

育児ストレスと男性

産後1カ月を過ぎたあたりから多くの女性が経験する「産後うつ」。出産を終え急激にホルモンが減少することや慣れない育児での疲れが原因だと言われていますが、近頃は男性にも起こり得ることとして認識されるようになってきました。

兵庫医療大学の西村明子教授らが平成27年に行った調査によれば、生後4カ月の赤ちゃんがいる父親約800人のうち、13・6%に「うまくいかない時に不必要に自分を責めたりする」などのうつの傾向があり、そしてそれはパートナーがうつ状態にあることや、夫婦関係の満足度の低いことなどに関連がみられたそうです。子育てをするにあたって、頼るべきパートナーと協力して取り組めない状況にあることは、夫婦相互のうつのリスクを高める可能性があるのです。

国立成育医療研究センターなどがまとめた平成28年の研究でも、父親215人の16・7%に

うつ傾向が表れ、そうした男性はうつ傾向が見られない男性と比べ、虐待と受け取られかねない行為をする危険も高くなる傾向にあることがわかりました。

また、男性に育児をしたいという意志があっても、長時間労働でそのゆとりがなく、育児に関われないといったこともストレスの原因となり得ます。24時間子育てに追われる妻のストレスはもちろんですが、夫のストレスについても取り除くための配慮が必要になってきます。

家族との時間を増やし、積極的に子育てに関わることが大事だと分かっているだけでも簡単に実現できる男性はそう多くはいないのではないのでしょうか。しかし、夫婦のコミュニケーションを大切にするだけでも状況は大きく変わることがあります。それですべての具体的な解決に至らなくても、お互いの状況や気持ち伝えあうだけで心は軽くなるものかもしれませんか？

〈他人事じゃない!? 怖~いトラブル〉

消費生活のお話

まちづくり推進課(内線185)

洗濯表示が変わりました

衣類の「取扱表示」が12月1日より変更になりました。記号のデザインが変更されただけではなく、種類も増え、これまでのもとは見た目も考え方も大きく変わりました。

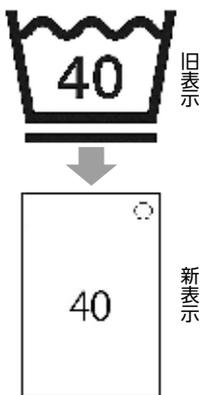
新しい「取扱表示」

①「5つの基本記号」(家庭での扱い方法4つとクリーニングの扱い方法1つ)と「付加記号」と「数字」で構成されます。

②記号の種類が22種類から41種類に増えます。

③これまでの「推奨する扱い方」の表示から「取扱いの上限」の表示に変更になります。

詳しくは経済産業省や、消費者庁のホームページで確認できます。新しい「取扱表示」を理解して、衣類の購入時や洗濯の際に上手に使いましょう。



旧表示 新表示
「液温40℃を限度とし洗濯機で洗える」という意味

消費生活相談窓口

日時 月~金曜日 午前9時~午後4時(予約優先)

場所 市役所1階 まちづくり推進課

※相談には、できるだけ契約者本人がお越しください。

