

# Moi MÊME

「モアメイム」とはフランス語で自分自身の意味です。

第22号  
2021年3月



## C O N T E N T S

- 男女共同参画講演会 ～ワーク・ライフ・バランス講座～  
「プロ主夫直伝！男の楽家事～男も楽しく  
家事をしよう！」…………… 1～2
- 第3次枚方市男女共同参画計画改訂版を  
策定しました！ …………… 3～4
- DVと児童虐待 子どものためにも被害者で  
ある親のサポートが大切です …………… 5～6
- 離婚を子どもにどう伝える？…………… 7～8
- コロナ禍の女性相談 …………… 9
- 2020年度ウィル図書コーナーから …… 10

# プロ主夫直伝! 男の楽家事 男も楽しく家事をしよう! ～ワーク・ライフ・バランス講座～

家事ジャーナリスト 山田亮さん



こんにちは。家事ジャーナリストの山田亮です。

講演と新聞の「楽家事」などの連載、それとたまにテレビにも出ています。

普段は何をしているかという「主夫」をやっている、「スーパー主夫」と言われたりします。家族は大学1年生の娘とパートナーです。主夫になったのはパートナーが「私、家事めっちゃめっちゃ苦手やねん」と最初に宣言したから。一人暮らしの長い僕の方が「自分の御飯を作る延長で君の分も作るのてええの?」と提案し、そのやり取りのあった次の日から僕がずっと作っています。

## 「家事はライフ? ワーク?」

今日の講演のテーマは「ワーク・ライフ・バランス」です。何それ?という方もいるかもしれませんが、要は仕事と私生活のバランスを取ろうという話です。

まず、皆様自身の生活を振り返ってください。あなたのワーク・ライフ・バランスは、仕事対私生活が何対何ぐらいでしょうか。(6対4、7対3など会場から声あり)

家事をしない人は、出勤したらワーク、それ以外はライフとわかりやすいですが、家事をしている人は、例えば仕事の帰りに「今日晩御飯何しようかな?」って考える時がありますよね。それって仕事?それとも私生活?データのには家事はライフ時間、生活時間です。でもたとえば親の介護の場合、義父母だったらワークっぽいところありませんか?月1回だけ楽しんで作る料理はレジャー、ライフですね。

家事というのはワークとライフの境界線なんです。どこまでがどっちか分からない。このあいまいな家事を制すると、ワーク・ライフ・バランスを制することができます。そして、仕事っぽい家事を楽しく楽にできたら、気分も楽になるんです。

人間1日24時間はみんな平等です。ワークを主にしたらライフは軽くなってしまふと思いがちです。そうではなくて、アジア的な太極図(たいきょくず)のバランスというものが

あります。陽が拡大すると陰も大きくなるけど、陰が小さくなると陽も小さくなる。つまりワークとライフのバランスと一緒に、私生活が充実すると仕事も乗る、ということなんです。お互いが反するものじゃなく

てワーク・ライフ・ハーモニーとか、ワーク・ライフ・シナジー。バランスという言葉は調和や相乗効果に換えたらどうかという意見があり、僕もそれに賛成です。質のよい仕事と質のよい生活は相乗効果の関係にあると思います。



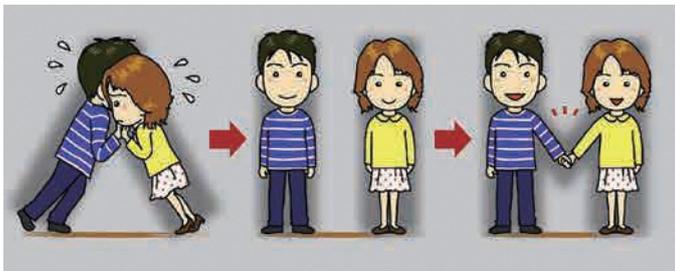
## 「家事、自事はなんのため?」

僕はあまり嫌いな家事はないんですが、子育て中の家事のやりくりは本当に大変で、ある程度の割り切りが必要でした。どう割り切るかという、それは「家事は楽しい生活のための手段である」これです。家事をどんなに頑張っても生活が楽しくなければ意味がない。散らかっていても家族仲がいい。手抜き食卓でも笑顔がある。そういうふうに考えると、家事は、どこまでどうやるのかを考えて、割り切ってできると思います。

夫婦が老後を迎えたときの死亡リスク調査というのがあって、夫婦がそろっているときの夫の死亡リスクは0.46倍ですが、妻の死亡リスクは2.02倍。夫は妻がいたほうが面倒を見てもらえて楽ちんで、妻は自分もしんどいのになら夫の面倒も全部抱えないといけなから、という分析があります。

というわけで、夫婦そろって老後を迎えたときの死亡リスクを下げるためには、男の生活自立が必要です。

よく結婚式のスピーチで「人という字のように仲よく助け合って支え合ってください」って言います。これは2人ワンセットで、男性が仕事、女性が家事を担いニコイチでバランスを取るというモデルですが、今は女性に仕事が増えたので男性にも家事が加わると思ふんですね。「自分の



ことは自分です」という「自事」を基本に、一人ひとりがワークとライフのバランスを取りながら立つ。そのうえで、この人といると本当楽しい、と手をつなぎ合う。すると、人という字がMという字になります。1人1自事、2人2自事の図ですね。

