

生き方のカタチ

人生の先輩にライフデザインのはなしを聞いてみた



この冊子はWebでもお読みいただけます

<https://goen.nagano.jp/wakamonolife>



【発行者】長野市企画政策部マリッジサポート課

〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地

☎ 026-224-8639 FAX 026-224-8569 E-mail marriage-s@city.nagano.lg.jp

令和2年2月発行

長野市若者のライフデザイン形成支援事業

生き方のカタチ 人生の先輩に ライフデザインのはなしを聞いてみた

若い皆さんは、人生設計なんてまだ早いと思いませんか？

「生き方のカタチ」はどんどん多様化していますが、どんな人生を望むにせよ、早い時期から自らのライフプランを考えていけば希望を叶えやすくなります。

長野市は、信州大学教育学部の学生たちとライフデザインについて考えるワークショップを開催し、この本にまとめました。今後の人生設計に役立てていただければ幸いです。



父×会社員 生き方のカタチ

▶▶▶ P9

長野市って子育てしやすい？

長野市で子育てをするため「ターンし、パパサークル「おっきて」に所属する柳澤一臣さんのインタビューです。

writer 鹿山翔平



contents



妊娠・出産の はなし

▶▶▶ P3

結婚適齢期よりも出産適齢期？

不妊不育専門相談センターで多くの相談を受けてきた助産師さんを招き、体のリアルについて学びました。

writer 清水麻友



母×自営業 生き方のカタチ

▶▶▶ P10

子育てと仕事のバランスって保てる？

2児の母として、そしてフリーランス編集者として、バランスよく働く塚田結子さんのインタビューです。

writer 児玉遥野



長野市の 子育て制度

▶▶▶ P5

出産って意外と出費が少ない？

出産、育児に行政がどれだけ支援してくれるか、長野市の保健師さんに説明してもらいました。

writer 大滝満里奈



乳幼児ふれあい体験 @こども広場じゃんけんぽん

▶▶▶ P11

子どもってどうやって遊ぶの？

長野市の「こども広場じゃんけんぽん」で実際に子どもたちと遊んだり、親御さんにインタビューしたりしました。

writer 中田もも



母×教員 生き方のカタチ

▶▶▶ P7

働きながらの子育てで得られるものって？

2人のお子さんの産休・育休を経て、教員として働く勝山優子さんのインタビューです。

writer 宮先 和



信州やまほいく

▶▶▶ P12

信州ならではの育てって？

信州の恵まれた自然を生かして、子どもの力を引き出す「信州やまほいく」について学びました。

writer 紙谷佳歩



父×自営業 生き方のカタチ

▶▶▶ P8

自営業の魅力って？

自分のライフスタイルを大事に、仕事と子育てをする珈琲店経営・川下康太さんのインタビューです。

writer 藤木夢乃



人生とお金のはなし

▶▶▶ P13

家庭を持つってお金がかかる？

お金の専門家＝ファイナンシャルプランナーを招き、生活費から教育費まで、これからかかるお金の話をお聞きました。

writer 山中 信



妊娠・出産のはなし

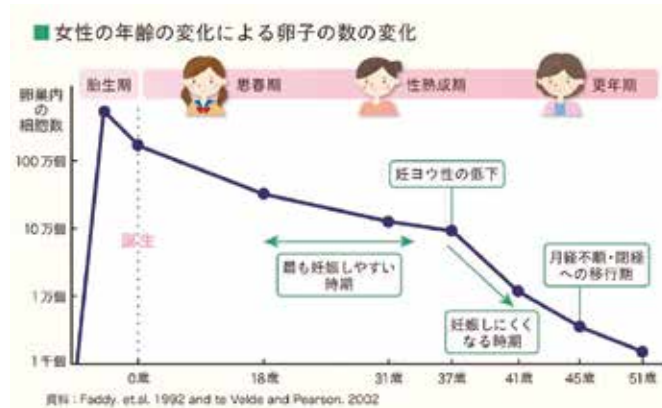
長野県不妊不育専門相談センターの北原さんから「妊娠と出産」をテーマに話をお聞きました。妊娠のしやすさと年齢には大きな関係があり、産みやすい時があるということ、女性だけでなく男性にも妊娠に適した年齢があるということ学びました。

卵子の数は減る一方!?

