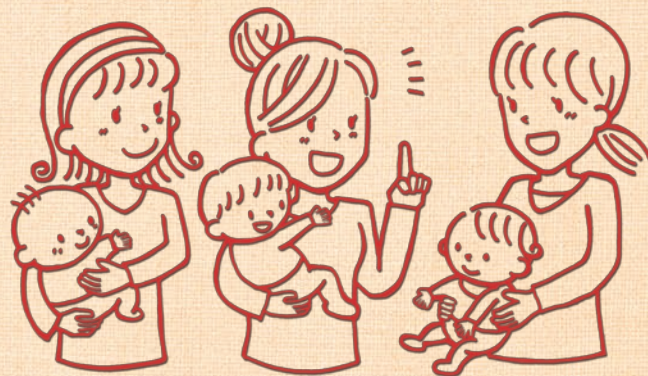




2014年度

「再就職を考える
ママのために」

一歩を踏み出した
～ ママの体験談集 ～



厚生労働省委託事業
託児付き再就職支援セミナー運営事業

はじめに

出産・育児期も継続して働き続ける女性が増えてきましたが、出産等を機に離職する女性は依然として多い状況にあります。また、離職期間が長期にわたると、再び仕事ができるかどうか、仕事と育児を両立できるかどうかなど、不安を感じている方や、再就職を果たすにはどうしたらいいか分からない方など、再就職への一歩を踏み出せない方がいらっしゃいます。

出産や育児等を機に離職し、その後、再就職を考える女性が、仕事と育児を両立しつつ再就職を目指すことを目的として、このような方々を支援するため、平成26年度、厚生労働省は委託事業として「託児付き再就職支援セミナー」を全国6都府県において開催し、再就職の準備に役立つ講演のほか、同じ立場のママや先輩ママとの交流会や情報交換などを行いました。

本冊子は、セミナー参加後に再就職した方々の体験談をまとめたものですので、是非、再就職を考える際の参考にいただき、一歩を踏み出し、自信を持って再就職に向けた活動を開始していただければ幸いです。

平成27年3月

厚生労働省 雇用均等・児童家庭局職業家庭両立課

103万の壁を考える

出産後、再び働きたいと考えるママたちが働き方を考えるとき、「フルタイムか扶養の範囲内か」といういわゆる「103万の壁」に悩まれる方も多いと思います。ママの年収が103万円を超えると、ママ自身の収入に所得税が課せられるとともに、パパの所得税の課税対象となる給与所得からの配偶者控除がなくなることから、「103万の壁」と言われていますが、これは所得税という一つの要素にすぎません。

社会保障の面からみると、社会保険に加入することによる保険料負担の支出を除いても、家計全体の収入が増えるだけでなく、出産時の出産手当金・社会保険料の免除、私傷病における医療・休業保障等、今後のライフプランにも役立ちますし、社会全体にとつての将来的な制度形成にも貢献できます。社会復帰に向けてさまざまな働き方が考えられますが、「社会保障の担い手になる」ということについて、も一つの目標として考えてみてほしいと思います。

菊地 加奈子

託児付き再就職支援セミナー運営事業 検討委員会 委員
(特定社会保険労務士 菊地加奈子事務所)
株式会社フェアリーランド代表

目次

| | | | | | | | |
|------------|---|--------|----|-----|----|---------------|----|
| はじめに | 2 | ロールモデル | | ・愛知 | 14 | セミナー参加者からの声 | 24 |
| 103万の壁を考える | 3 | ・宮城 | 6 | ・大阪 | 18 | あとがき | 26 |
| 開催会場 | 4 | ・東京 | 10 | ・福岡 | 22 | 再就職のためのお役立ち情報 | 27 |

開催会場

全国で開催された 再就職を考えるママのための再就職支援セミナー

全国6都府県で、出産・育児で離職後のブランクが気になる方、未就学のお子様をもち就業条件面で不安がある方、などを中心とした仕事復帰を考えるママのための再就職に向けた再就職支援セミナーを実施いたしました。



● 愛知セミナー会場



● 宮城セミナー会場



● 大阪セミナー会場



● 東京セミナー会場



● 福岡セミナー会場



● 横浜セミナー会場



大津 京さん(31歳)

●11か月の女兒

- 雇用形態…契約社員
- 仕事内容…コンサルティング会社での事業企画、プロジェクト立上げに従事。

一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|--------------------------------------|
| 6:00 | 起床 食事準備 |
| 6:30 | 子ども起床 (ごはんを食べさせる) |
| 7:00 | 自分の身支度整える |
| 8:15 | 自宅を出発し保育園へ |
| 8:20 | 保育園へ子どもを預ける |
| 9:00 | 入社 |
| 12:00 | お昼休み |
| 15:00 | 退社 |
| 15:30 | 保育園へ子どもをお迎え |
| 15:40 | 帰宅 夕食の準備 |
| 18:00 | 子どもにごはんを食べさせる |
| 19:00 | 夕食 |
| 19:30 | 子どもをお風呂へ入れる 主人帰宅 |
| 20:00 | 子ども寝かしつけ |
| 21:00 | (自分)入浴 自分タイム 読書したり PCチェックしたりなど |
| 22:00 | 就寝 |
| 23:00 | |

