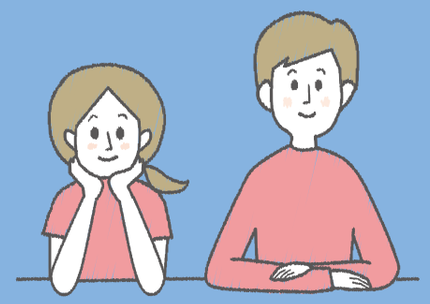
LIFE×DESIGN

宮崎県 こども政策課
TEL：0985-26-7056
E-mail：kodomo-seisaku@pref.miyazaki.lg.jp

わたしらしい
ライフデザインってなんだろう？
自分で選ぶチカラが、
自分を生きるチカラに変わる



ライフデザインを考えるために

令和2年度ライフデザイン事業報告書

宮崎県こども政策課
2021年3月

LIFE×DESIGN

わたしらしいライフデザインってなんだろう？
自分で選ぶチカラが、自分を生きるチカラに変わる

ライフデザインを考えるために

令和2年度ライフデザイン事業報告書

はじめに

Introduction

このパンフレットは、県内の高校生、大学・短大等の学生をはじめとする若い世代の方に対し、一人ひとりのライフデザインについてイメージしてもらうために行った「令和２年度ライフデザイン事業」の取組について紹介するものです。
これからの人生をどう歩んでいきたいか…このパンフレットを通じて、あなた自身の未来について考えていただければ幸いです。

目 次

Content

コンセプト……01
ライフデザインフォーラム ……02
ライフデザインを考える出前講座……04
学生が考えるリプロダクティブ・ヘルス／ライツ …12

コンセプト

“ライフデザインってなに？
それに、わたしらしいライフデザインなんて言われてもよくわからない…”

そんなふうに感じる人もいるかもしれません。
でも、難しいことではないのです。

ライフデザインとは、
自分がこれから歩んでいく人生の方角や距離、スピードを見定めること。

暮らすこと。働くこと。生きること。
それらは、とてもシンプルで当たり前のことのようにも思えますが、
そこにこんな変数を加えてみると…

「誰と」「いつ」「どこで」「どのように」

あなたのライフデザインの可能性はぐんと広がります。
そして、そこから、なにを選び取るかはあなた次第。

わたしらしいライフデザインってなんだろう？
そんなシンプルだけど、とても大切なことを考えてもらうことが、
このパンフレットの役割です。

これから迎えるかもしれない就職、結婚、家族との関係など…
「仕方ない」とネガティブに選ぶより、「私はこれ！」とポジティブに選んでほしい。
きっと、それがあなたの豊かな人生につながるはずだから。

さあ、自分で選ぶチカラを身につけて、あなたらしい人生を楽しんでください。

〈ファザーリング全国フォーラム in みやざき〉

シローとここねフシギ親子のトークセッション ～親子で考える生き方、働き方、暮らし方～

このイベントでは、エフエム宮崎「レディオパラダイス耳が恋した！」のパーソナリティとしておなじみの濱田詩朗さんと、その娘である女優の濱田ここねさんをゲストに迎え、「親子だから話しづらい」「親子だからこそ話しておきたい」…そんな生き方や親子の関係について話していただきました。

日時／2020年8月29日（土）13:00～14:30　場所／JA AZMホール（大研修室）※YouTube同時配信
ゲスト／濱田 詩朗さん（エフエム宮崎ラジオパーソナリティ、ミュージシャン）、濱田 ここねさん（女優）
進行／膳 憲太さん（エフエム宮崎）

◀写真左から
濱田 ここねさん、濱田 詩朗さん

子どもの決断と選択を支える親の覚悟

膳 お二人は結構普段から仲良しですよね。

詩朗 結構会話はするし、家族でもいろいろ出かけるほうですね。

ここね 私にとっては当たり前だけど、友だちには驚かれます。小学生の頃、東京へ行って女優のお仕事をするために、父と離れて暮らしていた時期があります。そのときの経験から、親子でも一緒にいることは当たり前ではないんだと感じ、「親子の接し方」を考えるようになりました。

膳 ここねさんは芸能界に入るという大きな「選択」をしましたが、その時の心境はどうでしたか？

詩朗 本人が「やる」と決めた以上、応援するしかないと思いました。親としてできるのは、疲れたときにいつでも帰ってこられる場所を準備しておくことぐらい。単身で挑んだ映画の撮影から帰ってきたときは驚きました。親以外の人との関わりや家庭以外の環境で子どもは大きく成長するんだと実感しましたね。

膳 ここねさんは、これから人生の選択について何か考えていることはありますか？

ここね 好きなこと、興味があることにどんどん挑戦したいですね。いろんな職業や資格にも興味があります。

詩朗 僕は子ども自身の気持ちをじゃましないように心がけています。僕自身も親から「やれ」と強制はされなかったし、中学時代の恩師も親に「好きなことをやらせてください」と説得してくれた。挑戦してうまくいかなくても、自分で選んだ道だったら踏ん張れますよね。

自分がやりたいと思うからこそ、失敗しても成長できる

膳 このイベントに先立って、アンケート調査を行いました。『性別にこだわらず本人の個性を尊重して育てた方がいいと思う』という考えには賛成の人が多いようです。

ここね 周囲の意見や性別に関係なく、自分自身がやりたいこと、やれることをしたいです。自分がやりたいと思うから、失敗しても成長できるんじゃないかな。私は、人と違うことは自分自身を持っていることだと思います。