女性が生まれたときから体内に存在する原始卵胞数(卵胞:卵子を育てる袋)は年齢を重ねるにつれてどんどん減っていき、増えることはありません。個人差はありますが、6~10歳の時には約48万個あった原始卵胞数は、21~25歳になると12万個にまで少なくなり、36~40歳では6万個、41~45歳になると5千個になります。



妊娠しやすい時期って?



出典:長野県発行「健やかな妊娠&出産サポートBOOK」

左の図から、20代が最も妊娠しやすく、30代後半には妊娠しにくくなっていくことがわかります。20代・30代は仕事や結婚などライフステージや社会の中での役割が充実してくるタイミングです。その中で、妊娠・出産を望むのであれば、いつ子どもを持ちたいのか、また子どもが生まれた後のワーク・ライフ・バランスを想像することが重要になってきます。

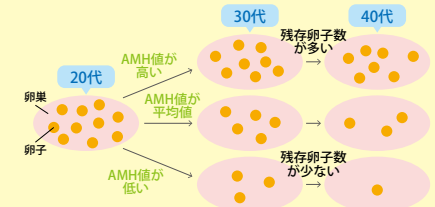
※「妊育性」とは妊娠できる力のことをいいます。

自分の卵子について知ろう

原始卵胞を自分がどれだけ持っているかは、AMH(卵巣年齢)検査という血液検査で測定することができます。卵子は卵巣では作られず、生まれる前に作られた卵子が保存されているだけです。いざ子どもが欲しいと思ったときに卵子がないということも起こってしまいます。「私は何歳だから大丈夫」ではなく、「私のAMHの数値はいくつだから大丈夫」というように自分の卵子についてよく知っておくことが大切です。

AMH(卵巣年齢)検査とは…

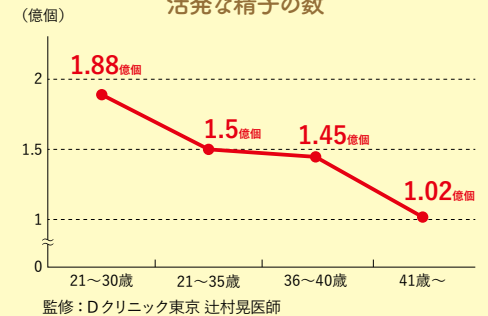
問診票や同意書の記入で受けられる検査です。費用は保険適用外となってしまいますが、約1万円程度で受けられます。詳しく知りたい方はお近くの婦人科へ。



寿命が延びても

健康寿命が延びていることで、妊娠しやすい時期も長くなっていると考えてしまいがちですが、今も昔も妊娠しやすい時期は変わっていません。年齢を重ねるごとに卵子の数は減ってしまいます。また、精子も高齢になれば、DNAの損傷や抗酸化作用で質の低下が起こります。妊娠・出産を望むのであれば夫婦で話し合い、お互いのライフデザインを考えることが大切です。

活発な精子の数



講師 北原さんから一言

妊娠・出産は当たり前のこと、望めばいつでも大丈夫と思いがち。「産みどき」があり「育てどき」があることを知りライフデザインをしていってほしいです。

長野県不妊不育専門相談センター
北原光子さん

助産師、認定不妊カウンセラー。地域で子育てサポートや性教育をしながら、不妊症や不育症で悩まれているカップルの支援を行っている。



自分自身、妊娠・出産についてある程度の知識があると思っていましたが、実際には知らないことばかり。若いうちに知ることができてよかったし、周りにも広めていきたいです。(清水麻友)

長野市の子育て制度

長野市保健所の竹内さんから長野市が取り組んでいる子育て支援事業について話をお聞きしました。出産するまで意外と知らない支援制度は、妊娠がわかったときから活用することで、負担や不安が少なくなることがわかりました。

妊娠したときから子育ては始まっている

子育てというと、出産後からをイメージすることが多いですが、母親のおなかに赤ちゃんが宿った時から子育ては始まっています。



困ったことがあったら…？ ながの版「ネウボラ」へ

子育ては、わが子の成長に幸せを感じる一方で、思い通りにならないことに焦ったり自信をなくすなど、不安要素もたくさんあります。

長野市では、妊娠期は安全に、出産後は自信を持って子育てができるよう、ながの版「ネウボラ」という支援を行っています。市内6カ所の保健センターに母子保健コーディネーター（専任の保健師）が在籍し、出産や育児に対する不安などを何でも気軽に相談することができます。

