

Work Life
「仕事」と「生活」 あなたが主役!?

報告
レポート!!

あなたの人生

自分らしく **デザイン** できていますか?

6月18日(土) 男女共同参画週間にちなんで公開講座を開催しました

講師は日本女子大学教授の

大沢 真知子さん



講師プロフィール

日本女子大学人間社会学部教授
1980年南イリノイ大学経済学研究科博士課程修了
コロンビア大学で研究を続ける
1984年 PhD(経済学博士)
内閣府の仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)に関する専門調査会などの委員を歴任。(～2011.3)
雇用をめぐる制度や政策のあり方についても積極的な発言をしている。
「ワークライフシナジーー生活と仕事の“相互作用”が変える企業社会」など著書多数

第一部 講演会 「あなたの人生、自分らしくデザインできていますか？」

大沢さん自身が、人生をどうプランニングしてきたのか。それぞれの年代で語って頂きました。

- 20代 19歳で失恋してスイッチが入りアメリカへ留学
- 30代 研究者としてトレーニングを受ける
国際結婚。夫とともに帰国
- 40代 夫からワークライフバランスの提案を受ける
人生を楽しんで積極的に生きよう
- 50代 生き方に悩んだ40代を過ぎ、『自信のない自分』を受け入れる→自分を評価するものさしを豊かにする



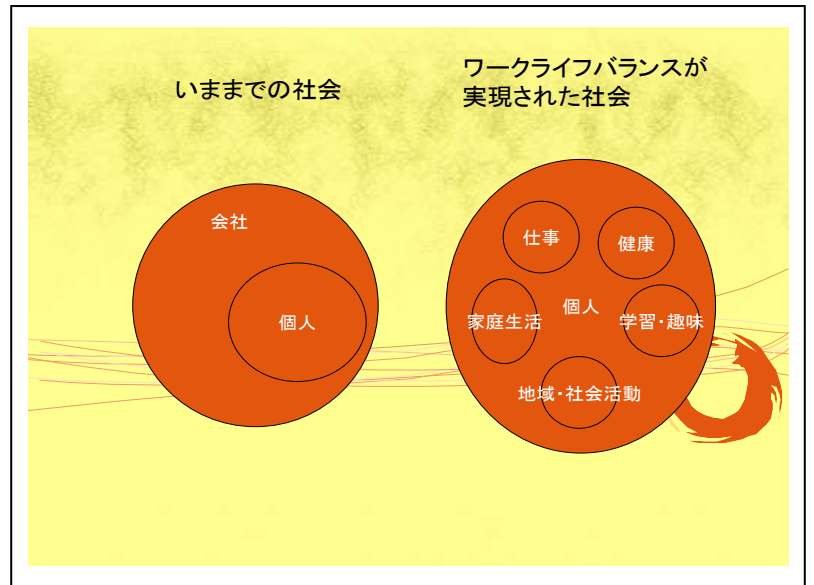
ワーク・ライフ・バランスとは???



人生に4つのボールをもつ

- よい関係を築く
- 健康である
- 仕事（有償労働と無償労働）
- よい社会を残す

鍵→『足る』を知る



アンケートより

『自分の人生や生き方について考えるよい機会になった』方が多数でした。

『ワーク・ライフ・バランスとは、ほどほどに働くことだと勘違いしていましたが、自分らしく主体的に生きる事だと知りました。』

第二部 交流研修会 「あなたが主役！これからの生き方について一緒に考えてみよう」



二部は学生さんを中心とした交流研修会！

講師と参加者が自由に語り合うというスタイルでした。

司会進行は愛媛大学の学生さん3人。
参加者と大沢さんに意見を聞きながら、3つのテーマに沿って進行してくれました。



1つめのテーマ『生きやすい社会とは？』

主役の支え合いができるのが
生きやすい社会（学生）

何でも話せる人が傍にいて、
夢をもって生きる社会
（学生）

主婦の自分がもう一度主役になれる
バランスをとりながら輝けること（社会人）

大沢さんのお話

『生きやすい社会は自分でつくる』

◎自分が選択できる自由があること
（悪い状況から抜け出すのも自分次第）

やり直しはできるし、絶対変えられる

2つめのテーマ『仕事の選び方について』

今の自分に満足していない。
厳しい状況に身を置いて
成長できる仕事を選んで
いずれ起業したい！（学生）

今持っている物を生かせる仕事
を選ぶべきか、今持っていない
ものを身につけるための仕事
を選ぶべきか迷っている（学生）

20年前は内定が多くとれる時代だった。
自分の思う道に入った。
苦労もあるけれど、長く続けていくうちに
自分らしく働ける環境ができた（社会人）

3つめのテーマ

『自分らしく人生をデザインする』

20年専業主婦をして起業。
仕事すべてではない
チャンス逃がさないこと
あなたが主役＝自分の意見を
言えること！（社会人）



将来自分の人生を充実させたい。
今やるべきことが分からない
けれど、楽しいことを見つける事が
できたら輝けると思う（学生）

就職活動を控えた学生さんが多く参加していたので、一番気になる話題でした。

大沢さんのお話

夢を持つことは大事。でも

『狭く夢を持つのは危険』

◎可能性を広げる（ゆるく柔軟に）
失敗した＝才能がない→本当に？別の見方を

『トライ & エラー』

◎挫折を繰り返す度にあたらしい自分を発見！
不透明な時代を生きるには失敗が大事。
プランAがだめならプランB

『色々な人と話をすることは重要』

グローバル化の中で面接官が見ているのは
◎コミュニケーション力・自分を語れるか
質問が分からなくても自分の話に繋げること！！

『就活＝自分の力をどう身につけるか』

大沢さんのお話

“私はジャズプレーヤー”

自分じゃない自分をとっばらって新しい
ステージへ

『社会にはルールがある。その中で

自分らしさを見つけ、少しずつ

自分を解放する』

60分という短い時間でしたが、学生さんや社会人の方の様々な意見と、大沢さんのお話を聞くことができました。アンケートには、

『色々な人の話を聞いて、自分の今後の人生設計を決めていく材料になりました。（学生）』

『とても貴重な経験をすることができました。同年代の人や様々な世代の方と意見を交えることができ、生き方に関する自分の考えが深まったように思います。（学生）』

『自分が主役ということをお忘れずに生活していきたいとします。このような色々な年代の方が参加する講座、研修会がたくさんあったらいいと思います（社会人）』

など、様々な年代の方と話ができたことが、良かったという感想を多数いただきました。

