



とちぎで妊娠・出産応援
ベビ待ちカップル
妊活×仕事徹底ガイド

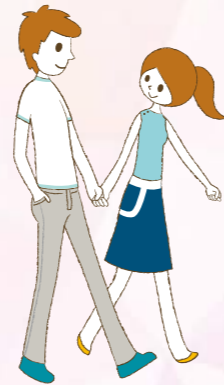




とちぎで妊娠・出産応援 ベビ待ちカップル 妊活×仕事徹底ガイド

実施報告書 目次

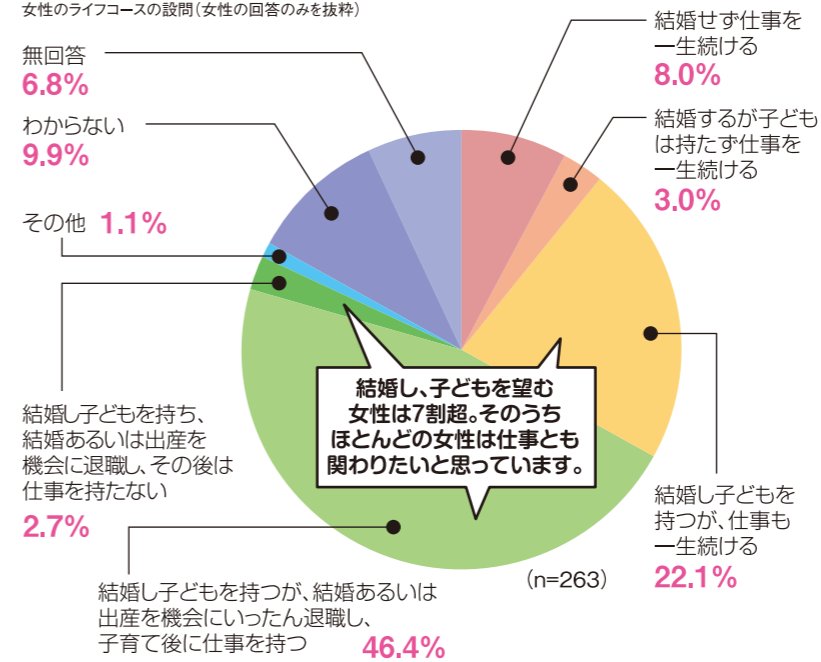
- 1 シンポジウム開催の目的 3
- 2 シンポジウムの概要 4
- 3 シンポジウム第1回レポート 6
- 4 シンポジウム第2回レポート 8
- 5 シンポジウム第3回レポート 10
- 6 参加者アンケート結果 12
- 7 参加者のご意見・ご感想 14



シンポジウム開催の目的

■女性のライフプラン

*平成26年、栃木県「結婚・出産・子育てに関する調査」より
女性のライフコースの設問(女性の回答のみを抜粋)



平成26年の栃木県の調査(円グラフ参照)によると、多くの女性は結婚し、子どもが欲しいと思っています。また、ほとんどの女性が仕事にも関わりたいと考えています。

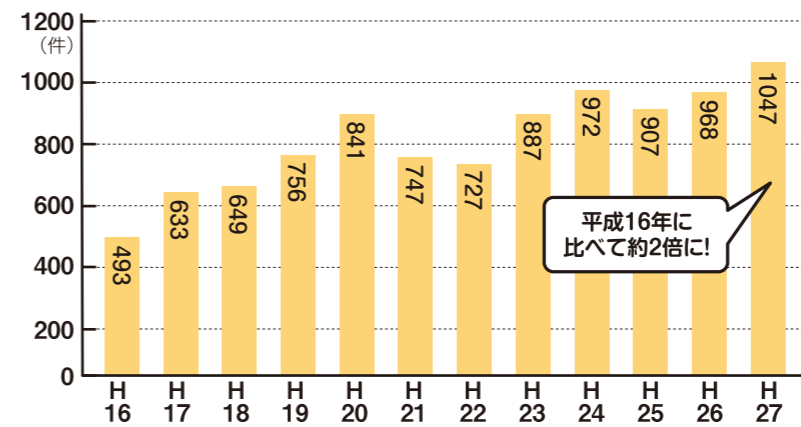
一方で、晩婚化や晩産化が進み、平成2年には25.5歳だった栃木県の平均初婚年齢(女性)は、平成27年には29.1歳に上昇しています。女性は加齢で妊娠しにくくなり、一般的に35歳以上では出産に至る確率が低くなります。そのような中、不妊治療への助成件数も年々増加しています。

仕事と妊娠・出産、そして不妊治療を両立する環境を整えることは、優秀な人材の確保にもつながります。

■仕事との両立や周囲との関係に悩むことも

栃木県不妊専門相談センターにおける相談件数

※栃木県不妊専門相談センター:平成15年10月開設 ※栃木県こども政策課調べ



不妊治療をする人の多くはさまざまな悩みを抱えています。

●治療で会議等を欠席することもあるが、年齢や治療の成果を考えると、治療のことを職場には言いにくい。

●職場に迷惑がかからないよう、あらかじめ休みを取得するようにしているが、生理周期が変わると、また休みの調整が必要になってしまう。

等の具体的な悩みから漠然とした不安まで、多くの相談が寄せられています。

そこで栃木県は「妊活」と「仕事」の両立について考えるシンポジウムを3回開催いたしました。

妊活中の皆さまだけでなく、将来出産を希望されている県民の皆さまに、また企業の皆さまに、現状への理解を深めていただき、一人ひとりの幸せなライフプランの実現に向けて支援していくため、国の交付金を活用し、シンポジウムを開催することにしたものです。



シンポジウムの概要

不妊治療者が不安におもっていること

治療

不妊原因

治療費

仕事との
両立

女性の社会進出とともに進む晩婚化と高齢出産。不妊治療を受ける人も増えています。国立社会保障・人口問題研究所によると、不妊治療や検査をする夫婦は実に6組に1組。その中心である30～40代は、組織で責任ある仕事を任されるようになる時期でもあり、それだけに、先の見えない治療との両立に伴う精神的・肉体的負担は計り知れません。仕事を取るのか、治療を取るのか——。苦悩の結果、二者択一の大きな決断を迫られる女性も多いそうです。

「不妊治療をすることを夫婦だけの負担にしてはいけない。」

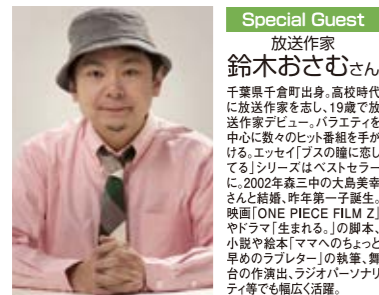
共有する機会が必要だと考え、妊活と仕事をコンセプトに栃木県内3か所でシンポジウムを開催しました。

