

男の困りごと相談

～仕事も家庭も大事だから～

人生に悩みはつきものですが、「男だから」、「男は仕事」という性別による固定的な意識により抱える悩みもあります。育児や介護を担っているのはもはや女性だけではなく、現代の男性が抱える問題や悩みについて男性学の田中俊之先生にご回答いただきました。

相談1 「介護が大変で・・・」 50代男性

老いた母をひとりで介護しています。他人に頼む事が出来ず、介護で仕事を休むことが多くなり、仕事との両立が難しいと感じています。

田中先生の回答

男性の場合、職場では1日8時間労働を基本として、多少の残業や休日出勤をこなすことが「普通」だと考えられています。なぜそのような働き方が可能なかと言えば、介護にかぎらず、家事や育児といった家庭に関わることは、女性が担うのが「当たり前」とされているからです。

したがって、母親の介護を一人でやろうとすれば、仕事との両立は困難であり、明らかに過剰な負担です。仕事と介護のどちらも十分にできないのは質問者の方の責任ではありません。まず、そのことをしっかり理解してください。

他人に頼めないということですが、実際に、誰かに相談をしてみたことはあるのでしょうか。男性は、人に弱みを見せたり、悩みを吐露したりすることが女性と比べて苦手な傾向があります。相談したからといって介護の負担が軽くなるとは限りません。しかし、自分の困難な境遇に理解を示してくれる人がいることで、間違いなく気持ちは軽くなるでしょう。ぜひ、男だからと胸にしまわず、自分の苦しい気持ちを外に出してみてください。



不安を感じている人の具体的な不安内容

- ◆自分の仕事を代わってくれる人がいないこと 33.5%
- ◆介護休業制度等の両立支援制度を利用すると収入が減ること 25.1%
- ◆介護休業制度等の両立支援制度がないこと 17.5%
- ◆介護サービスや施設の利用方法がわからないこと 13.1%

「仕事と介護の両立に関する労働者アンケート調査」より
三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社
2013年1月実施



相談2 「育児休業を希望したのですが・・・」 30代男性

夫婦共働きで家事・育児は分担していますが、定時になっても社内には退社しづらい雰囲気があります。また、育児休業取得を希望したら、上司から「周りに迷惑がかかる」「どうしても取得するなら出世に響くから覚悟しろ」と言われました。

田中先生の回答

「育児に積極的に関わりたいけれど、仕事が忙しくて子どもと接する時間が少ない。」私は市民講座を通じて、多くの子育て中の男性と会いますが、この悩みはもっともよく耳にするものです。30歳から40歳ぐらいまでの時期は、仕事が忙しく、責任も重くなる時期です。さらに、出世レースの真っ最中ですから、上司から出世にひびくと言われれば、育児休業の取得がはばかれるのは当然でしょう。

ただし、育児休業は男女問わず働く人に与えられている権利です。以前は配偶者が専業主婦だと制限されていましたが、現在ではそのような縛りもなくなりました。

子育てのために育児休業の取得や時短勤務を希望する男性に対する嫌がらせはバタハラ（パタニティハラメント）と呼ばれ、社会的に問題視されるようになってきました。上司の「周りに迷惑がかかる」「どうしても取得するなら出世に響くから覚悟しろ」という発言は明確にバタハラに該当するものです。権利として認められているのですから、堂々と育児休業を取得して、男性が育児休業を取りにくい雰囲気を変えていきましょう。

相談3 「定年退職しましたが・・・」 60代男性

定年後、時間をもてあましています。趣味もなく友人も少ないため、引きこもりがちで、妻との関係もぎくしゃくしています。

田中先生の回答

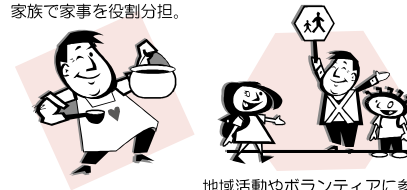
定年退職後は「『きょうよう』と『きょういく』が大切だ」と言われています。「きょうよう」とは「今日、用がある」、「きょういく」とは「今日、行く所がある」という意味です。仕事中心の生活を送ってきた男性は、地域に友人がおらず、趣味もないことが多いため、定年退職すると「きょうよう」も「きょういく」もないことに気がつきます。図書館のように冷暖房完備で、雨風がしのげ、無料の場所では多くの定年退職者を見かけます。読書もいいですが、もう少し人と交流しないと、充実した老後を送れないのではないのでしょうか。嘆いてばかりいても仕方がありません。地域の公民館などで定年退職後の男性を対象にした講座が開かれていると思います。ぜひ積極的に参加してください。地域に友だちができれば、出かける機会は格段に増えるはずですよ。そうすれば、奥様との関係もきっと改善していくと思います。

仕事も家庭もどちらも大事！ 自分の働き方を見直し、自らが望む生活スタイル、 人生を手に入れましょう！

趣味の時間でリフレッシュ！
スキルアップのために自己投資！



家族はひとつのチーム！
家族で家事を役割分担。

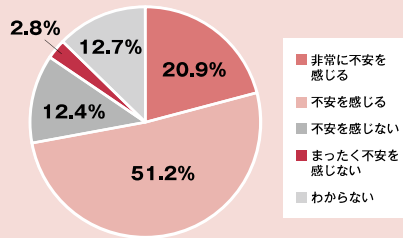


地域活動やボランティアに参加。
人脈や視野の広がりにつながる！



厚生労働省
イクメンプロジェクト啓発ポスター

就労者男性における 仕事と介護の両立に関する不安



「仕事と介護の両立に関する労働者アンケート調査」より
三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社2013年1月実施