

シングルマザーって、

どんな人たち？

最近話題になることが多いシングルマザー。でも、日頃、出かける先ではあまり出会いません。あるいは、出会っても気がつかないまま過ごしているかもしれません。シングルマザーってどんな人たちの？ しんぐるまざあず・ふぉーらむ理事長で、昨年『ひとり親家庭』を著された赤石千衣子さんに伺いました。



赤石千衣子さん

しんぐるまざあず・ふぉーらむ理事長

1955年東京生まれ。非婚シングルマザーになり、シングルマザーの当事者団体の活動に参加。その後、婚外子差別の廃止や夫婦別姓選択制などを求める民法改正の活動、反貧困ネットワークにかかわる。反貧困ネットワーク世話人、『ふえみん婦人民主新聞』元編集長、朝日新聞論壇委員。



赤石さんがシングルマザーになったときと今とは、ご自身の変化も含めて、こういったことがありますか？

私自身は非婚で出産していて結婚（離婚）の経験はありません。「バツイチ」という言葉に象徴されるように、離婚に関する考え方の許容度が少し上がってきていると感じます。内閣府の調査でも「やむを得ない場合には離婚してもよい」という回答が増えています。離婚する人が40年前の2倍（年間73万組が結婚し23万組が離婚している）になっていることが背景としてあるのでしょうか。しかし経済状況はというと、日本全体に非正規雇用が増えているので厳しくなっています。私がシングルマザーになった30年前は、正規雇用につける機会が多かったのですが、例

えば給食の仕事なども公務員として働けたのに、今は給食センターなどの外部業者への委託になり、そこでパートとして働くことになるなど、昇給や待遇面などで安定的に働くことが難しくなっています。

社会全体の経済不安の影響をシングルマザーの方々も受けているのですね。それでは、しんぐるまざあず・ふぉーらむのようにシングルマザーの方々が頼る場所他にもありますか？

シングルマザーには社会的孤立と貧困の2つの問題が一緒にあると思います。いくつかの調査の結果をみると、「相談先がない」という回答が多いですね。実際のところ、しんぐるまざあず・ふぉーらむのような小さな団体がカバーしている数は40人／124万人（シングルマザー

の全体数）と少ないのです。東京都のような都会なら規模に関わらなければ活動している団体を見つけることは可能でしょう。しかし地方に行くと実質ないと言わざるを得ません。一例として東日本大震災後、岩手に支援団体を協力して作りましたが、それまではなかったのです。その代わりに、「母子会」という団体が残っているところもありますが、ほとんどが戦争未亡人や死別の方が多く、え、全体として高齢化により若いママがそこへ入っていくことは難しくなっています。実質的にはないに等しい状態だと思います。実際には頼る相手として、離婚後の親族同居が4割弱で親族に頼ることが多いようです。それでは親族に頼れない場合はどうするのかというと、以前は「母子寮」と言っていた母子生活支援施設

設に家族で入居し、職員さんに支援を受けながら生活していくこともできますが、入居できるのはごくわずかの人のみです。そういったことで孤立しているシングルマザーは多いのです。

シングルマザーの生活スタイルについて教えてください。

多くの方はフルタイムで働いています。週に30時間以上働いて、終わるのが夕方5時か6時。延長保育になります。保育園って、自営業やパートの方は早めにお迎えに行き、最後の方はシングルマザーに限らず、フルタイムのママなんですよね。自転車で家に帰って、ご飯作って、食べさせて、寝かせるまでは戦争のような生活です。子どもと一緒に寝倒れてしまうか（笑）。小学校に行くようになって、子どもの方が先に帰っています。用意したおやつを食べ散らかして、テレビを見て…。帰ると、子どもを一喝怒りたくなる気持ちもわかりますよね。ストレスは高いと思います。中学生になった頃、自分の子どもにも「遅く帰って来てもいいけど、部屋が汚いと怒られるのはイヤ」と言われましたね。寝かせる頃になって、「明日、〇〇持つて来るように」というジャバラ状になった

プリントがカバンの下から出てきて、急に準備するみたいな暮らしです。集金だった場合は、お金がないわけですから、困りますよね。睡眠時間も子どもと接する時間も少ないのは悩みです。大きくなれば、夜でも子どもを置いて働けますから、ダブルワークを始めてしまうものもあるだろうし。保育園に預けられないうちは、託児所付きの仕事をしている方も若干います。必然的に、掃除、洗濯など順位が低くなるものはありますね。



