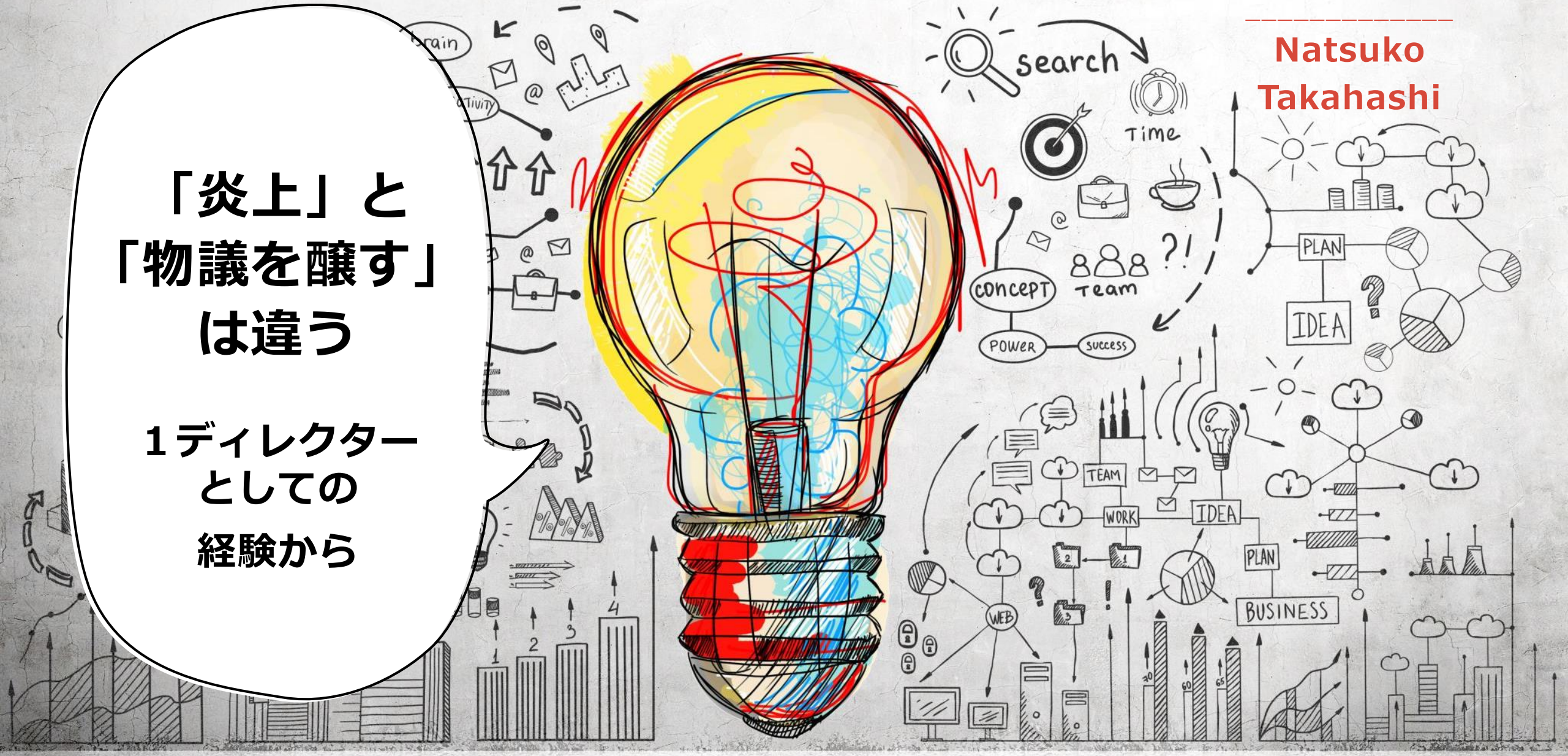
高橋夏子

Natsuko Takahashi

「炎上」と「物議を醸す」は違う

1ディレクターとしての経験から



【二足ワラジ履いてます】

ディレクター

ガーデナー

https://studiohibee.wixsite.com/natsukotakahashi

【ディレクターの仕事って？】

▼Director：監督・演出

企画、交渉、取材、撮影、編集、台本
スタジオ収録、ナレーション収録…
完成までのすべての過程にかかわる

※「プロデューサー」は別の役割

【どんな仕事をしてきた？】

▼1996～会社員：藤沢ケーブルテレビで地域情報番組制作

▼2001～プロダクション：報道2001、とくダネ、医療ドキュメンタリー

▼2011～フリーランス（ご縁仕事）：にっぽん百名山、カンブリア宮殿ほか

▼映画監督：「Given～いま、ここ、にあるしあわせ」

（日本医学ジャーナリスト協会賞2017（映像部門大賞））

「紛争地の看護師からのメッセージ」（国際平和映像祭審査員特別賞）

▼動画制作：日本ユマニチュード学会、社会福祉法人 佛子園、NPO法人PANGAEA、
日本ダウン症協会、東京都知的障害特別支援特別支援学校PTA協議会、
東京大学地域看護学、東京都公園協会、園芸文化協会　ほか色々