第1回 宇都宮市

～テーマ～
ステップ1
正しい知識で
正しい妊活をしよう
仕事と休息・体づくり

日程 2016年10月2日(日)
PM1:00～PM4:00
(PM12:30より受付)

会場 宇都宮東武ホテルグランデ
栃木県宇都宮市本町5-12



Special Guest
放送作家
鈴木おさむさん
千葉県千倉町出身。高校時代に放送作家を志し、19歳で放送作家デビュー。バラエティを中心に数々のヒット番組を手がける。エッセイ「アスの隣に恋してる」シリーズはベストセラーに。2002年森三中の犬島美幸さんと結婚、昨年第一子誕生。映画「ONE PIECE FILM Z」やドラマ「生まれる。」の脚本、小説や絵本「ママへのちよっと早いラブレター」の執筆、舞台の出演、ラジオパーソナリティ等でも幅広く活躍。

講演者
泌尿器科専門施設
「かんとうクリニック」院長
菅藤 哲先生

企業パネリスト
ヤマゼンコミュニケーションズ株式会社
山本 果奈さん

妊活レシビ講師
食育指導士
大門 佳代子さん

コーディネーター
RADIO BERRY アナウンサー
井出 文恵

第2回 大田原市

～テーマ～
ステップ2
おしえて!
高度不妊治療
仕事と治療・お金のこと

日程 2016年11月6日(日)
PM1:00～PM4:00
(PM12:30より受付)

会場 KATSUTAYA
栃木県大田原市中田原2082-3



Special Guest
プロゴルファー
東尾 理子さん
福岡県出身。8才でゴルフを始め、99年にプロテストに合格。プレーヤーの枠にとどまらず、試合の解説やレポーター等の分野で活躍。2009年末に石田純一さんと入籍。その後TGP (Trying to Got Pregnant) 妊活しようがんはっているの巻を執筆し、多くの女性からの支持を得る。2013年4月にはマタニティライフや出産を通じて輝いた女性に送られる「第1回マタニティ・オブ・ザ・イヤー」を受賞。

講演者
中央クリニック
不妊カウンセラー
浜崎 京子先生

企業パネリスト
ビューティアトリエグループ
総美有限会社 代表取締役社長
郡司 成江さん

妊活レシビ講師
食育指導士
大門 佳代子さん

コーディネーター
RADIO BERRY アナウンサー
井出 文恵

第3回 小山市

～テーマ～
ステップ3
妊活と社会・仕事
上手な付き合い方
仕事と夫婦の絆

日程 2016年12月4日(日)
PM1:00～PM4:00
(PM12:30より受付)

会場 ザ・ライヴラリー
栃木県小山市東城南2-3-1



Special Guest
女優
矢沢 心さん
1981年東京都出身。1997年に映画でデビュー。「PON!」(NTV)月曜レギュラー。夫婦でパーソナリティを務めるラジオ「ゲンナイ製菓プレゼンツ 笑顔のミナモト」(ニッポン放送)も放送中。2007年にK-1選手の廣後斗と結婚。12年に長女、14年に次女を出産。

講演者
NPO法人 Fine
理事
野曾原 誉枝さん

企業パネリスト
キリンビールマーケティング株式会社
栃木支社長
神元 佳子さん

妊活レシビ講師
料理研究家
越石 直子さん

コーディネーター
RADIO BERRY アナウンサー
井出 文恵

主催者あいさつ

栃木県子ども政策課 課長 阿久澤 真理



栃木県では、平成27年度に妊活に関するシンポジウムを県内3か所で開催し、多くの方に御来場いただきました。

今年度は、引き続き妊活に関する正しい知識を啓発するとともに、さらに、妊活のために職場を変えたり、仕事を辞めなければならないような現実があることを踏まえ、妊活と仕事との両立について考えることをテーマとしたシンポジウムを宇都宮、大田原、小山の3か所で開催するほか、不妊治療に取り組む従業員の職場環境を整えるために企業向けセミナーも開催することいたしました。

近年、結婚や妊娠・出産の年齢は上昇傾向にあり、その中で「妊活」という言葉を耳にする機会は増えていると思います。実際に不妊治療を行っている方も増えており、日本産科婦人科学会の報告によると、平成26年に全国で生まれた子の内、体外受精により生まれた子の割合はおよそ5%とのことです。

仕事を続けながら不妊治療を行う方もいらっしゃいますが、治療による肉体的・精神的な負担に加え、経済的な制約や職場との関係に悩み、仕事を辞めたり不妊治療をあきらめたりする方もいらっしゃると聞いております。この問題は、個人の問題というだけでなく、企業にも取り組んでいただければ解決が図れますので、今回は企業関係者の方にもパネリストとして御参加いただき、どのように取り組んでいけばよいかを一緒に考えていきます。

栃木県では、特定不妊治療に対する治療費助成や、栃木県不妊専門相談センターで不妊に悩む方からの相談を受け付けています。さらに、今回のようなシンポジウムを通じ、県民の皆さまが妊娠・出産を望んだときに、その希望を叶える環境を行政として少しでも整えていければと考えております。

今回の妊活と仕事との両立に関するシンポジウムが、妊活をされている皆さまのお役に立つことを願っております。

今回のシンポジウムでは企業管理職の皆さまにご参加いただき、企業の考えや思いについてお話いただきました。



第1回 宇都宮会場



ヤマゼンコミュニケーションズ株式会社 人事担当
山本 果奈さん

大学を卒業後、大手製菓会社広報宣伝部に勤務。結婚を機に、栃木県最大級のタウン情報サイト「栃ナビ」を運営するヤマゼンコミュニケーションズ株式会社に入社。15年間、人事採用の仕事を担当。平成27年度には「子育てに優しい事業所懸賞」栃木県知事賞を受賞。結婚後、およそ5年間の不妊期間があり、卵巣嚢腫の手術、タイミング療法、10回の人工授精の後、妊娠。現在は2児の母。

第2回 大田原会場



ビューティアトリエグループ
総美有限会社 代表取締役社長
郡司 成江さん

栃木県宇都宮市出身。大学卒業後、美容師としての基礎技術を身に付けるため本場イギリスに留学。帰国後、母の経営するビューティアトリエグループに入社。サロンワークや外部でのヘアメイクなどキャリアを重ね、専務取締役マネージャー職の時、結婚。2010年より現職。自身も3度の流産を経験し、現在2児の母。母業をしながら、社員が結婚や出産を経て働いていけることの後押しや、育児と仕事との両立の支援にも取り組んでいる。

