

# TOKIMEKI ときめき

東久留米の男女共同参画情報誌

NO.  
66

2021 秋

特集

With コロナ時代の妊娠・出産・育児

～頼れる「地域の力」を知ろう！～

## Contents

02. ときめきインタビュー
04. 特集 With コロナ時代の妊娠・出産・育児  
～頼れる「地域の力」を知ろう！～
09. 「コロナ下の女性への影響と課題に関する研究会」報告書  
～誰一人取り残さない  
ポストコロナの社会へ～
10. フィフティ・フィフティ  
講座開催しました！
11. 書籍紹介  
第5次男女共同参画基本計画  
～すべての女性が輝く  
令和の社会へ～
12. フィフティ・フィフティから





# コロナ禍のお母さんたちを孤立させないために 地域で活動する助産師たち

公益社団法人 東京都助産師会  
東久留米・清瀬・西東京地区分会

副会長  
伊藤孝子いとうたかこさん

コロナ禍で妊婦さんやお母さんたちを取り巻く状況は大きく変化しました。里帰り出産や産後の手助けなど家族で支え合うことが難しくなり、お母さん同士の交流も減っています。産後うつも増えていると言われる中、これまで以上に助産師さんの存在はお母さんたちの大きな支えとなっているのではないのでしょうか。  
新生児訪問などの活動をされている伊藤助産師にコロナ禍での出産や産後うつなどについてお話を伺いました。

## 人の役に立てる仕事がしたい

短大卒業後、地元企業に10年間勤めました。その中で、「もっと人の役に立てる仕事をしたい」と思い、働किながら受験勉強し看護学校に入学。看護師免許を取得後、もう1年学校に通



新米ママと赤ちゃんの会／赤ちゃん勢揃い！

い助産師免許を取得しました。就職のために上京し、助産師として病院で勤務。結婚を機に東久留米市に住むようになり、クリニック、助産所で働きながら、出産、子育てをしました。  
2007年より、地域での戸別訪問、赤ちゃん会など、地域で仕事をするようになって14年が経ちました。

## コロナ禍での出産

コロナ禍で夫や母親が出産に立ち会う「立ち会い出産」ができない病院が多くなりました。妊娠中の過ごし方や分娩などを学ぶ両親学級を中止した病院も多く、代わりに動画配信をしたところもありました。開催した病院でも人数制限を設けるなど、両親学級を受講できなかった妊婦さんも多くいたそうです。そういった面で新型コロナ

ウイルス感染症が拡大し始めたころはお母さんたちから不安の声をいろいろ聞きましたが、現在はお母さんたちも割り切りができるようになり、訴えも少なくなってきた印象です。

入院中は、感染防止のために夫や両親との面会がほとんどできなくなったり、一方、助産師や看護師と話す時間が増え、ケアを濃厚に受けられたという側面もありました。

問題は退院して地域に戻ってからです。生後4カ月未満の赤ちゃんのいるすべての家庭を保健師・助産師が訪問する「新生児訪問」は実施していましたが、親子で児童館や子ども家庭支援センターなどに出かけて行く機会は大幅に減りました。感染を恐れ、外出しないことで安全を確保しようというお母さんも多いです。以前であれば、気軽に他のお母さんや助産師

に相談できていたことが今は思うようにできず、子育てなどで悩んだときは、インターネットで検索をしているようです。インターネットは便利ですが、情報の取捨選択の難しさもあります。何より、お母さんたちには誰かと直接話したいというニーズがあります。

## 新生児訪問から見えたこと

新生児訪問は赤ちゃんやお母さんの無事を確認し、子育ての相談に乗るための大切な事業です。新型コロナウィルス感染症の流行当初は、感染への不安から新生児訪問を断られることもありましたし、玄関の外でお話だけ、ということもありました。1年経って少なくともはなりましたが、今も訪問することに対して不安の声は聞か

れます。

また、感染拡大の影響で、里帰り出産も難しくなりました。里帰り出産をしない、実家からの支援もない場合は、お父さんが育児を取るといってご家庭が増えているようです。会社の理解も進んできたと感じています。テレワークが増えていることもあり、夫婦で協力して育児をしている人がとても多くなっています。お父さんが早めに仕事から帰ってくることで何とか乗り切ったという方もいました。また、ファミリー・サポート・センターや産後ドゥーラ（産後の育児家事支援）を利用した人もいました。

## SOSを出せる人や場所を見つけよう

コロナ禍で、出産後に精神的に不安定になる「産後うつ」が増えているとの報道を目にすることも多くなりました。

病院で働く助産師や地域で母乳相談の活動をしている助産師からは、お母さんたちからの相談が増えていると聞きます。1回の新生児訪問ではなかなか見えてこない部分があります。が、精神的な不調を抱えているお母さんは多いのではないかと感じます。

産後うつを予防するために大切なのは、お母さんが孤立しないことだと思います。他者とのつながりがないと自分の気持ちを訴えることができません。

あとは頑張りすぎないこと、何か変

だと感じたときにはすぐにSOSを出すことです。そのためには、日頃からSOSを出せる人を見つけておくことが大切です。

もしも産後うつかもしれないと感じたときは、まずはご家族に相談できるといいですね。健康課でも相談に乗ることができずし、病院を見つけた場合は探すお手伝いもできます。そこまでではないけれど、ちょっと誰かに話を聞いてほしいということもあると思います。そんなときには、匿名でも相談できる育児相談\*を利用するのもよいと思います。話を聞いてもらえるだけでも気持ちが楽になったり、考え方を変えるきっかけになったりするかもしれません。（\*相談先は特集ページで紹介しています。）

