



女性研究者と

ワークライフバランス

キャリアを積むこと、家族を持つこと

Makiko Nakai

仲 真紀子

Namiko Kubo-Kawai

久保(川合)南海子

編

同時に重なる就職と妊娠、研究と育児
—— あきらめずにどう乗り越える？

現実的な問題解決策、活用した制度やその効果、
パートナーや周囲の人たちとの協力体制、
つらい時期の心の持ちようなどを、
5人の心理学者たちが実体験から語る。

新曜社



女性研究者と

ワークライフバランス

キャリアを積むこと、家族を持つこと

Makiko Naka

仲 真紀子

Namiko Kubo-Kawai

久保(川合)南海子

編

新曜社

まえがき

生きるために、自分の可能性を実現するために、私たちは仕事をする。しかし、仕事ばかりが人生ではない。家族や友人と過ごし、趣味に没頭し、地域に貢献し、仕事以外の豊かな時間をもつことも人生である。仕事と生活の調和を目指す「ワークライフバランス」は、高度に組織化され、多様性がなくなりつつある現代社会の人生を考える上でも、内閣府が主導する様々な制度づくりにおいても、重要な課題となっている。

ワークとライフのバランスをいかにとるかは、研究職を目指す人においても重要である。特に研究者を目指す女性においては、大学院を修了し、研究を積み重ねてキャリアを築く時期と、結婚、出産、育児の時期が重なるなど、限られたタイムゾーンのなかでワークとライフの目的が対立するようなときがある。このような時期をどう乗り越えていけばよいのだろうか。

本書は、そういった人生の局面をどうにか乗り越え、工夫してきた5人の心理学者たちが、現実的な問題解決、活用した制度やその効果、パートナーや周囲の人たちとの協力体制、つらい時期の心の持ちようなどを、包み隠さずありのままに描いた本である。

第1章は、本書を企画し、編者でもある久保（川合）南海子さん。テーマは「就職と妊娠」。大学院で研究しながら就職を目指した日々。結婚や子どもをもつタイミングは、いつか。仕事をしながらの子育てはどうするのか。そして二人目の子どもは……。 「一輪車では転んでしまうかもしれないけれど、二輪のママチャリならデコボコ道でもなんとか走れますから」（1章より）

第2章は、ポストドク研究員としてアメリカで研究生活をスタートした内田由紀子さん。テーマは「遠距離結婚生活」。渡航直前に結婚したが、夫君は東京での勤務。遠距離での結婚、出産、子育てに、二人でどう取り組んだのか。インターネットも味方につけ、「ウェブカメラを使ってスカイプするなど、できる限り『空気感』を共有できる工夫をしました」（2章より）

第3章は、研究所勤務を経て、今は大学で研究、教育に専念する和田由美子さん。テーマは「主夫の支援」。結婚・出産の後に勤務していた研究所の移転や、大学への転職を経験した。遠距離通勤を余儀なくされていた夫君は在宅勤務ができる職を選び、主夫として家事、育児をメインで引き受けることに。「娘が産まれてからの10年間、夫が『家族一緒に暮らす』ことを何よりも重視して柔軟な選択を重ねてくれたおかげで、私たち家族は、これまで一度も別居せずに暮らしてることができました」（3章より）

第4章は、大学で研究・教育に携わる郷式徹さん。テーマは「男性の育休による経済的デメリット」。8ヵ月間の育児休暇のイクメン経験から、「育児休暇をとっても経済的にやっていけるのか」という問題を、活用できるさまざまな制度の例を挙げて分析・考察した。『『自分にしかできない仕事がある。だから、育休なんて取れない』というのは、精神衛生上は必要かもしれませんが、単なる妄想です』（4章より）

第5章は、再び久保（川合）南海子さん。テーマは「病児保育」。第一子に心疾患があった体験を、集中治療室（NICCU）、母親の24時間「付き添い入院」、復職、在宅療養、手術、学内保育室といった過程に沿って綴る。保育室、保育園、保育サポーターさん、ドクターたちとのネットワークの大切さ、ドンと構える心意気の重要性を伝える。「それでも前を向いて日々の仕事と生活をこなしていけるのは、子どもの母親は自分しかいないという、迷いのないあたりまえの覚悟があってこそなのだと思います」（5章より）

