

公益社団法人 日本技術士会 男女共同参画推進委員会 第6回 DEI 学習会 開催報告

1. 開催概要

- 日時：2025年3月1日(土)10:00～12:00
- 方法：オンライン開催
- 主催：公益社団法人 日本技術士会 男女共同参画推進委員会
- 参加者：35名（うち男女共同参画推進委員会委員・委員補佐14名）
- テーマ：「女性もみんなも、心も体も健康になれる、デキル職場をめざして」
- 講師：小笹 由香（おざさ ゆか）氏
東京科学大学大学院 保健衛生学研究科 リプロダクティブヘルス看護学 准教授、助産師
- プログラム：
 - 10:00 開会あいさつ・趣旨説明（飯島委員長）
 - 10:05 講演「女性もみんなも、心も体も健康になれる、デキル職場をめざして」
 - 10:55 質疑応答
 - 11:05 意見交換（参加者全員）4～5人のグループに分かれてディスカッション
 - 11:35 グループ発表（全体共有）
 - 11:55 閉会あいさつ（小牛田理事・副委員長）
- 司会進行 瀬尾 D&I 小委員長

2. 内容

(1) 開会あいさつ・趣旨説明 男女共同参画推進委員会委員長 飯島 玲子

当委員会では委員の学習の場として DEI 学習会を年に1回のペースで開催しており、今回で6回目となる。今回は健康をテーマとし、特に女性特有の課題を中心に講師に講演をいただく。昨今では男性にも更年期があることが知られてきており、本学習会で学ぶことを男女問わず職場で活かしていただきたい。



(2) 講演「女性もみんなも、心も体も健康になれる、デキル職場をめざして」 小笹 由香氏

□自己紹介・活動紹介

- 外部からの支援という意味合いよりも、その人がその人らしく問題を解決できるよう、健康に関する様々な問題に女性が自分で対処できるような支援をする、というのが昨今の考え方となっている。助産師としての仕事する場合も、健康相談や保健指導を行う場合も共通。
- 時代は非常に早くドラスティックに変わるが、大切なことは変えずに、フレキシブルに考えて対処できる力を持つ人を育てていきたいという想いを持っている。
- 日本の制度設計、特に医療に関する制度については、夫婦に子供が二人いて妻は専業主婦である、という設計がされていることが多い。制度が時代に合わなくなっている。



□女性の一生とは

- 女性ホルモンという点で考えると、エストロゲンとプロゲステロンという二つのホルモンが女性の心と体の状態に大きな影響を与える。妊娠出産の際にはこれらのホルモンの分泌量は大きく変動する。管理職に就き仕事の責任が重くなる40代からホルモンの分泌量は減少し始め、その後50代にかけての更年期でホルモンの量が大きく変化する。この時期に親の介護や自身

の病気等、複数の課題を同時に抱える場合も多い。

- ホルモンの分泌は1カ月の周期でも変動する。体の状態だけでなく心の状態も変化する。
- 若い世代ではスマホ依存が問題になっている。性自認で悩む人も増えている。
- 日本では少子高齢化が進んでいる。100歳越えの人口は10万人以上、そのうち9万人が女性。すなわち、両親、あるいはどちらかの親が存命である70代以上が増えている。
- 家族の構成が多様化している。昔は20代で第一子を出産するケースが多かったが、東京では30台後半から40代で第一子を出産するケースも多く、両親の介護を同時に抱える場合もある。
- 最近は産後に自殺をする数がじわじわと増えている。切迫流産の傾向があり体を休める必要があるにも関わらず職場の理解が得られずに苦しむ人もいるし、既婚者であっても望まない妊娠である場合もあり、自殺を選択してしまう人がいる。出産後、1カ月検診までの間に自殺する方も増えている。
- 職場で産後に復帰する人をサポートする場合は、「おめでとう」「何かサポートできることはないか」「身近にサポートしてくれる人や頼れる人はいるか」と声をかけるだけでも状況は違ってくる。

