

むさしのヒューマン・  
ネットワークセンターだより



SOYOKAZE

# そよ風

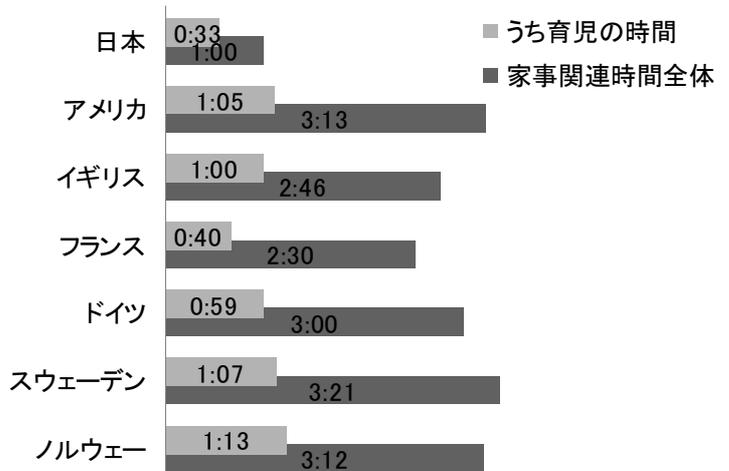
Vol.43

2012年 11月25日

### Contents

- トピックス【産後クライシス】 ..... ①
- グラフ「育児期にある夫の1日あたりの家事、育児時間の国際比較」 ..... ①
- 講座開催報告(7月～9月) ..... ②
- きらり！このひと ..... ③
- 講座報告、これから行う講座 ..... ④
- 運営協議会活動報告、選書会議 ..... ⑤
- 新着図書紹介・各種利用案内 ..... ⑥

### 【育児期にある夫の1日あたりの家事、育児時間の国際比較】



(平成23年社会生活基本調査)

## トピックス 【産後クライシス】 (crisis)

産後crisisとは「夫婦の危機」とも言い、出産や育児によって夫婦関係が悪くなり、離婚に至ることもある現象のことをさします。これまで「産後ブルー」「産後ノイローゼ」という言葉で表わされていましたが、育児への夫のかかわりも含め、総称して最近では「産後クライシス」と言うようになりました。

妊娠・出産を迎えると、周りの人からは幸せそうに見えても、母体はホルモンバランスの変化もあって心身に大きく影響を受けるため、ときには出産後「うつ」を発症することがあります。いわゆる『産後うつ』です。その場合は、早目に受診することが必要で、治療をせず悪化させてしまうと、児童虐待に至る危険も出てくると言われています。

新生児は昼夜1～3時間おきの授乳やおむつ替えなどがあり、妻はゆっくり休めません。産後は赤ちゃんの世話だけでも大変です。その上家事をこなし、上の子の世話があたりもします。この時期はとくに夫や周囲のサポートが必要で、それがあなしではその後の夫婦の愛情関係が変わってくるといえます。

妻にとってはそれまで大好きな彼だったり、愛する

夫だったりした関係から、産後は子どもだけに関心が傾いて「がんばる母親」へと変化していくことも多いとのことです。

夫は妻の気持ちや話を聞いてねぎらい、父親としての自覚をもって育児に関わる努力が大切です。学歴や職業、収入に関係なく「子どもの乳児期における夫の育児参加」が妻の夫に対する愛情や信頼につながるという調査結果も報告されています。

どのような家庭を築き、どのような父・母になるか今一度考え、夫婦間の意識の差を埋めて、協力しながら家庭を築いていくことが大切です。しかし現実には、日本の6歳未満の子をもつ夫の関わる育児・家事時間は諸外国と比べて極端に少ないことがわかります。(上表)

また「産後クライシス」で夫婦関係が悪くなると、子どもが成人しても、妻の側には「育児に非協力だった」という思いが強く残り、夫との溝がで、それがあとあとまで続いてしまうようです。

産前産後の夫のかかわりがクライシス回避の分岐点になるとも言えます。

## 講座開催報告(7月～9月)

### 産む・産まない・産めない ～生殖技術は進歩したけれど

日程：平成24年7月7日(土) 午後1:30～4:00  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
講師：白井千晶さん / 早稲田大学他講師



社会には、女性は子どもを産んで当たり前…という暗黙の規範があります。何らかの理由で産みたくても「産めない」人は、どうなるのでしょうか。夫婦に性行為があっても、2年間子どもができないと、医学上「不妊」とされるそうです。そして夫婦の7組に1組は不妊で、推計で46万人余が不妊治療を受けているとのことです。

