

(進行 新居氏)

こんにちは、本日はライフデザインをテーマにお話しをさせていただきたいと思います。

これから結婚を控える皆さんや、実際に結婚したばかりの皆さんが、ライフコースが多様化する社会の中でどのように生きていくかということを考えるにあたり、ぜひ参考にさせていただけたらと思います。

この動画の中ではまずライフデザインとは何かということについてご説明をさせていただきます。

そのうえで、実際に埼玉県が行っている若い世代向けのライフデザイン支援のプログラムがありますので、そちらの様子を見ていただくことで、埼玉県内の子育て支援であったりとか、出産に関するサポートの施設についてもぜひ見ていただければと思っています。

そして最後にですね、埼玉県の結婚・子育て支援の取組についてもご紹介させていただきますので、ぜひ参考にさせていただければと思います。

まず冒頭にですね、私の自己紹介をさせていただきたいと思います。

今回ですねライフデザインのこの動画の講義を担当させていただきます manma の新居（におり）と申します。

埼玉県ですねライフデザイン事業を manma という組織と一緒にさせていただいておりまして、そちらの組織の創業者代表をしております。manma という組織はですね2017年に株式会社として設立された組織になりまして、家族を取り巻くよりよい環境づくりをテーマに取り組みます、社会的企業として設立をしております。

現在はですね、「家族留学」というライフデザイン支援の取組などを中心に活動を行っております。子育て家庭に若い世代のみなさんが体験訪問することで、結婚や子育ても含めたキャリアデザインというものを支援していきたいということで取組を行っております。

今回の動画ではですね、まず最初に「ライフデザインとは何か」ということをお話しさせていただきたいと思います。

ライフデザインと聞いて皆さんイメージはわかりますでしょうか。キャリアデザインというのは最近よく聞くかもしれませんが、ライフデザインというのは、人生計画、ライフプラン、生活設計のことを指します。

先ほど申し上げたとおり、結婚や子育てなど様々な要素を含めた人生設計を考えるということをライフデザインというふう呼びます。

例えば人生設計、生活設計をするときに含まれる要素としては仕事、働くということであったりとか、親戚・家族付き合いであったりとか、地域コミュニティの付き合いであったり結婚や妊娠・出産・子育てなど様々な要素が思い浮かぶと思います。

このような要素をですね、総合的に考えてどのような人生を歩んでいきたいのかということ、情報を得ながらご自身で何度も何度も考えて修正してということ、を繰り返していただくということがライフデザインになります。

ライフデザインというのはですね、計画をして計画通りに進めるということではなくてですね、そのときどきで考えていた計画は変わっていくと思います。結婚のタイミングも30歳までにと考えていて、でも途中から33歳までにと変わっていくということもあると思いますので、適切な情報を得たうえで、その都度自分に合ったライフデザインを立て直していくということが非常に重要になってくると思います。

このようなライフデザインという考え方なんですけれども、最近特に注目されてきている考え方になります。

このように注目されてきている背景にはライフコースの多様化があります。ライフコースの多様化の事例をいくつかこれから紹介していきたいと思います。まず1つ目にですね、平均初婚年齢の推移ということで挙げさせていただきました。

平均初婚年齢というのは、初めて結婚するときの年齢の平均ですけれども、平成7年と比べて令和元年で年齢が上昇しています。男性が平成7年には28.5歳だったものが、31.2歳に、女性が平成7年には26.3歳だったものが、令和元年には29.6歳になっています。

また、次に50歳時点での未婚率を見ていきますと、男性がもともと2.6%、1980年代ですね、40年前には2.6%だったものが、2015年には23%。

女性は4.5%だったものが14%にまで上昇しています。

このようにですね、平均の初婚年齢は上昇し、また、結婚しない人の割合が増加しているということがわかります。

さらにですね、平均初婚年齢が上がったということに伴って、不妊治療を受ける方も増えています。自然と子供を授からないということで、不妊の検査をされたり治療をされたりということも増えてきているという状況になります。

子供が欲しいと思ったタイミングでいつでも子供をもうけられるというわけではないというのも現状かと思います。

続きまして、共働き家庭の増加という変化も起こっています。平成6年から12年ごろを境にですね、専業主婦家庭と共働き家庭の割合が逆転をしています。昔は共働き家庭ではなくて専業主婦家庭というのがメインでしたが、次第にその割合は変化し、今は共働き家庭が多数派ということになっています。