## 新米ママと赤ちゃんの会

「新米ママと赤ちゃんの会」は平成24年に始まった、産後3〜4月月の初産婦と赤ちゃんが対象の事業です。4回連続講座で、参加者同士で赤ちゃんのお世話の仕方、母乳やミルクなどについてゆったりと話ができます。清瀬市にあるNPO法人が実施しているのですが、お母さんたちからの評判がよく、東久留米でもやりませんか、という提案をいただきました。実際にやってみると、回を重ねるごとにお母さんたちの表情に変化が見られ、とても手ごたえがありました。お母さん同士が助け合って育児できることの魅力を感じて、助成金の活用や、企

業や大学などの協力のもと続けてきました。その後、母子保健法が改正され、行政が産後の支援をすることが努力義務となりました。そのような中で「新米ママと赤ちゃんの会」が令和3年度より市の産後ケア事業として安定して継続できるようになり、嬉しく思っています。

新型コロナウイルス感染症が拡大し始めた当初は、開催方法に悩みました。オンラインで何度かやってみましたが、「初めまして」のお母さんたちがオンラインの交流だけでつながっていくことの難しさを感じました。

そこで現在は時間を短くし、定員も減らした状態で実施しています。場所も人の出入りの少ない会場に変更し、お母さんたちが安心して来られるように工夫しました。

コロナ禍では以前のように他のお母さんたちとつながることが難しく



新米ママと赤ちゃんの会（2019年4月撮影）

なっています。しかしワクチン接種が始まり、お母さんたちの世代も接種が進んできたことで安心感も出てきているようです。「新米ママと赤ちゃんの会」の申し込みも去年より増えています。勇気をもって参加されて、お母さん自身にもお友達ができています。参加者はみんな自分と同じ状況。「多くを説明しなくても、一言でわかってもらえる」との声が多く聞かれます。「新米ママと赤ちゃんの会」は、気持ちを分かり合える仲間と出会う大切な場となっています。

## 市民の皆さんへ

お母さんたちには、地域とのつながりを大切にし、隣近所の方と日頃からよいコミュニケーションを築いてほしいと思います。

そして地域の方々には、ぜひ子どもがいる家庭のことも気にかけて、温かい目線で親子を見守ってほしいなと思います。

コロナ禍で人とつながることが難しくなり、これまで以上にお母さんたちの孤独感が問題になっていて感じています。今回、伊藤助産師にお話を伺い、お母さんたちが孤立しないために、家族や友達、地域とつながることやSOSを出せる場所を常に用意しておくことの大切さを改めて実感しました。感染対策をしながら、人と人とのつながりを大切にすることを意識していきたいと思っています。（モ）

# 妊娠・出産・育児 知ろう!~



## 児童館



児童館

市内に4館ある児童館は乳幼児(保護者同伴)・小学生・中学生・高校生世代がいつでも自由に遊べる施設です。乳幼児親子のあそびの場、交流の場として利用できます。

### コロナ禍での活動

全職員への意識向上指導、来館者の入口での検温、手洗い励行、室内換気、使用道具類の消毒などを徹底して行っています。

中央児童館は2階の乳幼児スペースが1番広い施設です。ソーシャルディスタンスを保った個別スペースを確保し、おもちゃも定期的に消毒

するなど、安心して遊んでいただける工夫をしています。緊急事態宣言中に「応援メッセージ」を掲示した児童館もありました。



### メッセージ

緊急事態宣言中など開催できない時期もありましたが、主に平日の午前中に0歳児から4歳児を対象としたさまざまな行事を行っています。

安心、安全に児童館を利用していただけようように感染対策を徹底しています。家にこもりがちになっていたり、育児で孤立したりしているお母さんたちに、ぜひ利用していただきたいです。気軽に参加してお話しませんか。職員一同お待ちしております。

- \*児童館利用には毎年度の登録が必要です。また、行事には事前申し込みが必要なものもあります。
- \*行事の内容が変更、中止になる場合があります。最新の情報は市のHPで4館それぞれの「児童館のおたより/乳幼児向けおたより」をご確認ください。



## 保育園



保育施設

保育園には「地域に役立つ保育園」という役割があります。今は新型コロナウイルス感染症の影響でなかなか実施できていませんが、離乳食講座や園庭開放、また保育園の夏祭りやお芋ほり(焼き芋)など、保育園に通っていないお子さんやお母さん・お父さんも参加できる行事を開催してきました。お誕生日会で、身長・体重測定や手形をとるなど、お子さんの成長と一緒に喜んでいる園もあります。

### コロナ禍での活動

入口での検温、手指消毒、室内換気、おもちゃや遊具などの消毒を徹底しています。また、保育園によってはコロナ禍での地域に向けた活動として、ぬり絵、魚釣り遊び、シールなどをセットした「おうちで遊べるグッズ」をお渡ししています。毎日補充しなければならないほど、子どもたちに好評です。



お家で遊べるグッズ



「お誕生日会」セット

### メッセージ

保育園では地域活動の一環として、施設を地域のお子さんたちに開放しています。今はコロナ禍で利用できない期間が続いていますが、施設の地域開放や乳幼児のためのスペース、プログラムが再開したときには、いつでもお子さんと一緒に保育園に遊びに来てください。

また、子育ての悩みやちょっとした心配事などは一人で抱え込まず、電話でもいいので保育園に相談してください。

子どもの成長はそれぞれ。子どもの力を信じて子育てを楽しみましょう!

