

# 情けは人のためならず



田中あや

日本電信電話(株)NTT物性科学基礎研究所  
[243-0198] 厚木市森の里若宮3-1  
研究主任, 博士(理学).  
専門は生体関連高分子.  
tanaka.aya@lab.ntt.co.jp  
www.brl.ntt.co.jp/J/group\_003/group\_003.html

学位取得後、NTT物性科学基礎研究所に入社して10年になります。「仕事」のほうは遅々として進捗がない筆者ではありますが、「私事」のほうは、結婚・出産とそれなりにイベントを経験してきました。今回の執筆依頼の意図も、このような体験談の紹介、ということだろーと思っけています。ロールモデルとして紹介される偉大な先輩方のような武勇伝もとくはない筆者なので、ここは開き直って、身近にいる普通の研究者としての体験談、そこから得た教訓のようなものを紹介しようと思っけています。

入社後、「仕事」にバランスの偏った毎日を過ごしていたのですが、そんな生活を変える転機となったのは第1子の妊娠でした。悪阻がひどく出勤できない日が続き、自己嫌悪に陥る日々でした。出産後も、慣れない子育てと睡眠不足に悩まされ、出社すれば保育園から子供の体調不良を知らせる電話で早退、とストレスを溜める日々が続いていました。当然、労働時間も出産前のように確保することはできず、それでも周りはいもっとなやっけてる！私もやらなくちゃ！と、無駄に意気込んでいたように思っけています。そんな中、いつものごとく子供の容態悪化を知らせる保育園からの一報。折しも、筆者が担当のグループミーティング直前でした。悲壯感を漂わせながら上司に早退の旨を伝えに行くと、「子供のほうが大でしよ！会社のことなんていいから早く帰りなさい！」とお叱りを受けてしまいました。肩の力が抜けた瞬間でした。これまで、「私事」は自分だけで抱え込むべきものだったのが、周りに頼っていいのだと気付かされました。それから冷静になって振り返ってみると、悪阻で休みがちだったときは、装置メンテナンスを同僚がサポートしてくれましたし、産休と重なってしまった論文のリバイスも共筆者がサポートしてくれました。そんな周囲のサポートを受け止められるようになってからは、「私事」で周りに迷惑をかけるわけには、と助けを求めることに対して引け目を感じるこが減りました(図々しくなっただとも言っけています)。逆に、周囲に負担をかけずにサポートを求めるにはどうしたらよいか考えるようになりました。たとえば、

報連相(報告・連絡・相談)を意識し、会社のスケジュールに自分がすべき業務を書き込むだけで、急な退社や休みの際に代わりの対応を依頼しやすくなります。短期目標・中期目標を常日頃から設定し、1~2週間単位で実験スケジュールを作成しておけば、会社を絶対に休めないときのサポート依頼もできます。どれも社会人として当たり前のことですが、この当たり前のことを積み重ね、時には図々しく助けを求めるこが、出産後に減少した労働時間を補うこにつながりました。むしろ出産前よりも仕事効率は上がり、トータルでできるこは増えたように思っけています。周りに頼ってばかりで何を偉そうに！と思われられるかもしれませんが、「情けは人のためならず」という諺があるように、誰かをサポートした経験は必ず自分に還元されます。反対に、サポートされた個人の経験は必ず周囲に還元されます。こういった「情け」の循環が、子育て世代、女性研究者といった特定の対象だけでなく、労働環境全体の多様性を支える根幹になるのだと思っけています。

最後に、筆者が自省のために大事にしている話を紹介します。長男を出産後、思うような研究成果も出ずストレスの溜まる毎日を過ごしていたときに、保育園の保護者会でフリートーキングがありました。「子育ての悩み」のようなテーマで、参加者している父母が悩みを相談している中で、「ストレスはありません！」と言っけて切るお母さんがいて会場中に衝撃が走りました。話を聞くと、「本来はもっとな自由に過ごしていい年齢の子供に対して親の都合で無理を言っけているのだから、子供の我儘はしょうがない」とのことでした。溜まりに溜まったストレスが洗い流された瞬間でした。考えてみれば、未だ首も据わらないころから1日の半分、意識がある時間だけでいうならば8割以上は保育園で過ごし、親と一緒にいられる時間はわずかに3時間。そんな状況でも「ママ大好き！」と言っけてくれる子供たちに甘え、我儘を言っけてるのは親のほうです。筆者に対して最大の「情け」をかけてくれる心強いサポーターは我が子たち。いつかこの「情け」を子供たちに還元できるように頑張らなくではいけません。