膳 『子どもの進路はある程度子どもに任せた方がいいと思う』という考えについてはどうですか？私の場合、自分が経験したことは経験値として「こうした方がよくなる」と教えたくなってしまうんですよね。

詩朗 一人一人の人生なので自分が正解と思えば正解。挑戦して壁にぶつかっても自力で解決できるようになってほしいので、僕はなるべく口は出さないようにしています。

子ども自身が選び、挑戦する人生を

膳 親と子の理想的な距離感、立場についてどう考えますか？

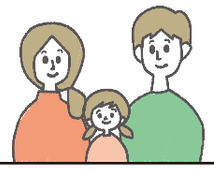
ここね 今の関係を大切にしたいです。厳しいことも言われるけど、自分のことを思って言ってくれているのがわかるのでありがたいです。

詩朗 子どもの選択に対して不安はあっても結局は子ども自身の人生。自分で選ばせたいし、いろんな挑戦をしてほしい。もちろん失敗することもあると思いますが、それを必要以上に恐れるより、親自身が楽しむ姿を見せる方が子どもは何かを感じてくれるんじゃないでしょうか。

膳 「親だからこうしなくては」ということではなく、一人の人間としての自然体を子どもに見せることは素敵ですね。今日はありがとうございました。

参加者の声

- 他の家族の子育てに対する考え方を知ることができた。
- なかなか他の父親と子どもの話を聞く機会がないので、面白いと感じた。
- 親子関係の参考になった。
- 一つの例として話を聞いて、自分がどのような親であるべきかを考えることができた。



自分で決めるからこそ楽しい！学びながら、私だけの味わい深い人生を実現しよう

講師にお迎えしたのは林田香織さん。千葉県からオンラインでの登壇となりましたが、離れていることを感じさせない温かく楽しいお話に、生徒の皆さんも聞き入っていました。意識調査やドラマのセリフを取り上げたグループディスカッションでも多くの意見が出ていたようです。

日時／2021年1月25日（月）9:00～10:40　場所／宮崎県立宮崎農業高等学校
対象／生活文化科 2年生

『これから先』を考えるヒント

林田 香織さん
ワンダライフLLP代表

日米の教育機関で日本語教育に従事。結婚・出産等を経て2010年ロジカル・ペアレンティングLLP（現：ワンダライフLLP）を立ち上げ、子育て世代の支援に取り組む。自治体や企業において、両立支援セミナー、夫婦向けコミュニケーションセミナー等の講師を多数務める。また、ファザーリング・ジャパン、コヂカラ・ニッポンなどNPO法人の理事としても活躍中。

私は「研修講師」として働いていますが、こんな仕事があるって知っていた人はどのくらいいますか？「仕事」というと学校の先生や看護師、医師といった職業を思い浮かべますが、世の中には本当に多くの仕事や職業があります。だから、皆さんの将来の仕事も今はっきり決めるのは難しいよね。私は研修講師の他にNPO法人理事、執筆、イベント司会などの仕事もしますが、最近は私のように複数の仕事を持つ人が増えています。ひとつの仕事にとらわれず、好きなことも諦めずやっていく…今はそんな働き方の可能性が広がってワクワクできる世の中です。

いろいろやっている私の仕事も、すべて「子育て家庭のサポート」というミッションがキーワード。でも、皆さんぐらいの頃からそう考えていたわけではありません。進学、結婚、妊娠、退職、夫の転勤…といろんな出来事がありました。自分の思い通りにいかなかったり、モヤモヤすることもあったけど、チャレンジを続けて自分のやりたいことにたどり着いたという感じです。

私が研修講師となった背景には社会情勢の変化があります。まずは職場の変化です。昭和の時代は長時間働ける男性中心の職場が一般的でした。今は少子化の影響もあって、性別、国籍、年齢など多様な人が働く職場が増加。約7割の人が育児や介護、病気といった何らかの制約の中で働いていると言われています。

家族の形も変化しています。これまでは男性が働いて女性は家事育児を担うという家庭が多かったのですが、今は共働き世帯がとても増えています。特に宮崎県は共働き世帯の割合が全国平均より高く、意識調査でも「男性は外で働き、女性は家庭を守るべき」という考え方について半数以上の人が「反対」と答えています。皆さんはどう思いますか？もちろん、どれかが正解ということではないし、いろんな出会いや職場の環境などで考えが途中で変わることもあるでしょうが、性別を問わず「私はこうしたい」と思う気持ちを大切にしてほしいですね。

問題なのは、共働き世帯が増えても家事や育児のほとんどが女性に偏る傾向がいまだに根強いということ。夫婦で「どちらが多く稼ぐか」「どちらが長く家にいるか」といった現状はありますが、家事や育児といった役割が女性に偏っている状況を改善するには、まず「家のことは一緒にやっていこう」とみんなが意識することが重要です。

