



# しあわせに働くって？

What is the meaning of work for you?

人は1日の多くの時間を「働くこと」に費やしています。  
 ということは、その時間を幸せに  
 過ごすことができれば人生も幸せに？  
 でも社会の変化とともに、働き方も大きく変わっている現代。  
 “しあわせな働き方”って何？  
 そんな素朴な疑問から、働く女性3人が談義を始めました。

**子育てのため  
短時間労働を選択**  
 占いサロン  
 高田貴子さん(43歳)  
 飲食業の傍ら始めた占いへ転身。  
 セミナー講師としても活動。現在子  
 どもは4歳。

**モバイルツールで  
ノマドワーク**  
 環境デザインコンサルタント  
 山口ひろこさん(54歳)  
 色彩の観点から地域・まちづくりの  
 コンサルティングなど全国各地を飛び回  
 るフリーランス。

**同じ会社で  
キャリアを積み**  
 株式会社TOTO  
 荒木晴美さん(42歳)  
 勤続年数23年。16歳と14歳の子  
 どもを育てながら働くワーキング  
 マザー。



みなさんは今、どんな風に  
 働いていますか？

**島田** 私は子どもと一緒に過ごすために  
 昨年まで経営していた飲食店を閉  
 めて、今は古い系の仕事一本。幼稚園  
 や義母にサポートしてもらいながら  
 働いています。  
**色んな仕事を経験し、  
 成長を感じる。**  
 長く同じ会社にいることって  
 すごくいいですね！

**荒木** 最初から「この会社にずっと  
 居よう」と強い意思はなかったで  
 すね。入社した会社で働いていた  
 いつの間にかこんなに時間が経って  
 いた、というのが正直なところ。大  
 きな会社で様々な部署があり、ずっ  
 と同じ部署で働く人もいるけど、  
 私はいろんな仕事を経験したい方  
 なので自分から転職願いを出しま  
 した。技術、開発、企画など経験  
 しました。

たくさんの収穫がありそう。

**荒木** そうですね。色んな場所に知  
 り合が増えるので、どこへ行っても  
 声をかけられますね。それに色んな  
 仕事をしたことは自分が出ること  
 が増えることだから、成長したなど  
 感じますね。

**環境が価値観を変え、  
 価値観が働き方をアレンジする。**

**島田** 子育てって女性にとってすごく  
 大きなことですね。私の場合、飲  
 食店と古いサロンを同時にしていた  
 頃は子どもと過ごすのもままなら



ず、深夜2時まで、日によっては4時  
 まで働いていました。仕事は楽しん  
 ですが、体がきつくて。子どもとの  
 時間も少なくてつらかった。

—それで飲食業から占い一本へ？

**島田** そうです。家族ができて出産  
 して、「自分は何を大事にしたいのか  
 な」と考えた時に、家庭の時間を増  
 やしたいと思った。「そのためにはど  
 うする？」と考えて今の働き方は無  
 理があるなと感じて。それが飲食  
 店をやめるという決断の最大のキッ  
 カケですね。

**山口** 私はあちこち行けて新しいこと  
 に出会えるフリーランスの働き方は  
 合っていると思っています。全て自分  
 で仕事の責任を負うことは、リスク  
 でもあるけれど自分を大きくしてく  
 れることだと思っから。でも人に  
 よっては、きつとすぐストレスのあ  
 る働き方なんだろうな。体的にキツ  
 イときもあるけど全然つらいとは思  
 わないのは、やっぱり性格に合ってい  
 るんでしょうね。

**荒木** 性格や気質で、仕事へのスタン  
 スも個性が出ますよね。自分の考え  
 方も段々変化して、理想の働き方が  
 変わってきた気がする。



**島田** わたしも働くことへの考え方が  
 変わってきました。それはやっぱり出  
 産とか介護とか、環境の変化が大き  
 いのかも。特に私は、母になったこと  
 が一番大きかったですね。「母」とい  
 う役割の部分がが増えてきたから、仕事  
 は今は抑え目しようと思った。

—今の仕事で感じることとは？

**荒木** 会社勤めだから、よくも悪くも  
 働く時間が決まっている。だからそ  
 れ以外の時間をやりたいことに充て  
 ようと思ったら、時間の使い方が自  
 然と上手になりました。私の場合  
 は、仕事以外で資格を取ったり色ん  
 なセミナーに出かけたりして、とても  
 充実しています。通信教育だったり、  
 スクーリングだったり様々。約20の  
 ディプロマを頂きました。35歳くらい  
 には秘書検定の資格も取りました  
 よ。何歳でも挑戦したいです。

