



院長 山岡 薫 先生
秋田市千秋矢留町6-30
トーカンマンション千秋庵1階

プロフィール

出身：にかほ市象潟町
家族：妻・長女・長男
●あきた木木遊び隊 隊長
●ファザーリングジャパン会員
●ワークライフバランス
コンサルタント

テーマ 人生100年時代における 本当の「働き方改革」

クローバーデンタルの山岡院長と一緒に、
仕事(ワーク)と日々の暮らし(ライフ)のバラン
スについて考える連載。今回は、余暇を自己
研さんのための学習、セミナー参加、副業など
に有効活用するメリットについてアドバイスを
いただきました。

CLOVER
DENTALの

ママのための ライフコラム

vol.13

ママファミ編集部(以下ママ)

新型コロナウイルスの感染拡大は
ものすごいですね。子育て中のママ
も家庭内で感染が広がらないように
工夫しているようです。テレワーク
を活用しながら、仕事を継続してい
る人も多いように思います。

山岡院長(以下山岡)

コロナ禍で仕事や家庭での生活環
境が大きく変わりましたね。健康が
危ぶまれるなかで、普段通りに暮ら
すことができないものどかしさもあり
ますが、例えば「夫の帰宅が早くなっ
た」「在宅勤務により、子育てを分
担できる」などのメリットも見えて
きたと思います。

ママ 以前はワンオペが多かった育
児も、夫婦や家族で行う時間が増え
たように思います。ただ、夫の外食
がなくなった分、増えた家事もあり
ますけどね(笑)。

山岡 そうですね(笑)。確かに働
き方改革も大きく進みましたね。勤
務時間の短縮、残業の減少、在宅勤
務、有給の消化、育児の取得、週休
3日制など、2年前には無理だと言
われていたことが一気に加速しまし
た。

ママ 私たち女性にとっては、働きや
すい環境が整うことはとてもありがた
いです。育児や介護をしながらも、仕
事を続けられることは、長い人生を考
える大事なことだと思っています。

山岡 人生100年時代ですからね。子
育てがひと段落した頃に、女性が復
職を目指しても、難しい面もありま

すので、仕事し続けられるというこ
とは大事なことです。

ママ ただちょっと気になることが
2つあります。1つめは、残業が無
くなることや休暇が増えることで手
取り額が減ることです。仕事がある
だけよいのですが、2つめは休み
が増えても、時間を上手に使えない
ことです。休校や休園になると、子
どもと過ごす時間が増えるのはよい
のですが、時間を有意義に使いこな
せず、持て余す時間も増えるとい
うことです。

山岡 忙しいときには休みが欲しい
と思うのに、自宅待機などで休みが
増えると、どうしたらいいかわから
なくなりそうです。週に3日も休みが
あると、余暇や生活に使うお金も増
えるので、切実な問題ですね。本来
は、長時間労働の是正を目的に働き
方改革が進められてきましたが、現
在では、生活環境の多様性(育児、
介護、教育、看護、自己研さんな
ど)に対しても有用と考えられてい
ます。

ママ 私は子育て世代なので育児と
仕事のバランスが大切ですが、子育
てに限らず、みんなそれぞれの環境
において働き方改革が大事ですね。

山岡 もし、育児、介護、看護など
の必要がない方でも、余暇をレクリ
エーションと捉え「リ・クリエー
ション(再創造)する時間」と捉え
る大切さを、ライフシフトでは提唱
しています。余暇に自己研さんのた
めの学習やセミナー参加をするなど、

時間を有効活用できますね。同時に、
休日などの時間を利用した副業とい
う概念も必要ですね。

ママ もう1つ仕事をするというこ
とですか？ あまり考えたことはな
いのですが。

山岡 今まではそうですね。1つの
仕事で定年まで働くことが当たり前
の時代でした。これからは人口減少
していくなかで、確実に働く人口が
少なくなりそうです。人口が減るのに、
働く時間や日数を少なくするという
一見矛盾するような政策と捉えられ
ますが、多様性という概念が鍵とな
ります。同じ職場内では、属人化さ
せず、誰かが休むときには、誰かが
補う体制が仕組みとして大切でし
家庭内での家事分担も、夫婦で補う
点で同じことが言えます。人が少な
くなった分、互いが協力して生産性
を向上させ、相乗効果を生み出すこ
とで、人手不足を補うという概念が、
働き方改革の根底にあるのではない
かと考えています。

ママ 単に、働きやすくなるだけで
はないのです。

山岡 次世代の子どもの時代は、
人口減少の影響が現実となります。
さまざまな負担も大きくなるでしょ
う。そのためには、我々の世代が、
働き方改革の恩恵に預かるだけで
なく、時間をうまく活用することで、
少しでも次世代の手本となることが
大切だと考えています。

例えば、週に4日働く仕事だとす
れば、残り3日はほかの職場で働く

求人情報

一緒に成長するパートナーを募集しています！

- 完全週休2日制 ○有給消化率58.8%
- ワーク・ライフバランス手当最大2万円
(通勤時間によって変動。定時に帰ることにより手当が増えます)
- 賞与2回支給(2021年度実績)
- 報奨金(月1回)、大入り(週1回)制度あり
- 2022年確定給付型企業年金導入予定

※2022年2月現在のスタッフ数 歯科医師1名、看護師&TC1名、歯科衛生士7名
歯科助手4名、受付3名、歯科技工士1名、管理栄養士1名、保育士2名、サブライ3名、事務1名 計24名

スタッフは
17:30までに退勤
しております。



詳しくは
採用HPへ

※「ライフ・シフト100年時代の人生
戦略」リンダ・グラットン、アンド
リュウ・スコット著

ことも可能となります。休みが無い
ですけどね(笑)。ちなみに当院の
スタッフは副業をしている人もいた
り、セミナーに参加するために有
給を利用したりしていますよ。

ママ なるほど、私もお休みの日は
有効活用できるように準備するこ
ろから始めてみます。まずは、読書
のために本を買いに行こうかな！