



男女・社会みんなで考える

「妊娠・出産・育児・仕事」

広告特集

企画・制作＝日本経済新聞社クロスメディア営業局



「生み」「育て」そして「働く」こと。

当たり前の幸せに、誰もが手が届く国へ

少子高齢化の進むわが国では、2025年に65歳以上の高齢者が30%を超えると予想され、誰も経験したことのない未来像に不安が高まっています。子どもを増やし、活力ある将来へ転換を図るにはどうしたらよいのでしょうか。そのためには若い世代の未来への不安を和らげ、安心して子どもを持ち、生活できる社会を実現すること。それはもちろん女性だけの問題ではなく、この国で暮らす誰もが、今まさに考えねばならない問題です。「生み」「育て」「働く」ために私たちが知っておくべきことを3人の専門家に伺いました。

男女・社会みんなで考える「妊娠・出産・育児・仕事」 広告特集

妊娠の適齢期

男性も

心に留めて

日本生殖医学会理事長
慶應義塾大学医学部産婦人科教授

吉村 泰典氏



男女ともに考える、妊娠のこと

妊娠は非常に精妙なステップを必要とします。まず男女が性生活を持ち、数千万から数億個の精子が女性の体内に入ります。精子は子宮頸(けい)管を通り、その数を数千～数百に減らしながら卵管を卵巣の方へ進み、卵管で待機します。そして卵巣から1個だけ排卵された卵子は卵管采に捉えられ卵管膨大部に進み、たった1つの精子と結び受精します。

受精卵はすぐ分割をはじめ胚となり、子宮に向け移動します。受精後5～6日目ごろ、厚みを増し柔らかいベッドのようになった子宮内膜に着床、妊娠の成立です。排卵された卵子の寿命は1日だけ、タイミングがずれれば受精・妊娠しません。妊娠が成立しないと子宮内膜は剥離し、月経が起きます。女性は常に妊娠するための体作りを繰り返してい

るのです。

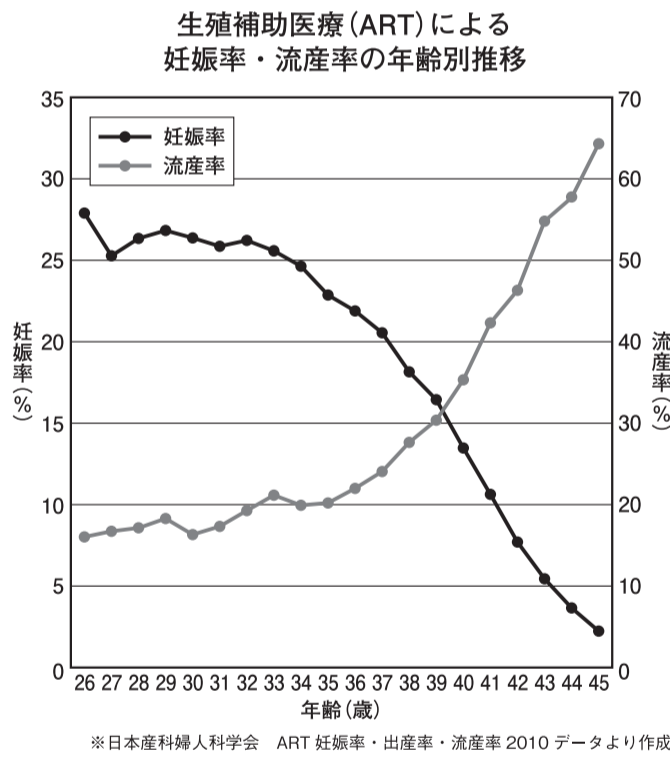
このときの体の変化は基礎体温から読み取れます。女性の体の不調はまず月経の変調に表れることが多いので、基礎体温をしっかりと把握することが重要です。

この妊娠の仕組みにも適齢期があります。私はそれを25～35歳くらいと考えています。25歳ごろには女性は肉体・精神ともに成熟し、社会的にも出産に適しています。一方、35歳ごろになると卵子は「老化」を始めます。卵子の細胞質が変性し受精しなかったり、受精しても胚が発育しないなどの障害が起きやすくなります。また、染色体異常の増加も卵子の老化が主な原因です。

日本では晩婚化の影響もあり、多くの方が不妊治療を受けています。年間約24万件的体外受精が行われ、世界第1位です。しかし今、妊娠率は急激に落ちています。卵子の老化は医学的に防げず、体外受精や顕微授精なども極端に成功率が下がるのです。

無論、不妊は女性だけの問題ではありません。精子の減少や運動力の低下など30～40%は男性側の要因と考えられます。そのため、不妊治療の診断にはまずカップルでの来院が基本です。男性側の診断で女性への無駄な負担も避けられます。

25～35歳は働く女性にとってキャリアを確立する大切な時期。子



どもをつくることは考えにくいという人も多いかもしれません。しかし妊娠の機会が少ないことで、現代の女性は長い期間月経にさらされ、それが子宮内膜症など妊娠しにくくなる病気の引き金にもなるのです。

妊娠にも適齢期があることを、女性のみならず男性も心に留めてください。そして、通常の性生活を送っても子どもに恵まれないと感じたときはお二人で気軽に産婦人科に来院してください。周囲の理解・協力も求めながら、子どもを持つことを真剣に考えていただきたいと思います。