【仲間との活動】

2008～2020
「知ろう小児医療
守ろう子ども達の会」

2022～「子どもと家族のための
緊急提言プロジェクト」

炎上
と
物議を醸す
は違う

「コンプライアンス」時代に
１ディレクターとしての経験から考える

【本当の「こどもまんなか」とは？】

2023年　子ども家庭庁発足

「こどもまんなか元年」

【本当の「こどもまんなか」とは？】

2023年　子ども家庭庁発足

「こどもまんなか元年」

30年遅い

【日本に子育て世帯ってどれくらい？】

【日本に子育て世帯ってどれくらい？】

18.3%

厚労省国民生活基礎調査（2022）

【少子化、なんで？】

1　ジェンダーギャップ

2　経済的負担の大きさ

3　働き方の問題

4　子どもや子育てしている人に冷たい社会

（私見です）

パパママたちの「こどもまんなか」

2023年6月放送（すくすく子育てHPより）

https://www.nhk.or.jp/sukusuku/articles/article 9200/

パパママたちの「こどもまんなか」

2023年6月放送（すくすく子育てHPより）

Q. 今あなたが
子育てしている状況は
子育てしやすいですか？

https://www.nhk.or.jp/sukusuku/articles/article 9200/

パパママたちの「こどもまんなか」

2023年6月放送（すくすく子育てHPより）

Q. 今あなたが
子育てしている状況は
子育てしやすいですか？

「しにくい」
76%

https://www.nhk.or.jp/sukusuku/articles/article 9200/

どうしてキャリアか子どもかの選択を突きつけられるの？

社会人になってから学校に通い、税理士試験に合格。転職してキャリアを重ねてきましたが、1年半ほど前に退職しました。

理由の1つは、子どもを望んだことです。長時間の労働や人手不足などもあり、子育てしながら仕事ができるとは思えませんでした。産休中に仕事をフォローしてもらうのも難しく、そのあと復職するような雰囲気ではなかったんです。仕事と育児の両立に自信がなく、土俵が違うのにキャリアと子どもを天秤にかけていました。

今では、悩んでいた何年間かが無駄だったのではないかと感じるぐらい、出産を決断してよかったと思っています。出産後、就活と保活を行い、子育てに理解のある会社に出会うことができました。

