

Que Será, Será

VOL.29
2002
SUMMER



赤蕎麦 長野・伊那市 写真撮影：及部十寸保

オーストリア皇后エリザベート (シッシー)の摂食障害

医療法人和楽会 理事長 貝谷久宣



神経性無食欲症という病気を
ご存知でしょうか？はじめは軽
い気持ちでダイエットをしてい
るうちにそれに夢中になりすぎ
てしまつて体重がひどく減少し、
時には生命の危険に瀕すること
もある病気です。文明が進歩し
て、贅沢の時代、飽食の時代、
そして、わがままが通る時代に
なり、この現代病は増えていま
す。筆者は、ギュリシヤはアド
リア海とイオニア海の境に浮か
ぶコルフ島(図1)で開催された
学会に出席し、オーストリア王
国の皇后が愛したピラ「アキリ
オン」(図2)を訪れ、その皇后が
今からおおよそ150年前にこ
の病気にかかつていた可能性を
推測しました。

オーストリア皇后エリザベ
ートはミュンヘンに生まれました。
バイエルン王国のマキシミリアン
伯爵を父に、バイエルン王ルード
ビヒ2世と腹違いの姉ルドルフ
を母にもち南バイエルンのポッセ
ンホーヘン城で幸せな幼少時代
を過ごしました。末っ子のかわ

いらしい彼女はシッシーと愛称
されてきました。バイエルン王
ルードビヒ2世には、ミュン
ヘンで精神医学を勉強する日本
の留学生は特別な関心を寄せま
す。筆者もそのひとりでした。
それはルードビヒ2世が狂気の
王といわれていたからです。ルー
ドビヒ2世は妄想の世界に生
き、バイエルンに御伽噺に出てく
るようなお城ーノイシュバイン
シュタイン城やリンデアホーフ城
を作り、結局は、ミュンヘンの南、
シュタルンベルガー湖でミュンヘ
ン大学精神科教授グッデンとと
もに謎の水死を遂げます。この
話は、森鷗外の小説「うたか
たの記」のモチーフになってい
ます。このような叔父を持つエ
リザベートは繊細な神経を持つ
とともに、絶世の美人でした。
16歳になったある日、シッシー
は偶然に会ったオーストリア皇
帝フランツ・ヨーゼフに一目ぼれ
されてしまいました。ヨーゼフ皇
帝はシッシーの3歳年上の姉エ
リーナと婚約を発表する予定の

オーストリア皇后エリザベート(シッシー)の摂食障害

パーティーで、突然、妹に求婚してしまいました。エリザベートの母方の伯母であり皇帝フランツ・ヨーゼフの母ソフィアはこの縁組にしぶしぶ従いました。シッシーは16歳4ヶ月の若さで結婚します。これが彼女の不幸の始まりでした。自由奔放に育ったシッシーは、オーストリアの皇后としての堅苦しい教育を受け始めてまもなく、うつ状態になってしまいました。結婚祝賀パレードでウィーンの民衆に嬉しそうに手を振りはしましたが、実は深い抑うつ状態が彼女を襲っていました。結婚後のシッシーは息の詰まるような生活の連続でした。義母のソフィアは彼女に対して実の伯母としてよりも、皇帝の母として、また、厳しい姑として振舞いました。典型的な嫁いびりが始まったのです。シッシーは皇后としての厳しい生活を課され、自由を完全に奪われてしまいました。結婚して2年間のうちに二人の王女を設けましたが、シッシーは少しも



図1

幸せではありませんでした。彼女は憂うつな気分を晴らすために、姑の反対を押し切って長女のソフィアを連れてハンガリーに旅行に出かけてしまいました。そして、旅行中に2歳になるソフィアを不幸にも病気で亡くしてしまいました。姑ソフィアは彼女を罵り、二人の関係は決定的となつてしまいました。シッシーは21歳で皇帝になるべく長男ルドルフを生みました。それを機に義母のソフィアは二人の孫を完全に奪いとりました。この出来事はシッシーに自責感と憤懣が混合した言いようのない悲しみをもたらしました。皇帝ヨーゼフは世によくあるマザコン息子で、母から自分の妻をかばえず、政務や戦争に専念し、家庭を顧みることがありませんでした。当然、シッシーのころは皇帝から遠ざかっていきました。そして現実逃避が始まったのです。それは姑と皇后としての義務で息の詰まる宮廷から逃れて旅行をすることでした。英国女王から貸し与えられた大型