※「ネウボラ」とは、フィンランド語で「アドバイスする場所」という意味です。妊娠や出産、さらに就学前までの親子に対する切れ目ない支援が特徴です。



SNSやアプリでの支援も充実してるよ！



赤ちゃんの発達	妊娠中		出産		出生～就学前											小学生
					3ヶ月	6ヶ月	9ヶ月	1歳	1歳6ヶ月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳～12歳	
届け出	妊娠届→母子健康手帳交付	出生届→赤ちゃんのしおり交付														
健診・健康教室・講習会	不妊・不育症相談	妊婦健診 マタニティセミナー 妊婦訪問 助産事業	産婦健診	産後ケア事業	4か月児健診(3～5か月) はじめて！赤ちゃん事業 新生児・産婦訪問	7～8か月児健康教室 もぐもぐ離乳食講習会 乳児一般健診(3～11か月)	9～10か月児健康教室 おひざで絵本事業 かみかみ離乳食講習会	1歳6か月児健診(1歳6か月～1歳11か月) すくすく相談・言語相談、健康・育児相談	2歳児健康教室	3歳児健康教室					就学前健診	教育支援委員会 特別支援学校 特別支援学級 通常の学級
わかったら	ネウボラ(妊娠・出産・子育てサポート) 子育てガイドブック															

必要な情報満載の「子育てガイドブック」をもらおう

長野市の子育て支援を受けるためには、妊娠がわかたらまずは妊娠届を提出します。そうすると母子健康手帳や妊産婦健診票がもらえます。また、「子育てガイドブック」をはじめとした子育てに必要な書類も一緒にもらいましょう。「子育てガイドブック」には出産までのママのからだの変化や出産からの健診や補助金について、支援制度や困った時の相談窓口など子育てに必要な情報がたくさん掲載されています。この1冊があることによって不安はかなり軽減されるはず。



長野市には赤ちゃんのしおりがある！

赤ちゃんが生まれ、出生届を提出すると、乳幼児期に必要な健康診査受診票や予防接種予診票がつづられている「赤ちゃんのしおり」が交付されます。健診が近づくとそのたびに受診票や予診票が送付される市町村もありますが、長野市の場合は事前にそろえることができます。これによって、子育てをする人はあらかじめ健診日程や標準的な子どもの成長について把握することができ、子育てに見通しを立てることができます。



竹内さんから一言

妊娠・出産から子育ては不安がつきもの。長野市では、節目健診や教室等の機会に、お母さんと一緒にお子さんの発達を確認し、今できることを一緒に考えています。

長野市保健所健康課 保健師
竹内享子さん

現在、命が誕生する時から親子に寄り添える母子保健を担当。親御さんが自信を持って育児ができるよう切れ目ない支援を心がけている。



行政の支援は思っていたより手厚い印象を受けました。長野市特有の「赤ちゃんのしおり」は子育ての見通しを立てることができるので、子育てをする親にとって役立つものだと感じました。(大滝満里奈)

母×教員

生き方のカタチ

勝山優子さん

長野県松本市出身。小学校教員として県内の小学校に勤務し、産休・育休を経て2人のお子さんを育てながら再び教員として復帰。同時に、信州大学教職大学院で研究にも力を注いでいるとのこと。母親と教員両方の立場からのお話は、とても参考になりました。



2人の出産と 産休・育休を経て

勝山さんは2人のお子さんを出産し、約4年間の育休を取得しました。育休中は、精神的に不安定な時期もあったそうですが、ママ友に親子と一緒に楽しめる場所に誘ってもらい、母親としての世界が広がったそうです。その後、仕事に復帰しましたが、2人のお子さんと過ごせる時間は十分ではなく、寂しい思いをさせてしまうこともあったと振り返ります。しかし、家族と協力し、家族で過ごす時間の質を高めることを意識していたとのこと。仕事と子育ての両立には周りの協力が不可欠だということ、自分から助けを求めることも大切だそうです。



