

我ら 50 期 ここにあり

1. 17. を忘れない。

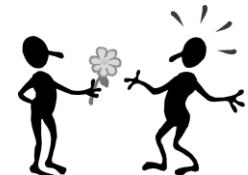
1995年（平成7年）1月17日午前5時46分52秒。

阪神淡路大震災から26年が経ちました。みなさんは生まれていないですから実際のところは知らないでしょう。ある朝、突然、6434名の尊い命が奪われました。あなたは、何を思い、何を感じますか？人間は弱い動物で、人間の力をはるかに上回るものはあるのです。大切にし、恐れ、尊敬し、愛し、楽しみ、共に生きたいですね。今、この日に命についてどうか考えてください。惨禍の中で人間が剥き出しになったときに必要なものは何か、大切なものは何か？1. 17. を忘れてはいけません。世界を巻き込むコロナ禍の中を、一緒にくぐり抜けて生きている私たちだからこそ、気付くことができると思うし、感じができると思っています。



“伝える”は“伝わる”にあらず

どんなに伝えたつもりでも、なかなか成果が目に見えてこないような感覚を持っています。「長所を伸ばしていくべきか」「いや、短所に目をつぶっているわけにはいかない」「仲間やともだちが補い合えば両方の短所は消えるかも」などとあれこれ考えてもみます。弱さやできていないことを克服するために、激しい言葉を浴びせかけ、厳しい環境を作り出して用意することもある。理想と現実の間でフラフラしている世間の若者たち。伝えたいことと伝わっていることのズレ。“はず”は“外れる”、“つもり”は積もらない。この誤差を限りなく埋めていく努力をおこたるわけにはいかない。理想を追い求め、現実を理想に近づけていくことをやめるわけにはいかない。みんなの輝かしい未来を、あきらめるわけにはいかない。



仕事と生活のバランスを考える

仕事は人生の大きな影響を与える大事なものです。しかし、仕事のことばかり重要視して、他のことを放っておいたのではいけません。ここでは「ワークバランス」について考えていきましょう。前回で、仕事がプライベートに影響を与えるという話をしましたが、プライベートも仕事に影響を与えます。例えば、恋人にフラれてしまったときは、働いていても暗い気持ちになり、仕事がはかどらないこともあるでしょうし、明日から楽しい旅行の予定が入っている人は、その日の仕事を張り切って頑張ることができるでしょう。ワークバランスとは、仕事（ワーク）と生活（ライフ）のバランスを指す言葉で、「仕事とその他の生活のバランスを上手に取って、仕事も生活も相乗効果でよくなるようにしましょう」という考えに基づくものです。家庭で過ごす時間があるおかげで気力がみなぎって仕事も頑張れる、趣味に費やす時間があるおかげで仕事がつらいときも息抜きができる、そういう人はワークバランスがいい状態と言えるでしょう。誤解されやすいのですが、「仕事と生活をキッチリ分ける」「仕事とプライベートではプライベートに重きをおくべき」「理想的な仕事と生活の比率は50%50%だ」などというのが、ワークライフバランスの正解というわけではありません。仕事と生活はお互いに作用し合う、切っても切れない関係ですし、職業によっては仕事と生活の境目がわからないものもあります。仕事と生活のちょうどいいバランスは個人によってことなり、そのバランスを自分の価値観に合った形にコントロールしていくことが何よりも大事なのです。



良くない働き方とは？

自分の意思ではなく、ただ会社に言われるままに長時間、大量の仕事をして、生活が不規則になったり、疲れたまま仕事をしたりしている人がいます。こうした人は、仕事と生活のバランスがうまくとれているとはいえないかもしれません。このような働き方を続けていると、心身の健康を損なう危険性があるので注意しなければいけません。仕事と生活は、人の中で相互に影響し合います。どちらか一方にかたより過ぎると、バランスの取れていない生活を送ることになってしまいます。