今までのキャリア

出版社にて広告の営業・雑誌の編集業務に就いた後、ワーキングホリデーでカナダ・バンクーバーのレストランにて接客販売業務を経験。帰国後、通関業者にて輸入通関業務に従事し、結婚。妊娠8か月の時に退職。

ブランク期の活動

産後、腰痛などのマイナートラブルに悩まされました。すぐに働こうという強い思いは正直なかったものの、希望する仕事や条件の合うところがあれば、すぐにアクションを起こせるよう、色々な情報を入手するように努めました。できるだけ自宅にこもらずに、積極的に子連れで参加できるイベントや子育て支援施設、託児付きのセミナーなどへ参加し、知識を蓄えたり、色々な方々の考え方に触れるように活動しました。

再び働き始めようと思った理由は？

産後も『妻』や『ママ』としての顔だけではなく、『大津京』としての自分が欲しいと思っていました。もともと外向きな性格ということもあり、子どもが5か月になったタイミングで具体的に活動を始め、7か月でスタートを切ることが出来ました。

セミナーに参加して

色々な方々の状況を知る事ができたり、考えに触れたりして改めて自分の置かれている環境を客観的に見つめる事が出来ました。また、働くにあたってはパートナーと相互に理解しないとならないと強

あたしにとって
働くことは
「生きている証拠」

く感じました。アサーティブトレーニング(対人関係におけるコミュニケーションスキル)を振り返り、相手に対して尊敬の念を持ちながら接していくと自己中心的な考え方に偏らずよい方向へ進む事がわかりました。

働き始めて変わったことは？

今の働き方は時短勤務ですが、仕事と家事のバランスで、どうしても家事の負担が大きくなりモヤモヤして不満がたまった時期がありました。夫は夫で頑張っていないはずはないので、「自分ばかり」だとか「察してくれない」と思うのではなく、「お互いに頑張っている」「思ったことは話す」という考え方に変えることにしました。お互いの不満だとか感謝だとか、思っている事を文字にしたり言葉にしたりすることで深く理解し合えたと感じています。

あなたにとって働くことは？

「生きている証拠」だと思います。日常生活をしていて、評価されたり認められたりする機会はあまりありませんが、仕事を通して、評価されたり、自分が認められる瞬間はとても得がたい機会です。また、自分と向き合い自分の成長を感じる時間です。



ひとりの時間を持つことです。早朝や夜などの娘が寝ている時間に主人にみてもらい一人でドライブに行ったり、お酒を飲みに行ったりします。先日は早朝に車を走らせて温泉に行ってきました。



T.M.さん(45歳)

●小4女兒、小1女兒

- 雇用形態…パート。週3~4日、5時間勤務。
- 仕事内容…農直野菜を販売する店舗でのPOP作成業務、販売・接客。

今までのキャリア

銀行での窓口業務、後方支援、渉外業務、融資受付等に13年就いた後、結婚を期に退職。

再就職のきっかけ

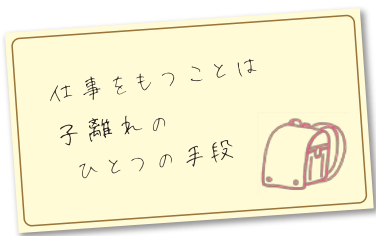
今まで住んでいた社宅を出なければならなくなり、今後は家賃出費も増えることから『働かなければ』と思い始めました。また、出身の山形県は共稼ぎ家族が多く、心のどこかで無意識に『働く』ということはいつも意識していたかもしれません。

セミナーに参加して

『一人で抱え込まない』という考え方を学びました。もっともっと周りを頼っていいのだと心が軽くなりました。たとえば、友人も日中働いているのですが、それぞれの休みの日に一日ずつ交代で子どもの預かり合いをしました。一日ずつ交代で面倒を見る事で、丸一日フリーになる事ができ、自分自身もリフレッシュしました。

現在の働き方

新鮮な農直野菜を販売する店舗にてPOP作成業務でスタートしましたが、現場店舗を知らないと、POPも作成できないということで、販売から経験を積むこととなりました。実際に店頭に出てみると、店舗でのお客様とのふれあいに面白みを感じるとともに、店舗では働く主婦の方も多く、とても刺激になり、毎日楽しく過ごしています。



| | |
|-------|------------------------------|
| 5:30 | 起床 |
| 6:00 | 子ども起床 洗濯・朝食の支度・弁当づくり |
| 6:30 | 家族で朝食 |
| 7:30 | 子ども学校へ・夫出勤 後片付け |
| 8:00 | 車で職場へ向かう |
| 9:00 | 勤務開始 |
| 14:00 | 仕事終了 夕飯の買い物 |
| 15:30 | 帰宅 子ども帰宅、夕食の支度 |
| 18:00 | 夕食 |
| 19:00 | 子ども入浴 主人帰宅・ごはん |
| 20:00 | リラックスタイム (TVをみたり、お茶を飲んだり) |
| 21:00 | 入浴 |
| 22:30 | 就寝 |

