

働くことに悩んでいる若者へ、会社の“常識”に縛られるのは、もうやめよう。
「幸せになるために働く」方法が分かる一冊

『働くのがつらいのは君のせいじゃない。』 すり減る毎日が変わるシンプルな考え方

(著者)佐々木 常夫

(価格)1200 円＋税 (発売日)2018 年 1 月 6 日 (出版元)ビジネス社

株式会社ビジネス社(東京都新宿区 代表取締役:唐津隆)は、新刊書籍『働くのがつらいのは君のせいじゃない。』を 2018 年 1 月 6 日に発売いたしました。ぜひ、貴メディアにてご紹介いただけますと幸いです。

◆会社の“常識”に縛られるのは、もうやめよう。

昨今、若者の過労死が相次いでいます。本来なら幸せになるために取り組む仕事、人々を過労死という不幸に追いやっています。このような矛盾が起こるのは、「働くということに対して、多くの人が誤解を抱いているからに他ならない」と著者の佐々木常夫氏は力説します。

佐々木氏は長い会社勤めや、その後の講演活動などを通じて、働く人々の様々な悩みに耳を傾けてきました。その中で、会社や組織に対する漠然とした「思い込み」や「先入観」が、彼らを苦しめていると気づきました。その呪縛から放たれ、上司や仕事への正しい向き合い方を理解すれば「幸せになるために働く」という本来の働き方が可能になると佐々木氏は語ります。

本書は、組織で働く若い人々に向けて、人生を守る「救命策」を伝えたいという著者の熱い想いから生まれました。佐々木氏は、サラリーマン時代に妻の深刻なうつ病と度重なる自殺未遂に悩み苦しんできましたが、苦しむ妻の心に寄り添い、また妻も心の内を素直に明かし、お互いを理解し合うことの大切さにやっと気づいて、「病との戦い」という長いトンネルを抜けることができました。一方、妻の心に長い間気づいてあげられなかった反省と自戒から、度重なる過労死事件に対しては、「誰かを頼って相談してほしい。つらそうな人を見たらひと声かけてほしい」という強い想いを持っています。

内容は、つらい気持ちを抱きながら働く若者に寄り添いつつ、彼らが解決方法を見いだせる実践的なものとなっています。著者が長年のビジネスマン人生から得た経験をもとに、上司の対応を変えるコツや、仕事の負担を軽くする知恵、ものの見方、考え方などをわかりやすくシンプルに、若者にとって身近なケーススタディを取り入れながら紹介しています。「信頼している人に相談し、つらい心が軽くなり、進むべき方向性が見えてくる」、本書を読むことでまるでそんな体験ができることを意図して作りました。また、「つらい思いをしている人の気持ち」に寄り添うためのヒントにもなります。悩みを軽くし、働くことへの希望を取り戻す一助になる、そんな新年にふさわしい1冊の登場です。



【著者】佐々木常夫(ささき・つねお)

1944年、秋田市生まれ。1969年、東京大学経済学部卒業、同年東レ入社。自閉症の長男に続き、年子の次男、年子の長女が誕生。初めて課長に就任した時、妻が肝臓病に罹患。うつ病も併発し、入退院を繰り返す(現在は完治)。すべての育児・家事・看病をこなすために、毎日18時に退社する必要に迫られる。そこで、課長職の本質を追究して、「最短距離」で「最大の成果」を生み出すマネジメントを編み出し、数々の大事業を成功に導く。

【著者からのメッセージ】

昨今、若い人々の痛ましい過労死が相次いでいます。悲痛なつづやきを残して命を絶った電通の女子新入社員。「身も心も限界」という遺書を残して逝った23歳の建設現場監督。携帯電話を握ったまま心不全で亡くなった31歳のNHK女性記者。優秀で真面目で、やる気に溢れ、前途洋々だった彼・彼女たちが、なぜ仕事のせいで命を落とさなければならなかったのか。考えるだけで胸が痛みます。一体なぜ、こんな不幸な出来事が起きるのでしょうか。人を死に追いやる「仕事」とは、一体なんなのでしょう。私は長年のビジネスマン人生を通じて、「働くことの何たるか」を学ぶことができました。そのなかで私は次のような確信を得るに至りました。

「働くとは、自らを磨き、成長させて、達成感や充足感を得ること」

「人は、仕事を通じて人や社会に貢献することで、金銭や地位のみならず、信頼ややりがいを得て、幸せな人生を送ることができる」

つまり、私たちは本来、「幸せになるために」働いているはずなのです。ところが、現実には「幸せ」はおろか、仕事のために命を落とすといつてもない不幸が起きています。このような矛盾が起きるのは、そもそも「働く」ということに対して、多くの方が誤解を抱き、会社や組織というものに対する思い込みや先入観があるからだと考えます。同時に、仕事への正しい向き合い方を理解すれば、「幸せになるために働く」ことが可能になるのです。

本書は、「働くことに悩んでいる若者」に向けて、彼らが少しでも苦しみを少しでも軽くし、働くことへの希望を取り戻すことができたかと願って書き上げました。一人でも多くの方が「幸せになるために働く」という本来の働き方を実現できるように願っています。



【本書の構成】

- 第1章 自分を責めるのは、もうやめよう。～「人は人、私は私」へのシフトチェンジ～
- 第2章 余計な「思い込み」にサヨナラしよう。～ムリせず、ありのままでいればいい～
- 第3章 働き方をシンプルに変えていこう。～人間関係が楽になる「がんばりすぎない」仕事のコツ～
- 第4章 人生の時間割をリセットしよう。～「会社以外」の世界のほうが、あまりにも広い～
- 最終章 家族を失いかけて初めてわかったこと～自分自身を愛することが、幸せへの第一歩～

【本書の挿絵について】

各章の初めに添えられた5枚の挿絵は20代のイラストレーター亀岡桃花さんによるもので、各章のタイトルのテーマに沿った作品が描かれています。彼女の同世代の友人たちの中には、辛い思いをして働いている人もいるそうで、彼らのことを想像しながら、「絵を見て、辛い気持ちの人たちが仕事に対して希望を抱いてもらえたら」、という願いを込めて描かれました。それぞれの挿絵は、生き生きと働く若者たちの様子が爽やかに、躍動感あふれる形で描かれており、「新しい時代の働き方」を感じさせる希望に溢れるものに仕上がりました。



【お問い合わせ先】

株式会社ビジネス社 広報担当: 松矢

〒162-0805 東京都新宿区矢来町114番地 神楽坂高橋ビル5F

E-mail : matsuyapress@gmail.com 携帯: 09072611982 TEL03-5227-1602 / FAX 03-52271603

著者への取材、企画ご協力、読者プレゼントご対応も承ります。