

子育てに関する 行政制度及び NPO 法人サービスについて

## 第33回 「共働き子育てしやすい街」

2018年12月、日本経済新聞社と日経BP社の共働き子育て家庭向け情報サイト「日経DUAL」は、「自治体の子育て支援制度に関する調査」をもとに「共働き子育てしやすい街ランキング」をまとめた。人口が多い主要自治体の保育所や学童保育の整備状況などから順位を付け、栃木県宇都宮市と東京都新宿区が総合1位と、神奈川県厚木市と東京都千代田区が3位で続いた。今回は、その中から、1位となった宇都宮の取り組みと3位となった厚木市の取り組みについて、一部紹介します。

### ◆◆◆共働き子育てしやすい街◆◆◆

#### ランキング 2018

1位 栃木県宇都宮市	6位 東京都福生市
1位 東京都新宿区	8位 東京都荒川区
3位 神奈川県厚木市	8位 東京都葛飾区
3位 東京都千代田区	10位 千葉県柏市
5位 千葉県松戸市	10位 東京都杉並区
6位 東京都板橋区	10位 東京都豊島区

### 宇都宮市の特徴ある取り組み（一部）

#### 不妊に悩む方への特定治療支援事業

子ども家庭課子ども給付グループ TEL:028-632-2296

<b>対象となる治療</b>	体外受精および顕微授精, 男性不妊治療(特定不妊治療に至る過程の一環として手術を行った場合)				
<b>助成対象者</b> (次の要件を全て満たす方)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 特定不妊治療が必要であると医師に判断され、指定医療機関において特定不妊治療を受けた方</li> <li>・ 夫または妻が宇都宮市に居住している戸籍上の夫婦</li> <li>・ 前年(1月から5月までの申請は前々年)の所得額が夫婦合わせて730万円未満 (所得の範囲及び所得額の計算方法については、児童手当法施行令第2条及び第3条を準用します。)</li> </ul>				
<b>助成回数</b>	初めて助成を受ける(受けた)際の治療開始時の妻の年齢	助成回数(※)通算の回数は過去に受けた助成を含みます。(他の都道府県, 政令市, 中核市からの助成も含みます。)			
	39歳以下	43歳に達するまで通算6回(※)(年度回数・通算年度制限なし)			
	40歳から42歳まで	43歳に達するまで通算3回(※)(年度回数・通算年度制限なし)			
	43歳以上	助成対象外(一つの治療期間の開始日が43歳に達しているもの)			
<b>助成金額</b>	治療内容(ステージ)	初回		2回目以降	
		治療費	助成額	治療費	助成額
	A・B・D・E	45万円以上	45万円	45万円以上	30万円
		45万円未満	全額	15万円超～45万円未満	15万円を超えた額の1/2+15万円
				15万円以下	全額
C・F	27万5千円以上	17万5千円	27万5千円以上	17万5千円	
	7万5千円超え～27万5千円未満	7万5千円を超えた額の1/2+7万5千円	7万5千円超え～27万5千円未満	7万5千円を超えた額の1/2+7万5千円	
	7万5千円以下	全額	7万5千円以下	全額	

\*国の基準に最大15万円を上乗せしている

\*治療内容ステージについては市HP、別表「特定不妊治療(体外受精・顕微授精)治療内容」を参照

#### 2・3号認定の利用者負担額(保育料)の多子軽減

保育課保育グループ TEL:028-632-2393

- ①国の基準に対し、保育料を第1子から約40%軽減。
- ②同一世帯から教育・保育施設等のほか、幼稚園、特別支援学校幼稚部、児童発達支援センター、情緒障がい児短期治療施設通所部に同時入所している場合、2人目以降の保育料を次のとおり軽減。

【保育料の軽減内容】上から2人目:基準額の1/2に軽減

上から3人目:無料

- ③同時入所以外でも同一世帯で3人以上の児童がいる場合、児童の年齢にかかわらず、3人目以降の保育料は無料。

◆第3子以降についてはファミリーサポートセンター及び一時預かり事業(対象施設は市HP参照)の利用料も全額助成

\*ただし、ファミリーサポートセンターは子ども一人当たり、月64時間まで

## 厚木市の取り組み（一部）

「共働き子育てしやすい街」ランキングにおいて1位と遜色ないと評された厚木市。宇都宮市、厚木市ともに子どもの医療費を中学3年生まで無料とするなど、手厚い支援が行われていますが、厚木市取り組みには、都市部ならではの視点での支援も実施されています。



### 子育て日常生活支援（おむつ等宅配事業）

子育て給付課 TEL：046-225-2230

子育て世帯を応援するため、第2子以降の子どもを養育している世帯に対し、紙おむつ等の支給を行う。支給する紙おむつ等については、小さな子どもを連れて大きな紙おむつを買いに行くご家族の負担を軽減するため自宅へ宅配している。