働き始めたときの家族の反応

娘たちが予想以上に理解を示してくれお手伝いをしてくれるようになりました。家族の家事表を作り、誰がどれだけ家事をやったのかを見える化しました。すると、娘たち同士で刺激になり、ポイントをUPしよう、と、どんどん率先してお手伝いをしてくれるようになりました。また、『本日のミッション!〇〇しておく事』とホワイトボードに書いておくと、学校から帰ってきた娘たちは、そのミッションを達成して『ミッションコンプリート!』とホワイトボードに書いているのです。まるでゲームのような感覚で楽しんで行なってくれています。

働く前と現実とのギャップ

働けば休みは取りづらいものという意識がありましたが、今回お世話になっている職場は自分でも子どもでも、もし体調が悪ければ『こじらせる前に休んで完治させる!』という方針なので、みんな自然にそのような流れになっています。主婦が多い職場なので、自然ともちつたれつといった雰囲気もあり、シフトの穴を補い合っている状況です。ですので、極度に後ろめたい思いを抱えながら休みをいただく雰囲気ではないので助かっています。

ストレス 解消法

子どもが寝静まってからマンガを読む事です。日常ではありえないシチュエーションにドキドキ・ワクワクすることで、とてもスカッとします。誰にも邪魔をされずに自分の時間を持つ事はやはり大事ですよ。



長野 京子さん(41歳)

- 小6、小4、小2
- 雇用形態…パート
- 仕事内容…料理教室のプロデュース事業の企業にて、イベント運営・企画アシスタント・事務全般

再就職を
考えているママへ

主婦だからと家族の世話を焼くだけでなく、子どもが「自分で自分の世話ができる」よう、ふだんの生活の中で家事を教えてあげてください。働くママのためだけでなく、何かあったときの子どもたち自身のためになります。

今までのキャリア

大学時代にフランスに留学。一般企業で人事業務に就いた後、再びフランスに留学するも家族の介護のために帰国し、1年間のブランクを経て、フランス人経営者の輸入会社に勤務。結婚・出産を機に退職。

ブランク期の活動

自分自身も含め、子どもが小さくて外出がままならないママさんでも気軽に参加できる、パン作り教室を自宅で開いていました。独学で始めたパン作りでしたが、教室運営のために「食品衛生管理者資格」を取りました。



再就職を考えたきっかけ

春に3人兄弟の末っ子が小学校2年生になり、ようやく子どもたちの生活のリズムが安定しました。そして今度は、一番上の子の塾など教育費の心配が出てきていて。フルタイムは無理でも短時間なら働けるし、収入を得たいと思いました。

セミナーに参加して

再就職に関することは何でも参加してみようと思って行ったら、小さいお子さん連れのママさんが多く「子どもが小さくても働こうと思う人がたくさんいる、すごい!」と励まされました。

働き始めて変わったことは?

私は専業主婦の間、かなり家事をがんばっていましたが、仕事を始めてからはいい意味で諦めがついたというか、家事が完璧にできなくてもしょうがない、と思えるようになりました。

会社
の事業が
世に知られるものに
なるために
がんばりたい



働き始めたときの家族の反応

夫の両親は80代なので「母親は家にいるもの」という思いがあり、また夫も私が働くことに積極的には賛成はしていませんでした。しかし、ここ最近の世の中の流れとして「働くママ」像が浸透してきたことに影響されてか、今回の再就職は応援してくれ、家事を手伝ってくれるようになりました。働き始めたのは7月、子どもたちは夏休み中でした。兄弟で協力しあって家事を手伝ってくれ、特に上の子は何かと下の二人をフォローしてくれました。

これからどんな風に働きたい?

これは入社したいと思った理由でもありますが、会社が目指していること、社長の考えにとっても共感しています。会社の事業が世に知られるものになるためにがんばりたい、と心から思っています。



採用企業より

実は、最初はフードコーディネイトを手伝ってくださる栄養士資格をお持ちの方を探していました。しかし、長野さんにお会いして、母親としての境遇が似ていることや「家庭料理を大事にしよう」という当社のコンセプトに共感していただき、意気投合。ビジネスの核を的確に捕まえる勘の良さもあり、現在は大切なパートナーです。





木下 美紀さん(37歳)

- 小2男児
- 雇用形態…契約社員
- 仕事内容…ママ向けのおでかけ情報サイト
運営企業にて、マーケティング、
コンテンツ企画、情報収集

今までのキャリア

最初の就職先はブライダル業界で接客に携わり、次に美容業界の求人広告でコピーライターとして働く。結婚を機にマンションのモデルハウスでハウジングアドバイザーに就くも、出産を機に退職。

