

メンタルヘルス通信

<第61号>

2017年11月1日
香川県教育委員会事務局
健康福利課

どうして大人になると働かないといけないの？

秋の長雨と季節外れの台風で、すっきりしないお天気が続いていましたが、気がつけば11月。季節は確実に冬へと向かっているようです。今年もあと2ヶ月と思うと、月日が経つ早さを思わずにはいられません。若い頃、人生の諸先輩方からは「歳をとっていくうちに、だんだん1年が短く感じるようになる」と言われたのを思い出します。私もそれだけ歳を重ねてきたということなのかもしれませんが、みなさんはどのように感じておられるのでしょうか？



働き方を見直そうとする機運の高まり

さて今月は祝日が2日あります。そのうち23日は勤労感謝の日です。広辞苑によると『勤労を尊び、生産を祝い、国民がたがいに感謝しあうとする日』とあります。昨今、過重労働や長時間労働が、社会的な関心事としてマスコミなどでも取り上げられるようになり、かつてないほど働くことへの関心が広まっているのを感じます。

何のために働くのか？

働くというと、若い頃、どうして大人は毎朝仕事に出かけていくのか常々疑問でした。やがて大きくなるにつれ、『働かざる者食うべからず』という諺（ことわざ）にもあるように、食べるためには働かなくては行けないと理解するようになりました。しかしその一方で、それだけの理由で、大人になれば無数にある職業の中から職業選択をし、しかもその職業にその後の人生を委ねなくてはならないと思うと、大人になるということは、ある意味ではとても恐ろしいことのような気がしてなりません。それから何十年か経ち、今、メンタルヘルスの仕事をするようになりました。前述したような労働問題に社会的な注目が集まり、働き方改革も進もうとする中、働くことの意味についても考えることが増えてきました。それはまるで「どうして大人になると働かないといけないの」という若い頃の疑問が、時間を越えて再び私の前に突きつけられたようでもありました。



働くことの意味や理由を自らに問う

子どもの頃、週末（当時は土曜日）の夜になると、翌日の予定など何もないにもかかわらず、わくわくした気分を止められずにいたのを覚えています。かつてCMで“日本を休もう”というコピーがTVから流れていました。これは企業の戦略的な意味合いが濃いものではありませんが、それでも「休むこと」をプラスに転換して捉えようとする意味では、現代にも通用するコピーではなかったかと思えます。

働き方についても、「何のために働くか」という原点に立ち返り、どのように休むかも含めて考えていく必要があるのではないのでしょうか。その際、子どものような純粋さで「どうして大人になると働かないといけないの」と自問することから始めてみるのも、あながち見当外れではない気がします。なぜなら、本来、働く意味や理由というのは人それぞれなのですから。



臨床心理士 溝口盛治