図2

ヨットに乗って彼女はマデイラ島をはじめ、マジョルカ島、マルタ島などの地中海の島々を巡りました。このとき初めてコルフ島を訪れその美しさに魅了されました。この旅行で、シッシーはハインネをはじめとする文学作品にふれ、人間性を取り戻しました。その意味でこの旅行はうつ病の転地療養ともいえませんでした。帰国してもなお子供に会わせてもらうこともできず夫のヨーゼフは政務に忙しくてともに過ごしてくることはなく、シッシーは再び病を得ました。結核が疑われたというのですが、これは食思不振による極度の衰弱だったのでしょうか。コルフ島への再訪問でその症状はすぐさま消えてしまいました。しかし、彼女の心はなお暗れたり曇つたりの状態が続きました。ゲーテやシェイクスピアを読み、詩作に耽り、美しい景色の中を散策するコルフ島での療養が実を結び、シッシーは皇帝ヨーゼフの待つオーストリアに帰国しました。元気になった彼女はまた昔のように光り輝くような美しさをとりもどしました。一時さめていた夫婦仲も回復しました。彼女は慈善事業に



精を出すようになり、ヨーロッパの人々のスターとなりました。23歳からの10年間の彼女はヨーロッパのトップレディーの名をほしいままにしていました。プロシヤのビクトリア王女は、彼女のことを凄艶な美貌をもつ女ぎつねだと嫉妬混じりに評しました。この背景には彼女の美への並々ならぬ執念と努力がありました。彼女はダイエットに励み、牛乳、アイスクリーム、牡蠣、そしてミュンヘン製のビール以外は摂らず、美しいシルエツトを保つことに憂き身をやつしました。当時、身長172cmで体重は50kgになるかならないかというスマートさだったといえます。美しさのためにはあらゆる努力をしました。イチゴをつぶして顔や首に塗りつけ、オリブオイルで洗髪し、毎日3時間以上かけて櫛を入れました。体を水平に保つのが美容によいといわれ枕なしで横になり、子牛の生肉で内張りしたマスクをつけて睡眠をとりました。そして、1日も欠かさない体操と種々なスポーツに熱心でした。とりわけ、乗馬によるハンター競技は常にトップでした。

シッシーは標準より21%も少ない体重です。肖像画からみる彼女はとても細い体をしていません。そして、自分の美しさを追求する執着心は明らかに病的でした。神経性無食欲症の患者は、一般に、食物にたいして微に入り細に入りこだわりの、自分の決めた通りの食事しかとりません。そして、ハイな気分が持続し、美容体操などをして徹底的に体を使います。また、芸術を好み、ロマンの世界にあこがれます。シッシーもこのような行動特性を示しました。彼女が神経性無食欲症であったことはほぼ間違いないでしょう。また、この摂食障害は気分障害とも関連していたことが考えられます。

彼女の死後いろいろなことがいわれています。宮廷と皇帝と民衆から、そして子供からも逃げ出した彼女は、(心身症の)治療、悲観と楽観、孤独のなかにあり、ひたすらに自分の美とシルエットと詩とそして乗馬に生き甲斐を求めたと。そして、自由を愛し、社会の束縛から逃れ、皇后の義務を果たさずその特典と尊厳だけを享受したと。また、自分が常に周囲の注意を惹いている人間でないと気が済まない人であったともいわれています。このような苦言に甘んじなければならなかった繊細なシッシーは、結局、不幸せな結婚により心身症にかかり、現実からの逃避をせざるを得なかったのでしょうか。

パニック障害と出産の手記

N.S

(前号から続く)