また、不妊治療には高額のコストがかかるので、治療しながら働き続ける女性が多いとも言われます。治療していることを、上司や同僚に伝えている人は少なく、たとえ伝えていても職場の理解が得られないと、仕事と治療の両立は難しいようです。良かれと思って配転・転職しても不妊治療が成功して子どもを持てるとは限りません。

経済的理由から仕事は辞めず、治療の回数を減らしたり、治療方針や方法を変更したり、あるいは夜間や休日を利用して遠方の病院で受診する例もあると言います。しかも努力しても思うようにならない挫折感や、欠勤や休職をすると何か大きな失敗をしたのではないかと詮索されたりして、うつ病にいたるケースもあるとのことです。

しかし企業によっては、適切な労務管理をしている所もあり、中堅社員の退職は会社の損失と考え、次世代育成支援企業として、その取り組みが表彰されている例もあります。女性が働き続けるということが困難な日本、一度退職したらキャリアが活かされにくい日本、そして安心して子育てしにくい日本の、この背景には何かあるのでしょうか。

不妊は夫婦両方に原因がありますが、苦しむのは女性であり、治療の過程では夫婦関係がギクシャクしてきたり、双方の両親からは「つくらないのか、できないのか」と問い詰められたりすると、心理的な負担が大きくなり、なかには自殺するケースもあるとか…。

白井さんの著書『不妊を語る—19人のライフストーリー』(海鳴社 2012)に登場している事例からも、産みたくても産めない人を取り巻く「周囲の人々」の言動から、私たちの社会は本当に多様性を認めるものになっているのかと考えさせられます。

講座当日は、「私は不妊です」と初めて口にしたり、治療を諦めて不妊に苦しむ人のカウンセリングを始めたという人もいました。私たちはなぜ子どもを産むのか、夫婦には子どもがいて当たり前なのか、子どもがいない夫婦は「寂しい」のか、「産む・産まない・産めない」をめぐるのは、だれにでも問いが向けられている問題であることを、改めて認識する機会となりました。(S)

### 気持ちをラクにするコミュニケーション —夫やママ友と交わすイイ会話

日程：平成24年7月5日～19日(毎週木曜日・全3回)  
午前10:00～12:00  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
講師：坂本照子さん  
NPO法人ウィメンズ・サポートオフィス連代表理事

自分が大切に思う人との、率直でさわやかなコミュニケーションができるよう、今年度もアサーティブ・トレーニング(AT)の講座を実施しました。アサーティブとは、相手の気持ちや考えを尊重しながら、自分の気持ちや考えを率直に伝えるコミュニケーション方法のことです。

まずは基本的な考え方や技法を学び、参加者同士で話し合いながら、具体的な事例をもとにロールプレイで場面を再現し、トレーニングを重ねました。参加者はトレーニングで、自分の本当の気持ちを伝えることができたときには、表情や態度がイキイキとし、すっきりしている様子が見られました。周りで見守っている人もその変化を目の当たりにして、自分の思いにフタをせず素直に表現することの大切さを実感していました。

すっきりしました。今後は相手の言うことも聞きながら、「私はこう思う」と自分の気持ちをはっきりと伝えていきたいです。

苦手な人にも自分の気持ちを言うことで、関係性が変わるという言葉がとても心に残りました。言わないでいて関係性が悪くなるよりも、少しでも自分の気持ちを伝えて関係性を変えていけたらと思いました。

実践的、具体的で大変勉強になりました。言い足りなくてモヤモヤが残ってしまうことがありますが、「全部言う」こと、「本当はどうしたいのか」を、これから意識して取り入れていきたいと思いました。

受講者の感想(一部)紹介



私は、NPO法人Fine（不妊当事者のセルフサポート団体）においてカウンセリングを行うかわら、キャリアカウンセラーとして、不妊当事者へのキャリアサポートの場をつくることを目指し活動しております。私自身、不妊治療と仕事の両立に大変悩み、退職した経験から、不妊とキャリア（いわゆる仕事面だけではなく生き方そのもの）の関係について関心をもったことが、今の活動につながっています。

この講座に参加したのは、講師の白井千晶さんと個人的に交流させていただきながらも、なかなかじっくりご講義を聴く機会がなく、多くの不妊体験者からのヒアリングをもとに研究されているお話をぜひ伺いたいと思ったからでした。

