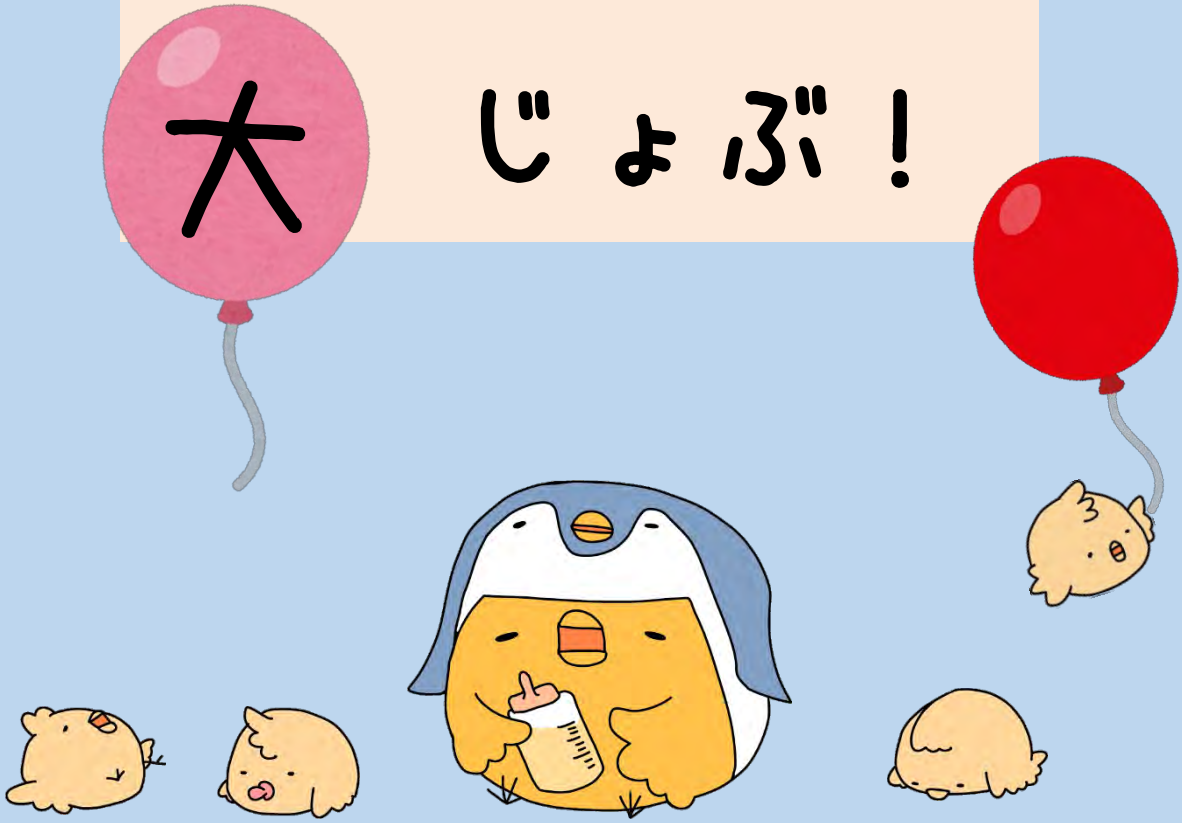
育児と仕事、どっちも大じょぶ！



ぴよぽんは、雄が子育てするぺんぎんを見習って子育てをがんばってみるようです。
でも、何をどうがんばればいいんだろう……？
図書館のマスコットのお仕事もあるのにな……

場所　　中野区立中央図書館　B1 階　ワークライフ支援展示コーナー
期間　　平成２８年６月２５日（土）～８月２５日（木）
問合せ　中野区立中央図書館　中野区中野２－９－７
☎03－5340－5070

NAKANO CITY CERTIFIED TOURISM RESOURCES
中野区認定観光資源
2014

パ　パ　の　子　育　て

「イクメン」という言葉こそメジャーになったものの、日本の男性の育児休業取得率はまだまだ低いのが現状。ここでは、育児をしない、あるいは参加できない男性やそのパートナーのために、男性の仕事と家庭の両立についてお話しします。