出産はもう必死で先生や助産婦さんの指示に従って何もかも忘れていました。もちろん精神科の先生が付き添ってくださったり、いらっしやったりすることもなく、極々普通の安産でした。結果的に、転院して良かったことは、とても熱心に優しく接して下さった産婦人科の先生にお会いできたことでした。いざ出産となると産むことに必死で、パニックのことなど吹っ飛んでしまいました。

でも、赤ちゃんは、低体温で、呼吸が浅く、ミルクもあまり飲みませんでした。服薬して、おっぱいをあげることはできないので、おっぱいをすぐ薬で止めました。小児科の先生から、「私が出産直前まで飲んでいたりポトリールのせいで。」とおっしゃられ、一緒に退院することは出来ないかもしれないと、一旦は言われました。

前々から主人と相談していたことがありました。主人の母に、孫の顔を見せてから、思い切って、私がパニック障害であることを告白することでした。私も主人も、もう隠さずに、ありのままに、私の病気をことを知ってもらいたい機会だと話合っていました。そして、新生児室で、元気に泣いている赤ちゃんを見せたあと、ついに、告白しました。出産間際まで飲んでいた薬のせいで、ひよっとすると一緒に退院できないかもしれないことも話しました。涙でぐしゃぐしゃになった私に「もっと早く話してくれば良かったのに」と義母は言ってくれました。

担当の先生の配慮でしょうか？看護婦さん

私も私がパニック障害であることを知りつつも、本当に親切に優しく接して下さいました。ミルクを飲む量が少なく、母乳でない母親は一人だったので、本来大勢で、授乳室で世話してはならないのに、私と赤ちゃんだけを、新生児室で、ミルクをあげるのつなを手取り足取り一から教えて下さいました。私の実家の家族構成や、一緒に退院できないかもしれないと言われて落ち込んでいた私に配慮して、赤ちゃんの健康状態もまめにチェックしていただき、万全の受入態勢があること、退院1週間後に赤ちゃんの診察を受けることを条件に、赤ちゃんと一緒に退院することを許可して下さいました。

産褥鬱(さんじょくうつ)に襲われて...

退院してから、本格的な育児がはじまりました。2、3時間おきにミルクをあげなければならず、たまたま夏休みを取ってくれた主人と実家に里帰りした私は慣れない子育てに必死でした。気持ちは、あんなに無事生まれた赤ちゃんを愛おしく思っていたのに、今度はなぜか落ち込んでいく一方でした。

どんどん痩せていくし、母親としての自信も失い、隣に寝ている主人の顔が紫色に見えたり、テレビのブラウン管に写る人が不気味に見えました。産後の体調も優れず、赤ちゃんと退院して、1週間後、病院に赤ちゃんの血液検査の結果などを聞きに本院へいったとき、小児科で、激しいお腹の痛みと気分悪さで倒れてしまいました。そして、産婦人科の先生のご指示で、結局神経科のベッドに連れて行かれ、そこで初めてひどい精神状態だということがわかりました。時間外で、当直の先生に診ていただきました。とにかく切迫早産

の痛みで睡眠がとれなかったし、産後

もほとんど眠ることが出来ない状態が続いていたので、とにかく入院するか、夜のミルクは、両親と主人に頼んで、今日は眠ったほうがいいと言われました。正直ほっとしました。とにかくもう生きているのも嫌だと思ってしまうほど鬱状態だったのが、両親、主人に理解してもらえて有り難かったです。そして主人に赤坂クリニックへ私の代わりに行ってもらいました。今まで代わりに行ってもらったので、貝谷先生の適切なご指示ができました。

とにかく処方した薬は必ず飲むこと。夜は赤ちゃんのミルクは頼んで、睡眠薬を飲んで熟睡すること、昼間は出来るかぎり赤ちゃんの世話をすること、などでした。このひどい状態がまさしく産褥鬱(さんじょくうつ)です。

それから両親、主人が、代わる代わる夜中はローテーションを組んで赤ちゃんのミルクなどの世話をしてくれました。テレビや鏡をまともに見ることが出来なかった私が目を追う毎に、落ちつきを取り戻し、体重も元に戻りました。前から用意しておいた育児日記をつけたり、写真も撮ってはアルバムに貼ったり、葉書で無事女の子を出産したことなどを友人に送ったりする余裕も出てきました。

