シリーズ
第14回

イクジィ世代にお伝えしたい

周産期のこころのこと

■信州大学医学部周産期のこころの医学講座の特任講師・村上寛先生による連載コーナーです。
妊娠期から産後の女性とそのご家族のメンタルヘルスに関する村上先生のコラムをご紹介します。

松本山雅FCに携わるパパたちと、“父親の育児”について対談しました

先日8月13日、周産期のこころの医学講座と、松本山雅FCが共同で、**オンライン市民公開講座「みんなで父親の育児を考える」を開催**し、たくさんの方にご参加頂きました。この場をお借りしまして、お礼申し上げます。

育児とは、誕生から小学校入学時までの子育てのこと。厚生労働省によると、日本において**夫が家事や育児をする時間は1日あたり1時間程度と、国際的にみても低い水準**です。**育児休業も、男性の取得率は12.7%**(厚生労働省:2020年度雇用均等な基本調査)**と高くありません**。また、**夫の家事・育児時間が長いほど、妻が継続して仕事ができる割合が高く、第2子・第3子が生まれる割合が高い**ことが明らかとなっています(厚生労働省:第14回21世紀成年者縦断調査)。それらのことから、昨年度、「育児・介護休業法」が改正され、男性の育児休業(以下、育休)制度が変わりました。もともと認められていた育休を、分けて取得することが可能となっただけではなく、追加で「産後パパ育休」と呼ばれる、出生後8週間以内に4週間までの育休を取得することが可能になりました。

もちろん、これらの制度の変更によって、育休を取得する父親が増え、少しでも妊産婦さんの負担が減ることを心から期待しています。しかし、**この時期だからこそ、今までの育休制度をなぜ父親が利用しなかったのか、できなかったのかを考える必要があります**。

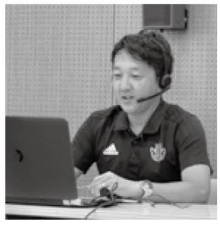
もともとの育休制度において、父親が、なぜ育休制度を利用しなかったかの調査(厚生労働省委託事業:2020年度仕事と育児等の両立に関する実態把握のための調査研究事業)による、育休制度を利用しなかった理由として多いものは、

① 収入を減らしたくなかったから
② 会社で育休制度が整備されていなかったから
③ 職場で育休制度を取得しづらい、理解がない雰囲気だったから
④ 自分にしかできない仕事や担当している仕事があったから

でした。

そこで、今回の市民公開講座では、これらの理由を踏まえて、育休制度や父親の育児について考えてみようと思いました。例えば、上記理由④について、「プロサッカー選手は、選手時代に育休制度は利用できないだろう」と考え、今回は、育児をしながらサッカー選手をしていた松本山雅FCの小澤修一取締役と、片山真人クラブプロモーション担当に力をお借りしました。そして、小澤さんや片山さんに、ご自身のサッカー選手+育児時代を振り返って頂き、育児に関して工夫した点や非常に苦労した点、今から考えると工夫できたかもしれない点をご発表頂きました。

小澤さんは、**「自分自身が幸せだと思って生きなければ、家族を幸せにできるわけがない」という信念を貫きながらも、育児〜子育てに対する小澤さんの考え方の変化**について教えてくださいました。もともと小澤さんは、サッカー選手になりたいという思いが強く、「選手として活躍することが自分自身の幸せ」と、懸命にサッカーに取り組んでこられたといいます。選手を引退された後も、日中は松本山雅FCの社員として働き、夜はアカデミーのコーチとして子供達のサッカー指導をされてきました。育児は主に奥様がされており、小澤さんは仕事が終わって帰宅されてからも、自宅で子供達のサッカーノートの確認や、練習メニューを考えたりする必要があったため、**奥様が小澤さんに何か相談したくでも、できない状況にあった**そうです。そんな中、小澤さんが育児に関して変わるきっかけとなったのが、お子さんが2歳のときに、**奥様から「このままではやっていけないと思う」と言われたこと**。さらに、小澤さんが久しぶりにお子さんと顔を合わせた後に外出する際、**お子さんから「また遊びにきてね」と言われたこと**だとおっしゃいます。その後、小澤さんは、**少しでも家族との時間を作るためにと、仕事の効率化を図ったり、仕事のスケジュールは家族と共有するなどのルールを作るなど、育児にもしっかりと向き合おうと心掛けるようになった**そうです。



片山さんは、プロサッカー選手になってから結婚されましたが、当時の片山さんは、サッカー選手として何度かチームを移籍するなど、育児を含め、いろいろと苦労されたそうです。ただ、**選手時代は練習が終われば時間があるため、その時間を家事や子育てなど、有効に使うことができた**ともおっしゃっていました。

育休制度を利用することができる方もいれば、できない方もいる。ただその中でも、**「育児に参加する」ではなく「育児を行う」ことの大切さ**をお二人に教えて頂きました。

村上寛先生(むらかみひろし)
1985年生まれ、東京都出身。信州大学医学部周産期のこころの医学講座特任講師。三児の父。「周産期、全力を尽くします!」

村上寛先生の公式 Twitter
https://twitter.com/murakamishinshu

◀村上寛先生のお知り合いの松本山雅サポーターの方が制作されたイラスト

村上寛の育児日記

久しぶりに開催された「松本ぼんぼん」。浴衣を着てお祭りに行くことをずっと楽しみにしていた子供達は、とても嬉しそうでした。いつか一緒に踊れるといいね!

■編集室では「周産期のこころのこと」に関わる質問を募集します。村上先生にお聞きしたいこと/掲載用住所(市町村名)とペンネームを編集室までお寄せください。