再就職のきっかけ

子どもが3歳までは側にいたい、幼稚園は夕方5時にお迎えにいかなくちゃ、小学校入学してもイベントやPTAが大変そう……と復職を先延ばしにしてきました。小学校2年生になったときにやっと慣れてきた感じがして、さらに「そういえば、うちの子は年長からずっと皆勤賞。これなら子どもの病気で仕事を休む心配はいらないかも?」と。

セミナーに参加して

セミナーの講演者の方のプロフィールを見て、こんな方のお話を聞ける機会は二度とないかも?!と申し込みました。実際非常に勉強になりました。また、私は息子を連れていったのですが、会場でお手伝いの真似をしたり、彼もとても楽しんでいました。おかげで私が働くことについて、ポジティブなイメージをもってくれました。

セミナーで印象に残った内容は?

私が参加したのは吉田 穂波先生の「子どもから教えてもらったことを社会へ」という回でした。お話の中で「受援力」の大切さを説いてくださったんですが、私は人に「わからない、教えて、助けて」と頼むことが苦手だという自覚があったので、とても心に沁みました。受講者同士がお互いに話し合うワークショップなどはもともと好きで、楽しかったです。

再就職を 考えているママへ

私はライターとしては徹夜で働いたりもしましたが、育児ではできませんでした。子育て中の寝不足は仕事よりもずっとつらかったです。また、子どもが小さいうちは行ける場所も限られて、毎日「しんどい」と思っていました。そこから抜け出そうと、育児セミナーなど、どんどん外の世界に出て行き、今につながっています。今、大変な思いをしているママさん、その暗いトンネルはいつか必ず抜けられます。子どもは成長して、今のままではいけません。

お手本にしている方はいますか?

私の母は、結婚前に銀行の事務員をしていて、専業主婦として10年近くすごした後、36歳で看護学校に入り、私の小学校卒業と同時期に看護学校を卒業しました。当時は母と過ごせる時間が減ったことで寂しい思いもしましたが、今は母の転身の大変さも想像できますし、素直に感嘆します。



ストレス 解消法

ママ友とのランチです。子育ての悩みはママ同士が一番共感できますし、褒めてもらえると自信がつけます。ただ、私の場合、同じ年の子どもがいる同じ地域に住むママさんより、ある程度距離や年代の離れた大先輩ママの方が安心して本音を言えますね。



採用企業 より

当社は2014年に稼動したばかりで、企業としてスタートアップのステージにあります。業務経験があり、社会性に優れた方を即戦力として迎えられるのほとてもありがたいですね。特に、当社はメディアとしてのターゲットが「ママ」なので、当事者である木下さんの企画力や情報収集力、そして共感力はとても頼りになります。



M.O.さん(41歳)

●小6女兒、小3女兒

- 雇用形態…パート
- 仕事内容…ホスティングサービスの会社にて
データ入力・集計・分析・システム開発・
Web制作など。

今までのキャリア

建設会社や部品メーカーで一般事務や営業事務を経験。その後結婚による退職、引越後、データ入力のアルバイトの経験、その後出産を機に退職、ブランクは12年。

ブランク期の活動

出産後は育児に専念していました。私自身が体調を崩していたこともあり、就職活動は積極的に行いませんでしたが、1年前からPTA活動の広報委員として取材や、広報誌の作成を行っていました。

再び働き始めた理由は？

働くきっかけとなった一番の理由は、下の子(小学校3年生)に『お母さんは家にいて何もなくていいからいい』『私もお母さんみたいに楽に生きていきたい』という言葉聞いて、危機感を感じました。子どもに働く姿を見せたいと思いました。

セミナーに参加して

『今の自分を取り巻く環境の整理』と『働く不安の軽減』のセミナーに参加しました。1歳～3歳とまだ小さいお子さんを預けて参加されている方が多く、セミナー中のグループワークの中でも私が最年長でした。20代～30代の若いママが小さい子を預けて働きたいという意思を聞いて、働くことを真剣に考えているママを見習いたいと感じました。育児をしながら働く一歩を踏み出す勇気をもらいました。



一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|----------------------|
| 6:00 | 起床 |
| 6:40 | 子どもを起こす |
| 7:30 | 子どもを送り出す |
| 9:00 | 洗濯など家事をして、家を出る |
| 10:00 | 仕事開始 |
| 16:00 | 仕事終了 |
| 17:00 | 家に帰宅し、30分程度自分の時間をすすす |
| 17:30 | 夕食準備開始 |
| 19:00 | 主人帰宅 |
| 20:00 | 子どもをお風呂に入れる |
| 21:00 | 子ども就寝 |
| 22:00 | 就寝 |