第6章は、少しだけ（？）年齢の高い筆者（仲真紀子）が、書かせていただいた。四半世紀前の話で恐縮だが、今日にもつながるかもしれない失敗や悩み、考え方の工夫や問題解決などを書いている。「どんなことがあっても二つの世界を持続けることは生活を豊かにしてくれるものだと思います。まずはできるところで環境を改善し、できないところは認知的に柔軟に対応し、逆境は問題解決の場だと考えることができれば、と思います」（6章より）

以上のような各著者の思いや行動が、今大変な時期にある、あるいはこれからどうしようかと考えている読者や、周囲にそのような人がいる読者への励ましやヒントになればと願う。子育ての形態には「これが正しい」はあり得ない。独自の状況でバランスをとろうと努める著者たちの体験を再体験すること

で、「こういうこともできる」「ああいう方法もとれる」という示唆と勇気が伝われば幸いである。そしてさらに言えば、本書が社会における研究者の育成・支援や、少子化の改善、希望のもてるワークライフバランスの構築に少しでもつながるものとなれば、編者の一人としてこれ以上の喜びはない。コラムや付録のQ & Aなども、ぜひ参考にしていただきたい。

最後になるが、二児の出産、国外出張、家庭と職場の様々な問題のなかですばらしい原稿を書いてくださった著者の皆様、ワークショップで応援し、共感してくださった院生や研究者の方々、たえずサポートしてくださった新曜社の森光佑有さんに、深くお礼を申し上げます。安心して、勇気をもって、ともにワークとライフを堪能していきましょう。

2014年8月

仲 真紀子

まえがき i

第1章 ある女性研究者のワークとライフ ― 産むまでの悩みどころ

久保（川合）南海子

1. [ワーク] 国立大学の研究所ポスドク／[ライフ] 就職 or 妊娠？ …… i
 - 1-1 結婚するなら「思い立ったが吉日」 i
 - 1-2 悩ましきもの、妊娠・出産 2
 - 1-3 就職と妊娠・出産の優先順位 3
 - 1-4 ふと気がつけば、もう後がない！ 4
 - 1-5 同時にやってきた就職と妊娠 6
 - 1-6 「案ずるより産むが易し」と思えるまでが問題でした 7
2. [ワーク] 国立大学の研究センター助教／[ライフ] 一人目の妊娠・出産 …… 8
 - 2-1 職場と家族に支えられた妊婦生活 8
 - 2-2 仏作っても魂入らず？ 9
 - 2-3 研究費あれこれ 10
3. [ワーク] 私立大学の学部教員／[ライフ] 二人目の妊娠・出産 …… 11
 - 3-1 二人目でも悩ましい 11
 - 3-2 仕事の見通し、少し楽になった子育てと父のリタイア 12
 - 3-3 「気持ち」を後押ししてくれた周りの女性研究者 13
 - 3-4 意識を変えるのは難しいからこそ 13
4. ワークライフバランスを楽しもう！ …… 15
 - コラム ― 配偶者より …… 16

第2章 遠距離結婚生活の中での育児と研究生活

内田 由紀子

1. はじめに …… 19
2. 結婚から妊娠するまで …… 20
 - 2-1 遠距離結婚生活のはじまり 21
 - 2-2 子どもを産む決断を後押ししたもの 22
 - 2-3 妊娠前に話し合ったこと 24
3. 産休から復職までの道のり …… 25
 - 3-1 妊娠中 25
 - 3-2 出産後と夫の苦勞 26
 - 3-3 夫の育休 27
4. ふたたび遠距離結婚生活へ …… 28
 - 4-1 待機児童の憂き目 28
 - 4-2 保育園への通園開始 29
 - 4-3 五つの教訓 30
5. 考 察 …… 31
 - 5-1 男性の育児について 31
 - 5-2 研究のキャリアについて 34
 - 5-3 遠距離結婚生活について 36
6. おわりに …… 37
 - コラム ― 配偶者より …… 39

