

やすらぎの里の

キャリア支援について紹介します！！



社会福祉法人 妙光福祉会

※ソーシャルディスタンスに配慮して撮影しました。



皆さんはキャリアを重ねる中で、育休も経験されていますが、育休から仕事に復帰する時、心配事はありませんでしたか？



わかります。私も、上司から「はじめから完璧にこなそうとするのではなく、ゆっくり一つずつ、正確にこなして、ペースを取り戻しては」との助言を受けて、とても安心しました。



私は、育児と仕事を両立する為に、『帰宅したら仕事のことは考えず、育児や家事に専念し、出勤したら育児の悩みを職場に持ち込まず、仕事に専念する』ことで気持ちを切り替えるようにしています。
皆さんは、どのように工夫していますか？



復帰した時、すごく緊張していました・・・。
でも、上司から「最初からうまく両立して働くのは難しいから、急がずに少しずつ慣れていきましょう！」とアドバイスしていただき、心が軽くなりました。



私は、事業所内にある保育園に子どもを預けて復帰したのですが、子どもが風邪をひいたりして休まなくてはならない時に、「子どもさんが小さいうちは、そういうこともあるから心配しないで」と言っていただき安心しました。



優先順位を考えながら、優先しなければならない仕事から行うようにしています。



私も同じです。優先順位を考えることで、時間を有効に使えるようにしています。

そして、家族からの育児に対するサポートですね。家族へは言葉に出して、感謝の気持ちを伝えています。



職場と同じ敷地内に保育園があるため、心配な時は休憩時間に子供の様子を見に行くことができます。送り迎えに時間がかからないことも決め手でした。



役職者になりたてで、毎日が模索です。目指す方向性が一つにまとまるよう、コミュニケーションを図って、皆さんの潤滑的な存在になれたらうれしいです。意識しすぎないように、これからも役割をまっとうしたいです。



私は、以前、上司から「一つだけでなく、多角的な視点から考えるようにしては」とアドバイスをいただき、まずは、冷静に状況判断するように努めています。



先ほど、事業所内保育園を利用されているとのことでしたが、利用の決め手を教えてください。



皆さん役職者でもあります。どのようなことを大切にしていますか？



先輩方の背中を見て頑張ってきました。自分も後輩たちのお手本になれるよう、常日頃の行動や、利用者へのサービスを行うよう心がけています。



役職者研修がありますが、私は、その中で、「仕事は一人でできるものではなく、多職種との連携のうえに成り立っており、チームワークが重要」と学び、連携やチームワークを引き出せるよう努力しています。皆さんは、どのようなことをいかしていますか？



私も、職員間のコミュニケーションが大切であり、声を掛け合うことで安心して、より効率的に仕事をできるようにしていることですね。



年2回、上司との面談がありますが、その2回の面談だけでなく、困った時や悩んだ時には、その都度、アドバイスをいただいています。また、日頃から声をかけて頂き、心がふっと軽くなります。ありがたいです。



私も、『自分のことを気にかけてもらっている』と感じられる言葉をいただき、いつも感謝しています。



上司との面談は、日頃の業務に対する悩みや課題等を解決する良い機会です。気持ちの面でもプラスになっていますね。これからも、みんなで協力し、仕事も育児も両立して、頑張っていきたいと思います。



これからもよろしくお願いします。



はい。みなさんと頑張っていきます。