を行い、工夫できることをアドバイスさせていただきました。

◆参加後の感想

- * 2人目の育休中で家にいることが多く、上田さんを始め、4人の方々と仕事と育児のことを話せて、とてもリフレッシュしました。夫が協力的な方たちも、3時に起きて時間を効率的に使っていたり、やることをやっているからなんだ、と納得。自分や家族にとってストレスのない方法、できれば楽しんでしまうくらい、生活を満喫できたらと思います。あと、夢を持つことは大切ですね。とりあえず、今を大事にして、がんばろうと思いました。人と話すとお気づきが多く、参加できてよかったです。(保険会社勤務、子ども3才・4カ月)