

【シンポジストより】

児童相談所で「楽」を探す

高梨 翔太 (岩手県福祉総合相談センター)

児童相談所(以下、児相)は、一見「楽」という言葉からは対極にあるように思われる。なぜならば、家族が「楽」な状態にあるならば児相は介入する必要がないためである。平成30年度、全国の児相で扱われた児童虐待相談対応件数は15万件を超えた。これは平成29年度比で19.5%(およそ2万6000件)の増加であり、統計開始以来最多件数を塗り替えることとなった。残念なことに、その勢いに歯止めがかかる様子はない。さらに、児童相談所が対応する問題は虐待に限らず、児童による家庭内暴力や家出といった問題への対応、療育手帳の判定など多岐にわたり、業務も膨大である。そのような状況を鑑みるに、児相に勤務する職員も「楽」から遠い存在であるといえるだろう。しかしながら、児相には「楽」がないのかというところではない。ただし一般に想像されるような「楽」ではなく、相談者の「楽」の度合いを有意差のないレベルでも上昇させるという、いわば『相対的楽』である。そのような小さな「楽」を、当事者はもちろん、様々な関係者とともにつくることが児相職員のやりがいであると感じている。

余談であるが、2019年～2028年のいわて県民計画の基本目標には「幸福」という言葉が含まれている。「幸福」の概念には「楽」も包含されるだろう。岩手に関係する人々が互いの「幸福」を守り育てる「希望郷いわて」が実現することを願ってやまない。

私なりの「楽」について

伊藤 あかり (株式会社北日本銀行 宮古支店)

お客様との何気ない会話は私を楽しんでいると感じさせるささやかな瞬間であるが、仕事の中で「楽」と感じられるときというのはそうそうあるものではないと感じている。私の場合、新しい業務を担当するようになって1ヶ月が経過したが、まだまだ分からないことだらけで日々ストレスを感じるし、お客様や職場の先輩に迷惑をかけているな、と申し訳ない気持ちになる。

このような現状の中で、明日も頑張ろうと思えるように私が日々実践しているのは、ウォーキングである。始めたきっかけは、仕事柄デスクワークが多いため、体を動かさなければ、と危機感を持ったからであった。帰宅後、好きな音楽を聴きながら、約40分歩いている。疲労を感じるのかと思いきや、気分転換になり、気持ちがスッと楽になる。適度な運動は、心の健康にも効果があるようだ。

また、職場の同期や先輩と飲みに行き、日頃の悩みなどを共有する時間も必要だ。過去の経験談を聞き、自分だけが悩んでいるわけではない、誰もが通る道なんだと感じさせてくれ、(お酒が入っていることもあり)気持ちが楽になる。

私自身仕事上で「楽」と感じる機会はまだまだ少ないが、「楽」を感じる瞬間がないと生きていけない。だからこそ日常で「楽」と感じられるような工夫が必要なのだと思う。