

ワーク用エピソード

恵さんと大輔さん夫婦は、共働き家庭で、2人の子どもを学童や保育園に預け、働きながら、育児や家事をこなしています。

ところが、最近になり、急に夫の大輔さんの仕事が忙しくなりました。帰宅時間が深夜に及ぶことが珍しくないうえ、土日仕事に出かけます。

はじめのうちは恵さんも「仕事だから仕方ない」と理解を示していましたが、恵さん自身の仕事もあるなかで、一人で食事の支度や洗濯、掃除などをしながら子どもの面倒も見なければなりません。恵さんは、そんな余裕のない毎日の生活に疲れ果て、ある日めまいをを起こし倒れてしまいました。

ワーク1 現状を変えるためには、恵さんまたは大輔さんの立場なら、どうすればいいと思いますか。



ワーク2 あなたが子育てで助けを必要としている場合、誰にどんなことをお願いできそうですか。支えになってくれそうな順に3つ選んでお願いする内容を書いてみましょう。

	誰に (下から3つ選ぶ)	どんなことを (左で選んだ3つについて書く)
	配偶者・パートナー	
	自分の両親	
	配偶者・パートナーの両親	
	自分や配偶者のきょうだい	
	その他の親族	
	近所の知人	
	自分や配偶者の友人	
	保育士や幼稚園の先生	
	子育てサークルの友だち	
	同僚・職場の上司	
	公的な相談機関	
	子育てボランティア	
	その他	

ワーク3 仕事と子育ての両立のために、心がけたいと思ったことを書き出してみましょう。