教員は子どもと一緒に 成長できる

子育ての前で教員としての自分にも変化が見られたそうです。子育てをする前は児童と接するときに自分の考え方や価値観を基に理解しようとしていたが、自分が子どもを持ったことで保護者の立場も理解できるようになり、児童の様々な背景や思いをくみ取りながら向き合おうとするようになったそうです。また、出産前に比べて様々な視点から児童を見ることができるそうです。「教員は子どもたちと接することで、その豊かな感性から学べることも多く、一緒に成長していける素敵な仕事」だとお話してくださいました。

勝山さんから一言

子育てを通して、周囲のサポートのありがたみを感じています。家族、職場、地域など社会全体で相互援助の輪が広がると思います。



勝山さんは自分の子どもを持つことで、教師として子どもの見方が変わったとのこと。自分も子どもを持った時にどのように変わるのか楽しみにになりました。(宮先和)

父×自営業

生き方のカタチ

川下康太さん

大阪府出身。大学卒業後、建材メーカーに就職。7年勤めた後、長野市に移住し、市内で「ヤマとカワ珈琲店」を運営しながら2人のお子さんを育てている川下さん。2つの異なる働き方を経験した川下さんから暮らし方・働き方のヒントをお聞きすることができました。



住みたい場所で、 趣味を仕事に

大学卒業後、7年間建材メーカーで勤める中で、安定した仕事であるというメリットはあるものの、自分以外の要因が営業成績を大きく左右するという違和感や、住みたい場所に住めないもどかしさを抱えていたそうです。「もっと自分で何かを作り出すことがしたい」と考え、自己資金をもとに長野市に移住し、趣味だったコーヒーを生かせるカフェの経営をはじめました。その後、結婚と奥様の出産を経て、経営効率や子育ての面から現在のコーヒー豆の焙煎・販売に業態変更したそうです。

仕事は生活の一部。 働き方は自分でつくる

自営業ゆえに時間の使い方を自分なりに設定できると川下さんは話します。生活や子育てのことを夫婦で話し合う時間や、お子さんとの時間も確保できるとのこと。「夫婦の考え方がそれぞれ違うのは当たり前のこと。だからこそコミュニケーションを十分にとることが大切だと思います」という言葉が印象的でした。

異なる2つの働き方を経験した川下さんは、「仕事はあくまでも生活の一部。自分のしたい暮らしに沿った働き方を自分で作っていくべき」とお話ししてくださいました。



川下さんから一言

「何を大切にしたいか」が理解できれば、どんな仕事や暮らしをするべきか見えてきます。自分と向き合って、大切にしたい何かを見つけてください。



「とにかくやってみることが大事」「結果は後からついてくるもの」という姿勢でこれまで仕事をされてきたという話が印象的でした。自分自身の人生の選択に生かしたいお話が聞けました。(藤木夢乃)

父×会社員

生き方のカタチ

柳澤一臣さん

長野県佐久市出身。首都圏での大学生活後、システム開発会社に勤務。第一子誕生後、都会での子育てに不安を感じ、長野市にUターン転職。現在は県内の金融機関のシステムエンジニアとして勤務するかたわら、長野市初のパパサークル「おっきいて」で活動しています。



のびのびとした 子育てのために

システムエンジニアの仕事は時間が不規則なため、柳澤さんは様々な不安を抱えていたそうです。子どもとの時間が少なくなること、待機児童になる可能性があること、子育て制度がよくわからないことなど。そういった不安から、実家が近い長野市に引っ越し、伸び伸びとした子育てを望むようになりました。長野に戻ってきてからは、自分と同じ「パパ」という役割を持つ方々と作ったパパサークル「おっきいて」で、父親としての不安を少しずつ解消しているとのこと。「子育ては一瞬で過ぎてしまうもの。そして心の支えが必要となるもの」と話します。



母親に頼らず 何かをやってみよう！

柳澤さんは、子育てにおいて父親と母親の立場は一緒であり、お互いに助け合わなければいけないと考えているそうです。そこで母親に頼らずに父親だけで何かやってみようと、「おっきいて」では父子だけのキャンプを開催しました。日ごろ、子育てを母親に任せきりになっているせいか、「ママがいい」と泣き出してしまう子どももいたり、料理を作る際にはうまく作れないといったハプニングもあったりしたそうです。子育てにはたくさん課題があり、また、限りがあるため、日々、向き合っているとのことでした。