ふたり親に比べて、睡眠時間や子どもと接する時間が少なくなっていますが、離婚を後悔している方はいらっしゃると思いますか？

あまり離婚を後悔しているというのは聞かないですね。後悔していない方が集まるのかもしれないんですが（笑）。関係性で我慢していた方が非常に多いです。身体的な暴力だけではなく、言葉の暴力を受け続けている

るよりは、離婚後の現在のほうが自分を肯定した生き方ができるので、みんなよかつたなあと思っているかと。離婚原因が借金、モラハラなどと、事情にもよるかもしれませんが、「人生最大のよかった選択は『離婚』したことです」とおっしゃる方もいます。相手から急に離婚を言い渡された方は、受け止めるのが大変だったとはありますね。続けることはできないと納得はできても、自分に落ち度はないのに、離婚を切り出されて悔しいということも。

離婚した場合、どちらが子どもを引き取る人が多いでしょうか？

8割は子どもを女親が引き取っています。シングルマザーになった理由で多いのは、離婚です。そのうち養育費をもらっているのは2割程度にとどまっています。シングルマザーは、離婚以外の理由で死別の割合が多いです。

離婚したシングルマザーに対して、「死別の人は気の毒だけど、勝手に離婚した母子家庭が貧困なのは自己責任じゃないの？」「夫から養育費をもらえない。夫の無責任を国が肩代わりする必要はない。」など自己責任を問うような意見もある

るようですが、どのように思われますか？

日本には両親と子どもが一緒に暮らすことが正しい家族の姿であり、それを離婚で変えてしまうのは自分の勝手、だから自己責任だという考えがあるのではないのでしょうか。しかし現実はどういった理由だけではないはずで、どのような家族でもリスクが伴うので、セーフティネットがあると思います。

離婚だけでなく、家族（両親と子ども）の形が変わった場合に適用されるようなものがあるとよいですね。

シングルマザーの再婚は多いですか？

シングルマザーの再婚についての統計はないのですが、再婚の希望を持つ方は多いのではないのでしょうか。それは必ずしも法的な「結婚」とは限りません。そして都会よりも地方のほうが「結婚（再婚）」に対する気持ちが高いように感じます。ただ、子どものいる再婚はリスクがあります。ステップファミリーというのが、子ども居ながら家族になることは、子どもにない結婚より苦労を伴うことが多い現実があります。それを考えずに、ただ再婚に憧れて結婚し、しつ

ながら、事件を引き起こす原因になった事例もあります。ですので、私は「再婚チェックリスト」というものを作りました（笑）。

シングルマザーならではのメリットはありますか？

友だちと何か一緒にやる時にもやりやすいです。「〇〇に遊びに出かけて来るよ」と夫に断って出かける必要もありません。自分で決断することとは、自信がなくて不安である一方、自分で決められる心地よさがあります。チクチク言ってくるうるさい夫がいなくて、「あー、よかった」と思っている方も多いのでは。気を遣わなくて済むのか、友だちから誘ってもらえたり、話してもらえたりという時間が持てるのがいいと思います。

周囲の人たちに伝えたいこと、私たちにできることってありますか？

「シングルマザーがそんなに大変だとは知らなかった」「国の手当がちゃんと出ていて、それなりにやっているのだらうなと思っていました」と言われます。立ち入って聞けることでもないし、子どもの身なりもしつかりしていますしね。内情は大変で、自転車操業。ギリギリで暮らしてい

るかもしれませんが、同情や、かわいそうとは思われたくないはず。みんなと同じようにやっていきたい。水面下では必死なところはあるかと思いますが、そういう中でがんばっていることを女性として共感してほしい。「もし、自分ひとりで育てていたら？」と受け止めていただけるといいのでは。「大変でしょ」と言ってもらえる必要もないです。普通に接してもらえるといいですね。

「シングルマザーは世界で一番勇気のある素晴らしい女性たちだ」と私は思っています。これ以上、結婚を続ければ自分もダメになってしまうし、子どもにも悪い影響も大きいとすぐ迷われて、一步を踏み出す勇気を出して決断されたのだから。よくやったねと言ってあげたいですね。

