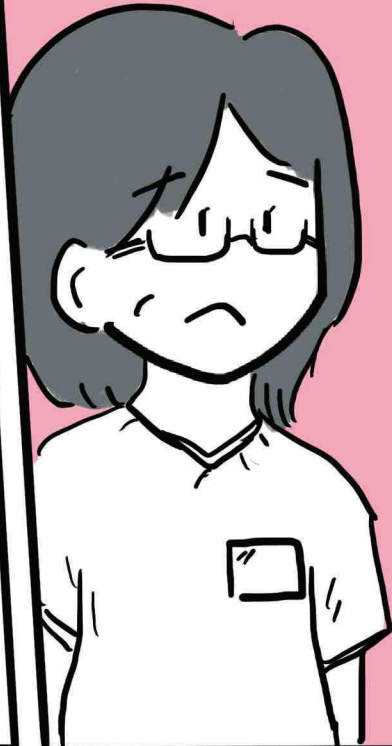


いきいきと働ける職場のために

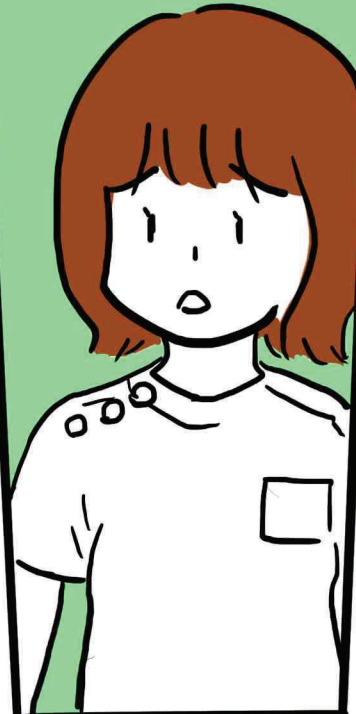
みんなが気持ちよく働けるよう
部内改革が必要だろな



悩んでいる後輩に
私の経験から何か
アドバイスも
してあげたい



熱があるって
保育園から連絡が
きた。今日と明日の
勤務どうしよう...



1週間くらい
介護のために
休暇をとりたい...



いざれば私も
育児かあ...。
夫婦で協力
できるかな。



保育園のお迎えがあるから早く帰りたい



子どもの病気で休んでばかり... 迷惑がられる?



上司は前例がないからと介護休暇取得に理解がない



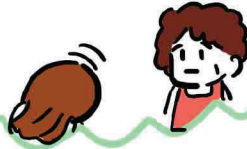
後輩は産休育休には寛容なのに介護の大変さはわかってくれない



夜泣きがひどくて睡眠不足



実家に頼りきり申し訳ない...



通院や役所の手続きは平日... 「また休み?」って言われそう



遠方に住む親の介護

介護の時間

通う時間

7979

家事も育児も全部私? 育休は終わったのに



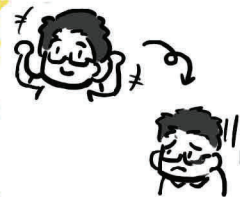
子育てしてない同僚はキャリアを積み重ねてる。自分だけ取り残されてるみたい...



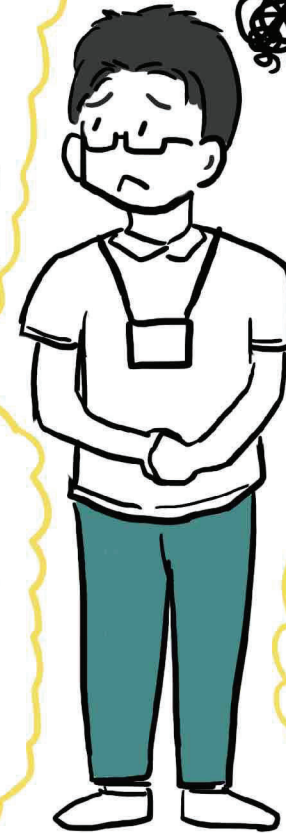
同僚が新しいこと知っていると不安になる... ついていけるかなあ



育休の時は体力あったけど今は心配



介護をめぐって親や兄弟とイサカイに...



育児休暇から復帰したST

介護をしながら働く中堅ST

育児&介護
共通の悩み

① 休みが急に必要になる、早く帰らなきゃいけない

若手が多い職場は介護休業制度は知られてないかも。まずは**周知が大事**。仕事と育児/介護の両立について研修テーマに提案するのもいいね。



介護
大変そう



親との
関係性

社会資源を活用しよう!

公的/民間サービスがいろいろあります。

例えば

病児保育/ファミリーサポート/通所施設/
デイケア/デイサービス/訪問看護/自費のヘルパー
ベビーシッター/家事代行など

事前に、調べて登録しておくともよいかも。



育児も介護も急に休みが必要になるのは仕方ないよね。周囲にとって「**突然**」にならないよう準備しておこう

家族が具合悪くなりそうな時は早めにそれを伝えたり、日ごるからまめに伝達内容の更新だね。



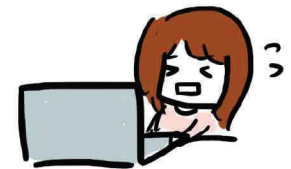
申し送り



フォロー
しておくこと



子どもの体調不良や不慣れな仕事で大変なのは育休復帰1年目かも…。



でも、育休中も有休は付与されているから、復帰1年目は**休暇が最も多い時期**なのですよ!

育児&介護
共通の悩み

2 キャリア形成が心配

学ぶ機会はいくらもあります。たくさん出版されている専門テキストやST協会会員に届く『言語聴覚研究』をみてください



協会編集のマニュアルは臨床以外の業務もサポートしていて参考になりますよ!



参加しやすいオンライン講習会も増えています。

ST協会/都道府県士会のオンライン講習会をチェックし、知識・情報をアップデート!



育児、介護の経験は臨床や管理業務に役立ちます。

国家資格の強みを活かせば自分のライフプランに合った職場/配置転換も可能です。



あなたならではのキャリア形成を!!

育児&介護
共通の悩み

3 体力が続かない

介護も育児も体力維持は大事
効率よく休みをとろう

家族の協力や社会資源を利用して自分をリフレッシュする時間をもつことを忘れずに



昼休憩に短い昼寝



移動時間に少し休む



育児&介護
共通の悩み

4 家族関係が大変!

家族のための努力が報われなくてつらいこともありますね。そういう時は、仕事が気分転換や家事/育児から離れる時間になって、ストレス解消になる場合もありますよ。



男性も育児休暇、介護休暇を取得する時代です。家族で互いに支え協力しましょう



みんなぞ
働きやすい職場を

同僚
ST

お互い
サポート

職場

一緒に対策

ST Level Up!



経験

家族

うまく役割分担

よくわかる

心配

まかせて!



都道府
県士会

講習会
あります



育児



介護



利用に
安心を

社会
資源

最新・専門
情報

日本語
聴覚士
協会

先輩から!!!



若手ST

あこで
働きたい!!



学生

“働きやすい職場”を
一緒に考えて
いきます!