柳澤さんから一言

結婚するまで家族や周囲への感謝は、どこか漠然としたものでしたが、家庭を持ち、子育てをすることで、その気持ちがとても深まった気がします。



締切りに追われる日々から 産休取得へ

大学卒業後、滋賀・東京と転職をし、実家のある長野市に戻ってきた塚田さん。出版社での仕事は、昼夜関係なく雑誌の締切りに追われ、家には寝るためだけに帰る生活。出版社で働く仲間は、みんな結婚したい、子どもを授かりたいと願っていたのに、チャンスやタイミングになかなか巡り合えない人が多かったとのこと。しかし、そんなある日、子どもを授かり、今のこの働き方では、子育てと仕事を両立することは難しいけれど、編集の仕事は続けたいと思い、社内で初めて産休を取得し、出産を迎えたそうです。



母×自営業

生き方のカタチ

塚田結子さん

長野県長野市出身。大学卒業後、東京で編集者などを経て長野市にUターン。2人のお子さんを育てながら、結婚前から続けていた編集の仕事も、フリーランスで続けている塚田さんから、子育てと仕事の両立について話をお聞きすることができました。

場所を選ばず、 好きな時間に仕事をする

産休中、今までの塚田さんの仕事を他の人が担当することもあり、「休んでいなければ、私の仕事だったのに…」と悔しい思いもしたとのこと。仕事が波に乗り始めているタイミングでの出産・子育てに、塚田さんは葛藤があったそうです。しかし、現在はフリーの編集者として仕事をしている塚田さん。フリーの良い点は、場所や時間を選ばず仕事ができること。そのため、子どもとの時間が確保できるそうです。しかし、フリーは仕事の発注が不定期なため、安定した収入が得られず、夫に頼らなければいけない面もあるようです。

塚田さんから一言

フリーランスは時間を自由に使えるとはいえ、帰宅が遅くなることもあります。どんな仕事であれ、働く母には家族の協力が不可欠です。



子育ては母親中心になりがちで、母親には勝てない部分があると感じました。自分の父も忙しく、一緒にいる時間は少なかったのですが、自分自身は柳澤さんのように積極的に子育てに関わる父親になりたいです。(鹿山翔平)

現状の制度では、女性が働き「続け」ながら出産を迎える困難さを痛感しました。出産を迎える母親が体調に合わせて休み、出産を終えた母親が復帰の時期を選ぶサポートが行政や企業に求められていると感じました。(児玉遥野)



乳幼児ふれあい体験 @こども広場じゃん・けん・ぽん

長野市の「こども広場じゃん・けん・ぽん」に行ってきました。そこで、ちいさなお子さんを連れた親御さんから子育てについての話をお聞きしたり、NPO法人ながのこどもの城いきいきプロジェクトの田中さんから近年の子育て事情についての話をお聞きしました。



こども広場とは

「こども広場」は乳幼児とその保護者の皆さんが無料で利用できる広場で、長野市には2か所あります。室内なので天候や車による事故などの心配がないため、親子だけでなく子ども同士がたくさんの素敵なおもちゃを使って、伸び伸びと遊ぶことができます。子育てについての無料相談や親同士の交流によって不安を解消でき、親にとっても安心で、ほっとできる場所です。最近は父子での利用も多くあるようです。

近年の子育て事情

近年、核家族化等により、自分の生まれ育ったところ以外で子育てをしている人が増え、近所との付き合いが全くないという方が半数程度いるとのこと。そのような環境のなかで、自分ひとりでの「孤育て」にストレスを感じ、産後うつになる不安を抱える方も。こども広場に寄せられる相談内容で一番多いのは保護者自身の心や体の悩みだそうです。周囲とのかわりが薄れている中で、様々な親子との交流や相談できる場を設けたり、地域全体で子育てを応援しています。