□医療・医薬品開発における性差

- サリドマイドの薬害は1960年代に起こった。その後、2000年代に入ってから、世界において情報共有が不十分であったことが原因で同じ薬害がブラジルで繰り返された。医薬品開発においては、妊娠中の胎児の催奇性を考慮し女性の治験が実施されないこともある。
- 女性はホルモンの影響もあり評価が難しいとの理由から、女性用の薬にも関わらず、被験者を男性に絞って実施した歴史も存在する。
- 妊娠中の女性にどのような薬剤を使ったらいいのか、ということは未だに課題である。また、解剖学においては亡くなった方ご遺体を検体として使用させてもらうが、女性の検体は非常に数が少ない。
- 男性もホルモンの影響はある。今後、医薬品開発の分野における考えも変わってくると思われる。
- 男性と女性とで、かかりやすい疾患には差がある。しかし、「栄養」と「運動」がこれらの疾患の予防に効くというのは共通の課題。栄養と運動をキーワードにすれば、男女関係なく、職場で実践できることはある。
- 机、いす、室温、環境が影響を与えることもある。標準品は男性に合わせて作られているので、女性の腰痛や肩こりの原因となっている場合もある。

□世代構造と介護

- 3世代で暮らすケースが減っている。現代では祖父母と一度も暮らしたことがない子供が多数派。また、家事や育児の経験がない、できない、という男性、女性がシングルで介護をするような時代になっている。今後は一人で暮らす高齢者も増える。
- 子供がいる世帯は全体の2割しかない。子供がいる生活がどんなものなのか、わからない人が多いという世の中。
- 共働きが増え、若い世代では2つ上の世代の介護に関わるようになってきている。ヤングケアラーが増えている。介護の主たる担当者は女性だけではない。全ての世代が対象。
- 高齢者が増えることそのものは問題ではない。日本では要介護（自分のことが自分でできない）の高齢者が増えていることが問題。
- 介護の大変さは、介護度や頻度、一人っ子かどうか、同居か通いか、ということで決まるものではない。どんな状況であろうが、介護をするということは、仕事以外にやらなければならないことを抱えているということ。
- 急に介護が必要になっても慌てないように、予め、介護や死ぬことについて家族で話し合っておくことが大事。

□まとめ

- サポートを必要とする人や、介護や育児等を抱える人に対しては、どうしてほしいかを具体的に聞くことが有効。プライベートを聞き出すということではなく、困っていることへの対処を分かち合うという意識が重要。
- 「昔は〇〇だった」という話をしたり、良かれと思って相手の希望を聞かずに想像で対処を行ったりすると効果がない。
- 個別に配慮するには限界がある。できること、できないことを整理して明示すると良い。
- これからも情熱と勇気とチームワークを大切に、皆さんと一緒に課題の解決に向けて歩んでいきたい。

(3) 質疑応答

- ホルモンの影響により機嫌が悪くなるとのことだが、閉経後も続くのか？
➡閉経後は比較的マイルドになる。しかし、ある時に急に機嫌が悪くなるわけではないので、普段からコミュニケーションを取って変化を見ておくことが大事。
- 出産後に自殺を選択する人が増えているというのは驚き。
➡コロナの影響もあり、出産・育児に関して友達や周囲と経験や想いを共有することができないまま、孤独で辛いという人が増えている。何か困ったことがあったら教えて、と孤独感を和らげるような声かけが大事。子供ってかわいいでしょ、という声かけはNG。
- 男性技術者だと当たり前になっている定年後の再就職について、女性の場合はどうなのか？
➡どのような人生を歩みたいかは人それぞれ。死ぬまで働きたいという人だけではない。男性だから、女性だから、という区分けではなく、その人のニーズに合わせる 것이大事。
- 職場の風通しが良くないと、何事もうまく行かないと思う。具体的に何をしたら情報共有ができるようになるのか？
➡自分がまず開示することが大事。調子が悪いときに自らそのことを周囲に伝え、そういう時には遠慮なく言ってね、と示すことが大事。自分でも正解はわからないから、まずはやってみるね、と言ってみる。何でも情報をオープンにする、ということとは違う。これがいいに違いない、という思い込みで動くとうまく効果が出ない。まずは相手のニーズを聞くことが重要。

(4) 意見交換・グループ発表

4～5人のグループに分かれ、先ず自己紹介を行い、役割（進行、書記、タイムキーパー）を決めた後に、①印象に残ったこと、②講師に聞きたいこと、③自分がこれからしようと思うことについて、30分間ディスカッションを行った。その後、各グループの代表者からディスカッションの内容を紹介いただいた。

【印象に残ったこと】

- 女性の体の変調をホルモンの関係から詳しく話して頂いたことが印象的だった
- 老々介護について実感を持てた。
- 世の中の色々な事柄が結び付きをもって起きているという認識ができた。
- 今日学んだことを活かしたい。昭和の人間なので、DEIという言葉と距離を感じていたが、丁寧に何回でもお話をすることを肝に銘じておかねばならないと思った。
- 講師の資料は非常にわかりやすく、世代や家族構成が変わってきていることを認識した。

