

## 悩み、迷いながら見つける 自分らしい働き方・生き方

『大黒柱妻の日常 共働きワンオペ妻が、  
夫と役割交替してみたら？』

ワーク・ライフ・バランスは「仕事と生活の調和」と訳され、私は「仕事も生活も自分が納得できる生き方をするためのもの」と解釈しています。ポイントは「自分が納得」できることで、これは決して容易なことではありません。

しかし、社会保険労務士としてワーク・ライフ・バランスを推進していると、それは「仕事をほどほどにすること」「プライベートを重視すること」「仕事と生活の時間配分を半分にすること」などの解釈をされることがあります。

マンガ『大黒柱妻の日常』では、主人公が大黒柱妻となり、働き方や家族との関わり方について、揺れる感情と向き合いながら悩み迷い、最終的に自分らしい働き方、生き方に近づいていく様子がリアルなエピソードたっぷりに、面白可笑しく描かれています。

自分らしい働き方、生き方のために、もがき苦しみ、失敗しながらも「自分が納得」できるポイントを見つけ出す、まさにこれ



小田 幸子さん

社会保険労務士法人ティムス  
代表社員 社会保険労務士

専門商社に就職後、キャリアアップと家庭の両立に限界を感じ退職。一生できる仕事として社労士資格を取得し、ティムスへ入社。企業向けセミナーやライフプランセミナーの講師も務めている。

がワーク・ライフ・バランスだと思います。

100人いれば100通りのワーク・ライフ・バランスがあるという視点で読んでいただきたい作品です。



### 『大黒柱妻の日常 共働きワンオペ妻が、夫と役割交替してみたら？』

田房 永子 /著  
エムディエヌコーポレーション /刊

夫の転職を機に、家計の7割以上を担う妻。仕事にまい進する中、自分になりたくなかった「昭和のお父さん」になっていく自分に気づく。

## 幸せを見つけるヒント 自分からアクションを起こそう

『Good Luck』 『幸福の迷宮』  
『Seven Powers』

どうして自分だけうまくいかないんだろう。こんな難関どうやって立ち向かえばいいんだろう。本当は自分は何がしたいんだろう。いろんな悩みを抱えて過ごしている人は、たくさんいます。むしろ悩みがない人なんていないのです。

私は生徒から悩みの相談を受けたとき、「この子は何を望んでいるのかな。これまでどうやって過ごしてきたのかな。今は何ができるのかな」ということを意識しています。そこに、心のモヤモヤを解消できるヒントがあるように思うからです。次に紹介するアレックス・ロピラさんの著書である3冊にもそのヒントが書かれています。

『Good Luck』には、自分の手で幸運を見つけるためのヒントが、『幸福の迷宮』には、本当の自分を見つめ直して何かをやり直すためのヒントが、『Seven Powers』には、達成したい目的に向かって歩いていくためのヒントが書かれています。

難関に立ち向かうとき、悩みを解消したいとき、まずは自分で



松村 湖生さん

関西大学中部部・高等部教諭

研究開発部主任。社会課題について、文献調査やフィールドワークを行い、研究論文にまとめるプロジェクト学習を担当。企業や団体と協力した特別授業「関大SDGsフォーラム」を実施するなど、生徒の「考動力」を育む取り組みに力を入れている。

アクションを起こす勇気が必要です。この3冊からは、きっとその勇気がもらえることと思います。



### 『Good Luck』

ポプラ社 /刊

再会した幼なじみ。全く違う人生を歩む2人の命運をわけたのは…。

### 『幸福の迷宮』

ゴマブックス /刊

人生の意味を見失った人が迷い込む迷宮。「幸せとは何か」を問う。

### 『Seven Powers』

ポプラ社 /刊

若き騎士が、王子と聖剣を取り戻すため、数々の試練に立ち向かう。