

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? …… 1
  - 1-1 結婚するなら「思い立ったが吉日」 1
  - 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 病児保育といろいろな働き方

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