では、なぜ男性が育児に参加しない、できない原因は何なのでしょうか？　中央調査社が 2012 年に実施した「父親の育児参加に関する世論調査」（http://www.crs.or.jp/backno/No659/6592.htm）によると、「男性の育児参加の割合が低い理由」のトップは**「仕事におわれて、育児をする時間がとれないから」。**残業や休日出勤は当たり前、男性の育休などもってのほかという企業もまだまだ多く、仕事と育児の狭間で葛藤する男性が増えています。

『新しいパパの教科書』（NPO 法人ファザーリング・ジャパン，学研教育出版，2013，599／ア）では、「パパとしてのワークライフバランス」として、いくつかのポイントを挙げています。

タイムマネジメント

・生活を朝型にし、子どもが起きるまでの時間を趣味や家事に使う

・パソコンのデスクトップを子どもの写真にしたり、家族写真を机に飾ったり、家族の話題を口にすることで上司や同僚の理解を得る

・職場のワーキングマザーを見習う

育児と仕事はシナジーで

ワークライフバランス（折り合い）ではなく
ワークライフシナジー（相乗効果）を狙う

・子どもができたからといって趣味をあきらめず、子どもを自分の趣味に巻き込んだり、子どもの好きなことを自分の趣味にしたりする

・子どもに自分の夢を語り、仕事や人生を楽しんでいる姿を見せる

育休取得のススメ

いちばんのハードルは心の中にある！
チャレンジ精神やリスク管理能力、ストレス耐性などが高まり、結果的に出世につながることも……

・上司や同僚に数ヶ月前から相談し、休業中の対策や引き継ぎを行う

・上司だけでなく人事部を巻き込む

・評価や昇進・昇格基準を明確にしてもらう

一方、『忙しいビジネスマンのための 3 分間育児』（おおたとしまさ，ディスカヴァー・トゥエンティワン，2013，599／オ）では、昨今の日本では人員削減のため一人一人の業務負担が増えており、仕事も十分効率化されているため、さらに仕事を効率化したからといって早く帰れないのが現状と指摘します。ではどうすれば家族との時間を充実させられるかといえば、**量を増やすのではなく質を高める**こと。愛情を素直に伝える、長所を褒めるなど、**一言でも子どもの心に響く言葉を与えたり、**体を使う遊びやお絵描き、言葉遊び、折り紙など、**道具を使わない、あるいは身近なものだけを使う遊びを一緒に楽しんだり――。**

子どもが無邪気に父親を慕ってくれる時間は、短く貴重なもの。ささやかな工夫で、その時間をいっそう濃密なものにできるはずです。

Let'sさんかく アプリ
～男性の家事・育児に向けて～

内閣府男女共同参画局が提供する、男性の家事・育児等への参画を進めるための支援アプリです。

http://www.gender.go.jp/policy/sokushin/ouen/home/menshousework/lets_sankaku.html

ママになっても働きたい！？
ジョブ子さんといっしょに考える

あなたの望む未来のために
いまからできることが
あります！

ジョブ子さん

女性が社会で能力を発揮できるようになってきた現代では、「子供がほしい（いる）けど仕事との両立が不安（大変）」という悩みは多くの人が抱えているもの。「仕事を辞める？続ける？」「仕事の時間とのおりあいはどうやってつけたらいい？」ジョブ子さんといっしょに考えてみましょう。

まずは人生をプランニング！

出産しても同じ会社で働くか、辞めてパートやアルバイトに転向するか…事情はひとそれぞれですが、下記のようなデータがあります。

…女性のキャリア別生涯所得比較…

育児休業取得	２８歳で退職 ⇒３６歳で再就職（正社員）	２８歳で退職 ⇒３６歳からパート社員
２億３５０３万円	１億６７０３万円	４８２７万円

『これで解決。働くママが必ず悩む36のこと』毛利優子，日本実業出版社，2015，366.3／モ　より

これが現実か…！とガックリきた方もいるかもしれませんが、遅くはありません。あなたが望む未来の生活をよく分析して、今からやるべきことを逆算してみましょう。

また、『「産む」と「働く」の教科書』（齊藤英和・白河桃子，講談社，2014，367.2／サ）では一度辞めても正社員ではたらくための条件として以下のようなものをあげています。