再就職を 考えているママへ

周りにお母さんにもブランクが長く、働きたいと思って復帰をあきらめているママがたくさんいます。私自身もブランクが12年もあり、復帰は難しいと思っていました。しかしセミナーに参加して一歩踏み出すことで、今回チャンスをつかむことができたので、ブランクが長い方もあきらめずまずは一歩踏み出すことにぜひチャレンジしてほしいと思います！



働き始めての変化

12年ぶりの職場復帰でしたので、自分の仕事の能力のなさに愕然としました。分からないことが分からないという状況で戸惑いましたが、周りの方が親切に教えてくださったので業務が少しずつ分かってきたことが、嬉しかったです。仕事復帰前にパソコン研修に参加し、エクセルができるようになったと感じていましたが、実践で使ってみるときちんと理解できておらず、使いこなせなかったため、家に帰宅してからテキストを見て復習しました。

あなたにとって働くことは？

今までは家庭に全力投球していたため、居場所が家庭という場所1つしかなく、息苦しくなることがありました。仕事を始めてからは、仕事場という居場所が1つ増えて、今までお母さんという自分しかいなかったのが、それ以外の新たな自分を見つけることができるようになりました。

白井 静さん(42歳)

●小6男児、小3女児

- 雇用形態…パート、週3日・4時間勤務
- 仕事内容…ビル管理、不動産業での一般事務

今までのキャリア

金融業でシステム開発業務後、大学での学校事務などを経験。出産を機に退職。

ブランク期の活動

家事、育児に基本専念していました。子ども会の役員を通じて会計の担当や会費の管理、エクセルでの明細管理を行っていました。



再就職を考えたきっかけ

主人には以前から、家にこもっているよりも社会とのつながりを持ってほしいと働くことをすすめていました。子どもが大きくなり時間が空くようになったため、求人誌を見たり、ハローワークへ通ったりと就職活動を始めるようになりました。

セミナーに参加して

まだお子さんが小さい方、結婚してまもない方、転勤族の方など様々な環境の参加者の方とお話する機会があり、たくさんの刺激を受けました。特に「自分が働いている姿を子どもに見せたい」とおっしゃっている方の言葉を聞き、私も子どもに働いている姿を見せることでいい影響を与えたいと思いました。



働き始めたときの家族の反応

主人はもともと働いてほしいと思っていたため、喜んでくれました。子どもたちも働き始めることを伝えたら、周りの友達のお母さんが働いている方が多かったため、すんなり応援してくれました。

一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|-------------------|
| 4:30 | 起床 |
| 5:00 | 自分の支度、洗濯 |
| 6:00 | 食事の準備 |
| 6:30 | 家族そろっての朝食、子どもの支度 |
| 7:30 | 子どもを送り出す |
| 9:00 | 家を出る |
| 10:00 | 仕事開始 |
| 15:00 | 仕事終了 |
| 16:00 | 帰宅、洗濯を取り込みたむ |
| 17:00 | 夕食準備、子どもの習い事の送り迎え |
| 18:30 | 夕食 |
| 19:00 | 片付け |
| 20:00 | お風呂 |
| 22:00 | 主人帰宅、夕食準備 |
| 23:00 | 就寝 |

再就職を 考えているママへ

10年以上のブランクがあるとPCができないからどうしようとか不安要素はたくさんあるかと思いますが、思いついたときに行動してみることが大切だと思います。どうにかなる!という気持ちでチャレンジしてみたいと思います。

上の子は『疲れているでしょ』と肩をもんでくれたり、下の子も家事を協力してくれるようになったりや気遣ってくれるようにもなりました。夏休みは二人で上手にお留守番をしてくれるようになったため、安心して職場に行くことができました。

あなたにとって働くこととは?

働くことで、新たな仕事の目標(資格に挑戦する等)や希望が持てるようになりました。今までは家庭が中心の環境でしたので、家庭以外の新たな人生の目標を持つことができるようになったことがとても良かったです。

働くことによってパートナーがどのように変化したか

家事で忙しく大変なときには風呂掃除を手伝ってくれるなど、気にかけてくれるようになりました。

ストレス 解消法

平日の週2日の休みは一人の時間を持つようにしています。また仕事でも休憩時間が1時間ももらえるため、栄周辺にふらっと出かけて、カフェでゆっくり過ごすなど、リフレッシュするようにしています。





奥井 智都さん(37歳)

- 1歳4か月の女儿
- 仕事内容…子ども英語教室の
開業準備中

今までのキャリア

保養所運営会社や病院での事務経験の後、結婚を機に退職し、ブランク5年を経て健康診断会社での受付事務に就いた後、夫の転勤・出産を機に退職。

ブランク期に得た資格

色彩検定 1級
AFT認定講師 合格
パーソナルカラーアナリスト 資格取得

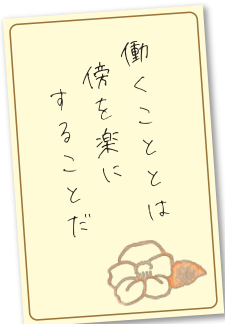


再び働き始めようとしたきっかけ

大学卒業時よりいつかは子どもに英語を教える仕事をしたいと思っていました。子育ての方針を模索して本を読んだり、先輩のお話を聞く中、子どもは、親が幸せだと幸せになるのではと考えました。夢だった英語教室を開くことで子どもが私の背中を見ていずれ自分の夢に向かっていってほしいと思ったことがきっかけです。