**島田** 限られた時間をどう過ごすか  
 ですね。私は今の働き方にすごく満  
 足しています。以前と比べ、家族と  
 過ごす時間が増え、健康的な時間に



**山口** 「自分のやりたいこと」や「やり  
 がいを作る」こと。仕事を続ける中  
 で色んな刺激をうけて、自分という  
 人間がどんどん耕されている気がす  
 るんです。耕されればされるほど、  
 もっと前に進みたいと思う。改めて  
 考えると、働くってすごいですね！

**「しあわせに働く」方法や  
 “場”を探すことが大事。**

—「しあわせに働く」とは  
 どういうことだと思いますか？

働いて体調もよくなりましたから。  
**山口** 私も今が一番楽しい。中学生の  
 時から「イノベーション」とか「改革」  
 とかいう言葉が好きで、「問題があれ  
 ば変えればいいじゃん」と思っていた。  
 何事も「チャレンジ」の姿勢でやって  
 います。

—みなさんにとって「働く」とは？

**荒木** 「生産」だと思う。働くことは  
 何かを生み出すことだと思っから。  
 その分、生活でちゃんと消費します  
 よ。その循環が人生や社会に、大事  
 なんだと思いますね。

**島田** 「働く」って言葉で表す  
 のって難しい！でも相手の喜びのた  
 めに働いている気がしますね。

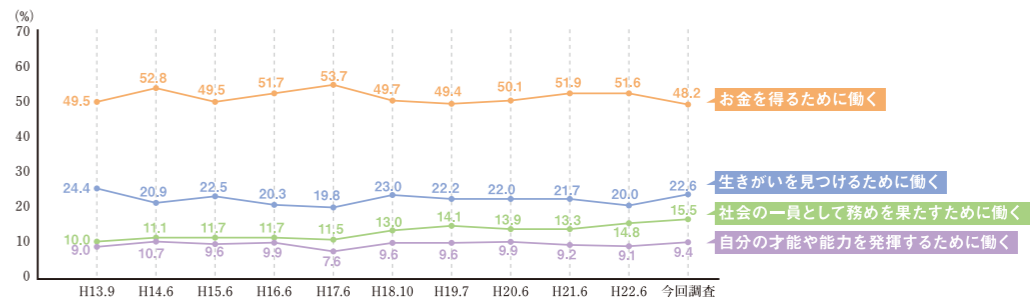
**山口** 一日のうちに働く時間が長い  
 らしあわせに働きたいけど、仕事  
 「私幸せ！」って思うことは少ないか  
 も。何かをやり遂げたり、感謝の言  
 葉をもらったときの瞬間は「頑  
 張ってよかったなあ」と思う。もしか  
 したら「しあわせに働く」って達成感  
 のこと？

—ありがとうございます。

ずっと同じ企業に勤める働き  
 方、2足のわらじの1足を捨て  
 短時間労働を選んだ働き方、自  
 分ですべて決めるフリーランスと  
 いう働き方。そこには仕事への  
 価値観や人生での優先順位「何  
 を大切にしたいか」ということが  
 大きく関わっていた。さて、あな  
 たは？次ページで自分の価値観  
 を見直してみよう。

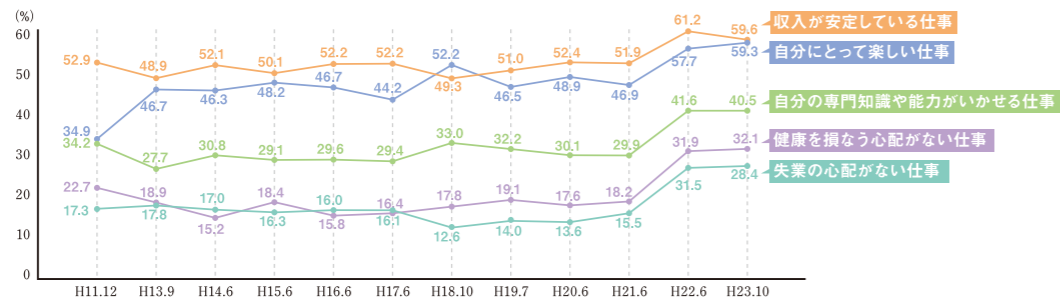
## 統計データから見る 日本人の「働く」意識調査

働く目的は何か？



H22年の調査結果と比較して  
 見ると、「お金を得るために働く」  
 (51.6%→48.2%)と答えた者の割合が  
 低下し、「生きがいを見つけるために  
 働く」(20.0%→22.6%)と答えた  
 者の割合が上昇している。調査時  
 期は東日本大震災の後。人々の心  
 境が少し変化した影響もあるの  
 かもしれない。

どのような仕事か？  
 理想的だと思うか？



理想の仕事ではH22年を機  
 にグッと増加しているのが  
 「自分の専門知識や能力が  
 いける仕事」「健康を損な  
 う心配がない仕事」「失業の  
 心配がない仕事」とやや保  
 身的な意見はH23年では低  
 下。その中でも「自分にとって  
 楽しい仕事」という意識は増  
 え続けている。