第3回 小山会場



キリンビールマーケティング株式会社
栃木支社長
神元 佳子さん

福岡県北九州市出身。キリンビール九州支社に入社。福岡、広島で主に流通小売業担当の営業を担当。2008年に人事部に異動した後、2014年に栃木支社長となる。人事部時代には多様性推進室長として、女性の活躍推進を牽引。平成24年には経済産業省ダイバーシティ100選受賞。プライベートでは2008年に結婚。夫もキリンビールに勤務しており、現在は宇都宮で単身赴任。



第1回 宇都宮市

正しい知識で正しい妊活をしよう 仕事と休息・体づくり

日時 2016年10月2日(日) PM1:00~PM4:00

会場 宇都宮東武ホテルグランデ ●橋本県宇都宮市本町5-12



登壇者

泌尿器科専門施設「かんとクリニック」院長

菅藤 哲先生

1990年、東北大学医学部卒業。同大学泌尿器科専攻。その後、東北厚生年金病院部長、米国パーナム研究所、東北大学泌尿器科・助手を経て、2010年、国際医療福祉大学塩谷病院助教授、この頃より、宇都宮中央クリニックと、診療提携開始。2014年6月から2016年8月まで、山形徳洲会病院に勤務、および宇都宮中央クリニック非常勤となる。2016年9月、宮城県に、男性不妊/泌尿器科専門施設「かんとクリニック」を開院。



Special Guest

放送作家

鈴木 おさむさん



ヤマゼン
コミュニケーションズ
株式会社 人事担当

山本 果奈さん



妊活
レシピ
講師

食育指導士

大門 佳代子さん

1977年、福島県須賀川市生まれ。自主的に食育活動に取り組み、市民の食育の実践をサポートする宇都宮市宮っこ食育応援団の登録団体のひとつ「宇都宮食育おむすびの会」を主宰。食育指導士として、自宅をサロンに料理教室やおやつ会を開催するほか、食育相談も行う。元幼稚園教諭。2児の母。



第1部 / 講演会 「男性不妊治療の最新の話」 泌尿器科専門施設「かんとクリニック」院長 菅藤 哲先生



不妊の原因は、半分は男性に原因があるのをご存知でしょうか。男性が精液検査をするタイミングを調査すると、ほとんどが女性を検査をするタイミングより遅れています。

また、男性不妊専門医の認知状況は、ほぼ50%の人にしか知られていない状況です。知っている方の3分の2は婦人科の紹介です。

日本の男性不妊専門医は41名です。生殖医療専門医が467名いますので、ほぼ10%しかいません。まだまだ男性不妊専門医の認知度は低いのも不妊治療の妨げになっていると思います。

不妊の原因の半分は男性にありますが、その男性の不妊の原因は、精索静脈瘤が41.2%、精路閉塞が18.8%、造精機能障害が16.4%。この3つの原因がほぼ8割を占めています。

日常生活で、妊孕性を改善させる因子としては、禁煙、受動喫煙の回避、カフェインの摂取を控える、節酒、入浴は短時間で済ませる、ブリーフよりトランクスを選ぶ、電磁機器の適正利用、育毛剤を使用しない、バランスの良い食事、適度な有酸素運動などが挙げられます。

また卵子と精子には大きな違いがあることはご存知ですか？卵子の数は、生まれた時が一番多く、加齢とともに減少していきます。また、同時に卵子の質の低下や、染色体異常の割合が高くなり、妊

娠率の低下や流産率の上昇、胎児異常の増加をきたします。

一方精子は、細胞分裂してどんどん増えていきます。とはいえ、精子も卵子同様に加齢とともに質が低下し、量が減少していきます。

男性不妊の原因の第1位の精索静脈瘤の手術をしたあとの実情ですが、精液所見の改善がみられたケースが8割弱、無精子症の5割で精子出現、乏精子症の7割で精子濃度が上昇し自然妊娠率2年で7割、その他の症状も総じて改善傾向にあります。このように、男性不妊治療によって、自然妊娠率が劇的に向上します。

高度生殖医療の現状ですが、日本における人口あたりの施設数は世界トップクラスです。しかしその一方で、妊娠率や出生率は決して満足できるレベルにはありません。理由としては私費診療で治療費が高額という点が挙げられます。また、顕微授精の歴史は浅く、その安全性についてはまだ未知数というのが実情です。

男性不妊治療は、原因を取り除く根治治療が多いことが特徴です。性周期のある女性と違い、頻回の通院が不要なので、手軽でありながら自身の体の状態を知ることができます。

女性パートナーが治療に入る前に、男性は「男性不妊専門医」の診断をぜひ受けられることをおすすめいたします。



第2部 / トークショー 「夫と一緒に、楽しく正しく妊活しよう！」 放送作家 鈴木 おさむさん



妻の最初の妊娠は、2007年末ですが、3回目の健診のときに流産が分かりました。2度目の妊娠も、結果として流産になってしまいましたが、その時期に体を張る仕事のロケに参加できないことを伝えたら、その仕事自体がなくなり、スタッフや共演者に迷惑をかけ、申し訳ない気持ちになったそうです。

そこで、精一杯仕事をしてから休む!と決め、世間に発表してから休みに入りました。「妊活休業」ということで、世間に不妊というマイナスイメージではなく、妊活という積極的なイメージを持ってもらえたと思います。

男性は「妊活してる」って言わないですよね。言いづらい社

会。男性自身が「自分のせいじゃない」と思っている人が多いと思いますが、そういうところも、社会全体で意識を変えないといけないと思います。



第3部 / パネルディスカッション 菅藤 哲先生 / 鈴木 おさむさん / 山本 果奈さん



一不妊治療には段階を追って検査からタイミング法、人工授精、体外受精、顕微授精というステップがありますが、人工授精までの流れの中で治療と仕事の両立は難しい場面が多いと思います。人工授精までのステップではどういったタイミングで仕事を休む必要が出てくるのでしょうか？

菅藤 人工授精の日程を決定するのは、その2日前までになりますので、それまでに排卵のベストタイミングを決めるために頻回のモニターが必要となります。男性にとっても、2日後に採精になりますので、会社への説明が大変だと思います。なお、医療機関へ30分以内に精液を運べる場合は自宅採取が可能になりますが、人工授精の時間帯が昼近いか午後場合は自宅採取は難しいと思います。

鈴木 精子を採取してから運ぶ時間によって結構病院によって違うんですが、それはどうしてですか？

菅藤 温度のストレスが一番大敵なんです。季節にもよります。運び方の環境ですね。

一自分が仕事を休みがちになってしまうことにより、周囲に迷惑をかけてしまわないか、重要な仕事を任せてもらえないんじゃないかなど、仕事内容とか環境に不安を抱いて「言えない」という方も多いのではないかな?と思うのですがいかがですか？