皆さんは人生を自分で決められるし、自分で選べます。大変なこともあるでしょうけど、自分で考えて決める人生だからこそすべてを楽しめます。人生は寄せ鍋みたいなもの。鍋の中には、仕事だけでなく子育て・趣味・地域活動・ボランティア…といろんな具が入っているほうがおいしいダシが出ます。そして、その具材を入れる「鍋」にあたるのが、みんながやっている勉強なんじゃないかな。私は、47歳のときに、大学院に進学して社会学を学んで自分の「鍋」を広げました。皆さんも「何か新しいことにチャレンジしたいな」と思ったら、興味があることから学んでみましょう。そしていろんな人に頼りながら自分が夢を叶えていってください。

参加者の声

- グループワークでは、ほぼ毎日話している友だちの「そんなこと考えてたんだ！」という発見があって、最近よく聞く「一人一人考え方が違う」という言葉を実感しました。
- "人生は寄せ鍋が楽しい！"という言葉で、私もおいしいたのしい寄せ鍋をつくりたいと思った。
- 自分が思っているより、"家計は夫、家庭のケアは全て妻"という現状がいまだにあることが残念だと感じた。男性が育休を取りにくい雰囲気があることも問題だと思った。
- 今日の講座を通じて、全ては自分で決められて楽しめることが分かりました。今までは、人に流されることもありましたが、これからは自分で自分のことを決めていきたいと思います。

ポジティブな「メガネ」を手に入れて、偶然の出会いや出来事をチャンスに変えよう

講師としてお招きしたのは県内外の各方面で活躍する長友まさ美さん。ご自身の経験や感じてきたことを踏まえて、物事のとらえ方、キャリアに対する考え方などについて多角的にお話しいただきました。短い時間ではありましたが、生徒の皆さんはギュッと凝縮されたお話しに熱心に聞き入っていたようです。

日時／2021年2月9日（火）13:15～14:00　場所／宮崎県立高城高等学校
対象／生活文化科 2年生

彩り豊かな人生を歩むために
必要なものについて考えよう

長友 まさ美さん
サンワード・ラボ株式会社 代表取締役
大学進学を機に県外へ移住、民間企業での勤務を経て2010年に帰宮。その後、宮崎を拠点にコーチングや人材育成、組織開発の手法を取り入れた研修等を多数手掛ける。宮崎の魅力を世界に発信するローカルWEBメディア「宮崎てげてげ通信（テゲツー！）」の立ち上げ・運営に関わっており、一般社団法人全国道の駅支援機構にも理事として参画中。

さっそくですが、皆さんに質問です。正解はないので、今の正直な気持ちを教えてください。「結婚したい」と思っている人はどのくらいいますか？もうひとつ、「将来の夢がある」という人はどのくらいいますか？いろんな考えの人がいますね。今皆さんの前に立っている私も、高校生のころは結婚への憧れはなく、将来の夢も決まってない…そんな高校生でした。

私たちは誰もがその人の「メガネ」を通して世界を見ています。その人の興味関心や価値観によって見え方が違ってくる…そんな「メガネ」です。中学生から20代前半の私は、「宮崎は何もない、つまらない」といった不満を持ちながら、他人との比較や損得勘定を意識しながら生きていた気がします。でも、20代後半から今の私は、ないものよりあるものに意識を向けることで、いろんなところに豊かなものが隠れていると気付けるようになりました。また、他人との比較ではなく、「あなたのここが素敵」と気付くことで、自分も相手も尊重したコミュニケーションができるようになりました。

私は、自分の「メガネ」が変化したことで世界が美しく見えるようになりましたが、一日でがらりと変わったわけではありません。私の場合、今仕事にしているコーチングを通じた学び、一人旅などで得られた人との出会いや対話を通じて、少しずつ物事のとらえ方やキャリアが変化していったように感じます。

明確な夢や目標に向かって努力することってすてきですよね。実は私、高校や大学のころ、「こうなりたい」という夢や目標がないというのがコンプレックスだったんです。でも、スタンフォード大学の心理学者であるJ・D・クランボルツ氏の計画的偶発性理論のおかげで、とても生きやすくなりました。計画的偶発性理論とは「キャリアの8割は偶発的な要素によって決まる」「何をしたいかという目的意識に固執すると目の前に訪れた想定外のチャンスを見逃しかねない」という考え方です。もちろん、偶然をただ待っているだけではありません。クランボルツ氏は、偶然のように思われる出会いや出来事をチャンスに変えていくためにはいくつかの力が必要だと言っています。

まずは「好奇心」。自分の興味関心のある分野を深めるタテの学びと一緒に、いろんな方向にアンテナを立ててヨコの学びも広げましょう。次に失敗してもあきらめずに困難に向き合う「持続性」。自転車に乗る練習をしたときのように、最初はうまくいかなくても続けていたらできるようになって楽しくなる…そこまでコツコツ続けてほしいと思います。そして失敗や困難もポジティブに捉えられる「楽観性」。何が起きても良い方向にいくと信じることは自分自身をプラスの方向に運びます。こだわりや理想にとらわれて行動や思考を狭めない「柔軟性」、いつもの自分と違うことに挑戦してみる「冒険心」も大切です。さあ、皆さんはどの力を特に大切にしたいと思いますか？