こうなったらいいなと思います。自事が基本だとしたら、家事はできる人ができる時、できることをやるというスタンスで、気楽にできる気がします。こういうのをひっくり返して「楽家事」と呼んでいます。

## 「共同して共感して感謝しよう」

家族との折り合いという話をしたいと思います。

家事は、いろんな楽家事ワザを使うことなどで省力化ができますが、どんなに手間を省いて楽にしても、しんどい時や割り切れないときがある。そこで誰かと共同します。アイデア2倍、手間半分にできるのが理想です。できれば、僕は片づけ、あなたは料理という分担、分業ではなく共同してほしいんです。なぜかという・・・

実は僕は、娘が1歳半から2歳半にかけて育児ノイローゼになりました。頑張りすぎたんです。パートナーに有給休暇を取ってもらって、1週間一緒に子育てをしました。仕事をしながらの子育てと家事の両立は生半可じゃなかった。「一緒にやってみてわかったわ。子育てと家事、これはめちゃくちゃしんどいわ」と。「しんどいわ」が共有できた。共感ですよね。モヤモヤがぱあっと晴れてきました。

伝えたらわかってくれるんやということで、夫婦の絆、家族の絆というのがあるんだなと実感しました。この絆を結ぶには情報、感情、経験を共有することが必要で、共有するためには共同することが大事です。一緒に皿を洗う、一緒に掃除する。男女が共同して参画する。分担参画ではなく一緒にやる。共同して家事をやっているれば、誰かがいなくなったときのリスクの分散もできます。

人間と人間の感情を共有することが大事な時代になっていると思います。家事や子育てや介護は、どこの家にもあるしんどいこと、手間のかかること。それを共同ですると

いうことで、よう乗り切ったな、がんばったよねと共感しあえる。大切なのはコミュニケーションです。「家事ストレス」ということを聞きますが、実はストレスの大きな原因は家事自体がしんどいのではなく、家事のしんどさが伝わらない関係によるストレスなんです。

会話がなくなっていたら、まず最初は「おはよう」から。「おはよう、今朝は寒いね」と。小さな共感から始めればいいと思います。

家事は楽しい生活のための手段であって、やってれば楽しくなるわけではないんです。自分は家事育児をやっていると思う男性も「僕はちゃんとやってるぞ」ではなく、大事なのは感謝と思いやりです。基本は自事で、自分のご飯は自分で作る。ところが仕事から帰ってきたらご飯ができていたり、片づいたりしているとき、何て言えばいいですか。「ありがとう」って感謝と思いやりを込めて言いますよね。

というわけで、家の中でありがとうをいっぱい使ってください。ありがとうをいっぱい言い合う、その関係を作りながら楽家事に進んでいただければ、男の人が家事をするのも楽しくやっていけるんじゃないかなと思います。

(11月28日の講演から抜粋 文責 枚方市人権政策室)

### 楽家事ワザの伝授、お悩み相談として

- ・衣類のシミ抜き、換気扇の掃除方法、部屋の片づけ方
- ・子どもの絵などをいつまで保存するか

### ワンポイントアドバイスとして

- ・保険証の在りかは家族で把握しよう
  - ・家事を減らしたいとき「どこまで減らしていいか」聞いてみよう。「家事は楽しい生活のための手段」♪
  - ・マンネリ料理脱却には「家族の好きな食べ物」を5個ずつ聞いてみよう
- などについても楽しくお話しいただきました。



# 第3次枚方市男女共同参画計画 改訂版を策定しました！



枚方市では、すべての市民が互いに人権を尊重し、性別にかかわらず誰もが自分らしく生きられる男女共同参画社会の実現を目指し、第3次枚方市男女共同参画計画（計画期間：平成28（2016）年度～令和7（2025）年度）を実行中です。令和2（2020）年度が計画の中間年となるため、国内外の動向や市民アンケート調査の結果を踏まえて計画の見直しを行い、令和3（2021）年3月、計画改訂版を策定しました。

## 計画の位置づけ

- 「枚方市男女共同参画推進条例」に基づいて男女共同参画推進施策を進めるための計画です。
- 「男女共同参画社会基本法」に基づく市町村計画であり、DV防止法、女性活躍推進法に基づく市町村計画を含んでいます。

## 国際社会・国・府の動向

- 平成27（2015）年、国連で「持続可能な開発目標（SDGs）」が採択されました。目標のひとつが「ジェンダー平等の実現」で、性別を理由とする差別や不平等、女性や女兒に対する暴力等に終止符を打つことがうたわれています。
- 令和元（2019）年のジェンダーギャップ指数で、日本は世界153か国中121位と過去最低の順位となりました。
- 平成29（2017）年に、性犯罪の厳罰化など刑法の大幅な改正が行われました。また、この間、労働分野や政治分野などで男女共同参画に係る様々な法改正が行われました。
- 令和元（2019）年、DV対応部署と児童虐待対応部署との連携強化を盛り込んだDV防止法等の改正が行われました。
- 大阪府において、令和元（2019）年に「大阪府性的指向及び性自認の多様性に関する府民の理解の増進に関する条例」が施行されました。