職場のみなさんに迷惑をかけるのではないかと不安もありますが、もうすぐ復職です。キャリアか子どもかの選択を突きつけられることがなくなればいいのにと感じています。

7か月の子どものママ

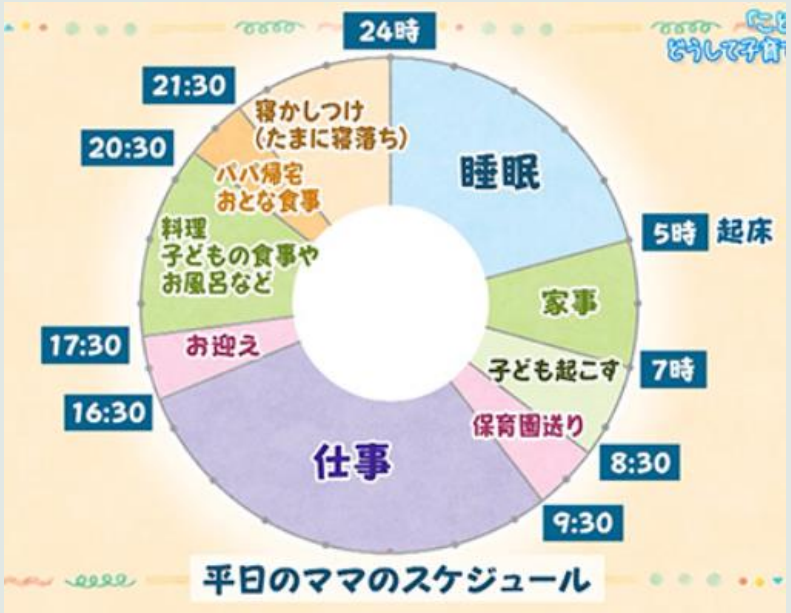
2023年6月放送（すくすく子育てHPより）

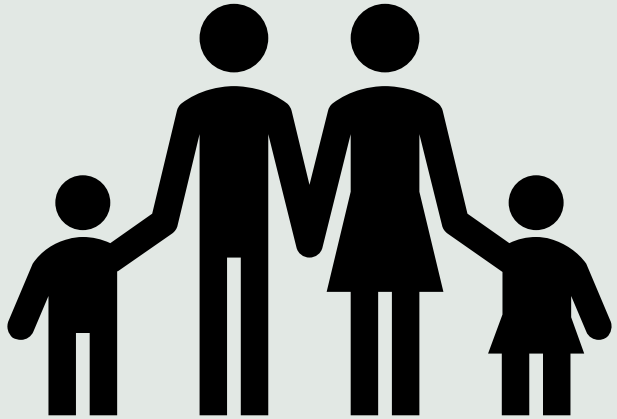
体も心も、とにかく手が足りない…

夫婦共働きで毎日時間に追われています。パパは仕事の忙しさもあって、平日の家事育児はママ中心になりがちです。朝は5時に起き、寝るまでノンストップな状態です。

帰宅後の夕食作りは、下の子が甘えてきたり泣いたりするので、対応しながらになります。料理が完成するころにはヘトヘト。子どもたちも保育園で頑張って、親との触れ合いを求めていると感じますが、しないといけないことが多くて、ずっと「もう一人私がいたらいいのに」と思っています。

さらに困っているのが、子育てについての悩みを気軽に相談できるところが少ないことです。両親や兄弟、ママ友はいますが、踏み込んだ相談はできません。
時間に追われながら全てのことをしないといけない焦りと、子どもとちゃんと向き合いたいという気持ちで葛藤しています。うまくできない自分にいらだち、子どもにあたってしまうこともあります。物理的にも精神的にも、子育ての手が足りないと感じています。





4歳・１歳の子どものママ

2023年6月放送(すくすく子育てHPより)