これまでですね、結婚や子育て家族の状況を見てきましたけれども、他にもですね、事実婚であったりだとか結婚しないという人も増えてきています。2009年には、結婚しなくてもどちらでもいいという考え方について賛成という人、また、どちらかといえば賛成という人は70%にもものぼっています。しかし、1992年の調査は合計で61%と今よりもそのような考え方が薄かったということがわかります。

このようにですね、結婚をするしないということについても選択肢が広がってきていて、それぞれ考えて決めていいよというような多様化がみられることがわかります。

このようにですね、変化してきたライフコースの中で、そして多様化してきたライフコースの中で、どのようなものを選択していくのかということを考えていくことが非常に重要になっています。

結婚をしたいかしたくないか、どんな形の結婚をしたいのか、子供を持ちたいか持ちたくないのかということですね、様々な事例を知ったうえでご自身で判断していくということが求められるのではないのでしょうか。

では、続いてライフデザインをどのように立てていったらいいのか、考えていたらいいのかということをご紹介したいと思います。

今まで申し上げたようにライフコースが多様化していく中でご自身がどう生きていきたいのかということを考えることが非常に重要になってきました。

働くこと、結婚や子育て妊娠・出産など、様々な要素についてご自身がどういうふうを選んでいきたいのかということをご自身で考えていただきたいなと思っています。

埼玉県ではですね、皆さんのライフデザインを支援する取組をこれまでも行ってきました。

今はですね、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から実施ができていませんが、3年前に実施したライフデザイン体験型セミナー、そして家族留学の様子をぜひご覧いただきたいと思います。

実際にですね、埼玉県内の子育てや出産に関する様々な施設を見学したりですとか、県内で子育てをしているご家庭のお宅に訪問してこれまでの結婚や子育て、お仕事の話についてお伺いするというようなプログラムを実施しました。このような経験をぜひ皆さんも見ていただくということで、ぜひライフデザインをどのように考えていったらいいのかということの参考にさせていただければと思います。それではご覧ください。

《プログラム動画 埼玉県庁 × manma ライフデザインカリキュラム
～まだ見ぬわたしに会うたび～》

(参加女性)

仕事と家事と育児の両立ができるのかなってところが全然わからなくて。結婚も怖いし、出産も怖いし、育児も怖いみたいなの。

(manma 講師)

家族留学っていうのは答えを知りに行くものではなくて、ヒントを得に行くものだと思ってください。

(参加女性)

あんまり両親というより友達関係みたいな感じだったので、家庭によって違っていうのを見て見たいっていうのがあって。

(既婚女性)

この人と結婚したいなと思うのがあった決定打は相手方の両親、人情味があるというか。

(参加男性)

共働きでやっていきたいというところで意見の不一致があって。実際の子育て家庭知らないよねってなって議論ができなかった

(既婚女性)

思い出としては残ってるんだけど、言葉でうまく思い出せない感じ。それくらい毎日毎日そこに積み重なってる部分があるんだなあとって。

(manma 新居氏)

社会人の方も学生の方もいろいろいらっしゃるみなさんで、結婚や子育てはどんなになってるんだろうとか自分自身のライフイベントも含めて皆さんのプランについて考えるようないろんな材料をこの2日間で用意していますので。午後に関しては各家庭に行っていただいて小さいお子さんと触れ合ったりとか子育て中のお父さんお母さんの話を聞いていただく。

愛和病院という川越にあるとてもユニークな病院がありますので、そこでの事例をもとにぜひ皆さんに考えていただきたいなと思っています。

家族留学とは何かということ若者のためのご家庭に出向く OBOG 訪問

いろいろな結婚・子育ての事例を知る中で体験を通して考えてもらいたいというものになります

(manma 講師)

今回、家族というものができた時の人生を考えるにあたり、軸をこちらで立ててみました。

1つはファミリーで、家庭内の状況だったりとか。

ワークは皆さんのお仕事がどういう状態か。

プレイスというのをおいていまして、埼玉県で子育てをすることってこんないいことがあるんだっていうところも知ってもらいたいと思うので。

ファミリーをサポートするような仕組み、もしくはワークをサポートするような制度だったり環境というものが、プレイスというところからどういうサポートがあるのかみたいなのところも、観点として置いていただきたいと思っています。

(参加女性：大学4年生)