## 市民アンケート調査結果（抜粋）（令和元（2019）年11月実施）

- 「子どもが小さいうちは、母親は仕事をしないで子どもの世話をした方がよい」という考えに同感しない人の割合が、5年前の前回調査と比べて増加してはいますが、女性で38.2%、男性で28.8%と低い水準にとどまっています。
- 「家事・育児・仕事を男女が協力して行うのがよい」という考え方に同感する男子は、学年を通じて女子より割合が低く、学年が低いほどその傾向が強くなっています。（学生アンケート）
- 「暴力をふるわれた人にも、何らかの原因があるので、暴力をふるう人を一方的には責められない」と考える人の割合が、前回調査より増加するなど、暴力に対する誤った考えをもつ人が依然としておられます。
- 枚方市配偶者暴力相談支援センター「ひらかたDV相談室」の認知度が、前回調査より下がっています。

## 計画前期の主な取り組みの成果と課題

- 男女共生フロア・ウィルでは、女性を対象にした起業セミナーや男性を対象にした家事・育児講座などを行ってきましたが、市民アンケートにも表れているようにまだまだ根強い性別役割分担意識に対する意識改革が課題です。
- 性の多様性への理解促進に関する取り組みとして、「ひらかた・にじいろ宣言」を行い、「パートナーシップ宣誓制度」（※）や「LGBT専門電話相談」などを実施してきました。今後も、市民や事業所などに対する周知・啓発が必要です。  
（※）一方又は双方が性的マイノリティであるカップルが互いを人生のパートナーとして宣誓されたことを公に証明する制度
- 「ひらかたDV相談室」を中心としてDV被害者支援を行ってきましたが、障害や高齢、生活困窮等、複合的な困難を抱える被害者に対する支援体制の更なる強化と、潜在的な被害者が支援につながるよう「ひらかたDV相談室」の一層の周知が必要です。
- ひとり親家庭への相談支援や就業支援など継続して行ってきましたが、経済的困窮により、子どもの健全な育成が妨げられることのないよう、養育費確保などに向けた一層の相談支援等の強化が必要です。
- 政策及び方針決定過程への女性の参画促進に関する指標のひとつである「市役所における女性管理職の割合」は令和元（2019）年度に26.0%となりましたが、目標である30%には達しておらず、更なる取り組みが必要です。

# 計画の体系

## 男女共同参画社会の実現に向けた本計画の基本理念

すべての市民に関わる課題としてとらえること

一人ひとりが、自ら、さまざまな選択ができること

あらゆる人権侵害を許さないこと

仕事と生活の調和の実現を図ること

基本目標	基本方向
<b>1 人権尊重と男女共同参画への意識改革</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●男女共同参画への理解促進</li> <li>●子どもの頃から男女共同参画の推進</li> <li>●男女共同参画の視点に立ったメディア・リテラシーの向上</li> <li>●性の多様性への理解促進</li> </ul>
<b>2 男女共同参画を阻害する暴力の根絶</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●男女共同参画を阻害する暴力を許さない社会づくり</li> <li>●暴力の予防に向けた子どもの頃から啓発の推進</li> <li>●被害者支援体制の充実</li> </ul>
<b>3 仕事と生活のあり方をさまざまに選択できる社会づくり</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●子育てと介護への支援</li> <li>●就業、起業、再就業への支援</li> <li>●雇用における男女の均等な機会及び待遇の確保</li> <li>●仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)への理解の促進</li> </ul>
<b>4 だれもが安心して暮らせるまちづくり</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●生涯を通じたすべての人の健康保持と増進への支援</li> <li>●ひとり親家庭をはじめ、多様な家族に関する啓発、支援の取り組み</li> <li>●高齢者、障害者、外国人市民等への支援</li> <li>●男女共同参画の視点に立った防災など地域活動の推進</li> </ul>
<b>5 男女共同参画を推進する体制の整備</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●政策及び方針決定過程における男女共同参画の推進</li> <li>●男女共同参画の視点に立った施策展開</li> <li>●関係機関や市民団体等との連携強化</li> <li>●意見等の申出及び人権侵害相談体制の充実</li> </ul>

## 計画改訂版の主な改訂内容

- 性の多様性への理解促進を、男女共同参画の中に位置付けました。(基本目標1)
- DV対応部署と児童虐待対応部署との連携強化や、DV相談窓口の周知強化を盛り込みました。(基本目標2)
- 市職員の長時間労働抑制と、育児・介護に係る休暇等を性別にかかわらず取得しやすい環境整備に取り組むことを記載しました。(基本目標3)
- 養育費確保など、ひとり親家庭への支援強化や、多様な家族に対する差別や偏見の解消に向けた啓発に取り組むことを盛り込みました。(基本目標4)
- 民間事業者における女性の登用促進に向けて、大阪府等と連携して取り組むことを記載しました。(基本目標5)

計画改訂版の全文は、枚方市ホームページに掲載しています。

# DVと児童虐待

## 子どものためにも被害者である親のサポートが重要です



新見公立大学健康科学部講師  
大阪府立大学客員研究員

増井香名子さん

### DV家庭で育つということ

「パパがママを殴っているのをみている時、耳を塞いだり、まくらをかぶってみないようにしていた」

「お母さんかわいそう。「ごめんなさい。許してください」って言ってもお父さんは許さない」

これらは、DV家庭で育った子どもが話してくれた言葉です(\*1)。子どもの目の前で家族への暴力・暴言は「面前DV」といわれています。児童虐待の定義では、子どもへの心理的虐待にあたるとされています。また、DVのある家庭では、DV被害者である親だけでなく、加害者である親が子どもに直接的な虐待をしている割合も高いことが明らかになっています。

