



# 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。

## ブーイングから考える、妊産婦さんとの関わり方

私は普段、信州大学医学部附属病院で「周産期のこころの外来」、  
「周産期の父親の外来」を中心とした診療を行っております。それ  
だけではなく、病院外では、松本山雅FCとさまざまな活動を行っ  
ています。松本山雅FCと活動をする際には、所属選手と話す機  
会もあります。そこで今月号では選手と話したサッカーのことか  
ら、妊産婦さんとの関わり方を考えてみたいと思います。

### 選手の視点、サポーターの視点

皆様はサッカーの試合、例えば松本山雅FCの試合を観に行か  
れたことはありますか？ 試合中、観客が「ブー———」という声を  
よく出すことがあり、これを「ブーイング」といいます。ブーイン  
グは、自分が応援するチームのプレーがあまり良くなかったとき  
や試合に負けたとき、相手チームのプレーが非難に値するときな  
どに発生します。このブーイングに関して、先日松本山雅FCの  
ある選手と意見交換をしました。

その選手からすると、プロ選手である以上、自分のプレーが高  
い質ではなかったときにブーイングを受けることは当然だと考  
え、スタジアム内のブーイングを特段嫌なものとは捉えないと  
おっしゃっていました。一方私は、サポーターとして子ども達を  
連れてスタジアムで選手達を応援する立場から、お話ししました。

私はブーイングをしません。なぜなら以前応援に行ったとき、  
お隣の方が相手チームに向けてブーイングをされていたことがあ  
り、子ども達から「お父さん、あれ何やっ  
てるの？」と聞かれたときに、とっさに  
答えることができなかったからです。そ  
のときは、ブーイングに混じって言葉で  
相手チームを非難する「野次」が含まれて  
いました。他人を非難することを是とし



ない私としては、ブーイングと野次の違いを子ども達にうまく説  
明することができませんでした。子ども達に説明できないことは、  
自分がするわけにはいきません。そして、単純にブーイングや野  
次が溢れる場に子ども達がいることに違和感を感じました。

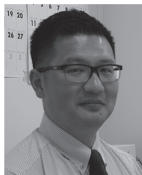
この話は、プロとしてプレーし、ブーイングを当然のこととし  
て捉えてきたその選手にとっては新鮮な視点だったようです。  
ブーイングに対する考え方に深みが出たとおっしゃっていました。  
一方私も、これは選手の性格によるのかもしれませんが、も  
しかしたらブーイングを受けることでより一層日々のトレーニ  
ングを頑張る原動力になるのかもしれないと考えました。

### 視点の違いですれ違ったとき

同じ「ブーイング」でも、選手がグラウンドから考えるブーイン  
グと、子ども連れの前で観客席から考えるブーイングと  
では印象が違いました。もちろん私はブーイングをされる方々を  
否定するつもりは毛頭ありませんし、今回お話しした選手の考え  
方もとても興味深くお聴きしました。

このように、ある物事を別の人間が別の視点から捉えると、ま  
ったく違う印象を受けることがあります。同じようなことは、妊産  
婦さんご家族、その周りの方との中でも日々たくさん発生しま  
す。人の思考は、立場やこれまで読んできた本、聞いてきた言葉  
によって形作られてきたものです。したがって大切なのは、お互  
いの考え方の「背景」に思いを馳せることだと思います。なぜ目  
前の相手は、そのような考え方を持っているのか、と。

特に産後、お父さんとお母さんで育児をしているときなどは、  
寝不足や慣れないことの連続で疲労が溜まり、夫婦の関係がギス  
ギスしがちです。何かの考え方が違って感情的になりそうなき、  
今回のことを少し思い出していただけたらと思います。



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X(旧 Twitter)  
<https://x.com/murakamishinshu>



### 村上寛の育児日記

先日、友人ご家族と戸隠の子ビツ  
子忍者村に行きました。子ども達は  
忍者の衣装を着て、いろいろなアス  
レチックに挑戦していました。引き  
続き、信州のさまざまな場所を訪ね  
てみたいです。



◀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。