そして本当に元気な自分を産後2ヶ月くらいで取り戻すことが出来ました。ずっと、貝谷先生の処方通り服薬し、診察も受けに行けるようになりまし。しかし依然として夜はしつかりと眠りませんでした。夜の中の母親がやっていると大変な夜の赤ちゃんの世話をしませんでした。父も母も、出産までもいろいろあり、産後はいつになっても里帰りしたままの状態の娘をよく許して

くれたと思います。

結局実家の母に近いところで子育てをしたい、母の側を離れたくないと言った私の希望を、両親そして主人が受け入れてくれて、2000年11月に実家から1分もかからないマンションに引越しました。

引越した後、夜中は主人が赤ちゃんをみてくれました。昼間働いて、夜は何度も起きる生活を主人は真面目にやってくれました。そして、私は赤ちゃんが元気に夜ずっと寝てくれるようになって、やつと普通の母親として、育児に専念できるようになりました。

実家からスーパの冷めない距離にいるおかげで、とても安心して、リラックサして育児が出来ました。母は本当に孫を目に入れてもいたくないくらいかわいがってくれました。わたしもママっ子でしたから親子3代仲の良い幸せな日々でした。この日々はずっと続くこと、信じていました。

けれど、そんな幸せな日々、突然終止符が打たれました。母はとっぜん高熱をだし、そのまま入院、翌日の2001年11月19日夜、私人が看取る形で、天国へと旅立ちました。2日目の徹夜で眠気におそわれる私を最後まで心配して、気遣うように、長く患ったガンとはずつと戦ってきて、いつも退院して元気になつてくれた母は、周りを煩わすこともなく旅立ちました。獅子座流星群の流れる夜でした。ママっ子だった私にちゃんと別れを告げてくれたのだと思います。人生でもっとも悲しい出来事でした。

色々な儀式も一通り終わり、今はとにかくしつかり家事と育児をすることで、気持ちよくコントロールしています。

閉鎖的な日本社会、スモールジャパンそのもの、煩わしかった上海の人間関係と違って、幸い今住んでいるマンションは、皆適度な距離を置きながらも仲が良く、お互い子どもを持つ者同士助け合い、毎日午前中と夕方にマンションの敷地内で子どもを遊ばせています。1才半になる娘にもいい刺激であり、親子で楽しんで、いい気分転換になっています。

母なしでは生きていけないと、思っていた私も半人前ながらもなんとか日々、パニック障害であることを受け止めて、かわいい我が子と主人と3人で暮らしています。パニック障害であることは、極少人数の信用できる長年の友達にしか打ち明けていませんが、今は病気になることを受入れつつ日々過しています。

私は、特別恵まれているケースかもしれないませんが、パニック障害でも出産できるし、育児も色々な人の手助けはございますが、出来るということを身を持って体験したことを伝えたく、拙い文章であります書かせていただきました。これから、パニックを持ちながら出産を考えている方、迷っている方の参考に、そして勇気づけになればと思います。

ずっと助けてくれた亡き母に捧げたと思います。

香道

文学散歩(二三)

御家流桂雪会理事長

熊坂久美子



なごれ
黄昏香
一色葉餅紅
心あてに見し夕顔の花散りて
たづねぞわぶるたそがれの宿
十六才の時
松平道翁

- 一 四包内 初時鳥真南蛮
- 二 試一包 小車寸門多羅
- 夕顔一 白玉羅國
- 夕顔二 各一包 たより佐曾羅
- 夕顔三 夕露伽羅
- 皆中 寄りてこそ
- 夕顔中 海女の子

或る夏の夕暮、光源氏は病
氣の乳母を見舞に五條の乳母
の家を尋ねます、とその隣家
に涼しげな簾をかけ、若い女
が住んでいるらしい事に気づ
きました。

目立たぬよう粗末な車に乗
りお忍びで来ているので誰も
源氏とは気づかないだろうと
氣を許して、内をのぞいて見
ると、青々としたつる草に白
い花が咲いているのが見える
ので、思わずひとり言のよう
に「をちかた人にも申す」
(そちらの方にお尋ねします)
とその花の名を尋ね一枝所望
しますと、家の中からこぎれ
いな女の子が香をたきしめた
扇に白い花を一枝のせて差出
しこの扇に「心あてにそれか