### \*一時保育について

一時保育を行っている保育園もあります。申込制で一日の人数制限はありますが、お母さんが日々の子育てに疲れてちょっとほっとしたくて…と利用することもできます。

※地域活動の内容は、保育園ごとに異なります。詳しくは各園にお問い合わせください。

「保育所の地域活動事業」  
(サイト内の添付ファイルを開く)



メッセージ

それぞれの施設の皆さんから  
メッセージをいただいています  
\*令和3年6月取材

# 特集 Withコロナ時代の ～頼れる「地域の力」を



## 子ども家庭支援センター



子ども家庭支援センター

子ども家庭支援センターは、0歳から18歳未満のお子さん、子育てをしているご家庭に関する相談窓口です。乳幼児親子の遊び場もあります。地域の子育て支援活動の推進も図っています。「困ったな」と思ったら一人で悩まずにご相談ください。

### ■ コロナ禍での活動

本来であれば、交流スペースでたくさんのおもちゃで自由に遊ぶことができますが、コロナ禍では密にならないように遊ぶ空間を限定しています。一度の入室は乳幼児親子6組とし、入口での検温、手の消毒、室内換気、畳や棚、おもちゃ類の消毒など、対策は徹底して行っています。通常時は食事もできるのですが現在は中止しています。水分補給はOKでミルクのためのお湯も用意しています。助産師さんや栄養士さんが参加する定期的な会も、人数を制限しつつ開催しています。「ねんねの会」や「はいはいの会」、「わくわくおはなし広場」など、0歳児からの乳幼児の親子が参加できるさまざまな行事があります。詳細は「広報ひがしくるめ」や市HPをご確認ください。



メッセージ

昨年の利用者は前年に比べかなり減少しました。小さいお子さんの外出はなるべく避けていた方も多かったようです。感染対策もしっかり行っていますのでぜひご利用ください。スタッフは全員保育士、何気ない日常の育児相談もできます。家族がリモートワークのため家にいると気を使うからと利用される方も多く、子どもをたっぷり遊ばせて、自分もおしゃべりができて、気持ちが晴れたとおっしゃっていただくと私たちもとても嬉しく思います。



※駐車場あり。  
※東久留米市デマンド型交通「くるぶー」(利用登録)乗降場の一つです。

くるぶー

## 図書館



東久留米市立図書館

### コロナ禍での活動

普段は、わらべうたや絵本などで遊び方を体験したり、参加者同士の交流もできる小さなお子さん向けのおはなし会を実施していますが、コロナ禍では難しく、配信サービスという訳にもいきません。そこで、これまでのやり方だけではなく、図書館のホームページ上で年齢別のおすすめ図書の紹介や、関連情報のリンク集を掲載するなど、おうちでも図書館を利用できる方法を取り入れていこうと考え始め、取り組んでいます。



絵本の森(乳幼児と保護者向けの部屋)

市内には4つの図書館(中央・滝山・ひばりが丘・東部)があり、本・雑誌・CD・

紙芝居などを借りることができます。図書館ホームページでは検索や予約もでき、コロナ情報や学習に役立つサイトのリンク集など、さまざまな情報を発信しています。

図書館は、0歳から利用できます。1歳6カ月健診の際には、絵本と絵本リスト、図書館利用案内などをセットにしたブックスタートパックをプレゼントしています。

4館とも絵本のある部屋やコーナー、子育て情報の本棚があり、館内ではWi-fiの利用や、タブレット・インターネット端末を借りることもできます。

中央図書館には授乳・給湯ができるベビーケアルームや子どもが遊べる芝生の庭もあります。

メッセージ

図書館の扉は、赤ちゃんを含むすべての年代の方に、また利用に困難のあるどなたに対しても開いています。

勉強や息抜きのためにそっと使うもよし、困りごと解決のための情報収集に頼るもよし、ご自分のためにお使いください。

※写真はどちらも中央図書館

## 健康課

健康課  
「すくすく子育て相談」



健康課は滝山のわくわく健康プラザ内（1階）にあり、市民の健康に関するさまざまな取り組みを行っています。

妊婦さん向けにはマタニティ面談やプレ・パパママクラスなど、産後には新生児訪問、乳幼児健康診査、予防接種、子育て相談をはじめ、お母さんや赤ちゃんに関する多くの事業を行っています。

すくすく子育て相談（育児相談）は子育てについての相談を保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士が受けています。

### コロナ禍での活動

乳幼児健診は新型コロナウイルス感染症拡大の影響を考慮し、実施を中止していた時期があったことから、今は対象の月齢より少し遅れての案内になっていますが、3～4カ月児、1歳6カ月児、3歳児の集団健康診査を実施しています。

マタニティ面談は今年度からはZOOMによるリモートでの面談も可能になりました。

### メッセージ

コロナ禍での妊娠・出産は不安も多いと思います。心配なことはまず受診している病院に相談されることをお勧めします。また、妊婦さんご自身と同様に、同居されているご家族もぜひ十分な感染対策をお願いします。

健康課の健診や面談は、妊娠、出産、育児について、その時々心配事や悩みを相談できる貴重な機会です。子育て相談は月に1回の予約制ですが、相談日まで待てない、どこに相談に行ったらいいか、誰に話をしたらいいかわからない、というときにはお電話でご相談ください。予約制の相談だけではなく、いつでも相談できる場所があることを知っているだけでも気が楽になると思います。すぐに悩みの解決にはつながらないかも知れませんが、悩みを吐き出せる場所として健康課の相談をぜひご利用ください。