自分の人生を作るのは、他の誰でもない自分自身です。私は、自分で選択した結果に責任を持つのが大人になるということだと考えています。毎日の選択と行動が未来をつくっていくので、感じることがあればぜひ行動してください。人のアドバイスや意見はどんどん聞いて、最後は必ず自分が決めましょう。決断を誰かに預けると、うまくいかないとき人のせいにしがちです。失敗か成功ではなく、すべてが経験。学生時代は特にうまくいかない経験がたくさんできるボーナスタイムです。どんどんチャレンジして「こうありたい」という希望を持ちながら、あなただけの人生をつくっていってください。

参加者の声

- 私は何ごとも「できる／できない」で判断してしまうので、これからは「やる／やらない」で判断していきたいです。
- 夢がない自分はダメだとネガティブに考えず、その分いろいろな職業を学ぶ機会がたくさんあるんだと考えるようにします！
- 失敗しても成功しても全て経験と思い、何事も恐れず突き進んで自分の知らない自分を見つけたい。
- 同じ人生を歩む人なんていない。人生は自分でつくるものだと思った。

意識することから始まる！感情に耳を傾けて、自分の信念や願いをかなえるために

宮崎大学1年生が対象の基礎教育科目「『私』のキャリアとライフデザイン」の一環として実施した講座には、高城高校（p.6〜7）と同じく長友まさ美さんを講師としてお迎えしました。自分の希望や思いを実現していくためには何が必要か…自分の感情に気付くワークも交えながら具体的な手法を紹介していただきました。

日時／2021年2月2日（火）15:15〜16:30　場所・形式／オンライン（Zoom）
対象／宮崎大学の学生

今こそ考えよう、
自分のキャリアとライフデザイン

長友 まさ美さん
サンワード・ラボ株式会社 代表取締役

私はコーチングだけでなく、ローカルメディアの運営、人材育成とさまざまな分野でさまざまな人と仕事をしています。3歳の子どもを育てる中でできたつながりが新しい仕事に結びつくことも。いろんなことをやっていますが、私の中では「違う才能の人たちがそれぞれの魅力を思いきり活かし共創することで『幸せな社会』を創りたい」という一つの軸でつながっています。

今座っている人がほとんどだと思いますが、自分の「おしり」の感覚を感じてみましょう。感じられましたか？講義が始まってからずっと座っていたはずだけど、改めて意識することで初めて自分の体が床や座面と接していると感じることができます。これは、私たちが意識しているもの・ことだけを見たり聞いたりするクセを持っているからなのです。言い換えると、「自分の意識にないものには目が向いていない」ということ。私たちの「見え方」はそれぞれの価値観やとらえ方に大きく影響を受けます。

20歳代前半までの私は、「宮崎ってつまらない」と不満を言ったり、「負けたくない」と自分と他人を比べたりしていました。でも、今のわたしは違います。身近にあふれる豊かなものに気付き、他者と自分を比較するのではなく、他の人と自分を共に高め合う関係を構築できるようになって、以前よりも楽しい人生を送れていると感じています。このように見方やとらえ方を変化させることができたのも、さまざまな人との出会いや対話から生まれる気付きのおかげです。

でも、ネガティブなものを無理やりポジティブに変換しても、潜在意識はネガティブのまま。結果は何も変わりません。では、どうすればよいか。3つのステップで紹介しましょう。最初のステップは、「現実を観察し、自らの信念や願いに気付くこと」。私たちは、何か出来事があると、それに対する感情が起きて行動につなげます。しかし、出来事を「どのようにとらえるか」によって、芽生える感情が異なり、結果として行動も変化してきます。この「どのようにとらえるか」が、自分が周りや相手、自分をどう見ているかというところと関係します。自分が出来事をどのようにとらえているかを理解する上で重要になるのが「感情」。感情は自分が本当に大切にしたいものが何かを教えてくれる羅針盤のようなものなのです。

私たちは、それぞれ「大事にしたいこと＝ニーズ」を持っています。自分のニーズが満たされているときには喜びや安定、感謝というポジティブな感情が、満たされていないときには、怒りや不安といったネガティブな感情が生まれます。私たちはついポジティブな感情を大切にし、ネガティブな感情を見ないようにしてしまいがちですが、ネガティブな感情も、自分が何を大切にしているかということを教えてくれる重要なもの。ネガティブな感情から目を背けてしまうと、ポジティブな感情も感じにくくなってしまうので、人生においてはどちらの感情も大事にすることが欠かせません。

感情を大切に、自分の信念や願いに気付くことができたら次のステップ、「本当の願いに従って行動すること」です。行動が現実を生み出し、その積み重ねが未来を創っていきます。だからこそ、自分の信念・願いに気付いて終わるのではなく、それを大切にするために、何ができるのか、ぜひ具体的なアクションを起こしていってほしいと思います。小さなことでも構いません。きっとそこにはまた新しい変化や感情が生まれてくるでしょう。それこそが最後のステップ、「それを練習し続け、習慣にしていくこと」です。とても面倒なことに思えるかもしれませんが、自分が望む未来を自分の手で創っていく力になります。

これらのステップで、自分の視点が豊かになり人生の自由度は上がります。そこから生まれてくる自分の内なる多様性を認めることで、周りの多様性も認めていくことができるのではないでしょうか。どうぞ自分の力で、人生を豊かなものにしていってください。