信州やまほいく

長野県の自然保育普及推進員で元戸隠保育園長の水野辰也さんから、信州の雄大な自然を生かした「信州やまほいく」をテーマに話をお聞きしました。普段の生活の中で忘れてしまいがちな些細な「気づき」を大切に「やまほいく」の興味深い話をお聞きすることができました。



信州やまほいくとは

信州の雄大な自然の中で、子どもが持つ未知の力を引き出す保育のことを、長野県では「信州やまほいく」といいます。「子どもたちが疑問に思う心、自分で何とかしようとする力」「なりたい自分になる力」を育てていくことだとお聞きしました。全国に誇る豊かな自然がある長野県だからこそできるのが「信州やまほいく」です。



やまほいくの魅力

「やまほいく」は山で走り回る保育だけでなく、山がなくても、緑の変化、感じられる風、触られる水、大きな空さえあればできるそうです。子どもたちが自分で切り拓く力や、もともと秘めている力を伸ばすことが、「信州やまほいく」の魅力とのこと。 「おもしろい! ふしぎ〜」と感じ、主体的に自分から遊びを見つけること。自分で見つけた遊びが楽しいから、自分に自信が持てること。興味を持ったことを友だちや先生に伝えたいという対話力をはぐくむこと。このあとどうなるのかなあ? という気持ちを持って深い学びを体験すること。これが「やまほいく」だとお聞きしました。「信州やまほいく」は、県から認定を受けると呼称でき、2019年11月現在、210もの認定団体があり、その数は増え続けているそうです。

水野さんから一言

自然の中では、昨日と同じということがひとつもなく、子どもの時のようにハッとする発見がたくさんあります。子ども心一つでも取り戻せるツールとしても、「やまほいく」はあるのかもしれない。

長野県 自然保育普及推進員
水野辰也さん

早稲田大学商学部から流通業界へ。働きながら資格を取得し保育者の道に転身。私立幼稚園〜公立保育園を経て現在長野県庁でやまほいく普及を目指す。4人の男の子の父でもある。



参加者の声

「最近、歩き始めた時期なので、このような広い広場で好きなように思っきり体を動かさせてあげたいからよく利用しています。新しい環境は、子どもにとっても自分にとっていい気分転換になります。」



参加者の声

「休日は子どもと過ごす時間を大切に、遊べる環境が整う「じゃん・けん・ぽん」によく足を運んでいます。家事の中で、母親が買い物へ、父親が子どもと関わるなど役割を分担して子育てしています。」



参加者の声

「はじめての育児は分からないことばかりで大変だけれど、悩みがあれば保健師さんに相談したり、長野市の支援を利用したりして乗り越えています。日々成長する子どもが可愛いので、できるだけ側にいたいです。」



子育て中のお母さんに直接インタビューすることができて、ここに書ききれないほどたくさんのお話を学びました。お母さんになったら子どもを連れて来たい場所です。(中田もも)



集団行動の中でも、豊かな自然と子どもたちの主体性を結びつけた「やまほいく」はとても素敵に映りました。同時に、こうした学びの場を提供していかねれば、とも思いました。(紙谷佳歩)

人生とお金のはなし

ファイナンシャルプランナーの三澤美雪さんをお招きし、これから自分たちが生きていく上で貴重な「人生とお金」をテーマに話をお聞きすることができました。知らないことがたくさんあり、驚きの連続でした。

一人暮らしより二人暮らし!?

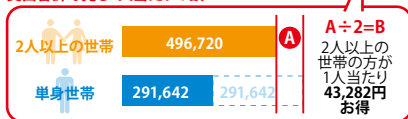
一人暮らしと二人暮らしの生活費を比べると、二人暮らしの方が、一人当たりの支出は約4万円も安く済むそうです。「結婚するためにお金を貯める」といった言葉を耳にすることがありますが、それよりも「結婚した方が、お金が貯まる」と言えそうです。

一人暮らしが同居になると

月平均額(円)	2人以上の世帯	単身世帯	1人当たりどれくらい得か
消費支出	287,315	162,833	19,175
食料	73,977	40,026	3,037
住居	16,915	22,645	14,187
光熱・水道	22,019	11,847	837
家具・家事用品	10,839	4,692	△727
教養娯楽	27,581	18,865	5,074
その他消費支出	58,074	30,734	1,697
支出合計	496,720	291,642	43,282 B

出典元：総務省統計局 家計調査年報(家計収支編) 2018年(平成30年)

支出合計で見ると1人当たりの額



妊娠・出産はお金がかかる!?

