

## ワーク・ライフ・バランス講演会『仕事も介護もあきらめない！～もしも、親が倒れたら～』

6月30日(日)、アビスタでワーク・ライフ・バランス講演会『仕事も介護もあきらめない！～もしも、親が倒れたら～』が開催されました。



講師は、日本におけるワーク・ライフ・バランス推進の第一人者である渥美由喜(あつみなおき)さん(東レ経営研究所ダイバーシティ&ワークライフバランス部長)。共働きの妻と家事、育児(6歳と3歳)を共に担っている渥美さんは、2回育児休暇を取得。加えて4年前からお父様の介護も経験、なお、二男の看護中という実体験をもとにお話くださいました。

特にお父様の介護の実際と、おじいちゃんが大好きなお孫さんたちとの交流、仕事も大好きという渥美さんが職業人・家庭人・地域人として活躍し続けるための具体的な生活の様子など、介護をこれからする方にも、介護中の方にもすぐ実践できる内容が満載でした。

参加の方々は、「介護は一大プロジェクト」、「介護サービスを上手に使う」、「一人で抱え込まない、でもチームの心棒には家族しかねれない」、「(介護する)親は成人なので、プライドを傷つけないように『説得』のプロセスを大切にする」などの考え方が参考になったようでした。

少子高齢社会で、50代後半で家族の介護が発生する確率は86.2%とのこと。急に介護をすることになってもあわてないよう、自分事として日頃から、タイムマネジメントをしっかり行っていくことが重要だと気付かせていただいた講演でした。