【講師に聞きたいこと】

- 手伝いと分担の違いは？
➡ごみの入った袋を集積所に持って行くだけでは「手伝わせてもらっている」という状態。家のあらゆるごみ箱に合うビニール袋を買ってきて、その在庫を管理し、ごみ出しの日には家中にあるごみ箱からごみをまとめて集積所に出し、次のビニール袋をごみ箱にセットするといった一連

の流れを全て実行して、「担当している」と言える。

- ・ 介護の問題について他の国はどうしているのか知りたい、日本に特有の事情があるのか。

➡子供がたくさんいる国は、お年寄りが長く生きない。少子高齢化という現象は途上国では起らない。また、介護の問題の解決方法ひとつに、お金がある。親が有料老人ホームに入ると一番よいのは、自分（介護をする人）に余裕ができること。老人ホームに入れるなんてかわいそう、という意見の人もあるが、老人ホームでも、家で看ても、介護は介護であり、やらねばならないことがある。まずは自分が健康であることが大事。

- ・ 介護をしている人をどのように支えるか。

➡介護は育児と同じ。休業しなければならないほどに、職場以外でもやることがたくさんある人達だと認識しなければならない。介護は何十年も続くわけではなく、いつか終わる。また、誰しもに訪れる問題である。

(5) 閉会挨拶 理事・男女共同参画推進委員会副委員長 小牛田 尋志

何が問題なのかを知った上でアクションをするのが大事だと認識した。個人で抱えると弱ってしまうので、問題を抱える人をチームで支えることが重要だと思う。ウェルビーイングや DEI の観点でも同様のことが言える。



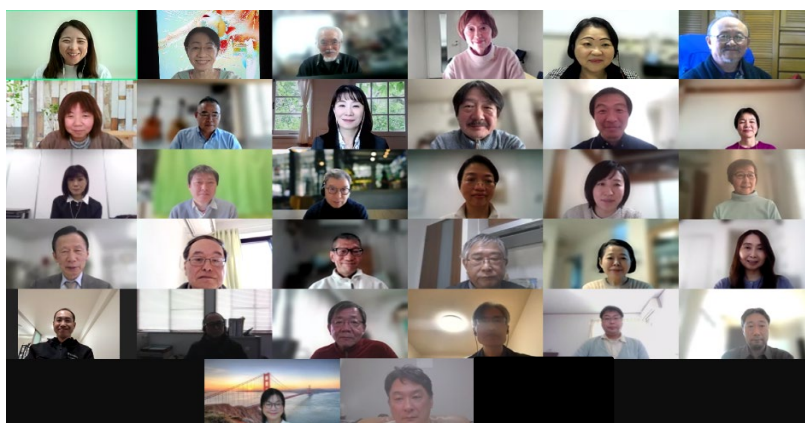
(6) アンケート結果

- ・ 終了後のアンケートでは 28 名から回答があり、そのうち 57%が男性であった。
- ・ 発表への満足度は高く、約 96%が「満足」又は「やや満足」であり、「やや不満」「不満」はなかった。
- ・ 講演の内容で印象に残ったこととして、「体調に左右されて仕事を行うのはよくないことだと思っていたが、それさえも理解し合うということが印象に残った」「女性が前向きでいられるのが 1 か月に 1 週間というのに、毎日、変わらず仕事に向き合っていることがわかり、女性の皆さんを称賛したいと思いました」などがあつた。
- ・ 当委員会への期待として、「制度・政策論のようなお話も引き続き必要とは思いつつ、今回のように生身の生き方に関わるようなところについて考えられる、日本技術士会及び技術分野としては貴重な機会と感じております。今後もぜひ機会を設けて頂けましたら有難いです」「DEI への取り組みについて、私はマイノリティ側の女性なので、今回の勉強会のようにマジョリティ側の男性と一緒に考える機会を、今後も期待します」など本 DEI 学習会の意義の大きさが改めて確認できたほか、「この学習会に参加するのは初めてで、女性が多いのかと思っていたけれど男性がかなりおられたので少し勇気をもらえました。一方、全体の人数が少なめで、女性も少し少ない観がしました。もっと参加者が増えるようになると良いですね」など参加者の

一層の広がりを期待するコメントもあつた。

以上

【記録作成】古賀 沙織



参加者（一部）のみなさん