開業準備を始めたときの 家族の反応

一歩を踏み出すきっかけとして主婦のインターンシップに参加しました。仕事を始めるまでは子どもが私にべったりだったのが、勇気をだして祖父母(私の両親)に預けてみると思ったよりすんなり慣れました。



一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|---|
| 6:15 | 起床、自分の朝ごはんを食べる。食事準備。 |
| 6:30 | 子ども起床、ごはんを食べさせる。着替えをさせたり、自分の身支度。 |
| 7:30 | 子どもと遊ぶ。絵本を読んだり、粘土をしたり。 |
| 9:00 | 私の父が子どもを散歩に連れて出る。その間に食品の買い物。 |
| 11:30 | 昼食準備 |
| 12:00 | 昼食 |
| 13:00 | 子ども昼寝。この間に夕食の野菜を切ったり煮物など置いておけるものは作っておきます。 |
| 14:30 | 4月から仕事の予定 |
| 17:30 | 夕食支度。レッスンのある日は私の母がしてくれる。 |
| 19:00 | 子どもとお風呂。 |
| 20:30 | 子どもを寝かしつける。 朝ごはんの準備、レッスン準備、予習復習や事務作業。 |
| 22:00 | 自分の時間 |
| 23:00 | 就寝。 |

働く前と現実とのギャップ

インターンシップではエステを経営する個人事業主の下での実習だったので、一人で教室を運営するとはどういうことが知れて大変勉強になりました。

あなたにとって働くこととは?

今まで私は仕事はしんどいもの、したくないものだと思っていました。でもいろいろな本を読んだり、人のお話を聞いて、働くこととは「傍を楽にすること」だと改めて発見しました。私の場合は英語を教えることによって子どもたちやその家族が喜んでくれたらそれが私の喜びにもなります。仕事とは人の役に立って、そのありがたい引換券のお金をいただくことなんだと思えるようになりました。

働くことによってパートナーがどのように変化したか

働く前は私の意識が家庭にしか向いておらず少し窮屈に感じていた部分もあったらしいです。(たとえば私は夫のお弁当は毎日作らなくてはいけないと思っていたのですが、夫はそんなに無理してほしくないと思っていたようです。)今は開講に向けての準備などで私の意識も分散して夫も気が楽になったようです。





西浦 浩美さん(46歳)

●高1男児、小学生男児2人

- 雇用形態…パート勤務。週3日、8時間
- 仕事内容…自宅近くの郵便局にて窓口業務

一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|----------------------|
| 5:00 | 起床、朝食の準備・お弁当作り |
| 6:00 | 主人、長男、次男の朝食 |
| 7:00 | 自分の身支度、三男との朝食 |
| 8:00 | 部屋の掃除 |
| 8:40 | 家を出る |
| 9:00 | 仕事開始 |
| 17:00 | 仕事終了 |
| 18:00 | 帰宅、夕食の準備その他雑務 |
| 20:00 | 次男、三男と一緒に夕食 |
| 21:00 | 主人、長男が帰宅し夕食準備、片付け |
| 22:00 | 洗濯物をたたむ、明日の洗濯をする、お風呂 |
| 24:00 | 就寝 |

今までのキャリア

百貨店にて食品ギフトの販売や管理、教育を経験。出産を機に退職。

ブランク期の活動

ブランク期15年の間には子どもが幼稚園の頃はPTAの役員、小学校では図書館ボランティアやラグビーの学年総務を担当していました。

再就職のきっかけ

一番下の息子が小学校に入学し時間が出来たことや、一番上が高校生、二番目が私立の小学校で学費がかかることが理由です。



セミナーに参加して

セミナーは「仕事と家事・育児を上手に両立するコツとは」に参加し、両立には主人の協力が大切ということ学びました。再就職に成功したロールモデルの方のお話から週3日4時間という働き方があるのを知りました。その時に、自分がここにいることは、もしかしたら、チャンスかもしれない。このチャンスは、逃してはいけないと思いました。

働き始めたときの家族の反応

夫は私が働くことを期待していましたので、洗い物など家事に参加してくれます。めざましいのは子ども達の成長です。二番目と一番下の子で洗濯物を入れてくれるようになりました。どっちが早いとか、どっちがたくさん洗濯物を取ったとか、二人で喧嘩しながら片付けてくれます。