参加者の声

- 自分の人生を自由にするのは自分自身だから、広い視野を持って歩んでいきたいと思った。
- みんな同じ講義を受けていてもそれぞれの感情はさまざまであることを実感しました。
- 普段から、自分の感情とニーズを大切にできたらいいなと思いました。自分が何を望んでいるのかを理解することがまず必要ということに気が付けました。
- 自分が感じた感情が自分を知るための貴重なものだと気づいた。そして、その感情をその場で忘れてしまうのではなく、自分にとってどんなものであるかを考え直す時間を持つことが必要だと感じた。

自分らしい生き方を選ぶためにも、自分の身体をきちんと知って考えよう

この講座では、柘植あづみさんを講師に迎え、今年度のライフデザイン事業学生研究にご協力いただく宮崎公立大学四方ゼミの皆さんへ向けて出産や妊娠をめぐる課題についてお話しいただきました。

日時／2021年1月14日（木）13:00～14:30
場所・形式／オンライン（Zoom）
対象／宮崎公立大学 四方ゼミ在籍の学生

リプロダクティブ・ライツの課題と女性の人生

柘植 あづみさん
明治学院大学 教授
北海道医療大学基礎教育部教員を経て、1999年に明治学院大学社会学部社会学科助教授、2003年より現職。医療人類学・生命倫理学・ジェンダー論を専門に、出生前診断、不妊治療などが社会にもたらす課題について多角的に研究を行っている。著書に『生殖技術－不妊治療と再生医療は社会に何をもたらすか』（みすず書房）、『妊娠を考える－<からだ>をめぐるポリティクス』（NTT出版）など。

皆さんは「リプロダクティブ・ライツ」という言葉をどのように理解していますか？平たく言うと、「自分の身体に関する全てのことは、当事者自身が選択し、自己決定できる権利」です。かつて「性と生殖に関する健康と権利」と翻訳して使われていたこともありますが、「性」「生殖」だけでなくより幅広い意味を持つという観点から、今は「リプロダクティブ・ヘルス・ライツ」という言葉が一般的に用いられるようになっています。今日はその中でも妊娠・出産にまつわる話題を中心にお話しします。

皆さんは「ピル」という薬を知っていますか？ピルは月経トラブルの改善や避妊といった効果を持ち、海外では大学の健康センターのようなところで処方してもらえたり、薬局などで安価で手に入れることができる一般的な薬ですが、日本では、病院を受診して処方してもらう必要があるため、普及率は高くありません。

ホルモン量の高いピルは、避妊をしないで性行為をしてしまった場合の緊急避妊薬（アフターピル）としても使われますが、コロナ禍で予期せぬ妊娠に関する若い世代からの相談が増えているという状況を受け、2010年からはオンライン処方が可能になりました。さらに、緊急時のために病院を受診しなくても薬局で処方箋なしで入手できるようにするための動きもありますが、医療の側からは慎重な議論が出されています。

以前、アメリカの産婦人科医にインタビューをした際に「日本では何歳ぐらいから婦人科を受診するか」と尋ねられたことがあります。「何歳とは決まっておらず、何か症状があったときに行きますね」と答えたのですが、その医師が暮らす地域では、高校生ぐらいの女の子は、保護者の勧めでかかりつけの婦人科を診る家庭医を受診するそうです。そこで、丁寧にコミュニケーションを取りながら「性行為するならピルを飲んだ方がいいよ。感染症がないかも調べたほうがいいよ」などといつでも相談できるような関係を作っていくのだとか。日本でも「性」にかかわる相談にのってくれる産婦人科が増えてほしいですね。

日本では、少子化対策のひとつとして子育て支援が盛んにおこなわれていますが、生まれてくる子どもの数はなかなか増えません。そのため、2000年代に入ってからは、晩婚化、晩産化の傾向を踏まえて「年齢が上がると妊娠しにくくなる」という情報を知らせる教育が行われています。しかし、妊娠しやすい年齢を事実とは違う22歳として教え、それを基に若い人に早い結婚と出産を勧めているケースも見られるため、注意する必要があります。

不妊治療は、子どもを希望しながらも恵まれない場合に行うものです。不妊には様々な原因があり、多くの治療方法がありますが、最近では人工授精や体外受精、顕微授精などの生殖補助医療技術（ART）も発達しています。ただ、不妊治療をして子どもを得られる人の割合は決して高くはありません。生殖補助医療を繰り返し、時間と費用を費やしても子どもができずに諦める人は少なくないのです。また、不妊治療を行っている方に話を聞くと、「新しい技術がどんどん出てくるから、諦めたいのに諦められない」という切実な悩みも耳にします。

不妊治療に取り組む人の中には、「結婚したら子どもがいるのが普通。だから不妊で子どものいない私たちは普通ではない」と考える人や、不妊というだけで「自分は健康な体ではない」と感じる人もいます。また、「女である以上子どもを産めて当然」や「子どものいる家族は幸せだ」といった固定観念や、「最先端の医療技術ならどうにかなる」という幻想もあります。

かつて発行された高校生向けの啓発教材に、女性のライフプランとして「就職して、結婚して、出産して…」という1つのパターンしか紹介されていなかったことがありました。でも一人ひとりの生き方はそんなに画一的なものではありませんよね。皆さんには、「産む／産まない」だけでなく、リプロダクティブ・ヘルス・ライツに関する知識や情報、経験を身に付けながら生き方を選択していってほしいと思います。