近頃不妊や不妊治療に関しては、夫婦の10組に1組、もしくは7組に1組が関わるとされ、たびたび報道番組等で取り上げられています。しかし、生殖に関わる医療とはどういうものなのか、それが女性の生き方にどのような影響を起し得るのかという点について、当事者やそれ以外の双方で共有できる場は、残念ながら少ないと感じています。

今回の講座は、そのような機会としてもとても

貴重なものでした。講座にはテーマに関心をお持ちの様々な方が参加され、最後の意見交換により、講座がより有意義な時間になったと感じています。

講座では、白井さんの著書「不妊を語る～19人のライフストーリー」に基づきながら、不妊治療を経験した女性の様々なケースが紹介されました。また、自らの不妊を当事者はどのように捉えているのかについての詳細なデータは、不妊の心理を考える上で大変わかりやすく、興味深いものでした。

「不妊」は、医療面や倫理面の問題として取り上げられることが多い話題ですが、その背景には様々な課題が隠れています。女性のキャリア（生き方）の問題。養子縁組や里親制度との関わり。多様な生き方が選べるようで、実のところ「何かをあきらめたり、悩んだりしなくては産めない、働けない」、そんな女性の状況が背景にあります。不妊当事者が人生の一時期をブランクにせず、じっくり自分らしい生き方を考えることができる、そんなキャリアサポートの場が必要です。

今回の講座は、女性の生き方と不妊との関係について改めて問題提起を投げかけ、このテーマをもっと掘り下げていきたいと私に実感させる、絶好の機会となりました。



## 与謝野晶子、鉄幹にみる …夫婦・子ども・仕事観

日程：平成24年7月14日（土）午後1:30～4:00  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
ゲストスピーカー：中島美幸さん / 愛知淑徳大学講師

短歌、詩、評論を題材に、恋愛、結婚、出産、母性、働くことについて与謝野晶子の視点を読み解きました。「恋する女」「情熱の歌人」と言われている晶子の別の顔や、夫婦間の軋轢、13人の子どもを産み育てた人生すべてを「表現」することへの糧としていたたかさなど、新たな一面を知る機会となりました。

講座の後半は参加者のユニークな「晶子観」が多くの人から出され、「晶子研究」をライフワークとするパワフルな講師と共に意見交換を楽しみました。

多くの作品を生み出すための源が夫である鉄幹であり、子どもたちであったのだと感じました。自分に正直に生きることを貫いた、当時の女性としてはとても新しい考えの持ち主だったと思います。

受講者の感想(一部)紹介

作品を残すこと、世に評価されることに貪欲でしたたかなところも、自分の中に抱える矛盾に対する正直さも、人間くさく魅力的に感じました。

「男性にとって不都合な女ではなかったからこそ、現在まで生き残った」という講師の話には驚かされた。私の中の晶子像には全くなかった視点だったので。





## わたしらしく【暮らす×働く】 -専業主婦でも飛び立てる-

日程：平成24年9月25日（火） 午前10:00～12:00  
 場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
 ゲストスピーカー：市川望美さん  
 非営利型株式会社Polaris代表取締役

「今の暮らしで満足している?」「今の暮らしを子どもにすすめる?」という問いから始まった今回の講座。ゲストスピーカーの市川さんは、育児中の女性たちがライフステージに合わせて「こちよく暮らして、こちよく働く」ことができるよう、暮らし方や働き方を柔軟に選べる社会をつくるという想いのもと、「cococi co-working space」を展開中。後半のワールドカフェでは対話を通して、それぞれの新しい働き方について考えました。「ゆるやかだけど、本気」というキーワードや、育児を中心に暮らす時間を「Gap Year（ギャップイヤー）」にとらえ、今後の人生の可能性を広げる大切な時間と考えるなど、新たな視点を示してくださいました。



もっともっと働きたいと思いながら、出産をきっかけに退職してしまったことをずっと乗り越えられずにいましたが、「Gap Year」という考え方に目が覚めるような思いがしました。

今後の人生の可能性を広げる大切な時間ととらえる考え方など、新たな視点を示してくださいました。

自分は何がしたいのか、何に本気になれるのか、もう少し明確にしておきたいと思いました。

受講者の感想(一部)紹介

### これから行う講座



#### DVとの決別

-自分らしく生きるために

ドメスティック・バイオレンス(DV)は、夫や恋人などの親密な関係の相手から受ける暴力のことを言います。そして、結婚したことのあつた女性の3人に1人が被害を経験しています。DVを克服するにはどうしたらよいでしょう。一緒に考えましょう。