第3章 主夫に支えられて

— わが家の家事・育児分担の変遷

和田 由美子

1. はじめに …… 41
 2. 結婚から出産まで …… 42
 - 2-1 就職—つくばから横浜へ 42
 - 2-2 「なんとかなる」と思えるまで 43
 - 2-3 出産直後の生活 43
 3. 「どうにもならない」時期 …… 44
 - 3-1 研究所の移転—横浜からつくばへ 44
 - 3-2 仕事が進まない 45
 - 3-3 研究員としての限界 46
 - 3-4 転職—つくばから河口湖へ 47
 4. 主夫の誕生 …… 49
 - 4-1 夫の退職 49
 - 4-2 メンタル・レイバーからの解放 49
 - 4-3 性差はそれほど大きくない？ 51
 - 4-4 家計責任と家事・育児 52
 5. 現在、そしてこれから …… 53
 - 5-1 現在の生活—河口湖から熊本へ 53
 - 5-2 家族の最適解をめざして 54
- コラム — 配偶者より …… 56

第4章 男性（夫）が育休を取った場合の 経済的デメリット

郷式 徹

1. 育休を取る理由・取らない理由 …… 59
2. 育休の経済的デメリット …… 61
 - 2-1 経済的デメリットはどの程度リカバリーできるか？ 61
 - 2-2 育児休業給付金の問題 64
3. 研究者の育休 …… 66
 - 3-1 育休を取るための事前調整—校務と授業 66
 - 3-2 研究はあきらめよう—出力系（原稿執筆など）の作業は絶対無理！ 67
 - 3-3 入力系（論文を読む）も難しい 68
 - 3-4 赤ちゃんがいてもできること 70
 - 3-5 それでも時間を作らねばならないこともある 72
4. おわりに …… 72
 - コラム — 子連れで在外研究 …… 76

第5章 病児保育と色々な働き方

久保（川合）南海子

1. 初めての出産と入院生活のはじまり …… 79
 - 1-1 NICCUを知っていますか？ 79
 - 1-2 付き添い入院の「寝食問題」 81
2. 退院後に直面したいろいろな壁 …… 83
 - 2-1 復職への道 83
 - 2-2 「例外」への脆さ 84

- 2-3 慢性疾患は病気なの？ 病気じゃないの？ 85
- 2-4 必要なのは「一緒に考える」ことができる制度 86

3. 復職後の日常 ― 子どもに合わせて変化する保育のかたち …… 87

- 3-1 復職のための復職 87
- 3-2 酸素ボンベとともに 88
- 3-3 学内保育室へ 90
- 3-4 今度は緊急入院、そして5度目の手術 90

4. 一連の治療が落ち着いて …… 92

- 4-1 それでも子どもは病気になる 92
- 4-2 大学の保育室から地元の保育園へ 93

5. 私のワークライフバランス …… 94

- 5-1 いろいろな働き方を選べたら 94
- 5-2 ふつうでないことは、特別ではない 96
- 5-3 信頼できるつながりを育てよう 96

●コラム ― 配偶者より …… 98

第6章 今になって思う研究者のワークとライフ

仲 真紀子

1. はじめに …… 101

- 1-1 研究者のワークとライフ 101
- 1-2 一次的コントロールと二次的コントロール 102

2. 結婚、妊娠、出産、就職 ― すべてが重なる20～30代 104

- 2-1 就職するまで 104
- 2-2 結婚と妊娠・出産 106
- 2-3 最初の2年―問題！ 問題！ 問題！ 107
- 2-4 それでも毎日は進んでいく 109

3. 職業と生活	……	110
3-1 就職		110
3-2 子どもが3～5歳の頃		110
3-3 人の手を借りる！		110
3-4 在外研究・国外での研究		112