とぞ見る白露の光そえたる夕
顔の花」(光源氏の君と推量致
します、白露の光をうけた夕
影の中の美しいお顔を)と書
きとめてありました。

元来プレイボーイの源氏はす
ぐに興味を持ち「寄りてこそそ
れかとも見めたそがれにほの
ぼの見つる花の夕顔」(近くに
寄つてそれが誰かと確められ
たら如何でしょう、夕暮れ時に
ぼんやりとごらんになった美し
い夕顔を)と返歌をします。

源氏五十四帖の女君の中でも
すぐれて哀感の漂う女性夕顔
と源氏の出逢いの場面です。

源氏がそれとなく素性を尋ね
ても「海女の子なれば」(名乗る
程の親も持たず身寄の少ない
者なので)と軽くかわされてし
まいますが、おつとりと可憐に
見えながらどこかなぞめいた夕
顔に若い源氏はどんどんひか
れてゆき、さまざまな逢瀬を
重ね、結果は思いがけぬ展開と
なり夕顔は烈しい雨夜に物怪
に襲われ亡くなってしまいます。
このようなタイプの女性はい
つの世にも男性の心をひきつ
けるようで、世に夕顔ファンは

多くドラマになり易いテーマな
のでしよう。

中河与一の小説「天の夕顔」
に描かれたヒロインは現世で
は恋人の愛を得られない宿命
を持つ「天人女房」として哀切
な印象を与えています。芭蕉
とその門人の越人も二人で巻
いた歌仙の中で夕顔の歌「山
の端の心も知らで行く月ほう
はの空にてかげや絶えなん」の
俤を含んだ句「あの雲はたが涙
つつむぞ」芭蕉、「行月のうはの
空にて消えそうに」越人と付
合をしていますし謡曲にも「夕
顔」半部等の曲があります。

寛政年間(十八世紀末)に二
十八才で幕府老中となった松
平定信(号楽翁)は寛政の治と
呼ばれる善政を行なった大名
でありましたが十六才の時「心
あてに見し夕顔の花散りてた
づねぞわぶるたそがれの宿」と
今回の組香の証歌であるロマン
チックな歌を詠み当時「たそが
れの少将」と人々に大いにもて
はやされました。

この組香は三包の中にそれ
ぞれ一包ずつ入れた夕顔の香
がどこに出たかを聞き当るも

のですが、夕顔のなごの多い境
遇や含みのある性格を二つの異
なる舞台で観るような形式で、
中々面白い設定になっています。
先にも書きましたように夕
顔はいかにもはかなげにあど
けなく見える反面、妙にマケッ
トリイな世馴れた一面もあり、
源氏物語の他の姫君達とは違
った印象を与える所を丹地文
子は夕顔の持つ遊女性と表現
しています。

夕顔はつる科の植物でなよ
なよと人にからみつきなごら
ひつそりと花を咲かせ自身は
はかなく散りながら、その娘
玉鬘はこれも又つる科の植物
でも源氏の力にすがり難しい
立場の中に賢く自分を処して
最後に安泰な地位を得ます。

夕顔という銘を持つ香は匂
が薄く淋しげですが、かぼそい
ながら長くかおりを保ち続け
る、丁度古筆のかな文字の墨つ
ぎがとだえそうになりながら
連綿と続くようなあとを引く
味の香です。この感じは私の中
につる草の女というイメージが
ある故かもしれませんが……