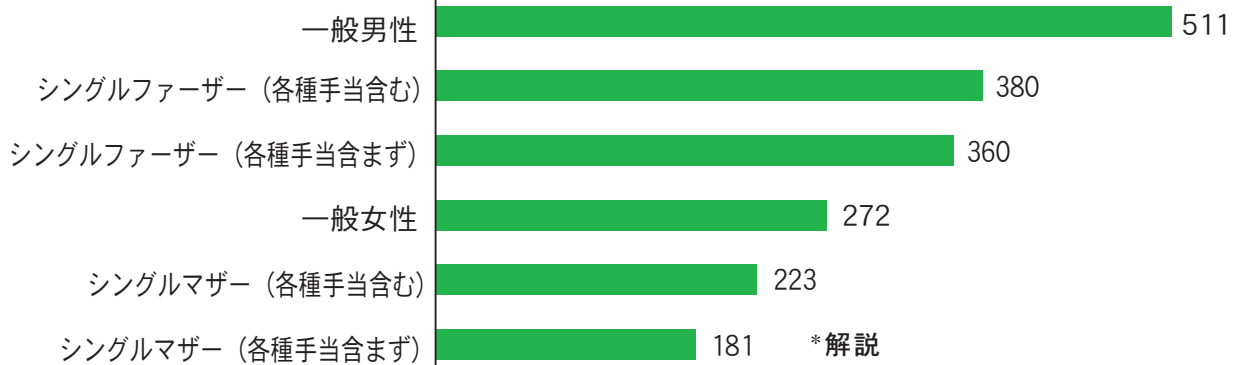


シングルマザーの実態

男女別平均賃金(年収)の比較

■ 万円

各種手当：児童扶養手当や遺族基礎年金など



*解説

■父子家庭の就業者のうち

「正規職員・従業員」	67.2%
「パート・アルバイト等」	8.0%
「派遣社員」	2.0%
「自営業」	15.6%

■母子家庭の就業者のうち

「正規職員・従業員」	39.4%
「パート・アルバイト等」	47.4%
「派遣社員」	4.7%
「自営業」	2.6%

	シングルファーザー	シングルマザー
世帯数	22万3千	123万8千
年齢	44.7歳	39.7歳
就労率*	91.3%	80.6%
親族との同居率	60.6%	38.8%

「平成23年度全国母子世帯等調査結果」（厚生労働省）より作成

多

くのシングルマザーの方々は本当に大変だろうと思う。お金も、育児に使える時間も、絶対的に足りない中で生活をしていかないといけないわけだから、周りの人とか行政の支援に頼ってもいいのでは。とはいえ、頼れない性格の人はかなり深刻だと思う。そういう人たちには、行政の支援を充実させただけじゃ届かないので、「頼る気になれば頼れる場所はある」ってことを周囲が伝えていくしかないだろうか（40代男性・会社経営・幼児1人）。

か

っこいい。憧れます。…もちろん、「憧れ」どころではない困難も私なりに想像できるので応援したい、友だちになりたい気持ちはあるのですが、実際のところは、出会うチャンスがないのですよね…（40代女性・専業主婦・小学生2人）。

子

どもから見ると、甘えたい時に母親が仕事だったり、怒られる時にうまく逃げ道を作ることのできる親ならいいけど、ひとり親だとなかなか難しいし、大変なんだろうね…（ウチはなるべく二人同時に怒らないようにしてます）。子どもが小さい時の負荷を共有できないのはやっぱり大変だと思う。でも、子どもを独占できるから幸せっていう人もいるだろうから、ブータンみたいに幸福度というモノサシがあるとしたら、あまりひとり親とかふたり親とか関係ないかもね（30代男性・会社員・幼児1人）。



ま ち の つ ぶ や き



仕

事をしながら一人で子どもを育てるのはとても大変で、それもフルタイムだとかなりきついはず。子どもの成長にに応じて、働く時間を少しずつ延ばしていくのがよいやり方だと思うけれども、それが経済的理由からできないと無理をしてがんばっている方も多いのではないかな。私自身は、近所のシングルマザーの方たちと協力しあって子育てをしていきたい。でも、遠慮したり、助けてと言えなかったり、一人で抱え込んでいる方は多いのではないかな。私も自分が困っている時は助けてとは言わず、一人で何とかしてしまおうタイプ。でも、本当は助け助けられのお互い様のコミュニティの中で、みんなで負担も喜びも分担しあえる環境があればいいな（30代女性・パート・小学生2人（シングルマザー））。

