

「リズムを保つ」

旭化成ケミカルズ株式会社 小西 美穂

“リズムを保つ”これが、私の中で今一番努力をしていることです。

忙しい忙しくないは別として、いえ、忙しい時は特に、私は平日に休みを1日とって出かけるようにしています。忙しい時は、なぜこんな時に休みをとったのだろうと休みの前日は後悔することもあります。たった1日、無理にでも休みをとってリフレッシュしてみると、確実に“リズムを取り戻した”ことを実感することができます。

私は現在、新規ポリマーアロイの開発を行っています。この仕事に就いてまだ2年、入社してから12年半の間にプラスチックの解析・評価・データベース構築(学生時代に習ったプログラミングの世界を実業務に活かすことがどれだけ大変かを学びました)・海外(特に新しくプラントを作ったシンガポール)現地スタッフ教育(日本と外国の文化の違いを学びました)・エンブラ用途開発・歯車研究(どう見ても化学屋の概念から外れた世界に、すっかりはまりました!!) といろいろな職務を経験させていただきました。大学時代には薬の合成を行っており、“自分の可能性を探したい”ことを理由に総合化学メーカーである旭化成に就職を決めました。学生時代のテーマに近い部門に配属かなと軽く考えていた私にとって、プラスチックの世界での仕事はゼロからの出発であり、成長あり、挫折ありの充実した12年半でした。

最初の配属から2年経った頃、自分の幅を広げたいという気持ちから英語の専門学校に通い始めました。当時はまだ教育給付金制度がないなかでのことでしたので費用的にはとても厳しかったですし、それ以上に業務時間外の時間のほとんどを勉強に割くことになり、余裕のない時間を過ごしました。また、解析だけでなく、用途開発に関しての知識や経験を増やしたいと思い、解析業務を行う傍ら、成形作業を教えていただいたり、成形に関する知識を勉強したりして、最終的には、1級射出成形技能士の資格を受験しました。努力した結果得られた英語力や資格は大きかったです。どちらも業務とは別に努力が必要だったので、寝不足や勉強内容に対するストレスなどから、今まで自分がもっていたリズムが崩れてしまい、心身ともに疲れてしまった時期もありました。

また、業務においても、大学での研究・勉強の延長感がどうしても抜けず、何かをやろうと思うと全て自分ひとりで背負いこむ性格もあり、仕事がたまるとうほかに人に頼むことができず抱え込んでしまって自爆寸前まで追い込まれたことも多々ありました。“自分で処理しきれない＝能力が足りない”と思われるのが嫌だという気持ちが強すぎたせいかもしれません。今思えば若気の至りという一言で片づけられるかもしれませんが、当時はリズムが完全に崩れてしまい、いろいろな点でマイナスな毎日を過ごし、悩み苦しみました。

結婚後も、仕事と家事の両立でリズムが保てなくなりました。“会社で同じように仕事しているのに、なぜ家事は女性に負担が多いのだろう?”そんなストレスを常時抱えていました。ストレスを抱え過ぎればリズムが崩れるのも当たり前、楽しいはずの結婚生活が苦痛となり、仕事を辞めた方がよいのかもとまで思った時期さえもありました。

そんな時に助けてくれたのが社内外の友人、先輩、そして家族でした。特にシンガポールの現地スタッフからは“日本がダメならシンガポールで働けばいいよ”と励ましてもらいながらも(シンガポールは女性が社会で働くのが当り前の国なので)彼らに技術を教えた代わりに、彼らからライフワークバランスのとり方を教えてもらいました。

会社の上司、先輩からも“会社の仕事は一人でまわっているのではない”こと、だからこそ“自分だけでまわせそうにないことは他の人に頼むこと”、今思えば当り前のことを何度も教えられ、自分自身の考え方を

変えていきました。この考え方を自分の生活にも盛り込み、お願いできる仕事は夫に代わってもらうことで仕事と家事のリズムをとることができるようになり、今では、結婚当初が嘘であるかのようにスムーズに毎日が過ぎていくようになりました。

もちろん、仕事をしている以上、自分を追い込まなければならない時というのが存在することも事実です。開発材の詳細が決まり、最後の詰めに入ろうとする時、市場でトラブルが起こった時、期日が決まっている仕事の締め切りが近付いた時、ケースはそれぞれですが、どれも追い込みが必要なときは、何をおいても踏ん張らなくてはならないことも多々あります。

ただ、“どれが今本当に必要なのか、いつまでに片づけなければならないものなのか”という優先順位さえつけられれば、あとはその順番どおりにスケジュールをたて、メリハリをつけていく。なかなか仕事が切れないときは、前後を少し無理してでも どこか 1 日、2 日ぽっかりと空白を作って、“自分のリズムを取り戻す”これが必要なのです。

女性という観点から考えた場合、男性と全く同じことをやっていこう という気持ちを強く持ちすぎないことがポイントではないかなと思います。体格、考え方が同じわけ değildir(男女という点だけではありませんが)、特に、家庭を持った場合、男性との分担を完全 50/50 にするのは不可能だと思うからです。だからといって“女性だから〇〇だ”と別枠で考えるということではなく、いかに自分らしさを失わずに、周りとは正面から向き合って、既存社会とすり合わせていけるか、ここでも“自分のリズムを保つ”ことが重要です。誤解のないように追記させていただくとすれば、決して今の自分をそのまま変化させないで押し通すということではなく、周りとは対話しながら、常に良い方向へ変化する努力を忘れないことが原則ですが・・・

実は、この文章、1 日休みをとって夫と出かけた後に書いています。今日 1 日の休みをとるまでは、いくら書こうと思っても、ちぐはぐな文章になってしまい、連日書いては消し、書いては消し を続けていました。自分の伝えたいことをまとめられた、こんなところでも自分のリズムを取り戻した効果がでたようです(笑)。

私もまだ 13 年目を迎えたばかりですので、こんな偉そうなことを言っても、実践できない時が多々あります。これからまだ 20 年以上ある会社生活、焦らず気負わず自分のリズムで、良い仕事をしていければと考えています。“自分のリズムを保ちながら”そしていつでも“周りに感謝しながら”・・・(終)

【執筆者の紹介】



小西 美穂(こにし みほ)氏

〈最終学歴〉

東京理科大学理学部応用化学科
東京大学大学院総合文化研究科 黒田研究室

〈現 職〉

旭化成ケミカルズ株式会社
樹脂総合研究所 機能樹脂技術開発部

“自動射出成形機の原形であるドイツ製成形機とともに”