DVのある家庭で育つ子どもが体験することについて、アメリカのDVと児童虐待の専門家であるバンクロフトは以下のように説明しています(\*2)。

- ① 子どもはDVのことを知っている
- ② 子どもが何を体験しているかだけでなく、子どもがどう解釈しているかも重要
- ③ 子どもは怯えているが、そのことを隠している
- ④ 子どもは、DVは自分のせいだ、自分たちがDVを防ぐべきだったと思っている
- ⑤ 子どもはDVのことを話したいけれど、話せないと思っている

たとえ、子どもが直接的に身体的な虐待を受けていなくても子どもは家庭のなかにある暴力に無反応ではられません。家族が傷つくところを見聞きすることは、子どもに様々な影響をもたらします。

### 子どもへの影響

先述のバンクロフト(\*2)は、子どもへの影響を行動への影響、感情への影響、学習や認知への影響、信念や価値観

への影響の4つに分けて示しています。行動への影響は、暴力をふるう、多動、衝動、注意力散漫、睡眠障害、家出などです。感情への影響は、恐れ、心配、緊張、うつ、不安感、罪悪感、自己非難、恥、怒り、力を持ちたいと考えるようになるなどです。学習や認知への影響として、注意の欠陥、学習の注意力に差し障る多動、学校の欠席、居眠りなどがあり、学習面に支障をきたすなどです。信念や価値観への影響は、男性は女性をおとしめてもかまわない、自分の暴力行為に責任を持たなくてよい、怒りは暴力を生み出すという誤認識などです。

また、最近の脳科学の研究では、長期間暴力を見聞きすることで、視覚野が委縮し、子どもの脳が傷つくことが明らかになっています(\*3)。

### DV被害を受けながらの子育て

一方で、DV被害を受ける親も、自身の子育てに様々な影響を受けることとなります。「相手を怒らせないように思って、私が子どもにきつくあたるようになってしまった」「相手は子どもに私の悪口を言っていた。子どもはそれを信じているのではないかと思う」などDV被害者である親の多くが、加害者である親の顔色と機嫌を優先させる生活の中で、自身の子育てができない経験や子どもとの関係が壊される経験をしています(\*1)。

### DVに気づくこと、相談をすること

DV被害を受けていても「たいしたことはない」「私が悪いから」と思っていたり、暴力被害であると自覚していない被害者もいます。まずは、自分が置かれている状況に気づくことが大切です。

DVの支配についてのチェックをするためのリストです

- 相手を怖いと思う
- 相手の期待通りに行動しなければ、悪いことがおこると

## 考えてしまう

- 相手の機嫌が気になり、理不尽だと感じて、我慢をする
- 相手の機嫌が悪いと自分に非があると思ってしまう
- 相手は、友達や家族の前で、あなたをバカにするようなことを言ったり、態度をとる
- 相手は、自分にうまくいかないことがあると、あなたに原因があると言う
- 相手は、あなたを傷つけるようなことをしたあと、人が変わったようにやさしくなったり、気をつかったりする
- 相手は、あなたがセックスに応じることを当然だと考えている

もし、チェックが複数つくようならあなたはパートナーにかなりコントロールされている可能性が高いといえます。子どもが安心して成長していくためには、親が安全・安心であることが重要です。そして、あなたと子どものために行動を起こすあなたの一歩が重要となります。自分を責める必要はありません。ぜひ、相談の一歩を踏み出してください。

## 支援者に大事な視点・・・ 被害者である親を責めるのではなく パートナーシップを

では、DV被害者である親を支援する際に重要となることはどのようなことでしょうか。東京都目黒区と千葉県野田市で子どもがDV加害者でもある父親から激しい虐待を受け死亡しました。どちらのケースも複数の機関が関わっていました。身内等とのつながりも一定の時期までかろうじてありました。それでも子どもの命を救うことができませんでした。DVも児童虐待も家庭という密室の中で起こり、何が起きているかは外からは見えにくいです。とても残念なことに、上記の二つのケースでは、母親はパートナーである父親からの暴力や心理的な操作を伴うコントロールにさらされ、子どもを守ることができませんでした。状況が残酷なほど子どもを守れなかったDV被害者である親が責められることとなります。しかしそこから何も生まれません。DVという洗脳ともいえるコントロールを伴う暴力の責任は加害者にあります。

周囲の人や専門家は、身近な人や子どもの異変に気づいたら、被害者である親を責めるのではなく、丁寧に話を聴くこと、子どもと一緒に守ろうというパートナーシップを築くという姿勢が大事といえます。その際、暴力は身体的

な暴力だけでなく、精神的な暴力や人とのつながりから孤立させられる社会的暴力も含まれることや、加害者が暴力を振るった後にやさしくなるハネムーン期により被害者は別れることが難しくなるなどのDVの基本的知識、加害者の心理的操作を伴うコントロールがいかに被害者を混乱させるかなどを理解していること、そしてそれを被害者に説明できることも重要です。

