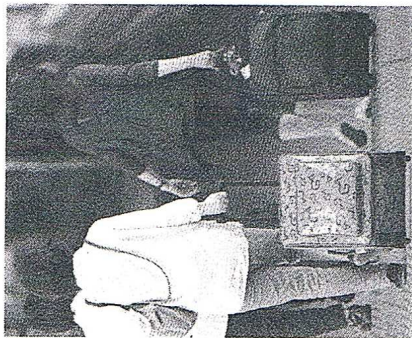


働く女性の

① 働く女性をとりまく状況

メンタル講座

カウンセリングルーム
BigSmile代表・
産業カウンセラー
大槻久美子



写真・かじとしや

厚生労働省が2011年5月20日に発表した「働く女性の実情」によると、2010年の女性の雇
用者数は年平均で前年よりも0.8%増の2千329万人となり過

去最多になりました。結婚や出産という女性にとって大きなライフイベント（人生の出来事）と向き合いながら「働く」ことを選択した女性も多く、既婚女性の就業率が10年前と比べると10ポイントほど増加しています。

また、正規雇用は前年度と変わらないものの、非正規雇用は前年度の1.8%増となり働く女性全体の53.8%を占め、非正規雇用が主流となっている現実があります。そのため男女間の賃金格差は広がる傾向にあり、男性の賃金を

100とした場合女性の賃金が69.3で、前年より0.5ポイント減少しています。

規制撤廃の中で

こうした中で、女性は本当にいきいきと働くことができているでしょうか？多くのライフイベントを経験しながら働くことを有意義に感じられているのでしょうか？元来、「はたらく」とは、「はた(傍)をらく(楽)にする」といわれてきました。このような働き方ができているでしょうか？

80年代後半から、女性の労働時間の規制が次々撤廃され、変形労働時間制や裁量労働制が拡大されてきました。また、派遣労働の自由化にともない、非正規雇用も増えました。そういった流れの中で、「はたをらくにする」どころ

か、自分自身の働き方に「達成感」や「やりがい」を感じられない状態が広がり、おのずとキスギスとした働き方になってきていないでしょうか。

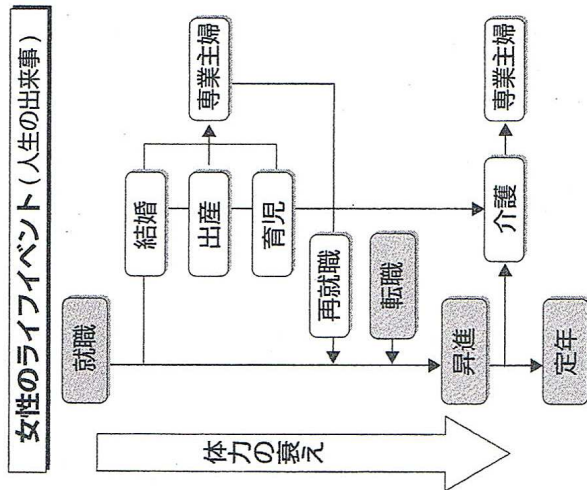
多いライフイベント

女性は、男性に比べてライフイベントが多く存在し、その節目、節目でさまざまな悩みや迷いと遭遇します(図表参照)。男性のライフイベントは4カ所程度ですが、女性は、男性の約3倍の11カ所ほど考えられます。

こうした働き方やライフイベントの中で、それぞれの悩みや迷いが心身に影響を与えストレス反応が現れます。このストレス反応に気づかなかつたり、「まだ大丈夫」と言い聞かせがばりすぎたり、上手にストレスを抜くことが

できなくなると、心身に影響を及ぼしうつ病や適応障害などのメンタル不全を引き起こします。

この講座では、メンタル不全にならずいきいきと働き続けられるようにするための対処方法や対応策を見つけていきたいと思えます。今回は、ライフイベントから見えるメンタル不全について考えていきましょう。



おおつきくみこ

メーカーの開発技術者として従事中、過重労働により「身体表現性障害」を発病。06年、この病気で京都市初の労災認定を取得。現在は、産業カウンセラーとして企業・団体などでの講演やカウンセリング活動をおこなう。著書に『働く女性のメンタルヘルス』(かもがわ出版)、『ここらのケアのコミュニケーション』『職場復帰を成功させる』(7月発刊予定)(学習の友社)。

*大槻さんが代表をつとめるカウンセリングルームBigSmile(ビッグスマイル)
住所: 京都市南区東九条上殿田前1-13エンブレム京紡701
電話: 0755-201-7351
メール: info@ns-bigsmile.com