参加者の声

- 海外の性教育や産婦人科の様子、制度などを学び、少しずつでも日本に取り入れていくことが必要なのではと思いました。
- 今日の学びを友人たちと共有していろんなことを議論してみたいと思った。
- 今日のお話を通じてリプロダクティブ・ライツをより身近なこととして考えることができました。

宮崎公立大学生による研究

学生が考える リプロダクティブ・ヘルス／ライツ

宮崎公立大学人文学部 四方由美先生のゼミに在籍する学生9名が、「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」をテーマに、研究を行いました。
研究では、アンケート調査を行ったりテレビドラマの内容を分析したりすることで、リプロダクティブ・ヘルス／ライツの大きなテーマである「子どもを産むこと、産まないこと」やそれにまつわることがらを自分たちにとって身近な問題としてとらえ、深める機会となったようです。

参加学生（五十音順）：阿孫美里さん／内山理沙子さん／北山舞さん／坂本春花さん／櫻川和子さん／鶴塚梨沙さん／前田紗里さん／持留明香さん／湯浅智裕さん
協力：宮崎公立大学人文学部 教授　四方由美先生

大学生向けアンケート調査

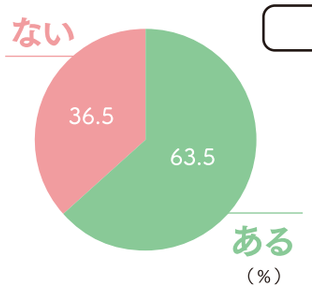
恋愛・結婚・出産…周りからどんな言葉をかけられている？

恋愛・結婚・出産などのライフイベントを、いつ・誰と・どのように行うか／行わないかを選択することに関して、周囲からどのような声かけがあるか、また周囲からの声かけについてどのように感じているかを把握するためにアンケート調査を実施しました。

- 方法：Googleフォームを利用したインターネット調査
- 実施期間：2021年1月
- 対象：宮崎県内の大学に在籍する学生
- 回答件数：115件（女性79・男性32・その他4）

Q. 恋愛や結婚・出産について他人（家族・親戚・友人・先生など）から期待されるような言葉を言われたことがありますか？（回答数：115）

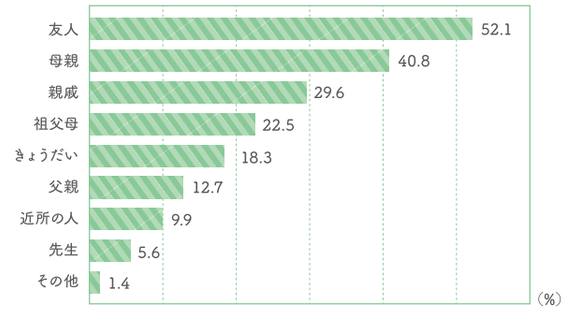
6割以上の人が「ある」と回答しています。



どんな言葉？（自由回答）
- 女子力が低いと彼氏できないよ
- 彼女は作らないの？
- 結婚はしてたほうがいいんじゃない？
- 子どもを早く産まないと
- お兄ちゃんも結婚したし、あなたもそろそろかな など

Q. 恋愛や結婚、出産を期待するような言葉は、誰から言われましたか？（回答数：71、複数回答可）

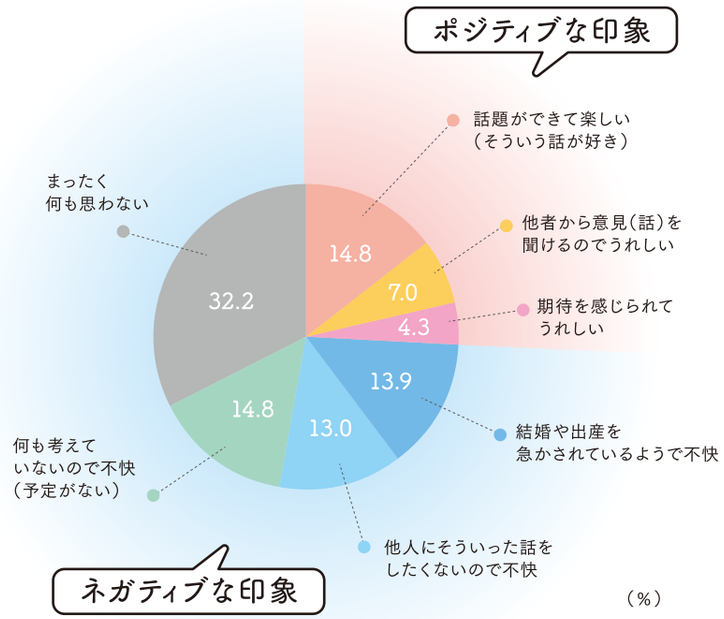
※結婚・出産等を期待されるような言葉を言われた経験について「ある」と答えた人のみ