山本 それは妊活するとかしないとかに関わらず普段から周囲と信

頼関係をきちんと築いておくという、その一言だと思うんですよね。会社で集まってなぜ仕事をするのかという自分がピンチの時に周囲のスタッフがフォローしてくれるからです。妊活でどうしても休まなければいけないという時に、集まって助け合えることができるのが会社の良さというかな。そうなるためには妊活始める云々より、普段の心がけとして毎日同じ職場で会う人と信頼関係を結んでおくということがすごく大切だと思います。

鈴木 人って結局自分が経験しないと自分ごとにならなくて、だから結局どれだけ心配してくれても他人事だと思うんですよね。その中で理解してくれる人もいると思うんですけど、僕は社内とかでもいいですし、近くでもいいですし、自分ごとの経験者を1人でもいいので味方につけるというのは大切だと思うんです。

一最後に皆さまに向けてメッセージをお願いします。

鈴木 僕は昨年子どもを授かることができましたが、最後に近くにいるのは旦那さんと奥さんですよ。結果として授からないこともあるかと思いますが、でもやはりそれをきっかけに、夫婦としてどう生きていくか、これを経たという夫婦でありたいかということイメージしながら、これは通過点であるというふうに考えて欲しいなと思います。だからたくさん話してください。

山本 親近感がある人間関係を築くためにまず第一歩はどうしたら良いか、それは自己開示です。自分の気持ちを伝え、相手の気持ちを受け止める。夫婦でも会社でも一緒だと思います。妊活という機会をきっかけに素晴らしい人間関係を築いていただきたいなと思います。

菅藤 医者としてはどちらにどのくらいの原因があるかを把握して評価して、原因がある方を治すのは基本なのですが、不妊治療は1人では完結しないんです。2人でやる治療なんです。「あなたに原因があるのなら私の方がそれを補うために頑張ります」というスタンスの方がうまくいくと思います。お互いを思いやる、劣る、弱いものをサポートしていく。不妊治療のプロセスは、きっとご夫婦の財産になると思います。



第2回 大田原市

おしえて！高度不妊治療 仕事と治療・お金のこと

日時 2016年11月6日 PM1:00~PM4:00
会場 KATSUTAYA ●栃木県大田原市中田原2082-3



中央クリニック 不妊カウンセラー
浜崎 京子 先生
1972年熊本大学医学部附属看護学校卒業。1988年自治医大看護学校助産科卒業。その後自治医大産科病棟に助産師として勤務。1993年より中央クリニックへ婦長として勤務。
●産業カウンセラー ●生殖医療研究協会認定 ●不妊カウンセラー第1号 ●日本不妊カウンセリング学会理事



Special Guest
プロコルファ
東尾 理子 さん
ビューティアトリエグループ 総美有限会社 代表取締役社長
郡司 成江 さん



食育指導士
大門 佳代子 さん
1977年、福島県須賀川市生まれ。自主的に食育活動に取り組み、市民の食育の実践をサポートする宇都宮市宮っこ食育応援団の登録団体のひとつ「宇都宮食育塾おむすびの会」を主宰。食育指導士として、自宅をサロンに料理教室やおやつ会を開催するほか、食育相談も行う。元幼稚園教諭。2児の母。



第1部 講演会 「高度生殖医療の基礎知識」 中央クリニック 不妊カウンセラー 浜崎 京子先生



- 精子と卵子を1つの器に入れて、分裂を待つ
胚盤胞になるまで約5日程度。
- 胚移植
受精した卵子を子宮に移植する。

顕微授精とは、顕微鏡を使って、精子を卵子の中に入れてあげることです。精子を卵子に入れてあげるところまでで、その後は自力で進んでもらわなければならない。自然の流れと大きく変わりません。

体外受精と顕微授精でどれほど妊娠できるのかというと、2012年全国で589施設（日本の場合小さな施設が多い）、年間の実施件数は、体外受精は実施8万件、採卵数8万件、移植成功4万件、妊娠成功8千件でした。顕微授精は実施10万件以上、採卵数10万件、移植成功5万件、妊娠成功1万件でした。

移植からの妊娠率は35歳を超えると一気に低下します。20代前半を100とした場合、35歳で50以下と厳しい結果になっています。また流産の率も40歳を超えると50%程度になります。

不妊治療はお金がかかるため、行政の助成金制度などを活用するとよいと思います。



開院24年目になりますが、当初は不妊の相談など大変珍しかったものの、近年は多くの方が悩んでいて治療を受けています。

高度生殖医療には「一般不妊治療」と「高度不妊治療」の2つがあります。「一般不妊治療」とは精子の操作のみを行うタイミング法です。「高度不妊治療」は卵子を操作する体外受精、顕微授精のことを言います。卵巣で卵子が育ち、月1回排卵し、卵管に運び込まれてくる。このタイミングで精子が卵管まで入ってきて卵子と出会うと受精。その後分裂しながら、子宮の内膜に入って着床すると「妊娠」成立です。自然受精とは、この工程を体内で行うことです。

体外受精とは、排卵する少し前に卵子を取り出し、事前に採取した精子と受精させ、受精した卵子を子宮に移植し着床を待つことです。体外受精には以下のステップがあります。

- 卵巣調節刺激
生理を調節（しない場合もある）、ホルモン剤を注射し卵巣を刺激する、できるだけ多くの卵胞を育てる。
- 採卵
経膈超音波装置に筒のようなアタッチメントを取り付け、そのアタッチメントに採卵専用の針を差し込み、膈内に装置を挿入。その後、卵巣に穿刺し、卵胞を吸引。

第2部 トークショー 「教えて！妊活のこと」 プロコルファ 東尾 理子さん



最初に行った病院では人工授精しかなかったため、知識がないままにタイミング法を8回、人工授精を6回行いました。その後、ネットと本で勉強し、同時にいろいろな方に直接話を聞きたくて、お茶会のようなものを催したり情報交換をしました。

仕事柄、自分で仕事を選択できたので、スケジュールを調整しながら妊活できましたが、排卵誘発剤を使った体外受精の採卵は全身麻酔で、2、3日寝込みました。

自分がどんな治療をしたいかを知ることが重要です。病院や先生によって、採卵方法などの方針は違います。

先生とじっくり話し合っただけで、自分に最適な選択をするのが大事かなと思いました。



第3部 パネルディスカッション 浜崎 京子先生 / 東尾 理子さん / 郡司 成江さん



一 体外受精・顕微授精にステップアップするとういう時に、仕事を休む必要がでてきますか？

浜崎 排卵誘発剤を使っていく方法だと、まめに診察をしなければならぬので、仕事を休まなければならないことが増えます。排卵のタイミングがいつかわからないので、なかなかスケジュールを立てることができないのが、大変かもしれません。