## ファミリー・サポート・センター

ファミリー・サポート・センター



ファミリー・サポート・センター（通称「ファミサポ」）は、子育ての手助けが欲しい人（ファミリー会員）と子育てのお手伝いをしたい人（サポート会員）がそれぞれ会員となって地域で助け合う組織です。

### コロナ禍での活動

ファミリー会員、サポート会員ともに感染防止のために、体調不良時には無理せず活動を取りやめることを約束としています。あわせて前日・当日の検温や体調のチェック、手洗い・手指消毒の徹底、マスクの着用や換気など、新しい生活様式での活動となりました。

ファミリー会員は542人で、支援を必要とする概ね0歳から10歳のお子さんがいらっしゃる方が登録しています。在宅ワークの増加で、お迎えなどの依頼が減少する一方、緊急事態宣言で移動が制限されて里帰り出産や遠方の両親の手助けが得られない方からの相談が増えました。

ファミサポは、会員同士の協力と信頼関係で成り立つ活動です。コロナ禍においては、より一層、会員同士の意思

の確認と信頼関係が大切になったと思います。お互いに感染をしない・させないために今は利用や協力を控えるという方、また、リスクはゼロにできないけれど、できる限りの対策のうえで協力をしたい・してほしいという方、どちらの気持ちも尊重して、必要な支援を届けられるよう努めています。

### メッセージ

長引くコロナ禍で、いつもどこかに不安や心配を抱える毎日だと思います。ファミサポを利用することに不安がある方も多いと思いますが、もし、利用してみようかな、手助けが欲しい、と思ったときはぜひ相談してください。すぐに利用しなくても、相談だけでも構いません。お手伝いできる内容を一緒に考えたいと思います。人とつながりにくい世の中になってしまいましたが、地域には頼もしいサポート会員がいます。こんなときだからこそ、皆さんをおつなぎしたいと思っています。



© ママ・ブロードウェイ  
クルちゃんメルちゃん

## 育児に疲れたら、ちょっと一息♪



### 今日 / Today

伊藤比呂美 / 著  
福音館書店（2013年）

すべてのお母さんに贈る、はげましの詩。子どもを育てる人にやさしく寄りそう、小さな本です。



### ママはテンバリスト （1～4巻）

東村アキコ / 著  
集英社（2008～2011年）

予想を裏切る息子の驚愕リアクションの数々…。初育児に毎日テンパリまくりのママを描いた、革命的面白さの新世代育児エッセイ！



ファイティ・ファイティにあります

### 「つらいのに頼れない」 が消える本 — 受援力を身につける

吉田穂波 / 著  
あさ出版（2018年）

人に頼ると自分も相手もhappyになれる！受援力（人に頼る力／助けを受け入れる力）を身につけよう！

## 東久留米の育児応援マップを作る会 (ままっぷ)

ままっぷは、東久留米での育児をもっと楽しく！をモットーに活動しているママたちのサークルです。東久留米で子育てするための情報を『冊子版ままっぷ』と『Web版ままっぷ』で発信しています。

最新版となる『冊子版ままっぷVol.8』は今秋発行予定です。市内協力店舗や児童館などの公共施設にて無料で配布されます。

また、未就園児とその家族を対象にした子育て広場を、毎週火曜日10時～13時(状況により時間の変更あり)にタネニハガーデンで開催しています。実際に会って話せる子育て広場で、誰でも参加できます。



『Web版ままっぷ』はこちらから→



### コロナ禍での活動

緊急事態宣言中は広場もお休みにになりました。私たちも子どもの休校・休園で身動きがとれなかった時期もありましたが、このようなときこそママ同士のつながりや子どもとの関わりが大切で、広場のような多方面でつながることのできる活動が必要であると考えています。

現在は屋外に場所を移し、感染対策を万全に行いながら開催しています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大前には当たり前に行っていたランチやお出かけができなくなり、生活が大きく変わりました。特に1人目の子どものお母さんは、なかなかお友達も作りづらく、子ども以外と関わる時間も少ないため、孤独を感じたり、小さな悩みを相談したりということができなくなっています。他の人の子育てを見たり、話を聞いたりする機会もないので、自分の子育てがきちんとできているのか不安に感じているお母さんもいます。

### メッセージ

東久留米での子育てが楽しくなるように、これから子育て中のご家族に寄り添っていけたらと思います。

一緒に子どもたちの成長を喜び、皆で、地域で子育てしていきましょう。

スタッフも全員が子育て中のママです。ぜひ気軽に遊びに来てください。

## 子育て中は 悩みがいっぱい

子育ての不安や悩みは、特集で紹介した施設などのほかにも、さまざまな相談先があります。一人で悩まずに、まず相談してみましょう。

※フィフティ・フィフティの「女性の悩みごと相談(P.12)」もご利用ください。

### <東京都の相談窓口>

#### 名前を言わずに電話相談

・よいこに (4152) 電話相談室 03-3366-4152  
月～金 9:00～21:00 土・日・祝日 9:00～17:00  
年末年始を除く



#### 休日・夜間に子どもが急な病気やケガをしたときに相談

・電話相談「子供の健康相談室」 #8000  
または03-5285-8898  
月～金(休日・年末年始を除く) 18:00～翌朝8:00  
土・日・休日・年末年始 8:00～翌朝8:00