- □ブランクは短く（３年以内）
- □派遣や契約でも、まず働きはじめる
- □３～４年後の正社員を目標にする
- □働いていたときの人脈は切らさない
- □常に「働きたい！」と周囲に伝える
- □「得意なことは？」の問いに提示できるものを持つ

時間は「つくる」で賢いママに

働くママはとにかく時間がない…。でも、効率や優先順位などうまく調整することで時間を「つくる」ことも可能です。『「働くママ」の仕事術』（金澤悦子，かんき出版，2015，366.3／カ）からいくつか抜粋してみました。

社内の打ち合わせなら３０分で十分

つい「１時間」とってしまいがちな打ち合わせ。しかしあらかじめ３０分としておくことで、「３０分しかない」という緊張感から要点をついた効率的な打ち合わせになります。

メールと電話は「手離れよく」を合言葉に

仕事上でのメールや電話のやりとりが散漫になったり、手間がかかっているのは時間のロス。留守電には要件を録音すればすぐ次の段階へと話が進みます。メールではタイトルで内容をわかるようにしておくのがおすすめです。

「できない」ことは、誰かに頼っちゃう！

周囲に頼れる人がいるなら、互いに無理のない範囲で助けてもらう。負担をお願いした時は、「**ごめんなさい**」ではなく「**ありがとう**」と添えるのがチームワークを生む鍵です。

育児と仕事を両立させたいのに…マタハラ・パタハラ

働く女性が妊娠・出産・育児をきっかけに職場で精神的・肉体的な嫌がらせを受けたり、解雇や雇いどめ、自主退職の強要で不利益を被ったりすることを「**マタハラ（マタニティハラスメント）**」といいます。日本では未だに第一子の誕生を機に６割の女性が仕事を辞めており、マタハラは人権問題であるだけでなく労働問題であり、ひいては日本の経済問題であるとも指摘されています。「産ませない社会」は同時に少子化を加速させ、国の存亡に関わる深刻な問題に発展しています。（『マタハラ問題』小酒部さやか，筑摩書房，2016，366.3／オ）

男性社員が育休を申請したり、保育園のお迎えに行くために残業せず帰ったりすると、「子育ては母親がするものだろう」などと上司が言って嫌がらせをすることを、「**パタハラ（パタニティハラスメント）**」といいます。「パタニティ＝Paternity」とは英語で「父性」のことです。現在企業で重要なポストにいることが多い 50 代以上の男性の場合は、仕事一筋で育児は妻に任せきりというケースが一般的でした。そのため、どうして父親が育児に参加するのか理解できず、このようなハラスメントが起こりがちだと考えられます。（『新しいパパの働き方ー仕事も家庭も！欲張りガイドブックー』NPO 法人ファザーリング・ジャパン，学研教育出版，2014，366.7／ア）

勤務時間に子どもを預かってくれる保育施設が足りない！

育児と仕事を両立するのに必要になるのが、働いている間に子どもを預かってくれるところです。２年前、東洋経済 ONLINE に「**保育園に入れない杉並区、中野区の実情**」（※1）という記事が掲載されました。その後、中野区の新設保育施設の増加等により、平成 26 年４月１日時点と比べ、平成 27 年４月１日時点で待機児童数が 69 人減少していますが、まだ 172 人の待機児童が残っています（※2）。待機児童の問題は中野区に限った話ではなく、その対策が急がれています。「子ども・子育て支援法」の改正により、こども園・保育所・幼稚園の預かり保育だけでなく、下記の施設の拡充もはじまっています。働き方により、利用する保育施設の幅を広げて探してみてはいかがでしょうか。

「家庭的保育」を利用する
定員５人以下の少人数の保育

「小規模保育施設」を利用する
定員６人以上 19 人以下の
少人数での保育

「企業の保育施設」や「ベビーシッター派遣支援」を利用する

企業主導型保育事業の、
費用助成が始まります。
http://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/outline/gaiyo.html

各施設の設置有無、受入人数等の利用基準は、各自治体にお問合せください。

参考 URL（いずれも平成 28 年５月 31 日閲覧）

※1　東洋経済 ONLINE　2014 年３月５日付記事　http://toyokeizai.net/articles/-/32167

※2　都内の保育サービスの状況について（平成 27 年７月 23 日東京都福祉保健局発表）
表4.区市町村別の状況より　http://www.metro.tokyo.jp/INET/CHOUSA/2015/07/60p7n200.htm