働き始めたときのエピソード

今は一山乗り越えましたが、辞めたいと思った時期がありました。それを会社でつい漏らしてしまいました。低い次元のミスをしたため、周囲の方の処理を増やす事につながりました。それが続いたので、今後に対して不安になりました。また、窓口にいるとお客様の様々な問い合わせがあります。対応しきれない数に押しつぶされそうになり、「やめたい」と職場の方に相談をした時のベテランの方からの言葉が重く心に入ってきました。「あなたはお母さんよ。もし、子どもが習い事やクラブをやめたいとか、受験をやめたいとか、会社をやめたいとか、言ってきたら、あなたはどうしますか?仕事は3か月しないと分からないものですよ。逃げたらダメ。子どもにちゃんとと言える人になりなさい。頑張りなさい。働いてよかったと思う日は必ず来ますよ。」仕事を経験することで、乗り越えなくてはならないことがあり、乗り越えた先には何かがあるのだと感じました。

心折れそうになった時に支えになったもの

母や姉から「頑張りなさい」と言われたことが支えとなりました。

再就職を 考えているママへ

これから始まる事全てに不安が有ると思います。正直大変ですが、新しい出会いや発見、プラス要素が盛りたくさんです。一步踏み出すだけなので、チャレンジしてみたいです。



S.N.さん(36歳)

●小1女兒、3歳女兒、1歳男児

●雇用形態…パート。週4日、5時間勤務
●仕事内容…税理士事務所での経理事務

今までのキャリア

専門商社での貿易事務に就いた後、中国に1年間の語学留学。帰国後は台湾系電子部品商社や通訳・翻訳の仕事に従事。結婚により退職し、引越し。ブランク年数は9年。

ブランク期の活動

出産後は育児に専念していたものの、働きたい気持ちは持っていたので、興味があった英文会計の資格取得の勉強をしていました。

再就職を考えたきっかけ

長女が2歳の頃、英文会計の資格に合格したので就職活動を行いました。しかし、その分野での実務経験がなく、また不景気とも重なりとても苦戦しました。また、面接にたどり着いても「お子さんが病気になるらどうします？」の質問に絶句することが続き、自分自身に仕事ができる準備が整っていない事が分かり、子育てに専念しようと決めました。子育てに専念するも気がつけばブランクも長くなり、再度仕事復帰をするには自分自身だけで動くのではなく研修などに参加しない限り難しいのでは…と感じていました。その後2人目が幼稚園に入り、3人目が歩けるようになった頃に「復帰したいなら、今しかない」と思い、セミナーやインターンシップに参加するのがきっかけです。

一歩踏み出したときに
見える世界もある



一日のタイムスケジュール

| | |
|-------|-------------------------|
| 5:00 | 起床 |
| 5:30 | お弁当作り、朝食準備、 片付け、着替え等 |
| 7:40 | 長女を送り出す |
| 8:00 | 長男を保育園へ送り、 一度帰宅 |
| 8:40 | 次女を幼稚園バスに乗せ、 自分も出勤 |
| 10:00 | 仕事開始 |
| 16:00 | 仕事終了 |
| 17:00 | 家に帰宅し、車で長男、 次女を迎えに行く |
| 18:00 | 夕食準備開始・夕食 |
| 19:30 | 子どもと自分の入浴 |
| 20:00 | 子どもとの時間を持つ |
| 20:30 | 子どもを寝かしつける |
| 21:00 | 片付け、洗濯、翌日の準備 など |
| 24:00 | 就寝 |

再就職を 考えているママへ

私もまだ働き始めたばかりで毎日が試行錯誤ですが、自分が覚悟を決めて動き出すと、家族や周りが合わせてくれるようになりました。実際、育児との両立は体力的には結構きつく、発熱や予想外のことも続き、最初は気に病んで疲れることもありましたが、それも子どもが大きくなるまでの数年なんだからと割り切るようにしたら楽になりました。休みをもらうことで職場には迷惑をかけますが、その分出勤したときはフル稼働で頑張っています。不安もあると思いますが、一歩踏み出したときに見える世界もあるのでチャレンジすることをオススメします!!

働き始めたときの家族の反応

一番上の子は、私が家にいる事が当たり前で育ってきたので、日中お母さんがいないことに一番抵抗があるようでした。夫は元々共働きを希望していたので、私が復帰する際も色々協力してくれる姿勢を見せてくれたので感謝しています。

働く前と現実とのギャップ

職場に行き、しばらくすると、だんだん「働く」という感覚が思い出され、心配していたよりも早く慣れたように思います。ただ、パソコンに関してはソフトがかって使っていた時に比べ随分進歩していたので、再就職をする前にもっと勉強しておくべきだったと反省しています。

あなたにとって働くこととは?

