



# イクジイ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。

## 「妊娠をきっかけとした結婚」で悩むことは、妊産婦さんの当然の権利

今回は、「妊娠をきっかけとした結婚」をされた方、あるいは、妊娠が判明して、これから「妊娠をきっかけとした結婚」をするかしないか、誰にも相談できずに悩んでいらっしゃるかもしれない妊産婦さんに向けて書かせていただきます。

男性と女性が結婚に至るプロセスは本当に千差万別で、妊娠がきっかけとなって結婚に至る方もいます。そのような方々は決して少なくありません。令和元年のデータですが、妊娠をきっかけに結婚をされた夫婦から生まれた子ども(第1子)は、令和元年に生まれた第1子(嫡出第1子出生)全体の18.4%(厚生労働省 令和3年度「出生に関する統計」より)でした。



**妊娠がきっかけとなって結婚に至る方々は、多かれ少なかれ“急ぐこと”が多くなる**と思います。そして、**想像していなかったさまざまな人間関係が、“急に”目の前に現れてきます**。妊娠が判明してからパートナーに伝えること、結婚をするかしないかを決めること、それぞれの家族親族に伝えること、そして仕事の調整。それらのプロセスを駆け足で進めていく中で、カップルそれぞれの背後にいらっしゃる家族や親族と、突然出会うことになるかもしれません。

妊娠をきっかけとした結婚は、「できちゃった婚」と表現されることもあります。どれだけそのカップルがお互いを大切に合せて、結婚に向けて丁寧な話し合いを続けていたとしても、新たに出会ったそれぞれの家族や親族、そして職場の同僚から、この状況に対して、何かしら<sup>ト</sup>揶揄されてしまうこともあるかもしれません。

また、**妊娠出産育児に対しての葛藤もあるかもしれません**。妊娠をしたことはもちろんうれしいと思った。だけど妊娠したことが分かってから、パートナーの新たな一面が目立つようになり、そのパートナーと出産育児を考えたときに、急に不安が襲ってくる。あるいは、妊娠したこと自体がとても苦しいことで、妊娠をやめたいという考えが頭をよぎることがある。そのようなときに、先ほど述べたよう

な揶揄されることが重なると、さらにつらくなることもあります。

「妊娠をきっかけとした結婚」を考える時期は、**これだけのことが一気に迫ってくる、なかなか落ち着くことがない時期**です。しかし、私は「妊娠をきっかけとした結婚」自体が、いわば悪いこととは全く思いません。私の外来「周産期のこころの外来」や、松本地域を中心に街で妊産婦さんのさまざまな相談をお受けする「こころのおはなしブース」でも、妊娠をきっかけに結婚して、その後幸せに生活されている方にたくさん出会います。

「妊娠をきっかけとした結婚」をされた方、あるいは妊娠が判明して、これから「妊娠をきっかけとした結婚」をするかしないか考えている方が、もしどうしたら良いか悩んでいたら、ぜひ本コラム「周産期のこころのこと」のバックナンバーに書かれていることをお読みいただきながら、夫とのこと、パートナーのこと、そして結婚して出産育児を迎えるにあたり、義両親とどのように家族関係を構築していこうかなど、具体的なイメージを作っていたらなと思います(バックナンバーは全て、右QRコードの「信州大学医学部周産期のこころの医学講座」のホームページからご覧いただけます)。



「周産期のこころの医学講座」HP

### ■最後に伝えたい“大切なこと”

ただ、もちろん当然のことながら、妊娠自体が辛い、結婚することは絶対に考えられない、そのようなときは、お住まいの最寄りの役所、あるいは「にんしんSOSながの」というところに連絡していただき(右QRコード参照)、相談することを強くお勧めします。



「にんしんSOSながの」HP

**妊娠したことを受け止められない、この事実に対して相談することは、妊産婦さんの当然の権利となります**。心は強い、弱いで語られるものではありません。相談することは弱いことではありません。どうか当然の権利を使って、少しでもこの苦しい状況から抜け出せますように、心から願っております。



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  
医師。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

■編集部では「周産期のこころのこと」に関す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部までお寄せください。

### 村上寛の育児日記

先日、安曇野市の公園に行ったときの写真です。

3人の子どもたちが、3人で一緒に遊ぶことが増えてきました。少しずつ成長しています。