#### ●12月3日(月) 午後1:30～3:30

講師：近藤恵子さん  
 (NPO法人全国女性シェルターネット共同代表)  
 場所：武蔵野プレイス4階フォーラム  
 共催：武蔵野市/むさしのヒューマン・ネットワークセンター運営協議会

#### 出前講座

#### 好きだけど…NOといえる私に！

-「当たり前」を問い直そう

恋人に対し、なんとなく違和感を覚えていることはありませんか。恋愛に対しての「とらわれ」や「思い込み」はないでしょうか。好きな相手でもイヤなことはイヤと言え、お互いを尊重し合えるイイ関係を築いていく道を探ってみます。

#### ●12月13日(木) 午後5:30～7:30

講師：伊田広行さん(立命館大学他講師)  
 場所：亜細亜大学 2号館4階244教室  
 共催：亜細亜大学/武蔵野市/むさしのヒューマン・ネットワークセンター運営協議会

#### おひとりさまの暮らし方

…心配のタネはナニ？

ベストセラー『ひとりの老後はこわくない』ほか著書多数、「個を生きる女性たちの碑」共同墓設立がTVで紹介されるなど、活躍中の松原さんにお話しいただきます。

#### ●平成25年1月25日(金) 午後1:30～4:00

講師：松原惇子さん(作家・NPO法人SSSネットワーク代表)  
 場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
 主催：むさしのヒューマン・ネットワークセンター

### 実施済みの講座

\*詳細は次号に掲載を予定しています。



子どもからの自立ーわたしも輝くために  
 (むさしのヒューマン・ネットワークセンター主催)

日程：10/2～10/30 毎週火曜日 全4回  
 講師：伊集院葉子さん・菅原ますみさん・下村美恵子

#### 女性のための再就職応援講座

働きたい気持ちを大切に、アタマとこころの準備を始めましょう  
 (武蔵野市/むさしのヒューマン・ネットワークセンター運営協議会共催)

日程：11/9～12/7 毎週金曜日 全4回  
 講師：高山直子さん・上田晶美さん・下村美恵子

# 運営協議会活動報告



## 女性議員懇談会開催

日程：平成24年10月11日（木）午前10:00～11:30  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室



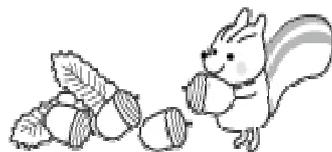
女性議員6名と協議会委員7名、センター長とで、活発な意見交換を行いました。市が男女共同参画推進をどのように考えているのか把握したい、女性管理職がまだ少ない、男性へ向けた学習会が少し増えたのは前進だ、「花火」でない地道な事業の取組みが必要、非正規労働問題やDV防止、子育て支援、女性に厳しい格差の諸相、ワーク・ライフ・バランス等々、多岐にわたる問題が山積しているなどの意見が出ました。

課題解決には、やはり核になる適切な「場」としての新センターが必要、条例をぜひほしいと、さらに具体的かつ活発な意見交換が行われました。協議会で自主的に取り組んできた「条例勉強会」の経過や、これから実施される市民意識調査に盛り込んでほしい質問項目の検討経過も発表され、参加者一同が熱心に聞き入っていました。

第三次男女共同参画計画策定前の大切な時期であり、市民の力を十分に発揮、反映させていこう、議員もサポートしていきたいと確認し合いました。また市内の「ジェンダー・メインストリーム」（組織横断的な男女共同参画推進の視点）も必要という認識で全員が一致しました。参加者全員の意欲・熱意が響き合い、充実したひとときとなりました。

## 自主勉強会もしています

運営協議会では、自主勉強会を開いています。ひとつは「条例勉強会」、そしてもうひとつが「読書会」です。前者は会の全員、後者は有志によるものです。読書会はこれまで2回にわたって、イギリスの女性作家、ヴァージニア・ウルフの人と作品、彼女の生きた時代などについて、参加者同士が感想を述べ合い、再読を楽しんでいます。新たな気づきや再発見に刺激を受けながら学んでいます。



## <市と共催で実施>

### バス研修



### 男女共同参画推進団体交流会

11月6日（火）

富岡製糸場・群馬県立自然史博物館

明治5(1872)年、日本初の官営製糸場として建設され、世界遺産暫定リストに登録されている「富岡製糸場」を訪れました。富岡製糸場総合センター所長の今井幹夫さんの丁寧な説明つきで館内を見学後、生命の歴史や群馬県の自然を紹介している「群馬県立自然史博物館」にも足をのばし、ゆかりの人物や歴史などにもふれました。紅葉も目に鮮やかで、参加者同士の交流も一段と深まった一日でした。