日本で子育てしにくい主な４つの理由

（アンケートで多かった意見）

1　性別役割分業の意識

家事・子育ては女性がやるべきという考え方が根強い

2　子育てにお金がかかりすぎる

将来の教育費への不安、児童手当などにも所得制限

3　男女ともにブラックな働き方

男性育休は制度はあっても「取るな」という圧力が強く、取りたくても取れない

4　「チッ！」　子どもに冷たい社会、肩身の狭い思い

（参考／すくすく子育てHP）

日本で子育てすると・・・

「お金・時間・尊厳」が失われがち

「親ペナルティー」

（参考／すくすく子育てHP）

「親ペナルティー」とは？

柴田悠さん（京都大学大学院 教授／社会学／3児のパパ）

子どもを持つことで「幸福感」が低下すること

（日本では女性にこの傾向）

子どもの存在が理由ではない

（参考／すくすく子育てHP）

「親ペナルティー」とは？

柴田悠さん（京都大学大学院 教授／社会学／3児のパパ）

▼ワンオペ育児と夫婦関係の悪化

そもそも「ヒト」は「共同養育」で育つ生き物

「ワンオペ」は無理ゲー

▼消費生活の満足感の低下

親が追い込まれていいことはひとつもない

（参考／すくすく子育てHP）

「親ペナルティー」がない国の取り組み例

柴田悠さん（京都大学大学院 教授／社会学／3児のパパ）

▼私生活と仕事の両立支援

子育て中かどうかにかかわらず、だれもが柔軟に働き、生活しやすい国では

社会全体の人々の幸福感が高くなる

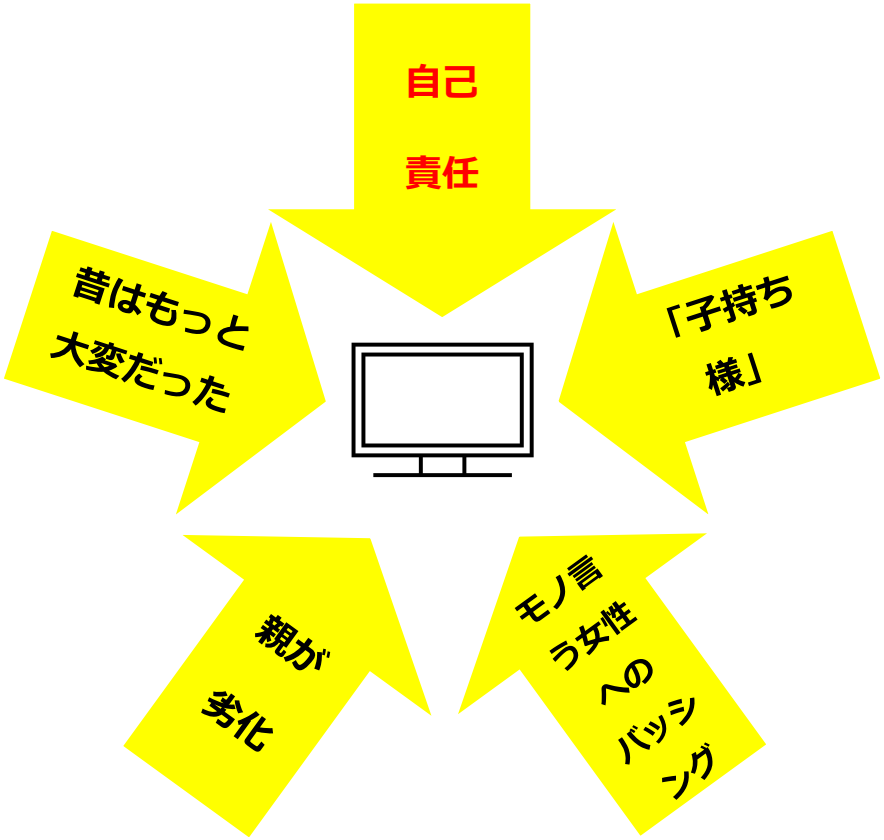
日本では「子育て」という私生活が守られていない

社会で子育てする意識が低い

子育ての「社会化」が重要

（参考／すくすく子育てHP）

企画にあたって
どんな「炎上」を懸念したのか？



頷け過ぎて首がもげたかと思った。子育てしにくいと感じている人はこんなにいる。ワンオペ育児、教育費への不安、仕事との両立の悩み等々。番組の視聴者は育児中の人がメインだと思うけど、もっと広まってほしい。　国会議員全員真剣に見て欲しい

総理にも届け

すごく勉強になった。親ペナルティーって言葉突き刺さる

実際のSNSでの反響

（Twitter※当時）

★参考★（若干変更しています）

かつての私の「しくじり例」

2歳の子どものママから・・・

仕事していて子育てワンオペ。身も心もいっぱいいっぱい。
夫はこうした状況に気づかず、自分のことしかやらない。
何かやってというと、けんかになってお互いイライラする
から私が我慢している。よい伝え方はないか？

男性は「察する力」が弱いから
女性が具体的にお願いしましょう

少しでもいいところを見つけて感謝を伝えて
夫が育つのを待ちましょう

★参考★（若干変更しています）

かつての私の「しくじり例」

2歳の子どものママから・・・

仕事していて子育てワンオペ。身も心もいっぱいいっぱい。
夫はこうした状況に気づかず、自分のことしかやらない。
何かやってというと、けんかになってお互いイライラする
から私が我慢している。よい伝え方はないか？