30代の間に2、3人はほしい。でも2人か3人かはそんなに明確でない。

(参加女性：大学3年生)

田舎でもなく(わかる～)服も全部揃うし、暮らせなくないでしょ。

都内にも1時間くらいで行ける。

(参加女性：大学院生)

まず1つ目が共働きの家庭で仕事と家庭の両立の何かヒントを得たいなというのと、旦那さんと長くいい関係を築くためのヒントを得られたらいいなというのがあります。

《家族留学》

(お母さん) お父さんおいくつ？

(女子学生) お父さん…48です。

(お母さん) あー、一緒！

4歳の子供を48歳で育てるのは男性も大変だよ。頑張ってるよね、ほんとすごいと思うよ。

(不妊治療は) 期間的には4年。

100%子供ができますよっていうんだっただれでも頑張るんだけど、そうじゃないから。

授かるかどうか分からない。ねえ、なべさん？

(お父さん) いろいろやりました

(お母さん) 何がつらかった？

(息子) 痛いのがやだった？

(お母さん) (産後) 1週間ちょっとくらいで親も帰っちゃって、ほんとに孤独だなと思って。24時間勤務っていうか。

バリバリ働いてきたけど、なんか「すみませんそんなの全然ちよらかったです」っていうくらいの感じで、よっぽどつらい。

テレビつけて、でも普通に世の中は流れてるんだなみたいなことだったと思うんだけど、ずっと泣いてて。

産後のね、ママたちが集まるサロンとかに行ってすごい救われた。

《愛和病院》

(病院職員)

みなさんおはようございます。

なんで育休の取得率が上がらないのでしょうか。いろいろ原因はあると思うんですけど、1つ目は育休をとる、子供がいるであろう30代から40代の男性ってやっぱり働き盛りなので残業時間がすごい多いんですよ。

《院内見学》

(病院職員)

わざと絵とか飾ってないの。おうちでね、赤ちゃんと2人きりでしょ。

だからなるべくここに来た時には季節感がある外を見てもらってね。

《パタニティ・マタニティハウス》

(職員) 双子ちゃんのパパですよ。

一人だってパニックを起こすぐらい大変なんですよ、子育てって。

パパは今お風呂はどちらを入れてますか

(パパ) 昨日は2人入れました。

(職員) 素晴らしい。

(働くママ) 時短になって、9時半から3時半。

正直産後2か月までは一刻も早く保育園に預けて解放されたいって
いう気持ちがすごかった。

(パパ) そもそも生まれた瞬間に突然パパになるわけです、まじで。

やべえ生まれた、どうしようどうしようって。

ママのほうはいろいろ多分準備をしてるんですよね。

だっておなかの中にいるので生まれてからどういうことが必要で、
どういう物だったりとか心の準備ができてる。

パパのほうは何も準備がないので、いや、そもそも何をしたいのかわからない、
何もわからないどうしようどうしようどうしようということがあって。

それがまずはステイをして教えてもらうっていうのが第一段階で。

大体どのタイミングでやったらいいのかって先輩たちが教えてくれる。

まあ、本に書いてある話ですけど、やっぱり顔を知ってる人が言ってる
ほうが実感もわくし相談もしやすい。

《感想》

(参加男性：社会人1年目)

子供に対する愛情の見せ方というのをすごい言葉で表してて。

こういう家族を築けていけたら自分はずっと幸せになれるんだろうなということ
を改めて感じられました。

(参加男性：彼)

僕は子供を持つんだったら、(彼女が) 専業になるのか僕が専業になるのかで、こっち(彼女)は子供がいたとしても兼業?というか共働きでやっていきたいというところで意見の不一致があって。

大変なところはすごいっばい見えて、お二人がどうやってそれを解決しているのかが見えて

(参加女性：彼女)

こうやれば自分に無理がないとか、最終的に仕事にも支障が出ないとかっていうのをあらかじめ決めて、しかも復帰される前にシミュレーションを何週間かやったらしくて。

生むとしても一人でいいといていたのが、やっぱ2人いてもいいかなって感じになったとおっしゃっていて。

(参加男性：彼)

二人目考えてるって。

(参加女性：彼女)

私も仕事一本でいいと思っていたところがあったんですけど、産んでみたら変わる部分もあるかなって。

(参加女性：大学3年生)