一 会社としては、2、3日前に休みたいというのは難しいですか？

郡司 実際に、弊社にもそういうスタッフがいます。会社として定期的な面談などがあると思います。その面談の際、事前に妊活の話などをして欲しいですね。会社としては、制度をしっかり作ることは必要ですが、個々人の都合もあると思うので、少しずつでも相談しながら進めていくことが大切だと思います。

一 「職場の急な勤務調整があり、対応できず退職しました」という方がいましたか？

浜崎 初診の方で「先月で退職して妊活に専念するつもりで来ました」という方が多い。しかし、本人が仕事を続けながら妊活したいのか？あるいは、仕事を辞めて専念したいのか？つまりは、自分がどう考えているかが大切で、仕事を続けたいなら知恵を出さなければならないと思います。

一 辛い時の乗り越え方などはいかがですか？

東尾 努力してお金をかけて結果が出ない、という理不尽さを学んだ。しかし、子どもは絶対欲しいと思っていたので、努力をやめようと思ったことはなかったです。でも小休止は間に入れていました。

郡司 最初の子は、39歳の時。2人目は41歳の時。流産の理由は、自分の不摂生にあるのかと、自分を責めたりも。しかし、周りの人の支えにより乗り越えることができました。プラスに考えるようにしました。もし、できなかつたら旦那とどう過ごすかなど楽しみを考えました。一妻にストレスを与えてるのでは？という質問がありますが…。

浜崎 旦那さんからどう支えたらいいかわからないという問合せを受けます。治療のあとのフォローをしてくれないと奥様が不満だったようで、ある日食事の後片付けをしたのですが奥様に「私が求めているのは思いやりの一言で、片付けではない」と言われたとか…。相手を思いやる気持ちゆえにすれ違う。

東尾 「こうしてほしい」とはっきり伝えることも大切。お手伝いではなくて、参加してほしいです。

郡司 人は目の前の人を変えたいがらんですね。「旦那って、こうあるべきでしょ！」って。でも簡単には変わらない。そこでまず自分が変わることが大切。そして、お互いに育むことが大切です。

一 最後に皆さまに向けてメッセージをお願いします。

東尾 2人を授かりましたが、結果が保証されていない中で努力は大変な時間でもありました。事実は変わらないけれど、同じことでも捉え方で随分変わってきます。相手を思いやりながら、これも経験と考えて肥やしにしてください。

郡司 会社側の立場で、考える以上に悩んでいらっしゃることをストレートに感じる事ができました。社内には、もちろんサポートしていただける方もいらっしゃるはず。半歩ずつでも、両立できる環境を作ることができるように考えていきます。

浜崎 治療を始める段階で「自分たちはどうしたい？」と言うことをしっかり話しあっておくことが大切。医学的には、これがダメなら次のステップ、その次のステップと進みますが、進むか止まるかは自分たちで決めてください。



第3回 小山市

妊活と社会・仕事 上手な付き合い方 仕事と夫婦の絆

日時 2016年12月4日(土) PM1:00~PM4:00

会場 ザ・ライヴラリー ●栃木県小山市東城南2-3-1



登壇者

NPO法人 Fine 理事
野曽原 誉枝さん

福島県山市出身。メーカーに勤務しながら6年の不妊治療で2012年12月に男児を出産。自らの不妊治療と仕事の両立、高齢出産の経験から、現代の妊活、多様な家族形態を認め合う社会を目指し、2013年よりNPO法人Fineに参画、2014年6月同法人理事に就任。主にFine妊活プロジェクト〜みらいAction〜の推進と啓発活動に力を入れている。



Special Guest
女優
矢沢 心さん

キリンビールマーケティング株式会社 栃木支社長
神元 佳子さん



料理研究家
越石 直子さん

株式会社フードファクトリー代表、料理研究家、フードディレクターとして2010年より活動。テレビ、雑誌、新聞などの料理番組、連載だけでなく地域を食で活性化させる活動を行っている。とちぎ未来大使であり食の広報官として全国にとちぎの食材を広める、日本一のサイクルカフェを2017年宇都宮にオープン予定。



第1部 講演会 「不妊治療と仕事の両立〜体験談から〜」 NPO法人Fine理事 野曽原 誉枝さん



現在の日本ではおよそ6組に1組の方が、不妊で悩んでいる現実があります。「仕事をしていて、不妊治療をするので退職する」これは、企業における大きな損失につながります。そうならないよう、個人も企業も考える必要があると思います。

私も責任ある仕事を任されるようになり、仕事楽しくて、夫とは10年間「子どもをどうする?」といった話はしませんでした。38歳の時、キャリアに一段落ついたタイミングで夫が入院したことをきっかけに6年間の不妊治療を行いました。働きながら通院を続けることの難しさを感じましたし、職場には気を遣いましたが、当事者の金銭的な負担は大きいものとなっています。

Fineのアンケートによると、「通院回数が多い」「通院に時間を取られる」などの理由で、仕事と治療の両立は難しいと考えたことがある人は9割以上。その中で例えば57%が退職、他にも異動、休職、転職など、勤務状況をやむなく変更した人が多数いらっしゃいます。

体外受精では、採卵をする必要があるため、毎日通院しなければならないですね。自分の体調によって、卵子の成長速度なども違うため、頻りに通院し、受診しなければならないのです。さらに、この先の着床までも、かなり不確定要素が多く、このような

状況でどうやって仕事するのか?と悩まれる方も多くいらっしゃいます。会社に制度があっても、事前申請が必要なため、制度を活用できないことが多く、会社に公言すること自体難しい場合も多いです。

そこで、例えば病院を探す場合に「ケータイから予約を入れられるか?」「早い時間から、あるいは遅い時間でも通院できるか?」など、自分のライフスタイルに合わせた病院を探すことが必要になります。

Fineのアンケートによると、66%の方々の方が上司や同僚に話しているようです。私の場合は周りに話していませんでしたが、実際にお腹が大きくなってきたときに、周りの方から「私も!」「彼女も!」と身近な方が妊活していることに気づき、自分自身ももっと周りに公言しておけばよかったと思いました。そうすれば、もっと気持ちも楽になったかもと感じました。

栃木県は、大変充実した助成があります。もし悩んだら、上司、同僚、友人や、栃木県不妊専門相談センターといった相談機関など、誰かに話をしてみるといいと思います。



第2部 トークショー 「夫婦で妊活」 女優 矢沢 心さん



妊活を始めた時、朝のレギュラー番組を持っていました。業等が原因だったと思いますが、出勤がかなり辛い日がありました。そこで、時間の融通がきく病院を探し、自分の生活にあった病院を見つけました。仕事場と自宅の間で、遅い時間や早い時間でも通える病院を探しました。

参加されているご夫婦は、ご夫婦なりの努力をしてくれていると思います。今日からでも、相手を思いやり、夫婦だけの時間を楽しむようにしてくださいね。



「妊活」という言葉自体ない時代だったので、なかなか周りに言えませんでした。私は、仕事との両立が難しかったのですが、子どもを授かることが第一だったので、周りの方々にしっかり伝えて、高度治療に入る前に、仕事とのスケジュールを調整してもらいました。

第3部 パネルディスカッション 野曽原 誉枝さん / 矢沢 心さん / 神元 佳子さん



一職場に治療のことを話すべきかどうか悩んでいますという質問がありますが、皆さんはどう思われますか?