4. 学童期の子育て	……	112
4-1 学童保育		112
4-2 預けること、預かること		113

5. 二次的コントロール	……	114
5-1 ものの見方を変える		114
5-2 「反射」で片づける		114
5-3 プライオリティを決める		115

6. おわりに	……	117
---------	----	-----

あとがき 119

付録 本書に関するQ & A 122

■イラスト＝霜田りえこ

■装 幀＝銀山宏子

第1章 ある女性研究者のワークとライフ —— 産むまでの悩みどころ

久保（川合）南海子

1 ワーク — 国立大学の研究所ポスドク ライフ — 就職or妊娠？

.....

1-1 結婚するなら「思い立ったが吉日」

友人の女性研究者いわく「結婚している女性研究者には、博士号を取ったときに結婚を意識したパートナーがいたという人が多い」—— そういわれてみれば、私もそして私の周りでも、たしかにその通りです。博士号を取ったときは「ワーク」が一区切りついたときであり、そこで「ライフ」を考えるよいきっかけなのかもしれません。

私は博士課程を満期退学したときに結婚し、その翌年に博士号を取得しました。課程の修了と博士号の取得が同時でなかったのは、結婚が理由ではありません。博士論文に必要な英語論文の受理が、審査スケジュールに間に合わなかったからです。結婚したときにはすでに博論の予備審査が始まっていて、博士号の取得が1年後になることがわかっていました。夫は、私が博士を取る前に結婚することに少し躊躇していましたが（けじめがつかないのではないかと、指導教授や私の親へ気を遣ってくれたようです）、私は結婚するなら満期退学のいまがそのときだと思っていました。なぜなら、私と夫の双方の仕事と生活の状況が大きく変わるときだったからです。

私と夫は、それまで3年ほど愛知県犬山市にある京都大学霊長類研究所にいました。私は日本女子大学から共同利用研究制度で長期滞在している博士課程の学生、夫は研究所の博士研究員（ポスドク）でした。私は日本学術振興会の特別研究員（DC）だったのですが、その採用期間は博士課程の満期退学と

もに終わりました。そして、次の特別研究員（PD）には不採用でした。研究員として研究所には置いてもらえることになっていましたので、これまで通りの研究を続けていくことはできました。ただし、博士号を取得するまでは無給の研究員だったので、つまりは無職のオーバードクターです。

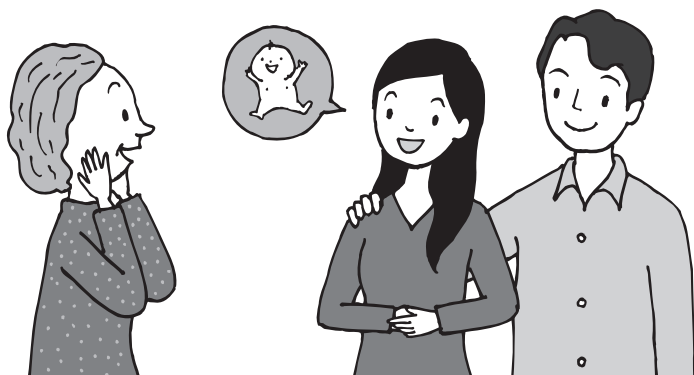
一方、夫は同じ愛知県内にある名古屋大学に就職が決まり、研究所を出ることになっていました。夫は名古屋大学の官舎に入るつもりでした。そこは家族用の官舎だったので、結婚していれば私もそこに入ることができます。研究所に通勤することも可能でした。まさに渡りに船、学位は1年後にちゃんと取るから！ と夫を説得し、結婚することになりました。

博士課程に在籍する学生や後輩の若手研究者から、結婚するのによいタイミングについてきかれることがあります。相手がいて結婚のタイミングを気にしているようであれば、まさに「思い立ったが吉日」ではないでしょうか。結婚は出産とは違います。出産・育児による生活の変化に比べれば、結婚による生活の変化など皆無といってもいいでしょう。結婚式？ 同居？ 家事？ 親戚づき合い？ それらは「しなくてもなんとかなる」ものばかりです（私の家族や親戚の皆様、すみません……）。

