



## 出産や子育てを、男性も働き方を見直すきっかけに

### 産後クライシス

出産後2年以内に夫婦の愛情が急速に冷え込む現象「産後クライシス」は、2012（平成24）年にテレビの情報番組で紹介され、大きな反響を呼びました。岡山大学のグループが昨年報告した調査によると、子育て中の母親の約半数が、「産後クライシスに当てはまる」と回答しています。始まった時期は、出産後3か月以内が8割近くを占めていました。

産後クライシスは、女性のホルモンバランスの変化や、産後の体調不良、子育てに対する不安、ライフスタイルの変化等、様々な要因によって引き起こされると考えられています。特に現代は「孤育て」と表現されるように、地域とのつながりが希薄になり、周りに支援者のいない母親が増えています。母親は必然的に父親の育児・家事参加を期待しますが、それが思うように得られない場合、焦りや不満を感じやすくなると考えられます。

### イクメン・ブルー

本当はもっと育児・家事に参加したいと思っているにも関わらず、父親は長時間労働により、かなわない現実もあります。「イクメン」＝「育児・家事を積極的に担い、仕事でも成果を上げる男」という理想像を持ち始めた子育て世代の男性には、仕事と家庭との両立に悩み、精神的な不調をきたす人も出ています。

日本では働く母親は早く帰らせても、父親が早く帰ることには無理解な上司・

職場が、依然として多いようです。育児休業の取得率も、女性81・8％に比べ、男性3・16％と大きな差があります。（厚生労働省「雇用均等基本調査」平成28年度）

### 子どもたちのために、新たな一歩を

先述の岡山大学の報告では、産後クライシスの経験者を含め「夫との仲が深まった」と回答した母親も全体の約6割いました。

また、父親の育児時間の長さや父親自身に及ぼす影響をみた研究によると、「共感性」「ストレス対処能力」「生き甲斐」「自尊心」等が、育児量に比例して上がることで確かめられています。（柏木恵子・若松素子「親となる」ことによる人格発達」平成6年）

出産や子育ては、男女がより豊かに、力強く生きるためのチャンスになり得ます。一人ひとりが働き方や暮らしを見つめ直し、身近な地域とのつながりを育みましよう。いきいきと暮らす大人を見ながら、子どもたちがすくすくと成長する。そんな社会を目指して、一歩を踏み出しましょう。（高橋佑夏）

### 産後クライシスを防ぐには

- 妻と共に夫も産後の変化を受け入れる準備をする（両親学級等）
- 互いを思いやり、コミュニケーションを通して夫婦関係を再構築していく
- 地域の社会資源を活用し、育児の大変さを夫婦だけで抱え込まない（子育て支援サービスやパパ・ママサークル等）
- 働き方を見直し、父親も子育てシフトをとれる社会に（男性の育児休業取得や時短勤務）

参考：『産後クライシス』内田明香・坪井健人／ポプラ社（2013）



## BOOKS >>

編集委員オススの本をご紹介します。下の本は、アイレックで借りることができます。

### 男性の「生き方」再考 メンズリブからの提唱

中村彰／世界思想社

「男性更年期」と「ドメスティック・バイオレンス」。無関係に見えて、実は二つの根底には「男らしさ」へのこだわりがありました。解決へのアプローチから、自分らしい生き方を考える一冊です。（竹下）



### とまどう男たち 生き方編

伊藤公雄・山中浩司／大阪大学出版会

日本はまさに「男はつらいよ」社会。「男らしさ」を求め続けた社会の果ては、「過労死」「自殺」「孤立」等の様々な男性問題を引き起こしました。男性たちの心の声に、耳を傾けたいと切に思いました。（川村）



### 男がつらいよ

絶望の時代の希望の男性学

田中俊之／KADOKAWA

男性学をわかりやすく紹介していて、男性のつらさを代弁してくれる本。男性らしさとは強がることではないと教えてくれます。（高橋弘美）



### 逃げるは恥だが役に立つ

海野つなみ／講談社

「後ろ向きの選択だっていいじゃないか、恥ずかしい逃げ方だったとしても生き抜くことのほうが大切で、その点においては、異論も反論も認めない」と、自分たちの結婚を探る男女の物語です。（桑山）



### 問いからはじめる家族社会学

岩間暁子・大和礼子・田間泰子／有斐閣

普段身近すぎて考えることの少ない「家族」について、様々なデータと考察が掲載されています。結婚や福祉等家族を多面的な視点から考えるきっかけになる本です。（佐野）



### 「仕事も家庭も」世代の新・人生戦略 「パパは大変」が「面白い！」に変わる本

安藤哲也＋NPO法人ファザーリング・ジャパン／扶桑社

職場で、家庭で、地域で、わくわくして生きるための実践的アドバイス集。子育ては「期間限定のプロジェクト」。毎日頑張るパパたちへ“親父の背中ではなく、笑顔を見せよう”と呼びかけます。（高橋佑夏）