\*長期にわたる支援と、宅配が注目点。

申請要件 (次の要件 全てに該当する場合)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●第2子以降の子どもを養育していること</li> <li>●申請するとき、対象の子どもが0歳であること</li> <li>●申請するとき、対象の子どもと父母等の養育者が厚木市内に住民登録があり、同居していること</li> </ul>	
支給期間	第2子目	申請月の翌月から12ヶ月
	第3子以降	申請翌月から対象の子どもが2歳の誕生日の属する月
支給用品	厚木市が委託している業者のカタログの中から、ポイント化された紙おむつ、おしりふきシートなどを、支給ポイントの範囲で選んでいただき、注文していただいた品物を支給します。	
申請に必要な書類等	●厚木市子育て日常生活支援事業申請書(子育て給付課窓口に配置)	

### 幼児2人同乗用自転車購入費助成

交通安全課 TEL：046-225-2760

幼児2人同乗用自転車の普及と自転車利用者の安全、また経済的負担の軽減を図ることを目的。

対象	市内在住の年齢16歳以上で6歳未満の子どもを2人以上養育している方で市主催の実車講習会を受講された方
助成金額	購入費の1/2(限度額16,000円)
購入条件	幼児2人同乗用自転車を市内事業協力店にて購入(その他条件有)

自転車ヘルメット購入費について、自転車乗車中の頭部の保護及び転倒時のけがの軽減を図るため、6歳以下の幼児、小学生、中学生、高校生等を対象に、購入費の一部を助成する。(1,000円)

### ほっとタイムサポーター

子育て支援センター TEL：046-225-2922

妊娠中や出産後で「育児や家事の支援が必要な妊産婦にサポーターを派遣し、その費用の一部を助成する。

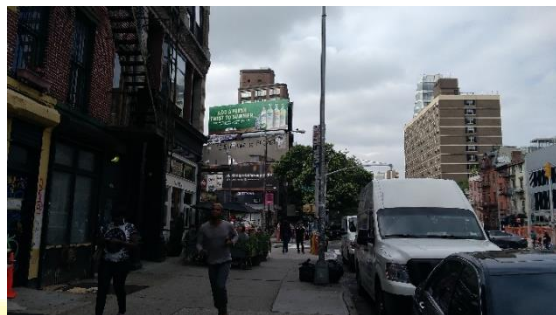
\*利用にあたり事前申請必要

対象	<p>市内在住で、日中他に育児や家事をする人がいない次のような方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●妊娠に伴う疾病により医師から安静が必要と診断された方</li> <li>●出産後6か月以内の方(多胎出産の場合は1年以内)</li> <li>●お子さんの養育が困難な方</li> </ul>
支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>●育児に関する支援(沐浴のお手伝い、おむつ交換、授乳など)</li> <li>●家事に関する支援(食事の準備及び後片付け、衣類の洗濯、居室の清掃など)</li> <li>●育児に関する相談及び助言</li> </ul>
利用料金	1回(2時間)1,800円(申請により利用料金の1/3を助成)



# Support for Woman Doctors ～私からあなたへ～

濱口 恭子 先生【京都府 29期】



はじめまして、京都29期の濱口恭子と申します。皆様はどのような卒後をお過ごしでしょうか？

ほぼ全寮制で密に過ごした仲間とも、卒後はまさに巢立ちのようにばらばらとなり、いきなり野に放たれたようでしたよね。不安な時も、急に相談したい時も、気兼ねなく話せる同世代の仲間はいつも不在。患者の治療方針や、人生の選択まで、私も寂しく決断してきました。

さて、私は義務年限を終えると同時に、夫の留学に帯同するという機会を得ました。今ではかけがえのない時間であったと思えますが、当時は全くそう思えず、憂鬱でした。義務年限を終えてやっと自分のやりたいことがやれる！と楽しみにしていた頃でしたし、年齢的には何をやるにしても最後の挑戦かもしれない、と小さな子どもを抱えての選択にはとても大きな努力を要した頃でした。結局周りのすすめもあって帯同することを選び、専業主婦に徹することに決めましたが、やはり適応するのに時間がかかりました。金銭的には不安が大きく、言葉の壁や、仕事を辞めてきた喪失感も重くのしかかりました。

できるだけ生活費を抑えようと、食材を揃えに、前に子どもを抱え、後ろにリュックを背負ってチャイナタウンに通いました。とてもみずぼらしい親子に見られていたでしょうね。そんな憂鬱な日々のある日、雑居ビルの屋上近くに落書きを見つけました。“everything energy”と書いてありました。スプレーかペンキで書いてあるようで、どこかのヤンキーが書いたものか、あるいは画家のバスキアのアトリエ近くでしたので、彼の憂鬱な日々の中のつぶやきだったのかもしれませんが。衝撃的な出会いでした。