## 被害者の強みに着目する

被害者である親を孤立させない、心に届く支援のためには、被害者である親の強みを理解することも大事です。暴力被害を受けている人の強みという不思議に思われるかもしれませんが、実際に加害者からDV被害を受けながらも、被害者である親は子どものために多くのことをしています。先述したバンクロフト(\*2)は、被害者は受け身であるだけでなく、加害者である親に「最大限の努力をもって立ち向かおうとして、恐ろしく卑怯なやり方から子どもを守ろう」としていることを説明しています。私が昨年行った調査でも、「子どもに予先が向かないように、私だけで食い止めようとしていた。」「極力普通の生活を維持するということをしていました。」「寝る前に絵本を読んであげると決めていた。」「子どもたちには、すごく大事なんだよということ伝えるようにしていた。」など、DV被害者である親は子どもに暴力が向かないようにし、また子どもが日常生活を送ることに力を尽くしている姿がありました。ぜひ、DV被害を経験していると思われる人に出会った際は、暴力被害の状況を尋ねるだけでなく、その人が自分自身や子どもの安全のためにどんなことをしているのか、また、してきたのかを質問してください。これからどうすればよいかを一緒に考えていくヒントが見つけれられる可能性が高くなると思います。

## 引用文献・参考文献

(\*1) 大阪府女性相談センター(2016)『DV被害母子支援事業実施報告書』

(\*2) Bancroft, Lundy.(2004=2006)『DV・虐待にさらされた子どものトラウマを癒す- お母さんと支援者のためのガイド』(白川美也子・山崎知克監訳, 阿部尚美・白倉三紀子訳) 明石出版

(\*3) 友田明美(2016)『被虐待者の脳科学研究』『児童青年精神医学とその近接領域』57(5), 719-729.

増井香名子(2019)『DV被害からの離脱・回復を支援する-被害者の「語り」にみる経験プロセス』ミネルヴァ書房

# 離婚を子どもにどう伝える？

女性ライフサイクル研究所フェリアン 桑田道子

フェリアンの桑田道子と申します。家族法・社会保障法と対人援助実践学の研究からスタートし、学生時代の実習をきっかけに、子連れ離婚家族、子連れ再婚家族への支援プロジェクトを立ち上げ、約20年活動してきました。

子どもにとって一番身近で大切な、お父さんとお母さんの争いに巻き込まれ、まったく影響を受けていない子どもはいません。離婚当時だけでなく、離婚後の進学、就職、結婚、相続とあらゆる人生の折々で親の離婚が無関係ではなかったと、子ども時代に親の離婚を経験した人が話すこともあります。子どもの自己形成、人生そのものに影響を与えるからこそ、離婚が大人にとって必要な選択となることがあるように、子どもにとっても最善となるために、両親や周りの大人に何ができるか、考えたいと思います。

講座では「離婚後、離れて暮らす親子の交流」や「離婚が与える子どもへの影響」といったトピックにも触れましたが、本稿では離婚後の暮らしの土台となる「子どもへの離婚の伝え方」について、ご一緒に見ていきましょう。

## (1) 離婚が決まったら

離婚に際し、夫婦に未成年かつ未婚の子どもがいる場合は、**子どもの親権者**を父母どちらにするか、必ず決めなくてははいけません。また、決めずとも離婚は可能ですが、別居親が負担する子どものためのお金である**養育費**と、別居親子がどのように交流するか(**面会交流**と呼ばれます)も話し合っておきたい事柄です。「話し合えるくらいなら離婚などしない／とにかく相手と離れたい。何もいらぬから離婚してほしい」と感情的になりかねませんが、養育費も交流もこれから子どもが育っていく環境に直接影響があるものです。離婚そのものの概念がまだわからない幼い子であっても、父母のいずれかと離れて暮らすことになったことがわかれば、「自分は誰とどこに住むの？パパはどこへ行くの？引っ越したらお友達ともう会えないの？貧乏になるの？パパもママも怒ってる、泣いてる、これからどう

なるの?』と心配したり不安を抱いていたりします。何が変わり、変わらないのか、見通しを伝えてあげられることは子どもの安心につながります。

## (2) 離婚を子どもにどう伝えるか

ひとつとして同じ家庭はないですから「必ずこうすべき」というものではありませんが、ヒントにしていだけるよう、よくお受けする質問を挙げます。

### ①いつ、どんなふうに子どもに話せば良いか？

離婚が確実にあって、前述のとおり親権者・養育費・面会交流等を含め、その後の生活についてある程度話し合いが

ついてからが良いでしょう。ある日突然パパがいなくなるというのでは心の準備もできませんし、「ママも突然いなくなっちゃうんじゃないか」と恐怖、不安を抱いてしまうこともあります。まだ確定しない内に話して「離婚することになった→やめた→やっぱり…」と二転三転するのも混乱させてしまいます。確定してから、話し合う時間が十分ある時に、邪魔の入らない話集中できる場所で親も子どもも気持ちが落ち着いているところで

「パパとママは離れて暮らすことに決めたこと、そして子ども達にどのような変化があるのか」を伝える。他に気を取られることがあったり、不機嫌な時は避けた方が良いですし、間違っても夫婦で言い争って、その怒りのままに子どもに「もうパパとママは離婚するからな!別れるからな!○○(子ども)はどっちに住む?』とぶつけて、「ちゃんと離婚は伝えたいし、子どもの希望も確認した」は良くないですよ。子どもも動揺してしまいます。