大学で「妊娠の知識と両立の妊活講座」のボランティア授業を行っています。サラリーマンの平均年収は409万円(2011年)。子育て期を養えるほど収入のある男性を望めば、結婚は遅れ、出産も遅れます。一方、仕事に打ちこむ女性は出産後長時間労働ができないので、出産を先延ばしにします。結婚や出産の先延ばしで加齢からの不妊に悩む人も増え、現在では子どもの約37人に1人が体外受精児です。仕事と子育てを両立できない現状こそ、少子化の悪循環の根幹なのです。

行政や企業は両立支援をしてきましたが、第1子出産後の1歳児を持つ母親の仕事の継続率は、この25年間ほとんど変わらず2～3割です。10年に3割を超えましたが、先進国の中ではまだ低い水準です。女性がもっと安心して、出産・子育てと仕事を両立できる社会の実現には、日本全体が雇用・労働慣行を根本から変えていかねばなりません。

まず、必要なのは柔軟な働き方や評価システムです。毎日夕方5時に帰る人と、その人の仕事のカバーで遅くまで働く人が同じ給与額では、子育てを応援する土壌は培われません。例えば、フランスの企業のように社員が就業時間割合を自ら60%、70%と選択し、それに見合った給

与を受け取る方が出産・子育てと仕事を両立しやすい職場環境が生まれると思います。

また、日本では20～30歳代前半に出産すると、今までのキャリアから外され、戻れなくなります。仕事志向の女性は出産が仕事かの二者択一を迫られます。「女性の出産のタイミングは取り戻せない」ことを企業や社会は意識し、出産する女性に不利にならない柔軟で復帰可能なコース設定が必要です。

そのために変革の舵(かじ)をとるのは企業トップの役目。そして変革を企業風土として定着させることが、企業だけでなく日本の未来も支えるという自覚がほしいと思います。

女性たちも「出産をあきらめず、夢を持ち仕事を続ける」という強い決意を手放さないでください。もちろん周囲の理解や協力も重要です。夫婦の場合、一番の理解者はやはり夫。就業継続の背中を押し、可能であれば住まいは妻の職場の近くを選ぶ。何より自分も早く家に帰り、夕食を一緒に囲んでほしいと思います。そうした男性が増えれば企業の風土や体制も変わるはずですよ。

働くこと、子どもを産むこと、今の女性は多くのことを望み、また望まれていて。女性が生き生きと子育てと仕事に打ち込める社会を目指し、皆でサポートしていきましょう。

子育てと仕事を両立するには

未来のため 企業トップが 変革へ舵を

少子化ジャーナリスト
白百合女子大学非常勤講師

白河 桃子氏



生まれてきた子どもを守るために

子育てをする現代の親たちは孤独です。昔は大家族が一般的で、子育て中の夫婦や、赤ちゃんが身近にいました。面倒臭いのご近所もいて、子育てについて相談できたり知恵を借りたりできたのです。今の親たちはあまり周囲に頼れない分、自分で知識を得る必要がありインターネットなどに頼りがちです。ただ、ネットは広範な知識を得られる代わりに、極端な意見などに引きずられる危険性はほらんでいます。

子どもを持つからこそ、様々な人々との出会いを大切にしましょう。今はいろいろ機会がありますが、最後に頼るのは専門家です。乳幼児検診を含めて、良い情報を集めてく

ださい。

特に正しい知識を身につけてほしいのが予防接種についてです。生まれたばかりの赤ちゃんは母親から受け継いだ「母子免疫」により、半年ほどは感染症に対するある程度の抵抗力を持っています。しかしすべての病気が防げるわけではなく、新生児期から重い感染症にも実際にかかり

ます。子どもに深刻な影響を与えるこれらの病気の中にも、ワクチンを接種することで防げる病気(VPD)があります。ただ残念なことに、かかる可能性は低いだから希望者だけが接種すればよいのでは、と考える人もいるのです。

感染症だけでなく病気には「うちの子に限って」ということはありません。それなのにVPDに対し、なんら予防を講じないのは育児放棄(ネグレクト)とすらいえます。もちろんそれは親だけの問題ではなく、危険な感染症のリスクと予防のための有効な手段について周知徹底しなかった国や行政のネグレクトでもあります。

日本でもようやく乳児に必要なワクチンが一通り打てるようになりました(図)。この中には「受けなくともよい」ものは一つもありません。以前に比べ種類は多くなっていますが、ぜひ同時接種を活用してください。同時接種は欧米では25年以上前から実施されており、何も問題は発生していません。スケジュール表を参考に生後2カ月から早めに接種を済ませれば、それだけ病気で苦しむリスクが減り、他の人にうつすリスクも減ります。

ワクチンは感染の拡大を抑えることで、未接種の人、体質により接種できない人などを守る「集団免疫」の効果も持ちます。多くの人がワクチンをより正しく理解することは、わが子の健康を守るだけでなく、これから集団生活を共にする他の子どもたち、そしてコミュニティー全体をも互いに守ることにつながります。それは今求められる「絆」そのものの姿ではないでしょうか。



ワクチンが わが子と社会を 病気から守る

日本赤十字社医療センター
小児科顧問

蘭部 友良氏