1-2 悩ましきもの、妊娠・出産

結婚する時期については悩まなかった私も、妊娠・出産のタイミングについてはかなり悩みました。欲しくなったときがそのタイミングだ！ というだけで妊娠・出産をする気持ちには到底なれませんでした。結婚によって起こる生活や仕事の変化とは比べものにならないくらいの変化があるのが妊娠・出産、そしてそれ以降の長い「子育て」です。仕事も生活も、予想はできないけれどもとりあえず自分でなんとかなるというこれまでの人生から、よくわからない想定外の領域に踏み出していく漠然とした不安もありました。

結婚してから、できれば子どもが欲しいとは思っていましたが、後述するとおり、それが実現するまでには6年かかりました。そのあいだ、私と夫の親は、子どもについてせかすようなことはもちろん、どうするつもりなのかきくこともありませんでした。それは本当にありがたいことでした。自分ではなんともできない状況の中で、迷ったり悩んだりするのはとてもつらいことです。長い間そっとしておいてくれただけに、妊娠がわかったとき、特に義母にそれを伝



えられることが本当に嬉しかったです。共著者（第2章）の内田由紀子さんが妊娠したときにその話をしたら、「その気持ち、わかる！」と共感してくれました。

私は、妊娠・出産のタイミングを見計らっているあいだ、子どもを持っていないのは自分のせいだ、とぼんやりとした引け目を感じていました。子どもは一人で産み育てるわけではない、夫婦の問題だ、と頭ではきちんと納得しているつもりでも、気持ちは少し違っていました。「妊娠・出産・子育て」はワンセットであるはずなのに、はじまりの「妊娠・出産」は女性だけの「作業」なので、どうしても女性の問題としてとらえてしまうのですね。理屈ではわかっている、実際に妊娠・出産する本人の気持ちはなかなか複雑なのです。

1-3 就職と妊娠・出産の優先順位

私たちは最初から同居して結婚生活を送っていました。それは本当に幸運なスタートだったと思います。お互いが望む仕事を近くで得ようとしても、就職の機会は限られていて、自分たちにはどうにもならない要素が多いのですから。研究者にとってこの幸運が、たまたま近くでよかったね、というようなレベルでないことはよくわかっていましたので、私たちは仕事と生活の今後の方向について話し合っておきました。

私たちの優先順位は「同居＞私の就職＞子ども」でした。せっかく同居できて、いままでの研究も続けていられるのだから、できる限りそれを維持しながら私の職を探していく、ということです。愛知県とその近郊は、大学や研究機

関の比較的多いところだとはいえ、地域を限定して就職先を探しているのではなかなか常勤職はありません。学位を取るまで無給の研究員を1年、学位を取ってから単年度のポスドクを2年しているあいだ、常に心は揺れていました。同居と研究テーマを優先してこのままでいくのか、はたまた広く就職活動をして研究者としてひとり立ちしていくべきなのか。夫は、就職を焦ることはない、まだ日本学術振興会の特別研究員（PD）を狙えるうちはそれを目標にしよう、と言って励ましてくれました。それは任期付きの非常勤職とはいえ、3年という期間の長さや勤務先が選べる自由さに加えて、産休にともなう期間の延長があるのも魅力でした。

単年度のポスドク期間中は、来年度の立場がどうなっているのかが関心事で、そのために仕事をして結果を出すことが重要でしたから、子どものことはまったくといっていいほど考えませんでした。当時の私はまだ20代でしたし、昔からの友人や周りの研究仲間にも子どもがいる人は少なかったもので、具体的なイメージもなければ焦りもありませんでした。それよりも単年度のポスドクの心もとなさや、新しい研究テーマについて勉強することのほうが、そのときはよっぽど大きな悩みだったのです。