#### LINEで気軽に相談

・子ゴゴロ・親ゴゴロ相談@東京  
平日 9:00～23:00(受付22:30まで)  
土・日・祝日 9:00～17:00 <友だち登録をして相談>



#### オンライン (ZOOM) で相談

・妊産婦向け助産師オンライン相談 (令和3年度)  
月～土 9:00～19:00 日・祝日 11:00～16:00  
年末年始を除く <事前予約制>



#### 女性の悩み相談サイト

・TOKYOメンターカフェ



### お買い物のついでにちょっと相談

※都合により、変更になる場合があります。詳細は各店舗にご確認ください。

・イトーヨーカドー東久留米店「マタニティ・育児相談室」  
3F 赤ちゃん休憩室 042-474-3311  
毎週金曜日 13:30～16:30(受付16:15まで)

・イオンモール東久留米「育児相談会」  
3F ベビーサロン  
毎週木曜日 12:00～16:00



### 24時間無料の電話相談 (厚生労働省の補助金事業)

・よりそいホットライン 0120-279-338 (つなくささえる)

### <東京都のお役立ち情報サイト>

#### 子育て情報をわかりやすくまとめた電子版書籍

・とうきょう子育て応援ブック



#### すべての男性の家事・育児参画をみんなで応援するサイト

・Webサイト「パパズ・スタイル」



#### 子育て応援ポータルサイト

・とうきょう子育てスイッチ



\*新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、開館・事業などの状況に変更が生じることがあります。ご利用の際は各施設等にお問い合わせください。

# お母さんたちの声

新型コロナウイルス感染症の感染が拡大する中で、初めての妊娠・出産を経験されたお母さんたちに、コロナ禍ならではの経験や思いを伺いました。

## 両親学校

### (中止や開催数の減少またはオンライン)

- ・沐浴の練習などができず出産後の生活が不安だった
- ・親になる心の準備ができにくかった
- ・他の人との交流、情報交換、出産に関する知識を学べる機会がほとんどなかったのは、辛かった



## 感染への不安

- ・産休に入るまで通勤が不安だった
- ・外出の機会が多い家族からの家庭内感染が不安だった
- ・夫や友人との時間をもっと楽しめたかった
- ・子どもを外に連れて出かけられない
- ・人とも会いにくくリフレッシュできない
- ・ママ同士の交流もできなくて寂しい
- ・胎児への影響が不安だった
- ・子どもを祖父母や曾祖父母に会わせることができなかった
- ・お宮参り、初節句などのお祝い事も親戚を招くことができなかった



初めての妊娠、出産なのに、経験のある友だちに話やアドバイスを会って聞くこともできず、「コロナでなければ……」と何度も思いました。コロナになってはいけないと神経質になっていました。

コロナでなければ、妊娠中、夫ともっと思い出旅行など行けたのにな、と思いました。

今回、コロナ禍で出産されたお母さんたちにお話を伺い、想像以上に孤独で不安な出産だったことが分かりました。

また、東久留米の各施設からは、コロナ禍でもできる限りお母さんたちを支えたいという熱い思いが伝わってきました。できることが制限されている中、各施設で工夫を凝らして対応されています。

子育ては地域で支えあってしていくものだと思います。一人で抱え込まず、ぜひいろいろな相談場所を頼ってほしいです。

(も)

※東久留米市産後ケア事業～新米ママと赤ちゃんの会～に参加されたお母さんたちに、アンケートにご協力いただきました。

## 健診・入院・出産 (付き添い・立ち合い禁止)

- ・一人で産み、入院生活も一人で寂しく過ごした
- ・孤独感と不安しかなかった
- ・心細くて寂しくて辛かった
- ・夫婦で喜びを共有しにくかった
- ・夫に一番初めに子どもを抱かせてあげることができなかった
- ・夫が父親になる準備ができなかった



切迫早産の急な入院で何の準備もできていなかったのに、それを相談する相手とのやりとりもままならなかった。メンタル的にもゆらぐ時期に、いつも以上にサポートを受けることができないという状態でした。

出産はいつ始まるかわからないのに、夫が立ち合うためには「出産前3日以内にPCR検査を受けている必要がある」と言われたときは、落ち込みました。

## 里帰り出産

- ・2週間の自宅待機が必要だったため、早めに夫と離れて帰省した。
- ・県外に住む夫と出産まで会えず心細かった
- ・コロナの影響で飛行機が減便になり、夫となかなか会えなかった

一カ月健診が終わるまでは「東京の人とは会わないように」と言われ、生まれたてホヤホヤの赤ちゃんを夫にみせられなかったのが心残り。

退院してからも緊急事態宣言が出ていたので、夫は子どもに会うのを控えた。新生児の間は会えず、初めて会えたのは生まれて1カ月たってからだった。早く会いたかっただろうと思うと、里帰り出産を選んだことを申し訳なく感じた。

## それでも…… 入院中にこんなことも!!!

- ・助産師さんたちがたくさん写真を撮ってくれた
- ・家族とビデオ通話した
- ・病院スタッフのサポートや励ましで頑張れた



新米ママと  
赤ちゃんの会

# 『コロナ下の女性への影響と課題に関する研究会』報告書

## ～誰一人取り残さないポストコロナの社会へ～

昨年9月、内閣府男女共同参画局は、新型コロナウイルス感染症の拡大が特に女性の生活や雇用に深刻な影響を与えているとし、「コロナ下の女性への影響と課題に関する研究会」を開催（座長・白波瀬佐和子 東京大学大学院人文社会系研究科教授）。

調査分析の結果、4月28日に発表された報告書で、●新型コロナウイルス感染症の拡大による影響は男女で異なり、女性の非正規雇用労働者が減少、女性の自殺者が増加 ●平時におけるジェンダー平等・男女共同参画の停滞がコロナの影響で顕在化 などの問題を明らかにしました。その概要をご紹介します。（ひ）