そして、できれば、父母揃って伝えるのが理想的ではありません。二人揃って伝えることで「両親で決めたこと」と子どもにも伝わりやすく、この三者いる場で、離れて暮らすようになったらどんなふうに交流を持ってそうかについて話せていることが、その後、子どもが両親間の板挟みになって葛藤を



感じる場面を減らすことにも役立ちます。

## ②離婚の理由をどこまで伝えるか?借金、暴力、浮気、モラハラ…

子どもから離婚の理由を尋ねられるかもしれません。どこまで伝えるかは親の子育て方針により異なりますが、子どもの性格や年齢、理解度をふまえ、「嘘は言わないが、事実だからといってすべて子どもに伝える必要もない」というスタンスは、子どもの負担を軽減できることが多いようです。異性関係や借金問題や依存症など、大人が聞いてもショッキングなことをわざわざ子どもにこと細かに伝えずとも、「パパとママは一緒にうまく生活できなかったからお別れすることになったよ」「別々に暮らすほうが幸せになれるってわかったから、お別れするよ」という事実だけでも理由になります。時々、「自分がママの言うことをきかなかったから離婚した。いつも兄弟喧嘩してるからパパが怒って出ていった」と思いもよらないことで子どもが自分を責めていることもありますから、「あなたのせいで離婚するのではない」ことを明確に伝えられる機会でもあります。

## ③子どもの反応

両親が揉めていたことを知っている子どもが、離婚を告げられた時にも無関心を装い、「ふーん、そうなん』『なにか心配なことある?』『別に』なんて会話になることもよく聞きます。親の前ではふーんって態度で、あとでお布団でこっそり泣いた、ブランコ漕ぎながらなんか知らんけど涙が出てきた、そんな子ども達にたくさん出会ってきました。ふーんな態度のときには深追いせず、急に「心配だわ!子どもの気持ちを知らなくては!」と過干渉になったりするのは逆効果なので、「なにか話したいことがあったらいつでも言ってね」とサッパリ切り上げておくのが良さそうです。

両親にとっては、双方が離婚に同意したそのときが大きな分岐点となっているかもしれませんが、子どもにとっては、そのしばらく前から両親の様子が以前とは違うことに気づいていることもあります。言い争いやギスギスした会話が増えたり、会話がなくなったり無視したり、なんとかその重苦しい、冷たい空気を変えようと一生懸命おどけてふざけて健気に笑わそうとしたり、両親の手をつながせようとする子もいます。離婚を告げられ、泣いたり、怒ったりすることもあるかもしれませんが、不安が解消してゆくことで次の新しい生活を受け入れる準備ができますから、「離れて暮らすことになってああなたのパパとママに変わりはない。あなたのことが大好きで大切だ」と伝えてあげてほしいなと思

います。

## ④子どもの意思の確認?尊重?

さきほど「〇〇はどっちと住みたい?」と子どもの希望を確認したと例に挙げました。もちろん子どもも「引越し(転校)したくないからこっちがいい」などと希望がないわけではないですが、あとから「自分がパパを選んでママを捨てた」と自分を責めていたり、自分が切り裂かれるような経験として記憶していることもあります。同様に、「離婚して良いかどうか、離婚して欲しいかどうか」を子どもに聞くというのも時々耳にします。離婚をするかどうかの決断は大人がすべきことです。子どもが「別れないでほしい」と答えて、親が思いとどまったら、子どもは良かったと思うのでしょうか?自分のために親の人生を犠牲にしているような罪悪感や重荷を知らず知らずに背負ってしまうようなことはないでしょうか。子どもに尋ねたとしても必ず「決めるのは両親であること」を伝えるなど、安易に「子どもの希望を尊重」という言葉で子どもを追いつめてしまうことのないよう気をつけたいものです。

## (3) 子どもにとっての最善とは

今、このページを読みながら我が子の顔が浮かび、離婚の影響をあれこれと思い悩んでおられるならば、私は、お子さんはしっかりとご両親の選択を受けとめられるだろうと思います。というのは、子どもは大切な存在、それはわかっている。でも、離婚の時にはあまりにも怒りと失望、がっかり、悔しさ、憎しみ、やりきれない思いにあふれ、ときには罪悪感や後悔が募って、子どもの心が見えなくなって、子ども自身が感じている不安や心配を置き去りにして口をつぐませてしまうことがあります。子どもにも思いがあることを忘れず、その思いを発することができるよう気につけ、離婚をタブーにしない環境は、子どもの理解と心の安定を後押ししてくれるものです。

そして、子どもにとって親の離婚がネガティブな重荷となるか、学びあるポジティブな経験の一つとなるかには、親自身が離婚をどう捉え、日々どのような環境で子どもを育てるかに連動しているのではないのでしょうか。大人が腫れもの扱いしていることを子どもにポジティブに受けとめてほしいというのは無理な話です。以前よりいきいきと人生を充実させ、明るく生活している親の姿に、子どもも安心して、新しい生活を徐々に受け入れてゆけるのですね。そんなご家族の頑張りを応援し続けたいと思っています。

# コロナ禍の女性相談

枚方市男女共生フロア・ウィル面接相談員  
塩見美千子

1月13日、2回目の緊急事態宣言が大阪にも発令されました。1回目の緊急事態宣言が出た昨年4月からウィルの女性相談の面接相談はほとんど電話対応に変わりました。面接相談を予約されている方々に電話になることを伝え、予約時間にこちらから電話をかけることをお願いしました。ほとんどの方は承諾してくださり、緊急事態宣言が解除されるまで2カ月近く電話でみなさんとお話をさせていただきました。

