

# 活動報告

## 平成27年度研修会&交流会報告

ライフサポート部 清川恵子

会員ライフサポート部  
活動報告  
職場環境を考える

第54報

平成27年7月4日、ウィリング横浜にて毎年恒例の研修会&交流会を開催いたしました。内容は「今こそ聞こう！ウィメンズヘルスとライフ・ワーク・バランス」という子育て世代が興味を持ちやすいテーマといたしました。また、今回の募集は会員のみならず、他の士会、非会員（有料）の参加を可能とすることで幅広く募り、必要としている人たちに聞いていただけるようにしました。参加者は17名（うち埼玉県士会1名）、託児室利用10名（0～9歳）でした。20～40代の女性が大半でしたが、パパPTの参加もあり、研修会後の交流会にはお子さんと一緒に参加してくださいました。研修会&交流会の様子と、さらに参加者全員よりアンケート記載をしていただきましたので、その結果をご報告させていただきます。ご参加およびご協力くださった皆様、お忙しいところ誠にありがとうございました。

### 【第一部】「ウィメンズヘルス」

講師：産後リハビリテーション研究会

代表 山崎愛美先生

妊娠・出産を中心にライフステージとホルモンバランスについてお話いただきました。妊娠初期・中期・後期における、妊婦の身体・心とその胎児についてそれぞれどんなことが起きているのかを詳細に教えていただきました。私は以前の職場で、部下に妊娠を告げられたとき、自分に経験がないために十分な対応ができず、退職を留まらせることができなかったことを思い出しました。もし、このお話を聞いていたら、自分の対応が変わっていたかもしれない、もっとかける言葉が違っていたかもしれないと思われました。

### 【第二部】「ライフ・ワーク・バランス」

講師：神戸国際大学／（一社）WiTHs

ワーク・ライフ・バランスコンサルタント

荒木智子先生

諸外国と比べた日本の現状、理学療法士の現状、そして、目標とする未来像までを語っていただきました。日本人は男女ともに性別分業意識が高い（妻より夫のほうが多く働いて多く稼ぐべき、介護や育児などの問題が起こったとき男性より女性が仕事をあきらめるべき、など）ということでした。その中で女性PTの離職率は3.25%（Dr25%、Nrs11%）と他の医療職と比べて低く、頑張り屋さんが多いのでは、というお話もありました。

また、「見える化」として、①24時間以内にあった良かったこと、②WORKとLIFEにおける理想の生活と現実、③WORKとLIFEにおける理想と現実のギャップおよび打開策を書き出す作業をしました。書き出して見える化し、それを全体でシェアし「何がどうなれば理想に近づけるか」を検討していくことが大切であるということを経験で教えて

くださいました。

.....●ランチ交流会●.....

講師の先生や当部の部員も参加者に交じっての交流会となりました。和室で各自お弁当を持参して行われました。子育てのことなど話せる機会がほとんどないパパPT同士で話が盛り上がっていたり、経験豊富な講師の先生へ女性PTが直接悩みを打ち明けていたりなどが見受けられました。また、お子さんが初めての場所でも緊張することなく、一緒にお昼を食べることができたとのことで、とてもご好評をいただきました。



### 【アンケート結果 ～自由記載を中心に～】

◆研修会の内容はお役に立ちそうですか  
非常にor少し役立ちそう...17名/17名中

◆研修会への意見

- やっぱりもう一人、子どもが欲しいと思いました！！
- actionを起こしていく勇気と希望をいただきました。
- しっかりと将来を考えられる時間となりました。
- 日々の業務で疲れきっていたが、リフレッシュになった。
- 見える化、書く作業がすごくよかったです。