### コロナ下の緊急対応

- ・雇用面や生活面で女性に特に強い影響、格差拡大の懸念
- ・女性と女の子をコロナ対応の中心に据えることが重要（国連グテーレス事務総長）

#### 1. 女性に対する暴力

- DV相談件数の増加（前年同期比1.5倍）  
（2020年4月～2021年2月）
- 精神的暴力や経済的暴力も顕在化
- 給付金の世帯主給付の課題
- DV被害者の自立には経済的自立が重要
- 10代～20代の若い女性への支援策の強化が必要

#### 2. 経済

- 女性の多い産業や非正規雇用労働者に大きな影響
- 女性の所得はもはや家計の補助ではない
- 非正規雇用労働者の女性の収入状況にも留意
- シングルマザーの失業率が上昇。支援の強化が必要
- テレワークの受け止めに男女差。後戻りせずに柔軟な働き方を加速する必要
- デジタルスキルの向上を推進すべき

#### 3. 健康

- 女性の自殺者数が増加（前年比935人増）
- 特に無職者（主婦等）、女子高生の自殺が増加
- 妊産婦への十分な配慮が必要
- 医学・公衆衛生学でもジェンダーに着眼した検討を
- 男性への感染予防策の啓発を積極的に

#### 4. 家事・育児・介護（無償ケア）

- 休校は特に小学生の母親の就業に大きな影響
- 子供のいる有配偶女性の非労働力化が進行
- コロナ下で女性の家事・育児・介護の負担感が増加
- 男性の家事・育児参画の兆し。これをチャンスに

## ポストコロナに向けて 誰一人取り残さない社会へ

### ジェンダー統計・分析の重要性

- ◎男女別、都道府県別のデータ把握、既存統計の個票分析、オーバーサンプリング等、様々な手法で迅速、的確な実態把握と分析が重要
- ◎調査の実施のみならず分析にも予算・人員を

### ジェンダー平等・男女共同参画の取組、女性の参画

- ◎緊急対応に加え、経済的自立等の女性のエンパワーメントを拡大し、ジェンダー平等・男女共同参画の取組を加速させていくことを、政府、政党、地方自治体、民間企業、NPO等に強く求めたい
- ◎意思決定の場における女性の参画の推進を
- ◎政策論議に多様な視点を。ジェンダーに配慮した施策の実現を加速

### 制度・慣行の見直し

- ◎日本社会の根底にある固定的な性別役割分担モデルや制度等を見直す好機
- ◎変革のチャンスにできるかは、政府、企業、地域等そして一人一人にかかっている
- ◎女性の活躍の場が広がることは企業経営、経済にもプラス、国としても不可欠の課題
- ◎政府が先導的役割を担うことを強く求める

（『コロナ下の女性への影響と課題に関する研究会』報告書 概要より）

詳しい内容は内閣府男女共同参画局のHPでご覧いただけます。  
<https://www.gender.go.jp/kaigi/kento/covid-19/index.html>



# フィフティ・フィフティ 講座開催しました!

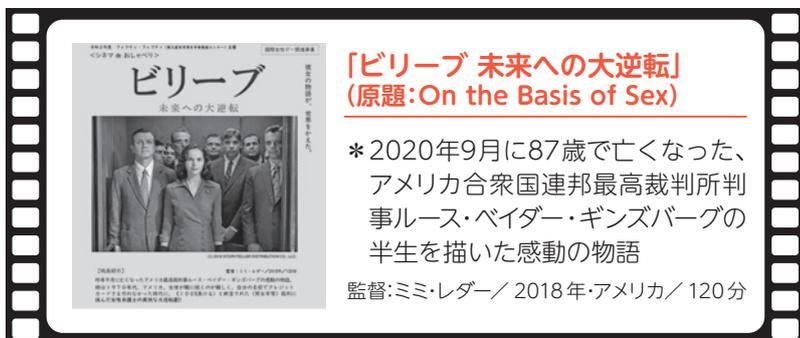
フィフティ・フィフティでは男女共同参画社会の実現に向けて、さまざまな講座・事業を開催しています。

## シネマdeおしゃべり

多くの方にとって親しみやすい「映画」を介して、男女共同参画やジェンダー平等についての関心と理解を深め、上映後のおしゃべり(自由参加)を通じて、多様な考え方や感じ方に触れる好評の企画です。

今回紹介する映画は、2021年3月に初回上映し、4月にアンコール上映した「ビリーブ 未来への大逆転」です。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、参加募集人数を従来の半数以下に絞りました。緊急事態宣言の発令を受けて、開催日の延期や時間の変更があったにもかかわらず、参加くださった皆さんは、この素晴らしい映画を楽しまれました。



### 「ビリーブ 未来への大逆転」 (原題: On the Basis of Sex)

\* 2020年9月に87歳で亡くなった、アメリカ合衆国連邦最高裁判所判事ルース・ベイダー・ギンズバーグの半生を描いた感動の物語

監督: ミミ・レダー / 2018年・アメリカ / 120分

1970年代。100%勝ち目がないと言われた史上初の男女平等裁判に挑み、爽快な大逆転劇を演じた女性弁護士ルース・ベイダー・ギンズバーグの実話をもとに描かれた伝記映画。

大学を首席で卒業するも「女性・既婚・ユダヤ系のため」弁護士として法律事務所に就職することは叶わなかった。やむなく大学で教職につき「法律と性差別」に関する講義を行う。その後、ルースは税法専門の弁護士である夫の案件をきっかけに、法律の中に潜む性差別を是正するため行政に対して訴えを起こす。