義務年限の初めの5年は意気揚々と、残りは出産や育児など華やかな経験もありましたが、医師としてはまだまだ

花開かない日々悶々とし、一線に返り咲けなかった自分。異国で適応できない自分。完全に自信を失っていた時でした。でもそこには、肌の色も宗教も生活様式も異なる人たちが皆エネルギッシュに生きていました。英語圏で堂々と生きている中国人、南米人、インド人。ダウントウンを老婆のタクシードライバーが走り抜け、公園では白人と黒人がチェスを楽しんでいました。老若男女、みんなが生き生きしていました。

最近では、他大学も地域卒の研修制度を作るなどして、自治医大生の卒後ルートが浮かないようになってきたようですが、それでも『王道』とは言い難いルートに悩んでいる方も多いでしょう。義務年限が終わったころには体力的にも一念発起が億劫となり、特に子どもを抱えては飛び出せないでいる方もいるかもしれません。でも、きっと回り道の経験はあなたの『彩』になると思います。偏屈にならないでください。年齢も関係ありません。周りと均一である必要は全くありません。私もようやく気が付きました。

私は帰国後に新たなことに挑戦しはじめています。昔は、できるだけ万人受けする王道を行きたいと思っていた方ですが、今はアラフォーにしてマイウェイを進んでいます。皆さんにも恩師がおられるのではないのでしょうか？恩師が私に言ってくれました。

『こうなりたい、と思うことが大切だと聞きます。夢見るだけではだめかもしれないけど、夢見ることさえしなければ、変わらない。自分の未来は明るい、そう思って生きていく方が、楽しいのではないのでしょうか。楽観主義的努力家でいてください。』

日々のすべてを糧にして、頑張っていきたいと思います。どうぞ皆様も。

## 後輩医師・学生へ一言メッセージ

『もうひとつ、私の恩師から。』

清水の舞台から飛び降りてみるのも時には必要でしょう。ただし、お怪我をしないように。それから、落ちてまた階段を上ってくるように。』

「自治医大卒業生 女性医師支援 NEWS」では、読者の皆様からのご意見をお待ちいたしております。特集記事のテーマ、絵本やその他のコーナーについても、ご希望などあれば、是非お寄せください。  
連絡先：自治医科大学 地域医療推進課 卒後指導係  
E-mail : chisui@jichi.ac.jp



# 絵本の森

節分など旧暦の行事に親しむ時期。お父さんと一緒に、昔話など日本のお話を題材にした絵本を楽しんでみてはいかがでしょうか。親は、知っているようでも忘れてしまったお話、子どもには異次元にも感じられる昔のお話しを通して創造の翼を広げてみると、身近なものも違って見えてくるかもしれません。



## じごくのそうべい

作：たじまゆきひこ  
出版社：童心社  
発行日：1978年5月  
読んであげるなら 4歳～  
定価：1,400円(本体価格)

落語家、桂米朝の高座で名高い上方落語の「地獄八景亡者戯」を題材にした、関西弁による、リズムカルでスケールの大きな落語絵本です。第一回絵本につぼん賞を受賞した、ユーモラスなストーリーが子どもたちに大人気のロングセラー絵本。



## おむすびころりん

文：富安陽子  
絵：しらかたみお  
出版社：小学館  
発行日：2009年6月  
小学5、6年生～  
定価：1,000円(本体価格)

おじいさんの大切なおむすびが、ころころころころころがって穴の中に。すると、楽しい歌が聞こえてきました。「おむすびころりんすってんしゃん」のリズムが心地よく、親子で歌いたくなる昔話。

## ストレスケア

### 青を選んでいませんか



年が明け、年度末に向けて、会合なども多くなる季節です。仕事上の服装のほかに、私服にも注目が集まる時期ですが、そんな時、どんな色の服を選んでいきますか。色にはその人の気持ちが反映している場合も少なくありません。勝負服といわれるようなやる気を見せる場面で男性が赤いネクタイをするなど、色に感情が反映されているなど感じる場面もあるのではないのでしょうか。

そこで今回注目するのは青です。無難な色でもあり、少しスリムに見えることから、『紺のスーツにブラウスも青』の組み合わせや、『グレイ系の服に青のインナーを組み合わせる』という選択をしている人は少なくありません。特にある程度社会的責任のある位置にいる方は、青を選ぶことが多い印象ですね。

青には、『きちんとしていきたい』『理性的でありたい』といった考えや、『自分がしっかりしなければ』と考える責任感が反映されているといわれています。社会的地位があれば当然といえる考えでしょう。しかし、青を身近に置くことは、理性的で責任のある考えと同時に、自分や他者に対し厳しい管理的な視点を強化するとも考えられています。つまり、青ばかりだと自己否定や他者否定の感情が強くなる時もあるのです。

そんな時はピンクを身近に置くことで緊張が和らぎます。ハンカチーフや、愛用のペン、マグカップなど身近なものに柔らかな色を配置し、緊張から解放されることで、自分らしく力がより発揮できるかもしれません。