1-4 ふと気がつけば、もう後がない！

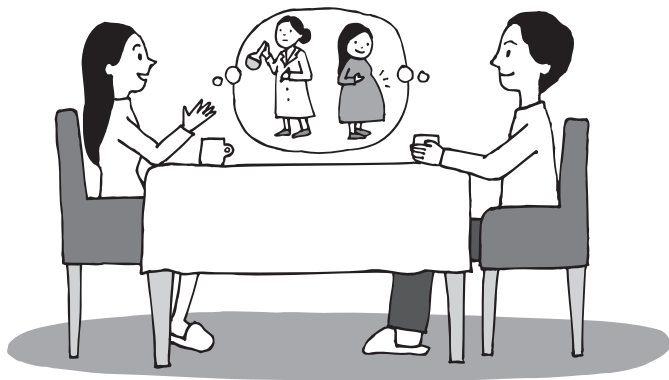
結婚してから4年目、学振の特別研究員（PD）に採用されました。私は30歳になっていました。来年度の所属について心配しなくてよいのは久しぶりだったので、ようやく一息つける気持ちでした。そして、そろそろ妊娠・出産のことを考えなくてはいけないかな、とちらりと思いました。しかし、PDは常勤職ではありません。3年の猶予ができたとはいえ、次の目標は就職でした。妊娠・出産はまだ後回しにして、いよいよ本腰を入れて就職活動を始めることにしました。このときも、同居が可能な地域での勤務が希望の条件でした。

しかし、そうやって決意を新たにしても、その条件での募集がなければ、ただ時間ばかりが過ぎていきます。時折、上司や知り合いの先生から、どこそこで公募があるけど遠いから出さないよね？ などと言われて、数少ない機会を素通りするたび、なんともいえない気持ちになりました。鋭意就職活動中！でも募集がないから開店休業中……という、気持ちは切羽詰まりながらも、実際はかなりぼんやりした状態で、あっという間に採用期間3年のうち2年が過

ぎていきました。就職活動としてやることなくても、メインの仕事はもちろん研究です。目の前にある研究は面白く、新しいテーマでの展開があり、人脈も広がっていきました。

採用期間があと1年になり、私はまた来年度の仕事を考えなくてはならない立場になっていました。研究所でのポストはもう再任できませんでした。キャリアを継続する手だてとしては、常勤職としてどこかに就職するか、新しいポスト先を探すか、あと1年のうちに妊娠・出産してPDの採用期間を延長する／そして次にRPDでの採用をめざす、というのが考えられました。つまり、学生時代からそれまで10年ほどマイナーチェンジをしながらも続けていた研究テーマや、8年いた研究所から離れなければ、研究者としてのキャリアが継続しないという大きな岐路に立たされたのです。

私たち夫婦は何度も、選択肢の優先順位を決め直しました。就職することが第一ですが、それはこちらが望んでも叶うとは限りません。妊娠・出産にともなうPDの採用期間延長にはその権利行使にあと1年というリミットがありましたから、就職活動とともに妊娠・出産も考えることにしました。そして、就職も妊娠もせずPDの採用期間が終了したときには、改めて仕事と生活のことを考えよう、ということになりました。次の職が決まらずにPDが終了しても、ほかに近隣の大学で非常勤講師もしていたので、最低限のキャリアの空白は免れることができそうでした。そのときは妊娠・出産も引き続き考えておいて、子どもができたらず育てモラトリアムも悪くないよ、と夫は言いました。私は、子どもをダシにモラトリアムっていってもなあ、という気持ちでしたが、職が