「若い時は、収入が少ないから出産にどれくらいお金がかかるのか知りたい」というメンバーがいました。三澤さんによると、「妊娠から出産に関わる様々な給付制度により自己負担はそれほどありません」とのこと。妊婦健診にかかる費用の大半には補助金が出るそうです。また、出産にかかる費用45万円(公立病院の目安)のうち42万円の助成金が交付され、実質負担は3万円程度しかかかりません。講義前に漠然と抱いていたイメージと違いました。



三澤さんから一言

見えない将来を憂慮して不安になるより、正しい知識を吸収して明るい未来に繋がしましょう。そのお手伝いをするのが私達人です。まずは、今を楽しんでください。

ファイナンシャルプランナー
三澤美雪さん

労働組合にて貯蓄・保険等の相談に関わる中、若い世代を救うべく、一大決心をして保険業界に。息子達から得る今時の若者事情を盛り込みつつ、お金についての情報を発信する毎日。



自分のこれからの人生を漠然としか想像できないのは、結婚やお金について知らないことが多いからだと感じました。様々な人から学ぶことで、明確にイメージできるようになるのだと感じました。(山中信)

ワークショップの前後で変化はあった?

全8回のワークショップを通して、学生たちの「生き方のカタチ」のイメージはどう変化したのでしょうか。今まで知らなかったこと・不安だったことが、講義やロールモデルの方々のお話を通して視野が広がったり、不安が薄れることでさまざまな変化が生まれました。若い皆さんが早い時期からライフデザインについて考えることで自分の描いた未来に近づく可能性が広がります。この冊子を、少しでも皆さんの人生設計のお役に立ててもらえれば幸いです。

BEFORE

子育ては子どもの成長を見ることができる楽しさがある反面、お金がかかり、悩むことが多い



清水麻友

様々な家庭のカタチを知ることで、「こうあるべき」と思い込んでいた子育てのあり方に対して新しい角度で見ることができた

家庭を持つことは心の支えができ、仕事の苦勞に立ち向かうことができる反面、気遣いが必要だったり、うまくいかないこともあったりするのではない



大滝満里奈

勝山さんのお話から、家庭があるからこそ仕事もでき、頑張れることがわかった

結婚は好きな人や子どもと一緒に過ごすことができ、幸せな反面、子育てと仕事の両立が大変そう、お金もかかりそう



宮先和

長野市の支援制度が整っていることや、気軽に悩みを相談できる施設を地域一体となってつくりあげているということがわかり、将来の子育てに安心感を持った

パートナーとの価値観の違いによって家庭生活に不安を感じたり、金銭面で子どもの選択を狭めてしまうことがあるのではない



藤木夢乃

パートナーや子どもとの出会いを経て、人生が濃くなった姿をロールモデルから感じ、様々な経験がプラスに働くという考えが深まった

育児は家庭を持たないと経験できないことだが、大変そう、金銭面への不安もある



鹿山翔平

大変なことは周りの支えがあり、結婚は自分にとってプラスになると感じることができた

「既婚」という制限によって「自分のため」の時間が減ったり、気を遣う相手が増えたりするのではない



児玉遥野

楽しさを共有する人がいることで嬉しさが倍増したり、「子育て=大変」という感情以上にやりがいや喜び、楽しさがあることを学べた

家庭を持つことで、安心感や幸福感だけでなく、我慢しなければならないことや、ストレスがたまることがありそう



中田もも

結婚されて家庭を持っているロールモデルの方々が幸せそうだったので自分も結婚したいと思った

家庭を持つことは喜びや幸せを共有でき、人としても成長できる反面、大変なことがあったり余裕がなくなったりするのではない



紙谷佳歩

結婚・妊娠・子育て・仕事は大変だけれどもやりがいのある素敵なこと。周りの支えがあるので何とかなる

家庭を持つことで、重荷やプレッシャーになってしまったりもあるのではない



山中 信

「家庭」「家族」を持つからこそ出来ること、感じるがあることがわかり、家庭を持つことを魅力的に感じた