少子化だけど…

高齢化と相まって、大きな問題となっているのが少子化問題です。周囲を見渡して実感を覚える方もおいででしょう。併せて総人口が減少し、労働人口も少なくなるにも関わらず、高齢化は止まらない見込みのため、いびつな社会構造と各世代への様々な不都合が想定されます。

『少子化社会対策白書　平成 27 年度版』（内閣府，2015，R369.4／シ／15）で紹介される国の施策では、結婚・出産、子育て、教育、仕事と「各段階に応じ一人一人を支援」し、「結婚、妊娠、子供・子育てに温かい社会づくり」が謳われています。

ひとりで育てなくてはならなくなったら

少子化の原因の一つに、日本の社会通念上出産が結婚の次にくるステージであり、男性は 20%、女性は 10%を越える生涯未婚者が親候補から自動的に除外されるため、まず結婚から支援せねばならないという現状があります。といって、一人で親になるという選択肢は社会通念や経済的な面から取りにくい選択です。

ひとり親家庭に対しては、「母子及び寡婦福祉法」が改正されて平成 26 年に「**母子及び父子並びに寡婦福祉法**」となり、母子家庭だけでなく、父子家庭にも支援が拡充されました。東京都福祉保健局発行の『ひとり親家庭サポートガイド』（http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/hitoriosya_shien/seikatsu/supportguide.files/supportguide.pdf　平成 28 年 5 月 31 日閲覧）による解説では、単純な死別・生別だけでなく、生計を営む上での事実上のひとり親も含んでいます。何かの事情でひとり親になってしまうことはどの家庭でも可能性はあることでしょう。

国の仕事・子育て両立支援事業で企業主導保育制度が始まるなど、外枠の制度は整いつつあります。中野区も他人事ではない待機児童問題も、匿名ブログをきっかけににわかに盛り上がりをみせています。諦めてしまう前にまずは調べて相談してみましょう。

ひとり親家庭とは、次のいずれかに該当する方が 20 歳 未満の子供を扶養している家庭をさします。

- 配偶者と離婚した方
- 未婚・非婚の方
- 配偶者が死亡した方
- 配偶者の生死が明らかでない方
- 配偶者から遺棄されている方
- 配偶者が長期間海外にいるため扶養が受けられない方
- 配偶者が法令により長期に拘禁されているため扶養が 受けられない方
- 配偶者が精神または身体の障害のため、長期にわたって働くことができない方

※配偶者には事実婚のパートナーも含みます。

中野区の子育てについての情報は『**おひるね　子育て支援ハンドブック　平成２７年度版**』（中野区子ども教育部子ども教育経営分野／編，中野区，2015，H38/A/１５）にまとめられています。ｗｅｂ版（http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/241500/d007296.html）も用意されています。お住まいの自治体のサービスから、ご家庭に合ったサービスをどんどん活用していきましょう。

育児と仕事についての調べ方

検索の参考キーワード

適切なキーワードを使って、効率的に情報を探しましょう。

【育児休暇、イクメン、少子化、保育園問題・保活、ひとり親、マタニティハラスメント、パタニティハラスメント】

基本的な情報源で調べる

辞書・事典類で、テーマについて基本的な情報を入手しましょう。

書名	編著者	出版者	出版年	請求記号
男女共同参画白書　平成２７年版	内閣府男女共同参画局/編	勝美印刷	2015	R367.2/ダ/１５
ワーク・ライフ・バランスの視点から、育児と子育て、男性の子育て参加などの基本問題と統計をまとめる。				
人事・労務用語事典	日本経団連出版	日本経団連出版	2011	R336.4/ジ
第二新卒者、セカンドキャリア、退職準備プログラム、高年齢者雇用安定法など様々な用語の解説がある。				

図書資料を探す

●テーマの棚に行って探す

図書館では、関連分野ごとに図書が並んでいます。テーマの棚を実際に見て、図書を探しましょう。

請求記号	366.3	366.7	376.1	599	364.1
分野	育児休暇（労働条件）、職場のハラスメント	イクメン（労働者生活）	幼児教育、保育（所）	育児全般	少子化問題（社会政策）