私

の母はシングルマザーで、女手一つで育ててもらいました。子どもである私は、父が不在なのが普通のことと、面倒を見てくれる人も周りにたくさんいてくれたので、母が言うほど寂しくはありませんでした。母から愛情はたっぷりもらいましたし、一生懸命な背中も見てきましたので、尊敬しています。昔ほどではなくても、偏見や子どもへのいじめの心配もあるかもしれません。私の場合はまだま遭遇しませんでした。悪いのは、母のせいでも、ましてや子どものせいでもありません。人一倍がんばっていると思いますので、傷つく必要はないです。シングルマザーの方、応援しています（20代女性・会社員・独身）。

コラム

手抜きを覚え、笑って暮らそう

夫婦と子どもの共働き世帯（末子が3歳未満）は家事・育児に1日どれだけの時間をかけているのでしょうか。

総務省統計局社会生活基本調査（注）によると、夫が1時間13分、妻は5時間53分と結果が出ています。妻の家事・育児にかける時間が圧倒的に多いことがわかります。

シングルマザーだけではなく、働く母は忙しい！その中で、家事・育児を自分だけで完ぺきにやろうとしていませんか？

少々掃除や洗濯が行き届かなくても、すぐに困るわけではありません。毎日、品数の多い食事が必要ですか？子どもは、簡単な料理でも家族と一緒に食べるだけでうれしいはずです。

「気にしない」って思ってみませんか？手を抜けそうなことを書き出してみると、気持ちがラクになります。ワーキングマザーのみなさん、もっとおらかな気持ちで、子どもと笑顔でいられる時間を増やし、大切にしましょう。

（注）データは平成18年のもの。他の調査によれば、近年も同様の傾向。



いたばし good balance 会社賞 2014

受賞企業を紹介します



表彰式の様子：平成26年11月14日(金)に表彰式を開催しました。

板橋区では、ワーク・ライフ・バランス^{※1}の実現に向けて、仕事と生活の両立支援や、男女がともに働きやすい職場環境づくりに取り組む中小企業等を「いたばし good balance 会社賞」として表彰しています。男女がともに、自分に合った働き方や生き方を柔軟に選択でき、仕事も生活も充実できる豊かな社会を目指し、平成26年度はワーク・ライフ・バランスの推進に積極的に取り組む企業・事業所3社が受賞しました。

※1 ワーク・ライフ・バランス…仕事と仕事以外の生活の調和がとれ、その両方が充実している状態のこと。

社会福祉法人聖愛会 はぁもにぃ保育園 (舟渡 1-14-23 ルーエ浮間舟渡 1階)

保育事業、保育園の運営



(株)ミドリ (蓮沼町 21-4-201)

訪問看護(はすめ訪問看護リハステーション)



大友不動産(有) (成増 3-10-15)

アパートマンション経営・
不動産活用コンサルティング



■ 主な取組内容

- ◎リフレッシュ休暇等の奨励・消化
- ◎職員のメンタルヘルスへのサポート管理
- ◎職員提案による業務改善
- ◎職員休憩室の整備
- ◎OJT と積極的な外部研修の活用
- ◎地域の在宅子育て家庭への支援

■ 取組の効果

- ◎平均年間年休取得率は、71%と高くなっている。
- ◎アイディア甲子園の実施により、チームワークと職員の主体性が向上した。
- ◎「はぁもにぃカフェ」の導入により、休憩時間が充実した。

■ 担当者の声

「ありがとう」がたくさんあふれる職場を志し、職員一人ひとりが働きがいを感じるとともに、自己の強みを活かせる職場です！
職員それぞれのライフステージに合った働き方が実現できる組織になっていくことを目指しています！

■ 主な取組内容

- ◎効率のよい移動経路を設定
- ◎スマートフォンを利用した業務記録
- ◎時間単位で年休取得
- ◎複数担当制の採用
- ◎町会の防災訓練に協力
- ◎個人研修費の支給