### パネル展示

### DV防止パネル展

11/27(火)～12/3(月) 12/3は正午まで

会場：武蔵野プレイス(水曜休館)



ドメスティック・バイオレンス(略してDV)は、夫や恋人など親密な関係の相手から受ける暴力のことを言います。そしてそれはごく身近で起きています。どうしたら防ぐことができるか、一人ひとりの問題として考えることが大切です。今年も上記期間パネル展示をいたします。どういたことがDVにあたるのか、多くの人に知っていただき、みんなで克服していきたいです。

### 選書会議



センターでは、購入予定の図書の選定を、協議会委員2名とセンタースタッフ3名とで、選書会議を開いて決定しています。年に三回、それぞれが推薦したい図書をリストアップして、どうして推薦したいかをプレゼンし、みんなで話し合いながら決めていきます。

10月10日(水)、今年度第二回目の会議を開き、約20冊を選定しました。また、もっと多くの人にセンターの本を手にとって貰える工夫も必要だと、今後の課題も話し合いました。

## 新着図書紹介

むさしのヒューマン・ネットワークセンター所蔵図書の蔵書一覧が、ホームページ上でいつでも閲覧できます。お探しの本、以前から読みたかった本・・・見つかるかもしれません。どうぞ、ご利用ください。

書名	著者・編者	出版社	発行年
ポルノグラフィと性暴力 新たな法規制を求めて	中里見 博	明石書店	2007
思想読本【10】“ポスト”フェミニズム	竹村 和子	作品社	2007
女と通貨と政治文化 失われた二十年をこえて	円 より子	第一法規	2010
Q&A DV事件の実務 相談から保護命令・離婚事件まで	榊原 富士子	日本加除出版	2012
母がしんどい	田房 永子	新人物往来社	2012
証言・現代の性暴力とポルノ被害 ～研究と福祉の現場から～	ポルノ被害と性暴力 を考える会	東京都社会福祉協議会	2011
ジェンダーとジャーナリズムのはざままで 季節の変わり目Part2	諸橋 泰樹	批評社	2005
イクメンで行こう! 育児も仕事も充実させる生き方	渥美 由喜	日本経済新聞出版社	2010
ワードマップ フェミニズム	江原 由美子	新曜社	2006
私は私。母は母。あなたを苦しめる母親から自由になる本	加藤 伊都子	ずばる舎	2012
「変わってしまった女」と「変わりたくない男」 男女共同参画ノート	三浦 清一郎	学文社	2009
ルポ 賃金差別	竹信 三恵子	筑摩書房	2012



・図書 3点まで、14日以内 ・ビデオ 2点まで、7日以内  
・DVD センター内設置のプレイヤーまたは専用PCでのみ再生、視聴できます。貸し出しはしません。

## 女性の悩みごと相談

■女性総合相談…50分まで面談・予約制  
第2木曜日(10:00～、11:00～)  
第4火曜日(13:30～、14:30～)

10月から女性総合相談の電話相談も始めました。

\*1回50分・予約制

第2木曜日(10:00～11:50)  
第4火曜日(13:30～15:20)

★場所・問い合わせ

市民活動推進課市民相談係(市役所西棟7階)

☎60-1829

☎60-1921(予約専用)

■母子(ひとり親)・女性相談  
毎週月～金曜日(9:00～17:00)  
(祝日・年末年始を除く)

★場所・問い合わせ

子ども家庭支援センター

☎60-1850

(\*いずれも無料)



(イラスト) きたもりちか

・・・ひとりで悩まずに、まずはご相談を。

### ● センター利用案内 ●

開館時間：月・火・木・土曜日 9:30～17:00  
水・金曜日 9:30～21:00

会議室利用時間

《午前》10:00～13:00

《午後》13:30～16:30

《夜間》17:00～20:30(水・金のみ)

※予約制(2か月前より可) / 利用料無料

### ● 発行 ●

むさしのヒューマン・ネットワークセンター  
武蔵野市境 2-10-27 武蔵野市政センター2階

電話/FAX : 0422-37-3410

E-mail : mhnc@tokyo.email.ne.jp

ホームページアドレス <http://www.mhnc.jp/>