●中野区立図書館の資料を探す

・図書館内の利用者用検索機（ＯＰＡＣ）

・中野区立図書館ホームページ　https://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/asp/WwKensaku.aspx

上記の場所にて、中野区立図書館の資料を検索できます。こんな資料が検索できます。

※中央図書館参考室所蔵の資料

書名	編著者	出版者	出版年	請求記号
東京都男女雇用平等参画状況調査結果報告書　平成２７年度	東京都産業労働局雇用就業部労働環境課／編	東京都	2016	G14/D/１５
育児・保育をめぐって　待機児童問題から児童虐待まで（現代を知る文献ガイド）	日外アソシエーツ株式会社／編	日外アソシエーツ	2013	R599.0/イ

●東京都内公立図書館に所蔵されている図書を探す

・東京都内の公立図書館の蔵書を一括検索。**「東京都立図書館統合検索」**

http://ufinity51.jp.fujitsu.com/cass/usrshd.do?tenantId=metro

・東京都内の公立図書館の新聞雑誌の所蔵の目録。**「区市町村立図書館新聞雑誌総合目録」**

http://www.library.metro.tokyo.jp/download/category/tabid/171/Default.aspx

●国立国会図書館ホームページで探す

・国立国会図書館所蔵の資料（本、論文、新聞、デジタル資料）のほか、都道府県図書館の所蔵資料を複合的に検索。

「国立国会図書館サーチ」　http://iss.ndl.go.jp/

●専門機関で探す

・女性に関する図書・資料の閲覧・貸出。**「東京ウイメンズプラザ」**

http://www1.tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp/library/tabid/100/Default.aspx

オンラインデータベースで調べる

参考室のインターネット端末では、以下のオンラインデータベースにアクセスして、雑誌・論文記事などを検索できます。

種　類	概　要
聞蔵Ⅱビジュアル	1926 年から当日までの朝日新聞の検索
日経テレコン２１	1975 年 4 月から当日までの日経４紙の新聞記事や企業情報などの検索
MAGAZINE PLUS	1981 年からの一般紙・総合誌の雑誌記事検索や学術論文などの検索
官報情報検索サービス	1947 年 5 月 3 日から当日までの官報記事の検索
WHO PLUS	歴史上の人物から現在活躍する人物まで、約３２万人のプロフィールの検索

こんな記事が検索できます　※平成 28 年５月27 日時点のデータです。

データベース	記事情報	掲載誌	請求記号
聞蔵Ⅱビジュアル 過去 1 年で検索 「イクメン」92 件	「いいお産の日」イクメンを学ぶ　高松でイベント	朝日新聞　香川全県版 2015 年 11 月 4 日朝刊　21 面	
	広がるイクボス同盟　１周年、３９社に仕事・育児両立へ「宣言」	朝日新聞 2015 年 12 月 9 日朝刊　10 面	
日経テレコン２１ 過去 1 年で検索 「イクメン」56 件	＜働き方ＮＥＸＴ＞人を活かす会社 本社調査、損保ジャパン日本興亜「９形態」、セブン&アイ「イクボス」柔軟に育児・介護、日立ソリュ首位	日本経済新聞 2015 年 10 月 5 日朝刊 1・21 面	
	イクメン　職場の壁厚く、育休妨害・嫌がらせ１割経験、働き方の変革カギに。	日本経済新聞　西部版 2016 年 1 月 26 日朝刊　社会面	
MAGAZINE PLUS 全期間で検索 「イクメン」98 件	転職成功に知っておくべき 3 ルート、4 エリアの常識	週刊ダイヤモンド 2016 年 1 月 9 日号　p. 51～52	雑誌
	シニアの独立・転職が地方を変える	Voice 2015 年 11 月号　p. 184～193	雑誌

中野区立図書館所蔵の朝日新聞・日本経済新聞では見られない、地方版の記事が見られます。

インターネットで調べる

内閣府子ども・子育て本部　http://www8.cao.go.jp/shoushi/

内閣府男女共同参画局「**男性にとっての男女共同参画**」　http://www.gender.go.jp/policy/men_danjo/

トップページからの道順：内閣府男女共同参画局トップ ＞ 主な政策 ＞ 男性にとっての男女共同参画

厚生労働省「**育ＭＥＮプロジェクト**」　http://www.ikumen-project.jp/i/

トップページからの道順：厚生労働省トップ＞ 統計情報・白書 ＞ 各種統計調査 ＞ 厚生労働統計一覧 ＞７ 雇用 ＞雇用動向調査

東京都『**福ナビ―とうきょう福祉ナビゲーション―**』

http://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/eip/01ninshin/service/03syussei/03_04sigotoikuji.html