「友人」や「母親」から言われた経験を持つ人が多くなっています。

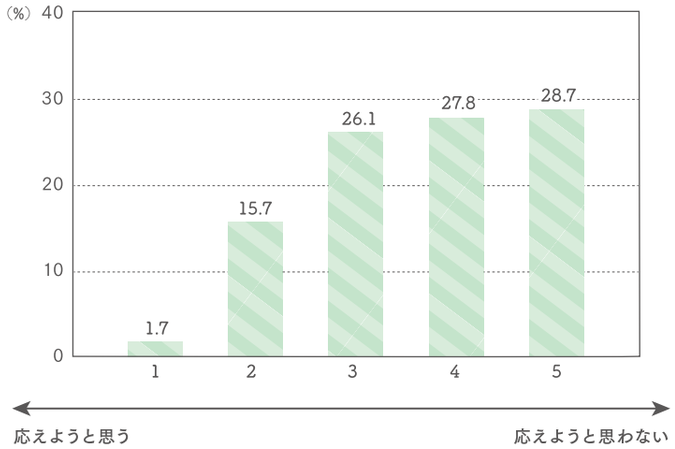
Q. 恋愛や結婚・出産について期待されるような言葉を言われて、どう感じましたか？（回答数：115）

「まったくなにも思わない」という人、ポジティブな印象を持つ人がそれぞれ約3割、ネガティブな印象を持つ人が約4割程度でした。



Q. 他人から言われる結婚や出産について期待されるような言葉に対して、期待に応えようと思いますか？（回答数:115）

期待に応えようと思わない人が全体の6割近くで、応えようと思う人を上回っています。

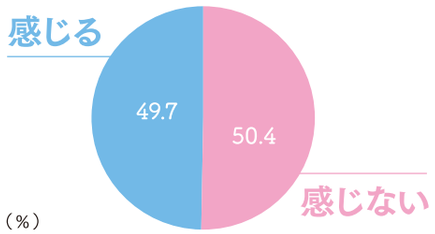


■「期待に応えようと思う」人の主な意見
・期待されていることが嬉しい　・自分も結婚や出産したいと思う　・親孝行につながる　など

■「期待に応えようと思わない」人の主な意見
・期待に応えられるかもわからないし、自分で決めていきたい　・結婚や出産は他人のためにするものではないと考えている　など

■その他の意見
・選択は個人の自由だが、両親や親戚にいつか孫の顔を見せたいという気持ちもある　・よくわからない
・特になにも感じない　など

Q. 「結婚（出産）をした方が楽しいよ」「独身より家族持ちのほうが幸せだよ」といった言葉をいわれたとき、幸せの押し付けだと感じますか？（回答数:115）



結婚や出産に関する言葉かけに「幸せ」の押し付けを感じる人と感じない人はほぼ同程度です。

コメント

「結婚・出産等に関する言葉に対してネガティブな気持ちになる」という人は自分が想像していたよりも少ないことがわかり驚きました。ほかにも「話題ができてうれしい」「自分の人生だから気にしない」などの意見も多く寄せられました。意見に偏りがないというのは大学生が多様なライフデザインをイメージしていることの表れなのではと考えます。（内山理沙子さん）

学生座談会

柘植あづみさんの話から考える

柘植あづみさんのオンライン出前講座（10ページ参照）を聞き、感じたことや課題について話し合いました。

日時／2021年1月28日（木）14時～
場所・形式／オンライン（Zoom）

自分の体を守るために

- 人工妊娠中絶にパートナーの承認が必要など、自分の体のことを自分の意思で決定できないのは人権の視点から違和感がある。「母体保護法」など法制度面の見直しが必要な部分もあるのでは。
- ピルを服用した経験があるが、ピルを飲んでいる人は性的に乱れていると思われる傾向もあるような気がして、産婦人科を受診しづらい気持ちだった。
- ある程度の年齢になったら家庭医を受診するというアメリカの取り組みが印象に残った。若い世代でも受診しやすい産婦人科の情報があるとよいのでは。

性に関する教育の重要性

- 日本の性教育はテキスト通りに教えているだけで、自分の問題として性について考えるところまでたどり着いていない印象がある。
- 小・中・高校生の場合、自分の体のことでも「今は関係ない」と思ったり、思春期の恥ずかしさも影響して重く受け止めないかもしれない。
- 画一的なことを伝えるのではなく、家族の描かれ方、妊娠・出産についての情報など、教える先生たちの意識も大切なのではないか。
- 性別を問わず身体や権利について知るべき。すでに一部の学校で実現しているように、お互いの身体のことを知るため、男女一緒に学ぶほうがよいのではないか。

一人ひとりがきちんと知識を持って

- 若い世代の予期せぬ妊娠が増加しているという現実は、まさに私たち世代にとって身近な問題と捉えて考える必要がある。
- 性についての知識を獲得する機会、考える機会が少ないため、大学生を対象とした性教育を行ってもよいのではないか。
- 知識や正しい情報を得ることで、選択することが可能になったり、偏見をなくしたりすることができるのではないか。
- 知識をしっかり持ったうえで、周りに伝えていくことが大切。ライフプランや性、身体のことについてオープンに話せる環境が必要なのではないか。

コメント

性に対する意識の低さ、知識のなさを痛感。自分らしい人生を歩むためには、結婚・出産に限らず、全ての人が自分の性・身体と共にライフプランを考えることが必要だと感じたので、質の高い性教育がもっと広まっていけばいいなと思います。（前田紗里さん）

日本では、女性が産みたいときに産んだり、望まない妊娠を防いだりするための仕組みが十分に整っていないことを実感しました。世代、性別を問わずもっと多くの人が関心を持つ必要がある問題だと思います。（湯浅智裕さん）