タイプA行動パターンと心筋梗塞

野村 忍 早稲田大学人間科学部教授

最近の日本人の生活はすつ

かり欧米型になってしまいましたが、それとともに心臓病（特に、心筋梗塞）が増加するという副作用を招来しました。狭心症と心筋梗塞と合わせて虚血性心疾患と言います

が、その病態は、冠動脈の粥状硬化であり、血管の器質的狭窄、血栓形成あるいは攣縮によって、心筋への血流不全

をきたすことによるものと考えられています。狭心症の症状は、労作時の胸部の絞扼感（しめつけられるような痛み）

が特徴的ではばらくするとおさまります。心筋梗塞の胸痛は激しいもので、すぐに救急病院に行つて治療を受けないと心不全や致死的な不整脈をおこし生死にかかわります。

虚血性心疾患の危険因子としては、大規模な疫学的研究によつて、高血圧症、高脂血症（特に高コレステロール血症）、喫煙、肥満、糖尿病、

高尿酸血症などが明らかにされ、さらに近年になって情動ストレスとタイプA行動パターンが注目を集めてきています。これらはいずれも冠動脈硬化

を促進する要因であり、その

多くは食行動、喫煙・飲酒習慣、運動不足などの不適切な生活習慣によるものです。最近では「生活習慣病」という呼称が定着しつつあります

が、虚血性心疾患はまさしく生活習慣（ライフスタイル）の歪みによる病気の代表的なものと云えます。

タイプA行動パターンとは、性格的には競争的、攻撃的、野心的で、行動的には機敏、性急で常に多くの仕事に巻き込まれている猛烈社員型の人のことをいいます。こうした人は、これと反対のんびり〜おっとり型のタイプBの人に比べて心筋梗塞の発症率が約2倍高いと言われています。日本でも、狭心症・

心筋梗塞患者にはやはりタイプA行動パターンが多いことが指摘され、日本人用のタイプA判定法の開発が試みられています。その結果、「敵意」

「攻撃性」はあまり表出されず、性急さや仕事中毒といわれるような過剰適応が日本人的なタイプAと考えられています。タイプA行動パターン

の人は、いつも時間に追われてせかせかと行動し、しゃべるのも、食べるのも、歩くのも早いという特徴があります。また、常に何かと競争していて、いくつもの仕事をかかえています。そうして、自らストレスの多い生活を好み、ストレスを多く受けているにもかかわらず、そのことをあまり自覚せずに無理を重ねた生活をする傾向があります。また、ストレスに対する反応の仕方も血圧が上がる、脈拍が増えるなど循環器系に負荷がかかりやすく、これが心筋梗塞になりやすい原因と考えられています。欧米では、こうした心筋梗塞のタイプA患者に行動修正する大規模な治療研究を行い、心筋梗塞の再発予防に効果があつたことを報告しています。日本でもタイプAの行動修正カウンセリングを行った成績が報告されていますが、その内容は、

タイプAチェックリスト

- | はい | いいえ |
|-----------------------------|-----|
| 1. 毎日忙しい生活である。 | |
| 2. 時間に追われている。 | |
| 3. 何ごとにも競争してしまう。 | |
| 4. ちょっとしたことで怒りやすい。 | |
| 5. 仕事や行動に自信がある。 | |
| 6. 何ごとにも熱中しやすい。 | |
| 7. 何ごとでもきちんと片付けられないと気がすまない。 | |
| 8. 緊張したりイライラしやすい。 | |
| 9. 早口でしゃべる。 | |
| 10. 並んで順番を待つことがイヤである。 | |

・ 行動修正への動機づけ

・ 性急さの軽減

・ 仕事の過重負荷を減らす

・ 自律訓練法などのリラクセス法から構成されています。こうした行動修正がどのくらい心筋梗塞の予防に効果があるかは今後の研究成果をまたねばなりません。行動科学的な新たな取り組みとして注目を集めています。以前、ベンチャービジネスのオーナーの集まる会で講演したことがあります

が、その時に参加者全員についてタイプAの判定をしたところ、なんと100人中95人が典型的なタイプAでした。現代社会にあつては、社会的に成功するにはタイプA行動パターンが

必要な条件とも言えますが、過労になって身をほろぼしては元も子もありません。自分の行動パターン、ライフスタイルをふりかえつて、表のチェックリストをもとにチェックしてみましよう。6個以上「はい」に○がついた人は要注意です。こういう人は、日頃からストレスをため込まないように、ストレス解消にこころがけましよう。運動やスポーツをする、友人と話しをする、気分転換をはかるなどいろいろありますが、やけ酒、食べ過ぎ、タバコの吸いすぎはやめましよう。