当初は学校が休みになった子どもやリモートワークの夫が家にいて電話ができないと言われる方がいらっやいました。しかしそのうち自宅外で電話を受けてくださる方や何とか時間の都合をつけてくださる方も出てきました。

ある方は、休校になったために、子どもたちだけを置いて仕事に行かねばならず、学童保育に行っていなかったため、結局母親が仕事を辞めざるを得ませんでした。離婚して引っ越してきたばかりで頼れる人もいませんでした。親きょうだい友人など助けてくれる人がいれば子どもを見てもらうことができますが、3カ月も休校が続いたのですから、ずっと預けることはできなかつたでしょう。母子家庭のお母さんは、子どもが学童保育に行っていたとしても、不安を抱えながら仕事を続けていた方がほとんどでした。パート勤務を減らされた方もいました。また母子家庭ではありませんが、障害がある中学生のお子さんを預けることができず、母親が仕事を休まざるを得なかった方もいました。そういう方々には状況に合った給付金などの情報提供をしながら相談をお聞きしました。

夫がリモートワークで家にいることが多くなった家庭では、妻が反対に仕事で外に出るようにしたという話も聞きました。元々夫婦関係がよくない家庭では、一緒に過ごす時間が多くなり、別居や離婚の相談へと移行していきました。

また60代以上の一人暮らしの女性たちは地域の居場所を奪われ、女性相談以外で「誰とも話をしていない」と言う人が多くなり、孤立化が深刻になっています。

特別定額給付金については、世帯単位で支給され

たために、妻や子どもの分を夫に取り上げられたケースもありました。DV家庭であっても、経済的理由から同居を余儀なくされる家庭は多くあります。それを世帯主に一括支給するのですか



ら、力を持つ者が奪い取ることを防げず、諦めた女性たちが多かったのです。それでも女性相談に来られている人たちのほとんどは、大変な中を何とか生き延び、今は感染予防対策を施した相談室に戻ってきておられます。前記の仕事を辞めた女性も今は就職されています。

メディアでは、非正規雇用の女性たちが雇用を奪われ自殺者が急増していると伝えていますが、そういう女性たちが女性相談に訪れることが少ないのはとても残念です。こちらは給付金など直接支援のできる機関ではありませんが、他課と連携し人生の生き延び方を一緒に考えることができます。困っているときこそ女性相談へお越しください!

# 2020年度 ウィル図書コーナーから

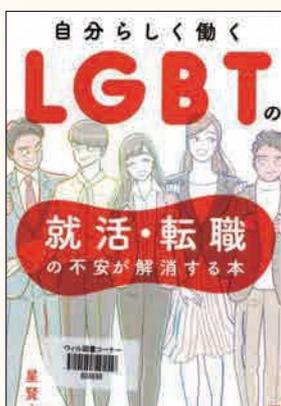
男女共生フロア・ウィル図書コーナーでは、男女共同参画に関する図書や行政資料、報告書のほか、女性のさまざまな問題解決に役立つ図書を中心に取り揃えています。今回は性的マイノリティと職業ライフをテーマとした書籍を中心に、2020年度に受け入れた図書の一部をご紹介します。

書名	著者	出版社
自分らしく働く LGBTの就活・転職の不安が解消する本	星 賢人	翔泳社
法律家が教える LGBTフレンドリーな職場づくりガイド	藤田 直介 他	法研
LGBTIの雇用と労働 当事者の困難とその解決方法を考える	三成 美保 他	晃洋書房

## 『自分らしく働く LGBTの就活・転職の不安が解消する本』

LGBTの就活生・転職者から実際に寄せられたリアルな不安に対する向き合い方と解決策をわかりやすく丁寧に解説しています。

「セクシュアリティの悩みが原因で、自分らしく働くことをあきらめたくない」、そんな思いを持つ方のための本。



## 『法律家が教える LGBTフレンドリーな職場づくりガイド』

LGBTをめぐる社会状況はめまぐるしく変化しています。

多様な個性を持つ全ての従業員が安心して実力を発揮できる職場をつくるには、どうすれば良いのでしょうか。

そのための施策構築のポイントや具体的な対応について法律家が提言します。



## 『LGBTIの雇用と労働 当事者の困難とその解決方法を考える』

LGBTIにとって働きやすい職場は、だれにとっても働きやすい職場と言えるのです。

有為な人材を得るために、企業が取り組まなければならないことは何か？ダイバーシティこそ企業の生き残り戦略。



..... どうぞお気軽に図書コーナーへお立ち寄りください。



ウィルの図書・DVDは枚方市在住・在勤・在学の方ならどなたでも無料で借りることができます。

ウィル図書カードがあれば一度に3冊まで（DVDは2点まで）2週間貸し出ししています。

**ウィル図書カードを作るには**

- ◆ 住所が確認できる免許証、保険証等のご提示をお願いします。
- ◆ 「男女共生フロア・ウィル図書カード登録票」にご記入していただくだけで図書カードを即日発行、その日から図書やDVDを借りいただけます。