まとめ～調査・研究を終えて

持留 明香さん

これまでの私は、周りの人にがっかりされないようにするため、「結婚して子どもを産まなければならない」と思っていました。しかし、今回の研究で、人生にはいくつもの選択肢があり、自分の望むものを自由に選択できることを学びました。そして、改めて自分の人生について考えた結果、自主的に「結婚して子どもが欲しい」と考えました。私自身のライフプランについても気付きが得られたことに感謝したいと思います。

櫻川 和子さん

研究を通じて、私たちが人生の選択をする上で、情報がなければ選択肢を増やすことができないし、自分に合った選択をすることもできないと実感しました。今は以前より多様な生き方が認められる時代ではあるものの、まだ十分でないと感じます。教育の中で固定概念にとらわれないライフプランを提示するなど、多様な生き方を知ることで選択の幅を広げていければいいのではないかと思いました。

鶴塚 梨沙さん

この研究に取り組んで、ライフデザインに関する知識を深めることができました。学生座談会では、自分だけでなく他のメンバーもリプロダクティブ・ヘルス・ライツ等に関する疑問・不安を持っていることがわかりました。コロナ禍のため、活動のほとんどがオンラインとなってしまいましたが、この取り組みを通じて同世代の人たちがライフデザインについて考えるきっかけになればいいなと思います。

北山 舞さん

今回の取り組みを通じて、出産・育児への関わり方など、女性だけでなく男性のライフプランも多様化していると感じました。しかし、テレビドラマの分析から、育児休業の取得しづらさ、女性の働きにくさなど、社会には改善すべきことがまだ多くあることもわかりました。今後、性別関係なく、誰もが自由に自分のライフプランを考えて生きていけるような社会に変わっていってほしいと思います。

阿孫 美里さん

アンケート結果から、若い世代の多くが身近な人から踏み込んだ質問などをされていることがわかりました。私もそういったことを「言わないでほしい」と感じていましたが、この研究を通じて、プレッシャーをかけるような声掛けをする側の意識を変えるだけでなく、若い世代が知識を持つことも大事だと気づきました。そのことで、主体的に自分の人生を考え、実現するための制度や活動に目を向けられるのではないかと思います。

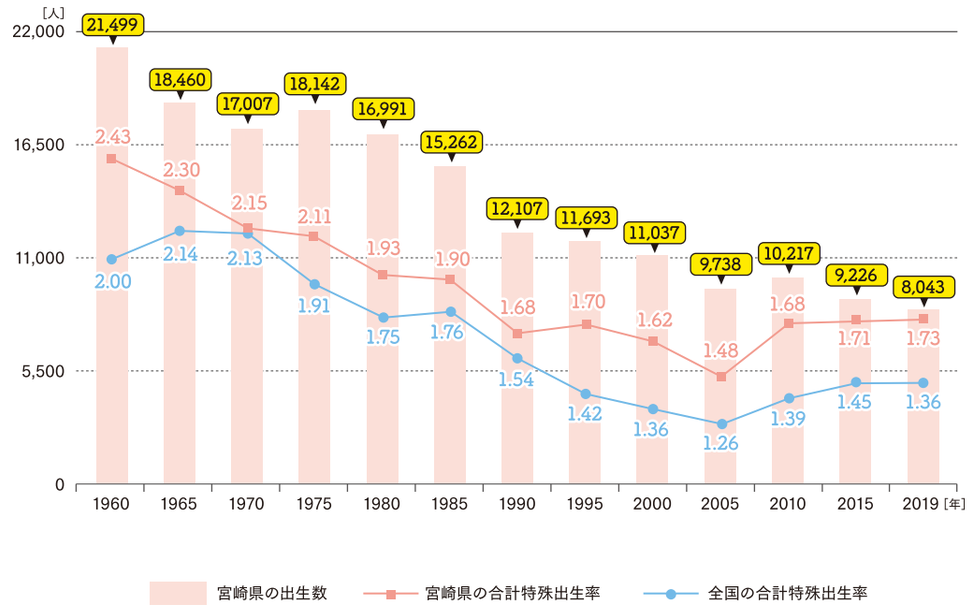
担当教員からのコメント

宮崎公立大学人文学部 教授 **四方 由美**先生

リプロダクティブヘルス／ライツを取り巻く状況について学び、私たちは性に関する正確な知識を得る機会が少ないことを改めて気づかされました。それをきっかけに解決策を探り、多様なライフプランを考えるなど、この事業への取り組みは、大学生自身がこれからライフプランを構築するにあたって重要な契機となったと思います。また、身近な人からの声かけに関するアンケートやテレビドラマの分析など、私たちが日々影響を受けている事象を探求し、多様なライフプランを互いに認め、支え合う、誰もが生きやすい社会を目指すには、多方面に配慮する必要があると考察しました。機会をいただき、ありがとうございました。

宮崎県における少子化等の状況は？～データから動きを読む

1年間に生まれる子どもの数は徐々に減っています
合計特殊出生率※も全国的には高い水準にあるものの、
人口維持に必要とされる2.07を下回る状態が続いています



※合計特殊出生率とは？ 15～49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの。
データ：国勢調査（1960～2015年）、人口動態統計（2019年）