ないならそれだけでも御の字です。

私は「就活」と「妊活」に臨みました。しかし、何度も繰り返すようですが、どちらも自分が望んだからといって、そのようになるものではありません。でも、重要なのは自分の気持ちでした。状況を納得し、そこに踏み出していく気持ちができただけです。思えば私はそれまで、「生活はできるし研究も続けられるし、就職できてないけど、なんとかこれが維持できれば、まあいいかなあ」「子どもはいたらいいけど、いなくても、まあいいかなあ」という曖昧な意識でいました。けれど、PDの期間があと1年となり、年齢も30代半ばが近づいてきたとき、私は初めて「就職したい」「子どもが欲しい」とはっきりとした自分の希望を意識したのです。振り返って考えてみると、それまでの曖昧な気持ちは、自分ではどうにもならないことから逃げている表れだった気がします。現実として後がなくなって、ようやく私は自分の希望と向き合わざるをえなくなりました。自分ではどうにもならないけれど、逃げるわけにもいかない状況で、自分が本当はどうしたいのかを知ることになったのです。これまで、他人が就職したとか出産したという話を聞いても特になんとも思わなかったのに、そう意識してからはうらやましく思っている自分を発見して驚きました。私は仕事と生活、そして気持ちの面でも岐路に立った後、ある方向へ歩き出したことを自覚しました。

1-5 同時にやってきた就職と妊娠

就職と妊娠、どちらが先に決まるかはわかりません。いずれにしても先に決まったほうへ全力投球しようと決めていました。運を天に任せることにしたのです。就職したらしばらく子どものことは考えない、妊娠したらしばらく次の仕事のことは考えない、というつもりでした。これまで長らくどちらも縁がなかったのも、両方がいっぺんにくるとは考えてもみませんでした。就活と妊活、ともにするのは自分ですが、最終的に決めるのは自分ではないので気は楽でした。期待しては落胆するということを何度も繰り返し、なんということか、就職と妊娠は同時にやってきたのです。

あれほど望んだことが二つとも叶い、私はとても嬉しく、またとても不安でした。しかし、私にどちらを優先するのか選択の余地がなかったことは、本当に幸いなことでした。先に決まったほうに全力で挑んだとしても、退けたもう

一方も気になってしまったでしょう。二つが同時にやってきてくれたということは、それほど望むなら迷うことなくやってごらんと、自分以外の何ものかが手を差し伸べてくれたのかのような思いにかられます。うろたえながらも私は、とにかくやるしかないのだと腹をくくれたのでした。

1-6 「案ずるより産むが易し」と思えるまでが問題でした

「就職したい」「子どもが欲しい」、その希望は急に私の中で出てきたわけではありません。しかし、研究者として出発した当初から持っていたわけでもありません。自分がどうしたいのか、それを自分で見極めていくためには、身近なロールモデルの存在が大きく影響していました。私の場合、それは周りにいた自分より少し年上の女性研究者たちでした。

なかでも、女性研究者としての仕事と生活について具体的なイメージを与えてくれて、私に「就職したい」「子どもが欲しい」という希望を抱かせてくれたのは、現在の職場の先輩教員でもある坂田陽子先生でした。私が現在の勤務先である愛知淑徳大学に初めて関わったのは、坂田先生が産休を取る間の代替教員としてでした。駆け出しのポスドクだった私としては、心理学科の専任教員がする講義を担当させてもらえて貴重な経験になりました。坂田先生が復職された後も、私は非常勤講師として愛知淑徳大学にお世話になっていました。そこで、坂田先生とお会いするたびに「子どもはいいよ～」と吹き込まれ(?)、仕事と両立するにはこんなことが大変だけど、こういうふうにすれば大丈夫、と彼女自身の具体的な苦勞と工夫、何より楽しさを話してくれました。それは、大変そうだけどそうすれば私もできるかも、という気持ちになる話でした。先生のお子さんが成長していく姿と、それに合わせてまた工夫しながら仕事と生活を両立させていく先生を何年も見ているうちに、私は少しずつ自分の望む将来のビジョンをはっきりさせていくことができたのだと思います。

仕事と子どもについて悩んでいる人に、かならずといっていいほど言われるのが「案ずるより産むが易し」の言葉です。実際、踏み出してしまえば本当にその通りなのですが、そういわれても悩みは解決しません。仕事の状況も産んだ後の折り合いも頭ではよくわかっている、「案ずるより産むが易し」もその通りだと思う、それでも悩んでいるのだとしたら？ 最後まで悩ましいのは、第一歩が踏み出せない自分の「気持ち」なのではないでしょうか。