ギンズバーグ夫妻は、夫の病を期に1950年代としては非常に稀な平等な夫婦関係を築き、共働きで家事と育児を分担していたそうだ。この関係性は映画にも描かれ、とても重要な意味をもっている。なぜルースは性差別と戦ったのか。彼女自身が出自や性別により夢を諦めざるを得なかったからこそ、子どもたちが夢を叶える

ことができる未来のためでもあった。

印象的なシーンや台詞が多くあり、(さすが裁判映画だけあって)物語も整然として後味がとても良い。現代の日本と照らし合わせても、まだまだ男女、はたまた父母の役割について固定的な観念(ジェンダーバイアス)は存在すると改めて感じる。変化する社会と共に法律も変化し続けていかなければ、法律が性差別を許している以上差別はなくなる。ルースは米国社会に残る性差別に関して原告代理人として数多くの法廷闘争を手がけ、「性差別と戦う法律家」として全国的な名声を博するようになる。

1993年にアメリカ合衆国連邦最高裁判所判事に指名され、2020年9月に死去するまで、特に性差別の撤廃などを求める代表的存在としてアメリカで大きな影響力を持った。

(む)



諦めないで、これだけの事を成し遂げたのが、素晴らしいと思った

自分が就職したときの経験を思い出した

意識を持つということを大切にしていきたいと思う

家族の関係に感動した

男女平等の真意を改めて意識する機会となった

涙が出る場面が複数あった

人権意識を持つこと、一人ひとりが声を上げていくことが大切だと思う

### フィフティ・フィフティにあります

#### 関連書籍



「ルース・ベイダー・ギンズバーグ 信念は社会を変えた!」  
ジェフ・ブラックウェル&ルース・ホプディ/編  
あすなろ書房 2020年

#### 関連絵本



「大統領を動かした女性 ルース・ギンズバーグ 男女差別とたたかう最高裁判事」  
ジョナ・ウィンター/著  
ステイシー・イナースト/絵  
汐文社 2018年



## 書籍紹介

\*フィフティ・フィフティの蔵書の中から、今回はこの1冊をご紹介します。



### せかいでさいしょにズボンをはいた女の子

キース・ネグレイ／作 石井 睦美／訳  
光村教育図書／2020年／41頁

この絵本の主人公メアリー・エドワーズ・ウォーカーは1832年にアメリカ・ニューヨーク州オスウィーゴで生まれました。日本では江戸時代の幕末、天保時代です。

メアリーは最初にズボンをはいた女性の一人として知られています。その当時のアメリカでは女の子はズボンをはいてはいけませんでした。女の子が着ることができたのはドレスだけだったんです。今では考えられないようなことがアメリカであったのですね。

しかし、ただ一人メアリーは違っていました。そんなことおかしいと思っていたのです。そこで、メアリーはズボンをはいて町へ出かけました。すると町はもう大変な大騒ぎ。大炎上です。非難殺到で誰もいいなんて言わない。メアリーは不安になってなんで非難されるんだろうと父親に聞いてみましたが、はっきりとした答えはありませんでした。

眠れない夜を過ごしたメアリーは翌朝に決心しました。学校にズボンをはいて行こう！

しかし、町の大騒ぎは続いています。校門の前には大勢の人々がいて「駄目だよ！きみは男の子の服を着ているから」と言われたメアリーは「私は私の服を着ているのよ」と突破して学校に入り教室に覚悟して向かいました。はたして教室では……

メアリーは成長すると、女性にはあるまじきことと言われながら医者になり、女性初の軍医として南北戦争で北軍に従軍したそうです。大人になってもズボンをはいているという理由で何度も逮捕されたそうですが、その度にこう言いました。「私は男性の服を着ているのではありません。私は私の服を着ているのです」

医師を引退後、メアリーは女性の選挙権と好きなものを着る権利を訴え続けました。社会の常識や習慣を疑って一歩踏み出すことが新しい道を拓いていくことになるのです。

私たちが自由に好きな服を着られるのもメアリーの気持ちと活動があつてのことなのです。(つ)

\*フィフティ・フィフティの蔵書は1人2冊2週間まで貸し出しをしています。

## 第5次男女共同参画基本計画 ～すべての女性が輝く令和の社会へ～

(令和2年12月25日閣議決定)

男女共同参画基本計画は男女共同参画基本法に基づき、施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項を規定する基本計画です。2000(平成12)年に最初の男女共同参画基本計画が定められ、その後5年ごとに見直されています。第5次男女共同参画基本計画策定にあたっては、若者たちの意見を含め、パブリックコメント約5,600件など、多くの意見が寄せられました。

日本は主に政治・経済分野への女性の参加割合が低いことから、世界経済フォーラムが発表している最新の「ジェンダーギャップ指数」では156カ国中120位、主要7カ国(G7)中最下位という結果になっています。

政府は2003年に「社会のあらゆる分野において、2020年までに、指導的地位に女性が占める割合が、少なくとも30%程度となるよう期待する」との目標を掲げ、第2次

男女共同参画基本計画に、この「2020年30%」目標を盛り込みましたが、全体として未だ「30%」の水準には到達していません。

その要因は、①政治分野で立候補や議員活動と家庭生活との両立が困難、人材育成の機会の不足、候補者や政治家に対するハラスメントが存在すること等②経済分野で女性の採用から管理職・役員へのパイプラインの構築が途上であること③社会全体で固定的な性別役割分担意識や無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)が存在していること等が考えられます。

