

# 家族と考えるワーク・ライフ・バランス

## My Views on the Work-life-balance

濁川 直寛 (にごりかわ なおひろ)  
清水建設(株) 技術研究所 研究員

### 1. はじめに

私が地盤工学を志すきっかけとなったのは、学生時代の忘れ難い出来事です。当時私は長岡工業高等専門学校環境都市工学科に在籍しており、その日は学生寮で提出期限が間近に迫った製図の課題に取り組んでいました。土曜日の夕刻ということもあって多くの寮生は帰省、または外出しており、私が住んでいたフロア(1階)には数名の寮生しかいなかったと記憶しています。夕飯時の午後5時56分、そろそろ食堂に行こうかと思立ったその時、最初の揺れで度肝を抜かれ、一瞬思考が停止しました。これが人生で初めて経験する大地震:2004年新潟県中越地震でした。あまりの揺れの強さにただごとではないと直感した私は、着のみ着のまま本能的に窓から外に飛び出しました。避難中も度重なる大きな余震に見舞われ、何度も座り込みながら必死にテニスコートへと避難しました。当時、校内には200名程度の学生・教員がいたと記録されていますが、人命にかかわる負傷がなかったのが不幸中の幸いでした。しかしながら、学校敷地の広範囲が盛土造成であったためか、大規模な地盤変状に起因する被害が各所で発生しており、学校機能を継続することができないほど壊滅的な状況でした。その凄惨な光景は、これまで地震とは無縁だった私の脳裏に深く刻みこまれ、そしてハード面からの地震防災の重要性を、身をもって痛感しました。

この経験を通じて、これまで学んできた知識を地盤工学の立場から社会に還元したいという強い気持ちが芽生え、この分野を専攻することを決めました。そして、高専(専攻科)修了後は大学院に進学し、そこでようやく地盤工学研究室の所属となります。大学院では、地盤の動的挙動に関する遠心模型実験・数値解析に取り組み、専門知識を深めるとともに、土という材料の難解さ・奥深さをより一層感じ、この分野の魅力を再認識できました。その後、縁あって現在の会社に入社し、現在は建設会社の技術研究所の研究員として地盤・基礎に関わる研究開発に携わっています。

### 2. 研究所での業務

入社以来、研究所の地盤・基礎を専門分野とする部署に配属されており、現在入社7年目になります。私の担

当は、山留め、地下水処理といった地下掘削工事です。近年、都市部における建設工事のほとんどは近接施工であり、地下掘削にともなう地盤変形が周辺構造物に及ぼす影響を定量的に予測・説明する必要があります。このような環境の下で、安全性と経済性を両立した合理的な施工を実現するために研究開発に取り組み、課題の解決を目指しています。現在は、地下掘削工事における計測管理の省力化を図るため、ICT技術を利用した計測システムの実現性を検討しています。

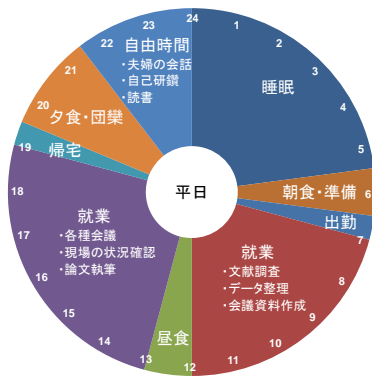
研究開発以外の業務には、現場支援があります。地下掘削工事に関して現場から問い合わせを受けることがしばしばあり、その内容は、施工における注意点の洗い出し、設計の妥当性検討、合理的な施工方法の提案など多岐にわたります。現場支援にあたっては、設計計算書、または地盤調査報告書だけを見て判断を行うのではなく、「現場」に足を運び、「現物」を見て、「現実」をとらえる「三現主義」を心がけています。知識だけではなく経験がモノをいう業務ですので、今後も様々な案件に携わりながら、技術者としての経験・勘所を養っていきたいと考えています。

### 3. 日常生活と育児

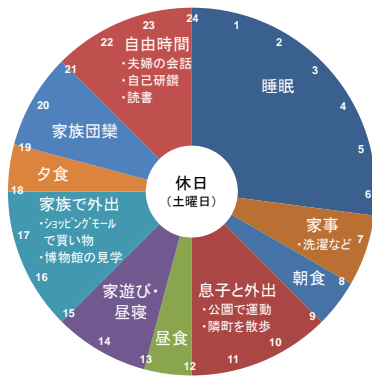
現在の家族構成は、妻、1歳6ヶ月の息子、私の3人です(写真-1)。子どもが生まれる前は共働きで、夫婦各々が仕事中心の生活でしたが、現在は子ども中心のライフスタイルにシフトし、妻は週一のパートのみとなっています。典型的な1日のタイムスケジュールは、図-



