

「ありたい自分」でいるために

女性は結婚、妊娠、出産といったライフイベントにより、働き方・生き方の選択を迫られることが男性よりもずっと多い現状があります。近年では価値観も多様化し、女性自身が長期的なライフプランニングのイメージを明確に持つことが必要になってきています。しかし、「人生の想定外」、自分には関係ないと思っていませんか。

「想定外」は災害だけではありません。自分自身の想定外に立ち向かうためには、ライフステージ別に必要とされる知識や情報、支援先を知っているかどうか。そして、失敗を含めた「経験」をそれから先の人生に活かすことができるかどうかで変わってきます。

50代

60代

70代

キャリア維持段階

職場では責任ある立場となり、これから先の人生設計を立て直す折り返しの時期。経済的問題も見直す。

キャリア静動段階

職場引退後のセカンドライフ・キャリアを考えるのが新たな課題。自分のための時間を充実させたり、社会貢献も。

退職

家庭生活

子どもの独立



介護

孫誕生

孫育て

【想定外に立ち向かうために…「希望を持つ」「自分を信じる」ことを忘れない!】

仕事、子育て、人間関係、病気・・・生きていると想定外のことが沢山起こります。私はシングルマザー歴12年、独立して6年になりますが「想定外」の連続でした。今からもう一度「この12年間と同じことをやりなさい」と言われたら絶対に出来ません。こんなに苦しい思いをすると先に分かっていたら出来ません。

何故ここまでがんばってることが出来たか？それは「先が見えなかった」からです。「もう少しがんばれば何とかなるかもしれない」という希望を持つことが出来たのです。「先が見えなくてツライ」とおっしゃる方がいますが、「先が見えない」からこそ「夢」や「希望」を持つことが出来ると私は思っています。

「想定外」なことにぶつかった時には「希望を持つ」「自分を信じる」ことを忘れてはいけません。ピンチな時に「自分を信じる」ことが出来る様に、今から沢山チャレンジして、沢山失敗しておくことです。「あんなに沢山失敗しても今、生きてるじゃないか」そんな妙な自信が今の私を支えています。「モノ」は無くなっても「経験」は無くなることはないのですから。

この方にアドバイスをいただきました

キャリアカウンセラー

工藤 倫子 さん

Profile

化粧品メーカーに8年間勤務後、出産を機に専業主婦となる。

2004年キャリアカウンセラーという仕事に巡り会い、若年者の就職支援にかかわる。

2010年独立。キャリア教育、女性活躍推進、キャリアコンサルタントの育成を軸に全国で活動をしている。これまでにセミナー、カウンセリングで関わった人は5万人を越える。青森県出身。

(担当：伊藤 尚子)

10年後・20年後も「必要とされる」

想定外に立ち向かう 「チカラ」を身につけよう

20代

30代

40代

キャリア探索段階

教育・趣味・職業を通して、
自分の興味・関心や現実性から
キャリアが選択されていく。

キャリア確定段階

自分の能力を活かすことに関心
を持ち、これからどのように生
きたいか、キャリアを確立する
時期。ライフスタイルが多様化

Example

Tさんの
ライフイベント

就職



職業生活

結婚

妊娠・出産



育児

考えてみて!【こんなことが起きるかもしれない…】



働き方の選択

ケース1 仕事も家事も大切にしたいと考えたAさんは結婚と同時に**非正規雇用**(*1)を選択。しかし、その後**離婚**(*2)。経済的不安を抱えるAさんは、資格を取り、スキルアップのできる仕事への転職を考えています。



育児と仕事の両立

ケース2 2人目が欲しいCさん。育休取得(*3)によるキャリア形成への影響を考え、なかなか踏み切れません。夫に育休を取ってもらうことを相談中です。



介護と育児の二重苦

ケース3 仕事と育児との両立をこなすフルタイム勤務のDさんに義母が倒れたとの連絡が入りました。育児、介護の**ダブルケア**(*4)で、やむなく、パートへ勤務形態を変更しました。

【データで見るキーワード】

*1 収入差 211万円! 正規/非正規雇用

正規雇用とはフルタイムの雇用、非正規雇用とはパート、アルバイト、派遣社員、契約社員、嘱託社員、在宅ワーカーなど。賃金、福利厚生、キャリア形成などの面で正規雇用が有利。女性では、正規359万円、非正規148万円で年収差は211万円(H26 民間給与実態統計調査)。一方で、非正規雇用には自身のライフプランに合わせて仕事内容や時間、場所の選択が可能。

*2 30~34歳の離婚率は 8.47%

女性の離婚率は30~34歳で最も高く、8.47%(H26 国勢調査)。未婚率も年々増加しており、女性では25~29歳で60.3%、30~34歳で34.5%、35~39歳で23.1%(H22 国勢調査)。

*3 非正規雇用の出産に伴う離職率は9割

育児休暇取得率は、女性では本県 89.3%(全国平均 86.6%)、男性では0.7%(全国平均 2.3%)(H26)。一方、出産に伴う離職率も依然高く、正規雇用で7割、非正規では9割に達しているとの全国調査結果もある(H26 明治安田生活福祉研究所)。

*4 17万人の女性が育児&介護ダブルケア

就学前の子どもを「普段育児している」人で、さらに同居、別居を問わず親族などを「普段介護している」人。男性約8万人、女性約17万人、平均年齢39.7歳。8割が30~40代(H24 内閣府調査)。就学の子どもがいる家庭を含めると実態はさらに多い。ダブルケアになる前に働いていた男性の2.6%、女性の17.5%が離職。業務量や労働時間を減らした人も全体の17.9%。