

0:00 I think [it's very difficult for modern women].
(0:00)
<0:00> 私は思います [それは現代の女性たちには非常に難しい]。

0:02 I think [[we've all – (we and our grandmothers and mothers) – fought for so long [to give us
(0:03)
<0:04> equal rights] (in all sorts of avenues)] and [(in a way) they have given us all these
opportunities]],/ but actually it has come with a huge sense of hardship as well [because
[we are expected [to be able to do everything]] and [we are expected [to be great wives, raise
great children, look after our beautiful home, work, get our bodies back, and be happy]]].
私は思います [[私たちはみな – (私たちと私たちの祖母や母たち) – 長い間戦ってきました
[私たちに平等の権利を与えるために] (ありとあらゆる方法で) そして [(ある意味) 彼女たち
は私たちにあらゆるチャンスを与えてくれました]], /しかし実際にはそれは非常に大きな困難
を伴いました [なぜならば [私たちは期待されたからです [万能であることを]] そして [私た
ちは期待されたからです [良妻であり、素晴らしい子供たちを育て、美しい家庭を維持し、働
き、若さを取り戻し、幸福であることを]]]。

0:35 So, it's all great, /but it is a struggle and I find that [(with everyone) and I don't think
(0:46)
<1:06> [I've necessarily got the balance right]].
すべて素晴らしいことです。/しかし、それは苦痛です。そして、私は気が付きました。[(みんな
と同様) 私は思っていないのです [私は必ずしも適切なバランスを保っていないことに]]。

0:43 (You know), [if any woman out there holds the key], then please share it (with us all).
(0:58)
<1:24> [もし、鍵を握っている女性がどこかにいたら]、それを共有してください (私たちすべてと)。

0:47 I think, (for me), [I'm just trying to do my best and you do find that [sometimes you're
(1:03)
<1:34> dropping balls]].
私は思います (私にとって) [私はベストをつくそうとしているだけです。そして、あなたは見
つけるのです [あなたがときに失敗することを]]。

0:55 My primary focus will always be my children.
(1:13)
<1:48> 私の第一の関心は常に子供たちにあります。

0:57 I can't let them down and they are so addictive (for me).
(1:16)
<1:54> 私は彼らをはがっかりさせられないし、(私は) 彼らに夢中です。

1:02 So, I think (in terms of what's the key to balance for me), [something has got to give].
(1:23)
<2:00> ですから、私は思います (私にとってバランスを保つ鍵とは)、[何かを譲歩しなければならない
ということです]。

1:09 My socializing (since I've gone back to work) has definitely suffered, /but you can't have
(1:32)
<2:14> it all.
私の社会的付き合いは (仕事に戻った後の) 確かに苦しかった。/しかし、すべてを手に入れる
ことはできないのです。

1:15 (In life), you cannot have it all and I need my sleep and it's important (to me) (to be there (for my children)).

(1:40)
<2:25>

(人生では) すべてを手に入れることはできません。私は睡眠を必要とします。重要なのは (私にとって) (そこにいることです (子供たちのために))。

1:23 (You know), you have to say no (to certain invitations), (to certain things).

(1:50)
<2:38>

あなたはノーと言わなければなりません (特定の招待に対して)、(特定の事柄に対して)。

1:30 (Right now), my life feels (in balance).

(1:59)
<2:50>

(現時点では)、私の生活は (バランスが取れている) と感じます。

1:31 I'm happy (with it) and I take my children (with me) (to a lot of things).

(2:02)
<2:58>

私は満足しています (それに)、そして私は子供たちを連れていきます (私といっしょに) (さまざまなものへ)。

1:36 My eldest, (who is seven), is now getting (to an age) (where, (you know), he is almost ready to come to events).

(2:09)
<3:07>

一番上の子は (7 歳ですが) 現在 (年頃に) なってきました (いろいろなイベントに参加する準備のほとんど整った)。

1:43 So, it's good (to be able to do) – and you are interviewing me (at home).

(2:17)
<3:16>

ですから、(できるということは) いいことです – そして、あなたは私をインタビューしています (私の自宅で)。

1:46 I'm lucky (to be able to do (as much as I can) (while I'm at home)).

(2:22)
<3:24>

私は幸運です (することができて (私ができる限りのことを) (自宅にいながらにして))。

END Shona Hampel (5) Work Life Balance について