■ 取組の効果

- ◎直行・直帰が可能な訪問経路の設定が、労働時間の短縮につながっています。
- ◎平均年間年休取得率は、100%となっています。(平成25年中)
- ◎子育て中の職員が多いので、お互いが配慮しあって勤務できています。

■ 担当者の声

子育て世代の女性が多い職場なので、子育て、介護のしやすさに配慮した勤務形態に自然となっていました。従業員の働きやすい職場づくりをすること自体もサービスの向上につながると考えております。今後もお客様、従業員を共に笑顔でいられるような職場づくりをしていきたいと思っております。

■ 主な取組内容

- ◎柔軟な労働時間の調整
- ◎情報共有の仕組みづくり
- ◎業務のアウトソーシング
- ◎子ども同伴の勤務
- ◎社内コミュニケーションの活性化
- ◎社員の資格取得支援

■ 取組の効果

- ◎限られた時間や制約の中で、「お互い様の精神」をモットーにいかにも業務を円滑に進めるのか日々考えながら協力体制を構築しています。
- ◎社長を含めて5人の少人数職場なので、情報共有と意思疎通がうまくいっています。
- ◎ライフスタイルに合わせて、スタッフ個別に勤務時間を柔軟に設定できています。

■ 担当者の声

社長を含めスタッフ全員が子育て中です。子どもの学校行事には積極的に参加しています。

いたばし good balance 会社賞

●応募要件

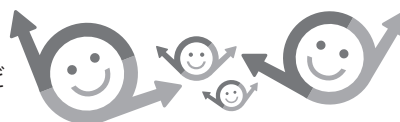
板橋区内に本社または主たる事業所があり、ワーク・ライフ・バランスに積極的に取り組んでいる、従業員300人以下の中小企業、一般社団法人及び一般財団法人等の事業者。

●対象となる取り組み

- ①長時間労働の削減、②年次有給休暇の取得促進、③仕事と育児、介護の両立支援、④男女がともに働きやすい職場づくり、⑤地域活動への貢献、⑥女性の積極的活用など

●表彰企業のメリット

板橋区ホームページのバナー広告を無料で掲載できます。また、様々な区の広報媒体により、表彰企業と取り組み事例をPRするとともに、板橋区産業融資の利子補助割合の加算等を通じて表彰企業を応援していきます。



●すべての女性が輝く社会づくり●

完璧オンナだけが幸せを手に入れられるのか？

～変化する家族！社会の仕組み！～

深澤 真紀氏

コラムニスト
淑徳大学人文学部客員教授
企画会社タクトプランニング
代表取締役社長

2009年「草食男子」で流行語大賞
トップテン受賞。

【著書】
『結婚問題』（春秋社）
『働くオンナの処世術』
（日経WOMAN選書）ほか
【テレビ出演】
フジテレビ「とくだね!」ほか



参加
無料

2015年11月7日(土) 13時開始(開場12時30分/終了予定16時)
板橋区立グリーンホール2階ホール 定員250名

●保育(生後4カ月～未就学児 定員20人申込順)・手話通訳あり【要 事前申込】



ドクターA

(アシュリー・イングラム)

イギリス出身。発音学・音楽エキスパート

◆主な実績◆
世界的にヒットした「YOU GOTTA BE」
の作詞作曲、マライア・キャリーやビヨンセの
アルバム制作、日本ではチャラの「ミルク」を
作曲編曲、クリスタル・ケイに楽曲を提供。

現在、歌って楽しい子ども英語学習プログラム
「イーキッズTV」の創立者、兼プレゼンター
(Dr.A)として活躍。

【お申込】＊申込開始は10/13(火) 9:00から！

■往復ハガキ・FAX・e-mailの方
(株)キャリアライズ板橋区講座受付係
〒103-0028
東京都中央区八重洲1-3-22八重洲龍名館ビル7階
FAX: 03-5299-9500

e-mail: i-danjo@career-rise.co.jp
＊本事業は、板橋区が企画運営の一部を(株)キャリアライズに委託しています。

■電話の方
板橋区男女社会参画課
電話: 03-3579-2486(土日祝を除く9:00-17:00)

＜お申込 記入事項＞

①フォーラム申込②氏名(ふりがな)
③中止の際の連絡先(電話、FAX、e-mailいずれか)