写真-1 私の家族(熱海トリックアート迷宮館にて)



(a) 平日のタイムスケジュール



(b) 休日(土曜日)のタイムスケジュール

図-1 典型的な1日のタイムスケジュール

1に示すとおりです。

子どもの生活リズムが「8:00に起床、21:00に就寝」とほぼ決まっており、妻も同じサイクルで生活しているため、この時間内に帰宅できない日は家族と接することができません。そこで、平日は少し早めに出社し、限られた時間の中で効率よく業務をこなすことを心がけ、平日でも子どもとふれあう時間を作るように努めています。職場と自宅が近いこともあって、現在は平日1~2時間程度、育児に参加できている状況です。

妻の仕事は土曜日のため、午前中は息子と2人で過ごすことになります。生後半年くらいまでは、寝かしつけて留守番しているだけでよかったのですが、成長するにつれて家遊びだけでは物足りなくなり、最近は外出することが多くなりました。平日は妻が近場の公園や市内の子育て支援センターに連れて行っているようなので、私との外出では普段と違う刺激を与えてあげたいと思い、毎週どこに行こうかと頭を悩ませています。よく足を運ぶのは、徒歩+電車で30分圏内の都立公園です。このとき、毎日の通勤に使っている電車に乗るのですが、息子と一緒に普段の見慣れた風景が違って見えたり、散歩中に新しい発見があったりと、こちらとしても楽しませてもらっています。おかげ様で、元来の出不精と運動

不足が徐々に改善されてきた気がします。

総務省の調査<sup>2)</sup>によると、6歳未満の子供を持つ夫の家事関連時間は1日あたり83分、うち育児に関わる時間が49分と先進国中最低の水準であるそうです。「イクメン」という言葉が一般的に使われるようになり、男性の育児参加が当たり前のような風潮がありますが、実際はまだまだ社会に浸透していないのが現状のようです。

#### 4. ワーク・ライフ・バランスについて

政府が掲げた「働き方改革」によって日本の全企業は、労働時間短縮と生産性向上の両立、そしてワーク・ライフ・バランス(以下、WLB)の実現が強く求められることになりました。当初私は、WLBのことをシーソー、あるいは天秤のようなものだと考えていました。家庭生活と仕事が相反するもので、どちらかを重視するとどちらかが軽視されてしまう、二者択一のものだと捉えていたのです。しかしながら、このような解釈・イメージのままでは、「勤務時間を減らして、今まで以上の成果を上げる」ことはとてもできません。家庭生活と仕事が相乗効果を生み、個人や会社にとって大きな利益をもたらすものだという認識をもつことが重要だったのです。

WLBは子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて、適宜バランスを修正していく必要があります。そして、そのバランスは個人だけで調整するのではなく、家族で調整・共有することが大事だと考えます。研究職に限らず、どのような職種にも仕事を優先しなくてはならない時期があると思われます。このとき、一時的にWLBは仕事に偏り、家族に過大な負担をかけてしまうことになってしまいますが、家族内のコミュニケーションが不足していると、これが生活の破綻につながり仕事にも支障が出るといった「負のスパイラル」に陥りかねません。仕事の都合、またはライフイベントによる生活習慣の変化は避けられませんが、その都度、これからのWLBについて家族で話し合い、家庭生活がうまく回るバランスを模索することが重要なのではないのでしょうか。

現在の私が上記のような好循環を体現できているとは言い難いですが、考えなくして実現はできません。「仕事」の土台には「生活」があって、メリハリの利いた「仕事」が「生活」のゆとりにつながる、ということは今後も意識し、家族と共にWLBの実現を目指していきたいと思えます。

#### 参考文献

- 1) 新潟県中越地震〔平成16年(2004年)10月23日〕の記録、長岡工業高等専門学校、入手先<<http://www.nagaoka-act.ac.jp/chiki/>>[http://www.jstage.jst.go.jp/browse/jgs/3/1/\\_contents/-char/ja/](http://www.jstage.jst.go.jp/browse/jgs/3/1/_contents/-char/ja/)>(参照2017.11.30)
- 2) 平成28年社会生活基本調査の結果、総務省統計局、入手先<<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/kekka.htm>>(参照2017.11.30)

(原稿受理 2017.12.6)