私はずっとオフィスで働くとか、そういうイメージしかしてなかったんですけど、シングルマザーの家庭で、今は資格を取ってベビーマッサージとかイベントをやったりとかしてそういういろんな活動をしてお仕事をしているみたいな感じで。

自立した母な感じ。カッコいい女性に出会えたなみたいな。

(参加女性：大学3年生)

いい家族像みたいなのが私の中にちょっとあったような気がしたんですね。

でもそういう枠に収まらなくてもいいんじゃないかなと思って。

お互いにパートナーと話し合っって、自分たちの家族っていうのを作り上げられたらいいなっていうふうに家族留学では思いました。

(参加女性：大学院生)

出産後2か月1か月が大変だったってやっぱり言ってて

自分が実際その立場になったときにここには来られないかもしれないけど、ちゃんと何かしら探したりしたいなってすごい思いました。

子供に関しては予測できないところもあるけど、旦那さんとはそういう関係を築く努力ができるのかなって。それがすごい重要だなと頑張ろうと思いました。

(manma 講師)

今回のプログラム、ライフデザインという言葉を使っていますけれど、完全に今デザインできるものではなくて、いろいろなプランをそのときどき考えていくことが大事なんだなということをみなさん学んでいただいたと思います。この間ああいうの見たことあったな、じゃあ私たちの家族はこうしてみようとか、そういう考え方にシフトできるのかなと思っていて、そういう意味で今回ライフデザインという言葉を使ってみなさんにこの大切さみたいところを考えてもらったので、それが伝わっていたらよかったかなと思います。

《プログラム動画終了》

(進行 新居氏)

ありがとうございました。

この今ご紹介したプログラムの中でも様々なワークシートを使って考えを深めるといようなプログラムも行いました。

こちらのワークシートをぜひ埋めていたりすることで、ぜひご自身のライフデザインに対する考え方を整理していただければと思います。

またですね、インターネットでも様々なツールにアクセスすることができます。こちら文科省の「高校生のライフプランニング」という教材ですが、高校生だけではなくて誰にでも当てはめて考えることができるような教材となっています。また、ホームページから誰でも見ていただくことができますので、ぜひこちらもチェックしてみてください。

またですね、ライフデザインを考えるうえで欠かせない要素として、お金の問題があるかと思っています。

こちらの全国銀行協会の「ライフプランシミュレーション」というものも、ぜひご活用いただければと思っています。

こちらのホームページではですね、お金のシミュレーションができますので家計管理とか資産管理とか、そういうものを具体的に試算して考えることができます。

ライフデザインをより具体的に考えるために、ぜひこちらも活用してみてください。

最後になりますが、このようなライフデザインを支援する埼玉県の結婚・子育て支援の取組についてご紹介させていただきます。

埼玉県では結婚・妊娠・出産・子育て応援公式サイトというものを持っていて、様々な取組を行っています。

まず、結婚支援についてですね、埼玉県では県内の市町村・団体・企業と協力しまして、SAITAMA 出会いサポートセンター、通称「恋たま」というセンターを設置しています。

AI を活用したマッチングシステムを導入して、結婚を目指す方へ出会いの場を提供するという取組になります。

こちらにも結婚について考えていらっしゃる方は是非参考にしてみてください。

そしてですね、子育て支援の取組も充実しています。

パパ・ママ応援ショップは、妊娠中から18歳までのお子さんがいる家庭に配布している優待カードになります。

協賛店で提示すると割引などのサービスが受けられます。

また、赤ちゃんの駅というプログラムもございます。

こちらは誰もが自由におむつ替えや授乳ができるスペースの愛称です。

乳幼児を持つ子育て家庭が安心して外出できるよう環境づくりを進めています。

また、3キュー子育てチケットという取組についてもご紹介します。

こちらはですね、第三子以降のお子さんが生まれた家庭に、子育てサービスに利用できる5万円分のチケットを配布するというものになります。

このようにですね、本当に様々な取り組みを県としても実施をしていますし、各市町村ごとにもそれぞれ支援策がありますので、詳しくはお住いの市町村のホームページでぜひご確認ください。

さて、この動画ではライフデザインというものが何なのか、またその重要性、そして実際にライフデザインを立てるときの考え方についてご紹介をしてきました。

ぜひこれをきっかけに皆さんご自身がこれからどのような人生を歩んでいきたいのかということですね、様々な情報にアクセスしながら考えていただくきっかけにいただければと思います。

それではご視聴いただきありがとうございました。