トップページからの道順：福ナビホーム ＞ 東京の福祉オールガイド／妊娠出産 ＞ 仕事と育児など

東京都労働相談情報センター『**仕事と育児・介護等家庭生活との両立（ワークライフバランス）支援**』

https://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/business/support02.html

中野区『**中野区子育てナビ**』　http://tokyo-nakano-city.mamafre.jp/

中野区男女共同参画センター　http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/danjo/index.html

育児と仕事に関する、過去のパスファインダー

第 24 回南台図書館「少子化問題」

https://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/pathfinder/minamipass201524.pdf

第 16 回鷺宮図書館「お父さんと 子ども」

https://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/pathfinder/sagipass201316.pdf

おすすめ本リスト＆レビュー

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号
パパの働き方が社会を変える！	吉田大樹	労働調査会	2014	366.7／ヨ
「働くママ」の時間術	馬場じむこ	日本実業出版社	2012	159.4／バ
赤ちゃんにきびしい国で、赤ちゃんが増えるはずがない。	境治	三輪舎	2014	599／サ
「小１のカベ」に勝つ	保育園を考える親の会／編著	実務教育出版	2015	369.4／シ
家事労働ハラスメント	竹信三恵子	岩波書店	2013	366.3／タ
保育とは何か	近藤幹生	岩波書店	2014	376.1／コ

仕事と子育て 男たちのワークライフバランス

中間真一・鷲尾梓／著
幻冬舎ルネッサンス
2010 年
366.7／ナ

本書のメインは、育児に参加している男性たちのドキュメンタリー。駅から猛ダッシュして保育園のお迎えに向かったり、仕事中夕食の献立を考えてしまったり、子どもを公園に連れて行っても、他の母親たちになかなか声をかけられなかったり――。育児や家事の苦労が率直に、しかし温かく語られる一方、子どもの成長を間近で見守ることができ、妻との絆も強まる喜びも描かれます。父親としてのタイプ診断チャート、それぞれのタイプへのアドバイスも掲載。「イクメン」たちの奮闘ぶりに微笑ましさや共感を感じながら、自分のワークライフバランスを見直すきっかけにもなる好著です。

働きたいママの就活マニュアル

毛利優子／著
自由国民社
2015 年
366.3／モ

大学在学中に母になり、最初の就職活動から「子育てとの両立」を大前提に奔走してきた著者が、キャリアの途中で経験した人事担当者としての目線を織り交ぜながら「ママの再就職」をわかりやすく解説・支援する本著。第一章では国の機関が公表しているデータなどを提示し、私たちが置かれている状況を再認識させられます。「働き方の選択肢が広がれば、女性の生き方の選択肢も広がるはず！」という著者の言葉どおり、悩める女性にたくさんの選択肢をくれる一冊です。

育児言説の社会学

天童睦子／編
世界思想社
2016 年
361.6／イ

少子化
他

少子化問題も待機児童問題もここ二十年は深刻な問題としてあったはずなのに、どうして今頃盛り上がるのかといえば、インターネット発信の過激ともいえる文句からです。では既存のメディアはどのように育児を扱ってきたのか。主に雑誌の育児言説の変遷を取り扱った本書は実践的ではありませんが、千差万別である子どもや子育て事情がどのようにまとめられてきたかを概観できる内容となっています。

ルポ保育崩壊

小林美希／著
岩波書店
2015 年
369.4／コ

保育
問題

保育所経営の現状から「保育の質」の低下に懸念を示す本書がとりあげるのは、保育士不足や待機児童問題だけではありません。やっとのことで当選やキャンセル待ちの順が来て、こども園や保育所に子どもを預けることができても、保育の内容が公立と私立で異なったり、預け先と親との育児方針が異なっていて転園を余儀なくされたりと、その他さまざまな問題が存在しています。今、保育の現場で何が問題で、それが育児をする親や子どもたちにどんな影響があるのか、具体的に見直すことができる一冊です。