第5次男女共同参画基本計画では、「2020年代の可能な限り早期に指導的地位に占める女性の割合が30%程度となるよう目指して取組を進める」ことを目標としています。

第5次男女共同参画基本計画についての詳しい内容は内閣府男女共同参画局のHPでご覧いただけます。  
[https://www.gender.go.jp/about\\_danjo/basic\\_plans/5th/index.html](https://www.gender.go.jp/about_danjo/basic_plans/5th/index.html)



フィフティ・フィフティのコミックをご利用ください

フィフティ・フィフティの蔵書にはコミックもあります。コミックに描かれている人たちの生き方は、とても多様です。登場人物やさまざまな場面は男女共同参画を考えるヒントになります。

**すーちゃん／結婚しないでいいですか。**

益田 ミリ／幻冬舎

**その女、ジルバ**

(1～5巻)

有間 しのぶ／小学館

**ある奴隷少女に起こった出来事1**

あらい まりこ／双葉社

**傘寿まり子**

(1～12巻)

おざわ ゆき／講談社

**戦争は女の顔をしていない1**

小梅 けいと／KADOKAWA

**この世界の片隅に**

(前・後編)

こうの 史代／双葉社

**逃げるは恥だが役に立つ**

(1～11巻)

海野 つなみ／講談社

**義母と娘のブルース**

(上・下巻)

桜沢 鈴／ぶんか社

**うさぎドロップ**

(1～10巻)

宇仁田 ゆみ／祥伝社

**弟の夫**

(1～4巻)

田亀 源五郎／双葉社

**さよならミニスカート**

(1・2巻)

牧野 あおい／集英社

**生理ちゃん**

(1、2日目、3日目)

小山 健／KADOKAWA

ほかにもいろいろあります!

\*フィフティ・フィフティの蔵書は1人2冊2週間まで貸し出しをしています。東久留米市立図書館のHPでも検索できます。ぜひご利用ください。

男女平等推進センター (フィフティ・フィフティ)

■所在地 〒203-8555  
東久留米市本町三丁目3番1号(市役所2階)  
TEL: 042-472-0061  
FAX: 042-472-1131  
メール: fifty2@city.higashikurume.lg.jp

■開館時間 午前9時～午後5時

■休館日 土曜日・日曜日・祝日  
年末年始(12月29日～翌年1月3日)

■事業内容 講座開催／情報提供  
女性弁護士による法律相談／女性の悩みごと相談  
男女共同参画情報誌「ときめき」の発行  
図書コーナー／交流スペース



フィフティ・フィフティ

■専門相談のご案内

ひとりで悩まず、ご相談ください。

女性弁護士による法律相談

女性問題に詳しい女性弁護士が相談に応じます。  
(年度内1人1回限定)

相談無料 秘密厳守

女性の悩みごと相談

(女性限定)

親子の関係、恋人からの暴力、その他の人間関係や生きづらさなど、さまざまな悩みについて、女性カウンセラーが相談に応じます。

\*日程の詳細は毎月広報15日号(1月は7日号)に掲載。  
\*どちらの相談も予約制(先着順)です。  
\*詳しくはフィフティ・フィフティにお問い合わせください。

		専門相談予定表 (相談日/相談時間)				
	女性弁護士による法律相談 9:30～12:30	女性の悩みごと相談				
		①③⑤ / 10:30～15:30	②④ / 12:30～16:30			
		①	②	③	④	⑤
10月	1日(金)	8日(金)	11日(月)	18日(月)	25日(月)	
11月	5日(金)	1日(月)	8日(月)	15日(月)	22日(月)	29日(月)
12月	3日(金)	6日(月)	13日(月)	20日(月)	27日(月)	
1月	7日(金)		13日(木)	17日(月)	24日(月)	31日(月)
2月	4日(金)	7日(月)	14日(月)	21日(月)	28日(月)	
3月	4日(金)	7日(月)	14日(月)	25日(金)	28日(月)	

「ときめき」は

フィフティ・フィフティ、市役所、東久留米駅、図書館および生涯学習センターほか、市内各所で入手できます。最新号とバックナンバーは市のHPでもご覧いただけます。



ときめき

年2回発行。公募の市民による編集委員6人が企画編集しています。内容についてのご意見・ご感想は市民部生活文化課、またはフィフティ・フィフティ宛にお寄せください。

編集後記

- 新型コロナ感染拡大による女性たちの苦境は、研究会報告書の統計数値でみると一目瞭然！平時の男女格差が緊急時にはさらに拡大すると、あらためて感じました。(ひ)
- 編集作業の最中に新型コロナワクチンの接種が始まり2回済ませました。1回、2回目とも副反応がなくて安堵しました。今後の取材活動など今までよりのびのびできそうです。(つ)
- 講座レポートにて映画紹介文を担当。ドキュメンタリーや伝記映画を見ると関連作品も続けて見るのが常。昨今サブスクで無限に見られるのは嬉しいが睡眠時間を削るのは考えもの…(む)
- 相変わらず、先が見えないコロナ禍。いつになったら落ち着くのでしょうか？日本は？世界は？どの様になるのでしょうか？不安な日々が続きます。(ゆ)
- 孤独な育児を減らしたい！東久留米での育児がもっと楽しくなりますように！…そんな願いを込めて作りました。たくさんママ・パパに届きますように。(も)
- 私の出産時(小1の息子)には里帰りもでき、ママ友にもいろいろ助けてもらいました。コロナ禍でも、東久留米のパパ・ママが楽しく育児できるように力になりたいと思いました。(か)

No. 66 令和3年9月30日発行 編集発行/東久留米市市民部生活文化課 東京都東久留米市本町3-3-1 電話 042-470-7738(直通) FAX 042-472-1131