〈野村忍略歴〉

一九五一年 京都生まれ。
神戸大学医学部卒業。東京大学医学部心療内科助教授を経て、現在は早稲田大学人間科学部教授。専門は、心身医学、行動医学、臨床心理学。
編著書は、「ストレス！心と体の処方箋」「ストレスと心臓病」「心療内科入門」「不安とストレス」ほか。

●シリーズ 家族25●

共働き ~子育ては?~

岩 館 憲 幸

このシリーズ前回は、われわれ亭主族にとって単身赴任が、すべてかみさんまかせの不健康なライフスタイルを変える(自立への)良い機会になるといわせてもらいました。夫が家事手伝いをしたり子育て参加で体を動かすことは、本人の健康のためになるだけでなく、夫婦の協力関係を密にして、家族の絆強化にもつながります。

ところが残念なことに日本の夫たちは、家事手伝いをしないという点で世界有数の地位を誇っているのです。家事・子育ては妻の役割だと思っ

ている男性は夫だけではない、大学生を対象とした調査結果でも、80%余りの男子学生は「夫は外、妻は家庭」というわけです(岩堂ら「男子大学生の性役割意識について」1987)。

さまざまな家族問題が頻発、家族崩壊の危機が叫ばれている昨今しばしば指摘されるのが、一度このコラムで取り上げた「父親不在」です。日本では子育てを始め、家のことは全て母親任せ妻任せというのは、昔から極めて当たり前のようになっています。思われてきたふしがあります。果たしてそうなのでしょうか。実は父親の不在がことさらにわれ始めたのは、ここ10~20年来のこと、それより以前は、性別父親の存在感が問われることは少なかったのです。父親の権威が強固だった江戸時代の武士家庭でも、父親は子育てや家事に精を出していたという記録が残されているのです。

今回「共働き」をテーマに選んだのは、夫の役割性について、夫婦共働き家族の視点から、我が身の体験も交えながらもう一度語ってみたいからでした。

わが国では、共働き世帯は年々増加の一途をたどり、1992年以降は、非共働き

世帯数を上回って、共働きが一般的といえる程になりました。

共働きをする女性側の理由としては、生計維持・家計補助と並んで、才能・能力の發揮、社会参加等が挙げられます(総務庁統計局「労働力調査特別調査」(1993))。

男女の雇用機会均等法が施行されたのは1986年のことでした。以来女性の社会進出が目に見えて加速されたのかという点を決してそうではありませんでした。教員や公務員など一部の職業を除いて、仕事の内容や労働条件・労働報酬等での男女差別はなくなりませんでした。子育てと家事は女の役割という意識がまだまだ根深く、そのことは育児・介護のために時間外労働の上限を通常の労働者より低いものとする(1年150時間等)と定めた、激変緩和措置(労働基準法第133条)が一定の女性労働者だけを対象としたものであったという事実にも象徴的に示されており、この法律が平成13年度末で終了したこと、改正された時間外労働の制限規定で、初めて男女共通の育児・介護のための時間外労働の制限の制度が定められたのです。このことは共働き夫婦に対して、少なくとも



フクロウ博士の智恵袋

正しい血圧の測定

前回は体温測定について話したので、今回は血圧測定について話そう。家庭用血圧計は日本では7人に一人は所有しているほど普及しているそうじゃ。いろいろな種類があるが、上腕用血圧計が手首用や指用よりも正確度からいえば勝っておる。

ヒトの血圧はいつも一定ではない。一般的には、昼高く、夜低いという概日変動制がある。さらに、精神的感動・緊張、喫煙、コーヒー摂取などで血圧は上昇し、運動、食事、入浴前後には大きく変動す

