

# 仕事と私事の交差点



## クリスティーヌ・ラスカム

沖縄科学技術大学院大学 (OIST)  
[904-0495] 沖縄県国頭郡恩納村字谷茶 1919-1  
教授, Ph.D.  
専門は Semiconducting Polymer  
<https://www.oist.jp/research/research-units/picpu>

「仕事と私事」について考えるとき、まず思い浮かぶのは、私がこれまでそのバランスをうまく取れてこなかったということだ。ポストドク時代までは、それが当たり前だと思っていた。実験をしていなかったり、論文を読んでいなかったりすると、罪悪感を抱いていた。職場の同僚が友人でもあり、サポートネットワークであったため、その働き方が可能だったのだと思う。

考えが大きく変わったのは、ワシントン大学に助教として着任したときだった。若くして採用され、女性教授も少なく、話し相手がいないと感じていた。孤独感から、学生時代に経験のあったエイトのボート競技を再開した。ボートは究極のチームスポーツで、動きの同期が求められ、心を落ち着かせてくれた。職場と無関係な友人たちと自由に話すことで、仕事上の悩みも大したことはないと思えるようになった。そして、そこで夫と出会った。

夫は「生きるために働く」タイプで、仕事を家庭に持ち込まない姿勢を貫いていた。彼は当時ボーイング社に勤めており、業務上の機密性から、自宅で仕事をすることはいっさい許されなかった。そのため、勤務時間中は全力で働き、終業後は完全に仕事から離れるという、メリハリのある生活を送っていた。その姿に影響を受け、私も少しずつ自宅ではメールを見ないようにし、仕事との距離を意識的に取るようになった。最初は効率が落ちるのではと心配もあったが、時間の制限があるからこそ集中力が高まり、結果的に生産性も上がった。とくに妊娠を機に、仕事と私生活の線引きをさらに意識するようになり、朝5時から仕事を始めて午後は家族と過ごす生活スタイルに切り替えた。限られた時間の中でも成果を出せることに自信をもてるようになった。

しかし、2020年のコロナ禍で、そのバランスは大き

く崩れた。ワシントン大学では厳しいガイドラインが導入され、一年半にわたり在宅勤務が続いた。最初の数カ月は、1歳と3歳の子どもの世話をしながら仕事をこなさなければならず、集中できる時間は断片的だった。保育園が再開してから短縮営業や厳しい健康チェックがあり、安定して預けられる状況ではなかった。物理的な空間も精神的な切り替えもままならず、仕事と私生活の境界は完全に曖昧になった。現在も、時差の影響で早朝や深夜に国際会議が入るなど、以前のような明確な線引きは難しいままだ。最近では、仕事と生活を統合する「ワークライフインテグレーション」という考え方も聞かれるが、私にとっては、分けていた頃の方がずっと健康的で生産的だったと感じている。その状態に戻ることを、今も目指しているところだ。

2021年9月、私たちは日本に移住した。子どもたちは現在、小学校1年生と2年生だ。家族全員で日本に戻り、日本の学校システムに適応するのは簡単ではなかった。私自身が日本で小学校に通っていたとき、学校で多文化的な背景をもつ生徒は私だけだった。時代が変わって、沖縄にいることもあって、子どもたちの学年には10人以上の国際的なバックグラウンドをもつ子どもたちがいる。それでも、教育のスタイルそのものはあまり変わっていないように感じる。この不確実な世界で、子どもたちをどう育てるべきか、日々考えている。

ワークライフバランスについて語りながら、子どもたちの話にまで広がってしまったが、それもまた自然な流れだと思う。人生とは、常に曲がりくねった旅路だ。私はまだその旅の途中にいて、どこに辿り着くのかもわからない。私たちは皆、ねじれたり曲がったりしながら成長していくポリマーのような存在だと感じている。