矢沢 事前に伝えておいた方が良くと思います。突発的なお休みの時に理解を得られるし、周りに負担をかけずに済みますし。

野曽原 当時の自分は言わずに妊活していました。しかし、上司という立場になったいま、ちゃんと話してほしいと思います。

神元 妊活のことをしっかりと理解する必要性を感じています。上司としては、メンバー全員が元気に働きながら成果を上げてほしいし、色々な事情はきちんと話してほしい。事前に分かれればわりを留意するとか、周りに影響が出ないように手を打てますし。女性の活躍を牽引することは、制度作りではなく、風土作りだと思います。

一どんな制度があつたら、従業員が働きやすいと思いますか?

神元 制度より風土を育むことが必要です。リーダーが妊活について理解を深めることが必要。有給休暇以外に、家族のために使えるファミリーサポート休暇などがあると、働きやすいと思います。実際に、弊社では、ウィメンズネットワークの役員への提言で10日間の家族のための休暇取得が可能になっています。

一妊活中の従業員に対する、企業の対応は?

野曽原 ファミリーフレンドリー休暇、ファミリーサポート休暇などが定着してきています。独自の助成金を用意している企業も増えてい

ます。企業内にカウンセリングの窓口を設置している企業もあります。一中小企業では、なかなか制度も追いついていない、あるいは制度があっても、使いづらい環境だと思いがちです。

野曽原 国が企業の事業主や管理職向けのリーフレットを配布していますが、現在なかなか浸透していません。栃木県はリーフレットを作って配布したり、不妊対策が進んだ県だと思います。女性社員から企業に提言しようという動きのある企業もあります。

一突然ライフイベントなどで、お休みしなければならなくなった時、仕事ができないこともありますよね?

神元 普段から「お仕事貯金」しておくことが大切です。「あの人の仕事なら、私が代わりにやっけてあげよう!」と思ってもらえるように、日頃から周りの人とのコミュニケーションが必要。あの人がかわらないという仕事の仕方をしないようにすることも必要ですね。

一ご主人のサポートについて、あるいは夫婦生活で心がけていることはありますか?

矢沢 相手に過度の期待をしないということですね。

野曽原 主人と本音の話をするようにしました。その日だけは、我慢しないで。

神元 相手に期待しすぎないこと。相手が頑張ることを、一生懸命サポートしてあげるようにすることですね。

一良い病院をどうやって探しましたか?

矢沢 病院には説明会などがあるのでそこに参加してみたり、ネットで治療中の皆さんの声を調べてみてください。

一最後に皆さまにメッセージをお願いします。

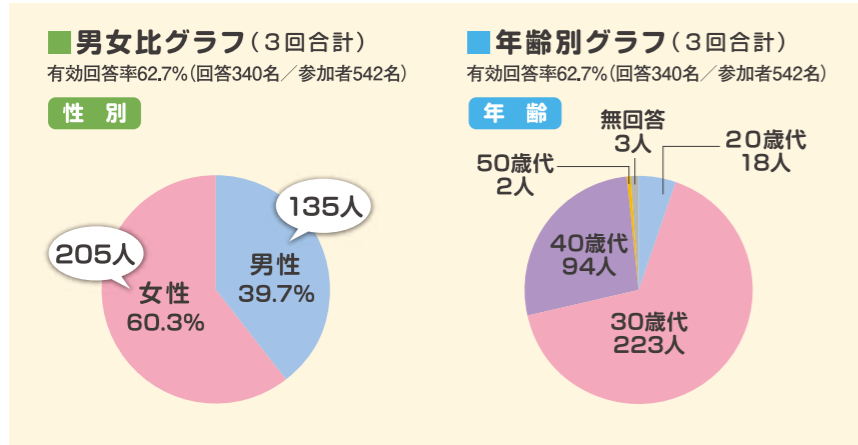
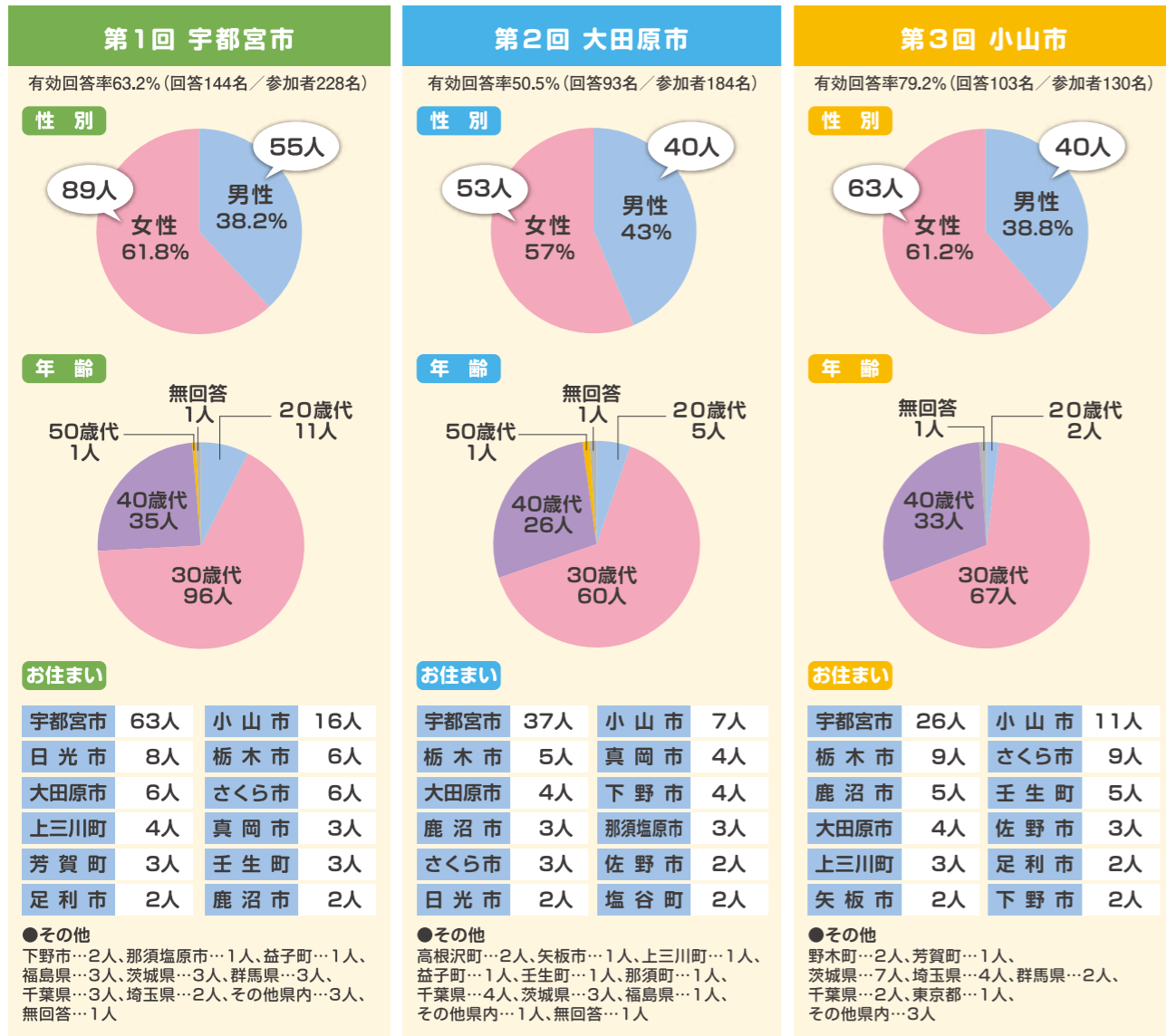
神元 仕事も家庭も欲張ってください。妊活のために、仕事を辞めるのではなく、会社に相談して両方頑張ってみてください。