子どもを幼稚園に預けて門を出たときから、母親としての自分から離れ、仕事をするという別の自分になれる気がしています。子どもとたくさん遊んだり家事をしている時とは、全く違う格好で外を歩くことや業務に集中出来る事で、私にはリフレッシュになっています。



セミナー参加者からの声

刺激を受けました、ワークショップは自分の考えのたな卸しになるので、このような機会にまた来たいです。

今後再就職を希望することに前向きになりました。

子育て中で就業を希望されている皆様のいろいろなご意見を直接伺えて大変参考になりました。

無料で託児もついていて、とても助かりました。またこういったセミナーに参加したいと思います。

セミナーはとても刺激的で新たな価値観を教えてもらった気がします。ロールモデルの座談会も参考になりました。

自分の強みを改めて知ることができました。自分が思っている以外の仕事もできるのではないかと思います。

講師やスタッフの方が本当に親身になってくださるのをとても感じました。前に参加したことのあるセミナーでは講師の方が自分とはレベルが違いすぎ自分にはムリと思っていましたが、今回は自分にもできるかもと感じて前向きになりました。

まだ具体的に解決できたわけではないですが、方法を少しでも探そうと思いました。

同じような状況の中で、同じようにがんばろうとしている方々と話ができ、元気づけられました。ありがとうございました。

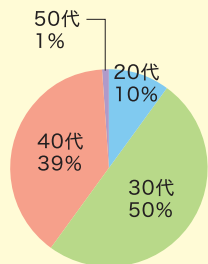
自分の強みが何なのかが、すぐに出てこないで、じっくり考えてみたいです。

託児付のセミナーで久しぶりにゆっくりした気分で受講させていただきました。ありがとうございました。

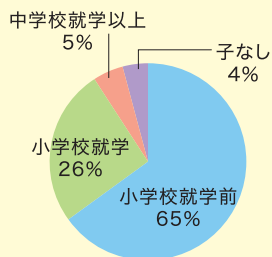
子どもが小学校に上がるまでは、再就職の準備としてできることは何でもしたいと思っています。(セミナー参加、短期就労、スクール等)

セミナー参加者の状況

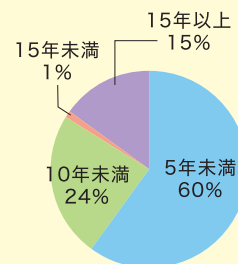
年代



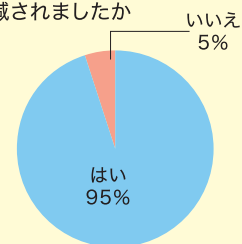
お子様の有無、属性



ブランク年数



セミナーに参加し再就職への悩みや不安が軽減されましたか



あとがき

「託児付き再就職支援セミナー」は、働きたい、けれど自信がないというママ達が、自分のキャリアと向き合う貴重なきっかけ作りになったと思います。

各会場でそれぞれの講師の皆さんのお話に背中を押されて、働くことを家族と共に真剣に考え始め、一歩を踏み出した女性も少なくなかったと思います。

「働く」という事は、会社の一員となって、事業を通じて社会に役立っていくことです。母、妻という形だけでなく、自分のキャリアを活かしてみたい、もう一度社会と繋がりたい、という想いも大切にできる働き方が実現できるように私たちは支援していかなければいけないと思っています。

今回の事業が成功したのは、このような女性たちと同じ目線で、「働く意義」を伝え、「働く事の面白さ」を伝えられたからではないかと思います。

理解し、納得した。後は、行動あるのみです。様々な形で社会の中で自分のキャリアを活かしていく素晴らしさを、それぞれの女性たちに感じて頂ければ幸いです。

堤 香苗

託児付き再就職支援セミナー運営事業 検討委員会 座長
(株式会社キャリア・ママ 代表取締役CEO)

「再就職を考えるママのために」
～一歩を踏み出したママの体験談集～

編集・作成 株式会社パソナ
〒100-8228 東京都千代田区大手町2-6-4
本冊子は、厚生労働省より(株)パソナが事業を受託し編集・作成しています。
<http://mama.pasona.co.jp/>

再就職のためのお役立ち情報

◆ 仕事と育児カムバック支援サイト

<http://www.comeback-shien.jp/index.html>

育児休業からの復帰のためのさまざまな情報を見ることができます。また、利用者の居住地や希望する地域(市町村単位)の保育所や再就職の情報が検索できます。

◆ マザーズハローワーク・マザーズコーナー

<http://www.mhlw.go.jp/kyujin/mother.html>

お子様を遊ばせながら、求人検索やお仕事の相談が可能です。応募書類対策や面接対策のほか、ビジネスマナーやパソコン講習など各主セミナーを開催しております。

◆ ファミリー・サポート・センター

http://www.jaaww.or.jp/service/family_support/index.html

地域の子育てをサポートしあう会員制の組織です。日常の子どもの預かりや保育所の送迎などのサポートしてくれる方をお住まいの地域で探すことができます。

◆ 子ども・子育て支援新制度(内閣府)

<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/outline/index.html>

平成27年4月から本格施行予定の「子ども・子育て支援新制度」についての情報を見ることができます。