以下、希望者のみ【申込期限10/26(月)】

④手話通訳希望
⑤保育希望[住所・お子さんの名前(ふりがな)・月齢・性別]



住所: 〒173-0015 板橋区栄町36-1
交通: 東武東上線「大山駅」下車徒歩5分
都営三田線「板橋区役所前駅」
下車徒歩5分

ミニ
コンサート

【お問合せ】板橋区男女社会参画課 電話: 03-3579-2486 FAX: 03-3579-2787 e-mail: j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp

主催: 板橋区・いたばし男女平等フォーラム運営メンバー

植木・ふすま張り、家事援助など、ちょっとしたお手伝いであなたの暮らし応援します！！

ソーイングルーム虹

安くて丁寧なお直し・オーダー、和服から洋服・リフォーム等、あなただけのファッションを応援します。
区民まつり、地域のイベントでも小物を販売しています。
☎ 3965-4975

独自事業

§ お問合せ、ご依頼は
公益社団法人

板橋区シルバー人材センター

〒173-0004 板橋区板橋 2-65-6
板橋区情報処理センター2階

☎ 3964-0871

HP検索[板橋区シルバー人材センター]

いろいろな仕事募集

草刈り、庭木1本からの剪定
ふすま・障子の張替、通販など
で購入した家具の組み立て、
毛筆あて名書き、一般事務、
マンション管理・清掃、
屋内外の軽作業 他

お問合せはお気軽に！

ワンダフルキッズ



経済的困難な家庭の子ども達など、あらゆる事情で塾へ行けないなどの学習機会のない人たちの学びの場所です。受験進学塾ではありませんので、ゆっくりのんびりじっくり学習を行っています。室内だけでなく、積極的に外へ飛び出しての社会見学も充実しています。平和と人権に関しては特に重視しています。

先生はメイツさん、生徒はフレンディ君と呼び、縦の関係ではなく同等の立場でいます。フレンディ君に大人もいますので、若いメイツさんが年上のフレンディ君に勉強以外で教わる事も多いからです。ワンダフルキッズは全ての人格、人権を尊重しています。

スクエア・I (あい)

本棚のおすすめ本

『3.11後を生きる...』は、本誌2頁～4頁でインタビューにお答えいただいた赤石千衣子氏が理事長を務める「しんぐるまざあずふぉーらむ」発行の書籍です。



- 『3.11後を生きる シングルマザーたちの体験を聞く』
NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ



- 『ひとり親家庭サポートBOOK シングルマザー生活便利帳 2014⇒2015』
新川てるえ・田中涼子 著／(株) 太郎次郎エディタス



- 『ひとり親でも子どもは健全に育ちます シングルのための幸せ子育てアドバイス』
佐々木 正美 著／(株) 小学館

編集委員

- 小川 扶季
- 栗原 美紀
- 新保 友恵
- 藤原 唯
- 谷澤 恵美

表紙絵・デザイン協力

- 矢木 悦子

編集後記

編集に関わったことで、テーマであるシングルマザーのことについて関心を持つようになり、生活の幅が広がりました。／今回の企画で男女平等という視点から周りを見渡すと様々な場所や場合において、まだまだだなと実感させられました。／今回のテーマ、実は「女性の働きやすさ」「非正規雇用増加」等の身近な事柄に直結すると知り、興味深かったです。／インタビューや編集作業など、様々な体験がとても勉強になりました。／イチから作る喜びを味わうことができました。最後までやり切ることができてうれしいです。

今回の「スクエア・I (あい)」はいかがでしたか。あなたのご感想、ご意見などFAX・メールでお寄せください。お待ちしております。😊

板橋区立男女平等推進センター

スクエア・I (あい)

所在地：〒173-0015 板橋区栄町3-6-1 区立グリーンホール2階

開館時間：9時～21時30分

休館日：年末年始、施設点検日（毎月末の月曜日）など

電話：03-3579-2790

FAX：03-3579-2787

Eメール：j-danjo@city.itabashi.tokyo.jp

ホームページ：http://www.city.itabashi.tokyo.jp/c_categories/index01010002.html



- 東武東上線「大山駅」北口下車徒歩5分
- 都営三田線「板橋区役所前駅」下車徒歩5分