野曽原 男性の来場率がとても高いですね。妊活は2人で始めたのだから、2人でしっかりと相談しながら頑張ってください。

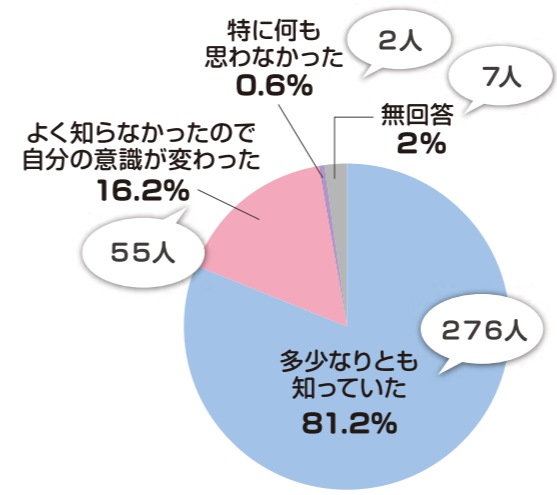
矢沢 男性の来場率が高いですね。相手を思いやる気持ちを持って、妊活してください。妊娠出産がゴールではないと思います。最後は、夫婦2人です。相手を思いやって生活してください。



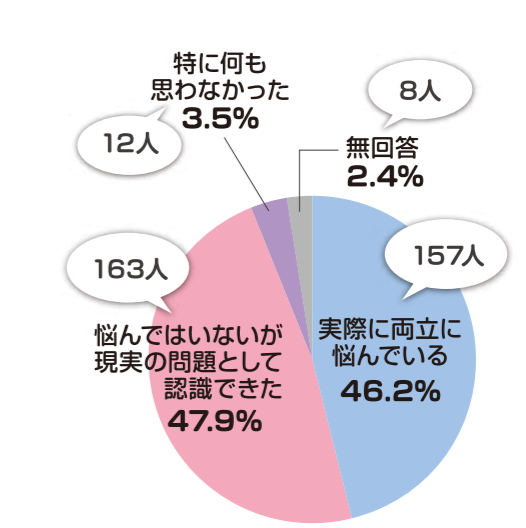
参加者アンケート結果



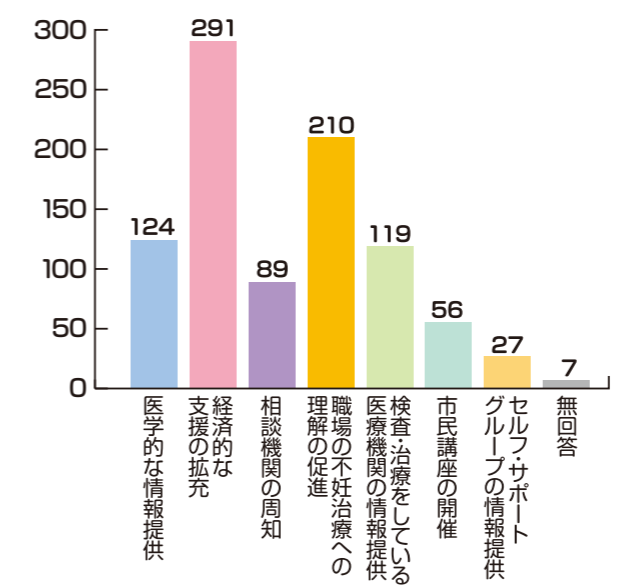
■卵子の老化等、男女とも年齢を重ねるとともに妊娠しにくくなること (3回合計 / 有効回答数340名)



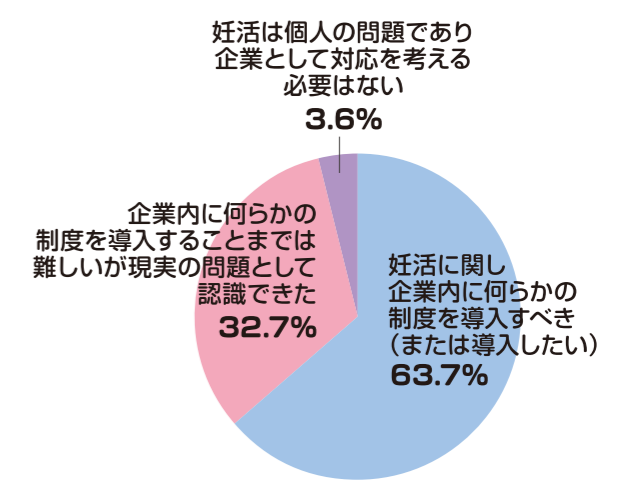
■仕事と不妊治療の両立について (3回合計 / 有効回答数340名)



■今後行政が取り組んだ方がいいと思う不妊対策は何ですか。 (3回合計 / 有効回答数340名 ※複数回答)

