## 枚方市人権政策室男女共同参画担当 2020年度実施講座

実施日	講座
9月30日(水) 10月9日(金) 10月15日(木)	<b>自立を目指す女性のための連続講座</b> ① 離婚が頭をよぎったら知っておきたいお金の話 ② 子連れ離婚～子どもとの関わり方～ ③ ママに役立つ、離婚にまつわる法律講座
10月29日(木)	<b>女性のための健康講座</b>
11月13日(金)	<b>自己主張トレーニング講座</b>
11月28日(土)	<b>男女共同参画講演会</b> ～ワーク・ライフ・バランス講座～ プロ主夫直伝！男の楽家事 ～男も楽しく家事をしよう！～
	<b>女性のための基礎から学ぶ起業セミナー (オンライン講座)</b>
2月24日(水) 3月2日(火)	① 「起業の心構えと実例」 ② 「起業に必要なお金の話」

定例交流会等	
4月21日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
7月4日(土)	<b>シングルマザーズ・カフェ(交流会)</b> マッサージ体験付
7月21日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
8月18日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
9月5日(土)	<b>シングルマザーズ・カフェ(交流会)</b> マッサージ体験付
9月15日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
10月20日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
11月11日(水)	<b>ひとり親制度説明会と シングルマザーズ・カフェ(交流会)</b>
11月17日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>
3月6日(土)	<b>シングルマザーズ・カフェ(交流会)</b> マッサージ体験付
3月16日(火)	<b>LGBTコミュニティスペース</b>

予定されていた以下の定例交流会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。

**ひとり親制度説明会とシングルマザーズ・カフェ**  
5月13日(水)

**LGBTコミュニティスペース**  
5月19日(火)、6月16日(火)、12月15日(火)、  
1月19日(火)、2月16日(火)

※恒例のイベント「枚方市男女共同参画週間事業」「ウィル・フェスタ 2020」及び「ウィル de シネマ」は、令和2(2020)年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。

表紙・本文イラスト/タツミカオ(絵本作家)



### 【編集後記】

性別に関わらず誰もがいきいきと自分らしく暮らせる社会の実現に向けて、男女共生フロア・ウィルでは様々な取り組みを市民の皆さんと一緒に進めています。今年度は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、2度にわたる緊急事態宣言が発令され、人が集まること、交流することが大きく制限されました。恒例のウィル・フェスタも開催が困難となり、他にも中止せざるを得なかった講座やイベントが多くありました。比較的状况が改善した時には、感染対策を行いつつ、いくつかの講座等を開催し、また初めてオンラインでの講座の試みも行いました。このような状況の中だからこそ、参加者の方々の「学びたい」、「繋がりたい」という意欲を、平常時よりも強く受け止める機会になったと感じています。今回の「モア・タイム」は、これまでより若干少ないページ数ではありますが、様々なテーマで充実した寄稿をいただき、読み応えのある内容となっています。今後も、ウィルでは各種啓発講座や本誌「モア・タイム」などの発行を通じて、男女共同参画をより多くの方により身近に感じていただけるよう取り組んでまいります。これからも男女共生フロア・ウィルをよろしくお願ひいたします。

## 2021年度女性のための相談案内 (祝日休み)

### 面接相談

女性が抱える様々な悩みを受け止め、自分自身の力で次へ進めるように女性相談員がサポートします。

● 要予約 1回50分

相談日 水曜日 午後1時～4時10分  
木曜日 午後2時50分～7時30分  
金曜日 午前10時～午後3時

### 電話相談 専用電話 072-843-7860

女性が抱える様々な悩みについて電話で相談できます。女性相談員が対応します。

● 予約不要 受付は終了時間の20分前まで

相談日 火曜日 午後3時～8時  
水曜日 午後1時～5時  
木曜日 午前10時～午後3時

### 法律相談

離婚問題、家族間のトラブル、相続など女性が抱える法律上の問題について女性弁護士が相談に応じます。

● 要予約 30分(1年度につき1回限り)

相談日 第1土曜日・第4火曜日  
午前10時20分～午後0時50分  
第2金曜日 午後1時20分～3時50分  
第3木曜日 午後5時20分～7時50分

## その他の相談案内 (祝日休み)

### LGBT電話相談 072-843-5730

性的マイノリティの当事者や家族などが抱える様々な悩みについて電話で相談できます。専門の相談員が対応します。

● 予約不要 受付は終了時間の20分前まで

相談日 第1木曜日 午後3時～午後8時

### 男性のための電話相談 072-843-5730

男性が抱える様々な悩みについて電話で相談できます。男性相談員が対応します。

● 予約不要 受付は終了時間の20分前まで

相談日 第1土曜日 午後2時～午後5時  
第4木曜日 午後6時～午後8時

《予約・お問い合わせ》

**枚方市男女共生フロア・ウィル**  
(ひらかたサンプラザ3号館4階)

TEL 072-843-5636 FAX 072-843-5637

● 平日・第1土曜日/午前9時～午後5時30分  
※ただし、火・木曜日は午後8時まで

● 休所日/第1土曜を除く土・日・祝日・年末年始

2021年3月

編集・発行/枚方市市長公室人権政策室(男女共同参画担当) 枚方市男女共生フロア・ウィル

〒573-0032 枚方市岡東町12番3号410号室(ひらかたサンプラザ3号館4階)

TEL 072-843-5636(枚方市男女共生フロア・ウィル直通)・050-7102-3239(人権政策室 男女共同参画担当直通) FAX 072-843-5637