

## 育児休業中の生活について

室岡 瑞恵

平成22年9月から平成26年3月までの約4年半、育児休業を取得しました。育児休業中に息子を3人出産し、夫の転勤に伴って平成23年7月に稚内へ、さらに平成25年7月に苫小牧に引っ越しました。また、学術博士の学位を取得しました。ここでは、あまり語られないことのない育児休業中の生活を紹介したいと思います。

育児で一番つらいのは、なんとといっても寝不足です。夜泣きによる寝不足で、気力も体力も使い果たします。次が、自分の時間が持てないことです。

私の場合、実両親は東京で働いていたため、全く頼ることができませんでした。義父は既に亡くなっており、札幌に住む義母は体が弱く、遠方へ手伝いに来てもらうことはできない状況でした。

さて、日々の生活ですが、子供のうちに外に出て体を動かすことはとても大事だと思っていたので、午前中、家事を一通り済ませたあとは、下の子をおんぶして夏も冬も丸二時間、外に散歩に出かけました。天気の悪い日は育児支援センターに行き、保育士さんにアドバイスをもらったり、同じくらいの子を持つお母さんたちと情報交換をしました。午後は3時間ほど託児所に預けて論文を書きました。託児所は1人1時間600円、正直痛かったです。仕方ありません。休日は夫と二人で1時間交代で育児をすることで論文を書く時間を確保しました。

こうして英文で200ページの博士論文を仕上げましたが、今度は中間審査と本審査の2回、大学まで行かなくてはなりません。中間審査時で長男は2歳、次男は生後3ヶ月でしたので、家族全員で飛行機に乗って大学に行くことにしました。審査中は、長男は近くの託児所に預け、次男は隣の教室で夫にみてもらいました。

また、育児休業中に2回、学会発表に行きました。1回目のとき、子供はまだ1人で、生後10ヶ月でした。場所は幕張で、午前中に発表だったので、前日に夕食もお

風呂も歯磨きも済ませてから、女満別空港の最終便に乗り、そのまま都内のホテルに着いたら寝られるようにしました。学会発表中の20分間は東京に住む知り合いに来てもらってドアの外で抱っこしてもらいました。発表が終わったら、そのまま羽田空港に移動して、飛行機に乗って帰りました。

2回目の学会は京都で一週間、2題を発表しました。このとき、長男は2歳、次男はちょうど1歳になるころでした。この頃は苫小牧に住んでいて、札幌から義母に来てもらうことができたので、長男を一週間みてもらい、私は次男を連れて飛行機で京都に行きました。義母は息子と孫と水入らずで一週間過ごすことができ、夫は育児を義母にまかせて自分の好きなことができ、長男は大好きなおばあちゃんと楽しく過ごし、私は学会という場で羽を伸ばすことができたので、とても有意義でした。人見知りの強い次男は、記念すべき1歳の誕生日に見知らぬ京都の託児所に預けられて朝から晩まで大泣きしていたらしいのは気の毒でしたが……。ちなみに、このときの発表を聞いてくれたフロリダ大学の先生にとっても感心していただき、一緒に本を書くことになりました。本も、育児休業中に書きました。

今は4歳、2歳、8ヶ月の息子の育児をしながら仕事をしています。長男の出産前から5年くらいずっと寝不足だったため、寝不足はもう慣れました。あちこちで親切にいただき、本当に助かりました。これから育児休業を取得する人に、少しでも参考にいただければと思います。

(内水面資源部 むろおか みずえ)