



## 子育てと研究生活



京都大学こころの未来研究センター准教授

**内田由紀子** (うちだ ゆきこ)

2003年、京都大学大学院人間・環境学研究科博士課程修了。博士(人間・環境学)。ミシガン大学およびスタンフォード大学客員研究員、甲子園大学人文学部心理学専任講師、京都大学こころの未来研究センター助教を経て現職。専門は社会心理学、文化心理学。

### 遠距離結婚生活の中での決断

2009年冬、長い海外出張から戻ってまもなく、実は小さな命と一緒に旅していたのだということが判明しました。喜ぶと同時に、大事な時期に無理をしてごめんね、なんとか頑張っ！とまだ見ぬ小さなわが子に向けて祈りました。

私たち夫婦は子どもを望んでいましたが、初めから迷いがなかったわけではありません。2003年に結婚して程なく夫は東京、私はミシガンと、遠距離生活を余儀なくされました。私が西海岸に移り、日本で職を得て兵庫県、さらに京都へと異動、距離は少しずつ縮まりましたが、ともに暮らせる日が来るあてはありません。その状況で本当に子どもをきちんと育てられるだろうか？と自問しました。そんななか、後押ししてくれたのはアメリカの女性研究者たちでした。子育てを何者にも代え難いものとして楽しみながら第一線で活躍する彼女たちの姿を見て、制度・文化の違いがあるとはいえ、やってやれないはずはないという気持ちを強くしました。大学院時代の研究室仲間であった夫が、研究者の生活を理解してくれていることも大きな支えになりました。私たちは以前から育児分担について話し合い、出産後1年間は夫が育休をとることに決めていました。夫は職場で「子どもができれば育休を取得したい」という希望を伝えていたので、妊娠がわかると同時に正式に申し出た後にはスムーズに事が運びました。男性の長期

育休取得についてはケースが稀少で周囲が予想していないことが多いため、前もって理解を得ておくことはやはり重要だったと思います。

### 夫の育休

つわりや切迫早産に見舞われ、妊婦生活は想像以上に大変でしたが、無事に2009年10月に男児を出産、年明けには夫がやってきて京都で3人家族の生活がはじまりました。主夫生活に最初はとまどっていた夫も、家事や育児の楽しさにはまり、ママたちばかりの児童館のイベントに参加したり、息子を抱っこヒモに入れて京都の寺社庭園を巡るなど、子育てライフを満喫していました。折しものイクメンブームもあり、男の育児に対する周囲の反応が良かったことにも助けられました。「小さい頃はお父さんよりお母さんが必要でしょう」という意見も稀にありましたが、父親に嬉しそうに抱っこされている息子の顔を見ていると、そのような声は気にならなくなりました。

一方で私は、当時の制度では夫婦同時の育休取得が不可能だったこともあり、産後3ヵ月での復職となりました。自宅と職場が近く、すぐに授乳に戻ることができたのは幸いでしたが、子どもは丸々と育つ一方で私はしばしばめまいや高熱に苦しみました。妊娠中からいくつかの仕事を断念することが相次いだこともあり、研究仲間たちの活躍が「遠い世界の出来事」のように感じられました。そのようななかでも職場や共同研究者に

支えられ、計画の実行や成果の発信が途切れずに済んだことには本当に感謝しています。産後半年以降はなんとか体力も回復、徐々に「研究者モード」の割合を増やすことができました。とはいえ、妊娠前ほどの時間の確保は無理なので、現在もタイムマネジメントの方法を模索中です。

### 欲張りすぎずに楽しもう

息子が1歳3ヵ月になった今年1月、夫は東京に復職しました。追い打ちをかけるように、保育園の入園も3ヵ月間の待機となりました。両親のサポートのおかげでなんとか乗り切りましたが、子育て支援の充実は必須だと思います。

これまで私が出た教訓は、①欲張らない、②やれる時期にはきちんと頑張っておく、③子どもと自分の体が資本、④家族や職場などに感謝し、サポートがあるならありがたく受ける、⑤基本的には楽観的であること——です。

子育てしながらの研究生活はもちろん大変な面もありますが、実際には子どもに助けられることが多いです。子どもはほんの赤ちゃんのうちから親の感情に敏感で、私がしんどいときには不安気な、リラックスしているときには安心した表情を浮かべます。やはり子どものためにも研究と子育ての良いバランスを保っていきたいと思います。

最後に、絶え間ない支援をいただいた職場や共同研究者の皆様へ心から御礼申し上げます。