る。気の小さい人は医者の前だけで血圧が高くなることもある。これを白衣性高血圧といって治療の必要はない。

血圧測定前5分間は安静にして後、座位でするとよい。測定回数は1日2回いつも同じ条件下でするとよい。たとえば、

- ①起床後30分以内・食前・服薬前・排尿後、
- ②就寝前30分以内・食後・服薬後・入浴後・排尿後

での血圧測定が勧められている。

血圧の動向が一目でわかるように折れ線グラフを作るとよい。家庭でリラックスした状態で毎日測定する血圧値が135/80mmHgを越えれば、治療を必要とする高血圧であると最近ではいわれている。

血圧は医療機関で測定した値より、家庭でゆったりとして毎日測った測定値の方が治療方針を決定するために大切であることが最近の新しい見解じゃ。

(日本医師会雑誌127:695,2002より)

共働き～子育ては？～

も子育てに必要な時間を、国家が夫婦同等に認めたことを意味しております。これで女性にとつて夫婦共働きのための環境条件が一つ整ったことになりました。問題は、夫婦それぞれの役割意識と、相互協力性（相補性）がどうなのかです。

前述したように、日本の男性は夫婦の役割性について保守的考え方が支配的、一方女性には子育てや家事と仕事の両立に不安を持っている人が多くという現実があります。共働きがうまくいくためには「男は仕事、女は家庭」という性別役割意識の変革と、女性の家庭と仕事の両立への不安解消が第一の要件なのです。夫婦の役割意識の変革については、まず夫が積極的に育児と家事に関わってみせることです。

江戸時代末期の桑名藩の武士、渡辺勝之助の日記には、彼が子育てと家事をいかにまめまめしくこなしていたかが詳細に記されています（AERA 2000・7・3）。彼は赤ん坊のおしめを変え、おんぶしてあやし、離乳食も作って与えました。歩けるようになると、あちこちに連れて行ったり、ホタル狩りやキノコ狩りに付き合いました。宿直の日弁当を届けに来た子どもと

一緒に泊まったりもしました。家事では、朝一番に起きてかまどに火を入れ、洗濯をし、買い物に行き、風呂に水を汲みました。この日記の研究者皆川美恵子十文字学園女子大学教授は「当時の父親としては、これが当たり前前の姿だったと思います」と述べています。日本の「サムライ」は家でもよく働いていたものなのです。

かくいう私たち夫婦も、結婚当初からの共働きでした。それぞれ仕事を続けることで互いの生き方や自主性を認め合っていたように思います。5年後に長女が生まれまして、妻は産休後復職、子育ては、遠縁のおばあさん、妻の同僚の奥さん、そして近所のおばあさんと目まぐるしく、しかしとても良い方々に引き継がれお世話になりました。そのお陰で長女は言葉の発達が早く、病氣らしい病氣になることもありませんでした。2年後に長男が誕生、折よくかねてから申し込んでいた新設の区立保育所が完成、長女と共に入所させることができました。保育園への送り迎えはどちらか都合のよい方が行い、買い物や食事の片付け等がこちらの役ということがあります。

一九三五年秋田生まれ。早稲田大学文学部哲学科卒業。心理学専修。自衛隊中央病院精神科、航空自衛隊岐阜病院などを経て、現在は東海女子短期大学人間福祉学科教授。なごやメンタルクリニック心理カウンセリング担当。



まない時、体の大きい男の私が抱いてあやすと不思議に泣きやんでくれました。入浴も私が主役でした。

これまでの私の知り得たわずかな知識と、乏しい体験から言い得ることは、共働き子育てがうまくいくかいかないかは、夫の積極的な役割分担行動と、周りからの協力支援の取り付けの如何にかかっている、そしてそれを可能にしてくれるのが夫婦間の一方的でない親密なコミュニケーション、いたわり合いの気持ちであるということであります。

最後に、もしあらためて共働き子育てのキーワードは何かと問われるならば、私にはやはり「夫婦（とりわけ夫）の性別役割意識の変革」を挙げるに違いないと思っております。

野鳥図鑑



【キセキレイ】

水辺で見られるスズメくらいのスマートな鳥で、家屋の軒下や石垣、河原の石の下などに巣を作ります。長い尾を上下にいつも振っているので「しりふり」とか、「石たたき」と呼んでいる地方があります。

撮影 (財)日本野鳥の会
岐阜県支部長 大塚之穂