■企業の管理職等(役員、部課長、リーダー、福利厚生担当)でご参加の方に伺います。今回のシンポジウムをお聞きになり、最も当てはまることはどれですか。 (3回合計 / 有効回答数55名)



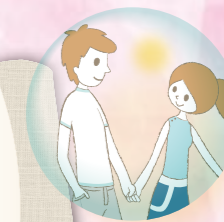


参加者のご意見・ご感想

-  **会社に対して妊活休業の重要性・必要性を積極的に働きかけてもらえる場を作って欲しい。**
私は1年半の治療と仕事の両立をしてきたが、これ以上は体力的に厳しく、仕事を辞める事を決めました。(30代 女性)
-  **不妊は女性だけの問題ではないということがよくわかりました。夫とこれからの事を相談して理解を深めてもらい、共に協力できていけたらと思います。妊活レシピも勉強になりました。仕事との両立が大変ですが頑張ってる2人のため、栄養のある食事を作っていききたいと思います。(30代 女性)**
-  **不妊治療に対しての世間の認識も少しずつ高まっているものの、正しい知識がまだまだ認識されていないと思った。女性だけではなく、男性不妊についても正しい知識・検査・治療が積極的にでき、職場と治療の両立もスムーズにできる事を願っています。(30代 女性)**
-  **無料で参加できることが嬉しかった。**
鈴木おさむさんが素人目線でぐいぐい質問しており好感が持てた。(20代 女性)
-  **妊活レシピさっそく作ってみたいと思います。健康のためにも、赤ちゃんを迎えるためにも、食が大切だと強く思いました。主人を連れてきて、色々話を聞くことができ本当に良かったです。(20代 女性)**
-  **流産したことで自分を責めたりしていましたが、同じ経験をしている方や女性だけに原因があるわけではないということで、ホッとしました。こういう機会があるとそういった経験をした女性・男性ともに正しい知識やゆとりを持った考え方ができるようになるのかなと思いました。(30代 女性)**
-  **男性においても妊活中は仕事のことで悩むことが多い。排卵日に合わせて仕事を休むのは大変。**
男性に対する妊活の知識を持っている人は少なく、医師の説明にも同席したいが勤務の都合で行けないこともあり、欠席=協力してくれないと言われるのも厳しい。(40代 男性)
-  **職場へ不妊治療を行う人へのサポートが広がって欲しい。助成制度が仕事を辞めた後、前年度所得という理由で受けられないということが改善されて欲しいです。(30代 女性)**
-  **急に決まる採卵や移植等で休む申請をすることに対するストレスは相当なものです。**
職場で双方が気持ちよく働ける社会が来ることを祈るばかりです。(40代 女性)
-  **妊活のことをもっと若いうちに知る機会があればいいと思う。自分のライフプランを計画し、知識だけでもあればもっと良いと思う。企業側にもこのようなセミナーを開いて欲しい。(30代 女性)**
-  **働きたい気持ちと、不明確な(採卵・移植と記載しづらい)休暇申請が心苦しく、健全な精神状態でいられない。**
ストレスがよくないことはわかっているので悪循環。
近い将来、誰もが不安なく明るい妊活ができる日を心待ちにしています。(40代 女性)
-  **治療を始めるにあたり、職場に相談するか悩んでいたのですが、「上司としては話をして欲しい」という話が聞けたので大変参考になりました。(30代 女性)**
-  **3回全て参加しました。新婚で今年1年間はまず2人で過ごしています。来年から妊活を行おうと考えていたので、これからのことを色々考えることができ、2人で学び、話し合うことができました。(30代 女性)**
-  **バリバリ仕事をしながら治療をし、子どもを授かったという実体験の話をうかがえて、とても励みになりました。**
退職を考える前にまず一歩踏み出してみようと思った。(30代 女性)



～企業関係者のみなさまへ～



栃木県内の「不妊に悩む方への特定治療支援事業」の助成件数は増加傾向にあり、平成27年度は2,511件と、初めて2,500件を突破しました。また、栃木県不妊専門相談センターへの相談件数も増えてきており、実際にそうした相談の中では、仕事と不妊治療との両立に悩む相談も多くなっています。

不妊治療を行うにあたっては、頻繁な通院や突然の休暇を要する場合があります。それによって、職場や上司へ気を遣ったり、同僚との間で仕事の調整ができずに退職や転職をされる方も少なくありません。参加者アンケートの中には、「不妊治療の当事者でない上司や職場のメンバーには理解されにくい」との記載が見受けられました。しかし、その一方で、生活費や治療費を捻出するためであったり、仕事にやりがいを感じていたり、働き続けたいと考える方も多くいます。仕事を優先させるために不妊治療を中断している参加者もいらっしゃいました。

このシンポジウムでは、こうした現状や課題を広く周知したいと考え、いずれの回にも企業関係者をパネリストとしてお招きしました。

パネリストの発言にもありましたが、この課題の解決のためには、企業の管理職や上司の皆さまが不妊治療について理解していただくことがまず第一歩になります。従業員が相談しやすい環境をつくるのが大切です。

企業の中には、不妊治療を目的とした時短勤務や、不妊治療だけでなく介護や育児などのライフイベントのために利用できるファミリーサポート休暇制度を導入した企業もあります。それぞれの企業の実情を踏まえる必要がありますが、従業員にとって「働きやすい環境」を整備していくことが、仕事と不妊治療との両立につながります。

この報告が、従業員の仕事と不妊治療との両立について企業の皆さまに考えていただくきっかけになれば幸いです。

企業側が考える妊活と仕事の両立



企業側が妊活について理解する、そして話し合える環境を整えることがまず最初なのかなと思います。
企業側としても、相談をしてもらえれば、その人に合ったサポートを考えることができると思います。
また、こういうイベントに企業関係者の方たちが来てくださるとすごくいいなと思いました。

第1回



ヤマゼン
コミュニケーションズ
株式会社
人事担当
**山本 果奈
さん**

企業には定期的な面談などがあると思います。その際に、妊活の話をしてほしいと思います。
企業としては、制度をしっかり作ることは必要ですが、個人の都合もあると思うので、少しずつでも相談しながら進めていくことが大切かと思っています。

第2回



ビューティ
アトリエグループ
総美有限会社
代表取締役社長
**郡司 成江
さん**

企業全体で風土を育むことが必要だと思います。
上司が妊活について理解を深めていくことやライフイベントを乗り越えても働ける環境を整えることが大切です。
また、妊活は時間との闘いであり、有給休暇以外に、家族のために使えるファミリーサポート休暇があると、働きやすいと思います。

第3回



キリンビール
マーケティング
株式会社
栃木支社長
**神元 佳子
さん**