男性は「察する力」が弱いから
女性が具体的にお願いしましょう

少しでもいいところを見つけて感謝を伝えて
夫が育つのを待ちましょう

炎上

- 自分で察しろ
- 大変なのはこっちなのに
  どうして夫に気を遣わないと
  いけないの？
- なんで子どもも育てて
  夫まで育てないといけないんだ？

アカン点

▼男性はこう、女性はこう、という決めつけ

▼アンコンシャス・バイアス（※後ほど）

▼誰かの我慢や犠牲のもとに成り立つ関係性

▼上から目線（指導的）

▼困っている人への共感のなさ（何に苦しんでいるのか？）

▼今がんばっていっぱいいっぱいな人に、さらに「がんばれ」とは？

「生きづらさ」のある子育て

2023年10月放送（すくすく子育てHPより）

専門家：
蔭山正子（大阪大学 教授／公衆衛生看護学／保健師）

https://www.nhk.or.jp/sukusuku/articles/article 9357/

【なぜ企画を考えたのか？】

▼これまで番組に寄せられてきた深刻な声

「うつ病で子育てがしんどい」「夫婦ともに精神疾患がある」

「親子で発達障害があり生きづらい」

「パートナーが発達障害で意思の疎通が難しく苦しい」

▼コロナ禍でその深刻さが増した

２９％の親に中等度以上のうつ症状がみられるという調査

（成育医療研究センター2021年）

でも
懸念点が山積

でも
懸念点が山積

精神疾患や発達障害など

「外見からはわかりにくい困難」は

本人が言葉でうまく表現できない部分も

多く誤解・偏見を招きやすい

➡「TV向き」じゃない

でも
懸念点が山積

鈴木大介さん（ルポライター）

「映像メディアと貧困の相性は最悪」
（外からわかりにくい精神疾患／障害なども）

「どう見せるかではなく、
当事者の置かれた苦しさや状況を、
どう正しく伝えるかを最優先にしてほしい」

精神疾患や発達障害など

「外見からはわかりにくい困難」は

本人が言葉でうまく表現できない部分も

多く誤解・偏見を招きやすい

➡「TV向き」じゃない

でも
懸念点が山積

精神疾患や発達障害など

「外見からはわかりにくい困難」は

本人が言葉でうまく表現できない部分も

多く誤解・偏見を招きやすい

➡「TV向き」じゃない

鈴木大介さん（ルポライター）

「映像メディアと貧困の相性は最悪」
（外からわかりにくい精神疾患／障害なども）

「どう見せるかではなく、
当事者の置かれた苦しさや状況を、
どう正しく伝えるかを最優先にしてほしい」

この番組だから
できることもあるかもしれない

【大きな懸念点】

▼優生保護法的な視点

「障害者は子どもを持つべきではない」

からの当事者へのバッシング

▼ヤングケアラーの存在

➡だからこそ第三者が関わり

親・子をサポートすることが必須

とても難しい
完璧なバランスはない
ケースバイケースで考えていく
しかない

専門家・支援団体

●「親の苦しみ」に寄り添うことと
「子ども権利」の尊重することのバランスを
どう考えながら番組を制作するのか？
●自分の中にどんな偏見があるか？
●個別性の高いことを、一般化できるのか？

特権（高い下駄、自動ドア）
マジョリティー側の属性を持っていることで
労なくして得ることができる優位性

アイデンティティー	マジョリティー	マイノリティー NHK
人 種	日本人	外国人、在日韓国・朝鮮人 アイヌ など
出生時に わりあてられた性	男 性	女性、他
性的指向	ヘテロセクシュアル	レズビアン、ゲイ バイセクシュアル、アセクシュアル など
性自認	シスジェンダー (身体と性自認が一致)	トランスジェンダー エックスジェンダー など
学 歴	高学歴	低学歴
社会的階級	高所得	低所得
身体・精神	健 康	病気、障害をかかえる
居住地域	大都市圏在住	地方在住

上智大学　出口 真紀子教授

（参考）
アンコンシャス・バイアス

NHKハートネットTV
あなたは優位な立場かもしれない気づきにくい“特権”とは
https://www.nhk.or.jp/heart-net/article/674/

ずっと生きづらさを感じてきた

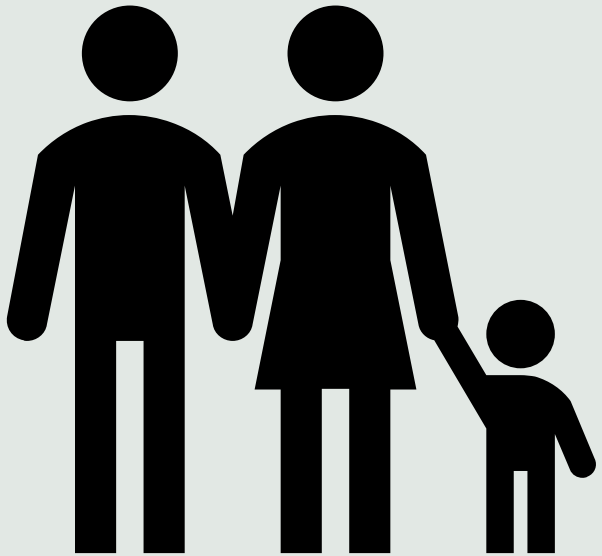
幼いころから、ずっと生きづらさを感じてきた。周囲からは「困りごとなんてどこにあるの？」と見えているようだが、実際は違う。子どものころから、みんなが普通にできることができなかった。

まわりから「ダメな子」と決めつけられ、冷たい視線を感じ続けてきたが、自分なりに頑張ってきた。就職後、次第に心身が追い詰められ、重いうつ病とパニック障害を併発。後に発達障害（ADHD）の二次障害であることと判明。

7年に及ぶ闘病と治療を経て、うつ病は寛解。
その後、子どもが誕生。今はうつ病が再発しないように、自分の特性とつきあいながら、心身に負担をかけない工夫を重ねている。とはいえ、想定外のことも多いのが子育て。

できないこともあるのに、「母親はこうあるべき」という圧も強く、子どもが成長して社会との接点が増えていくことを考えると、不安も感じる。

夫にもメンタルヘルス不調があり、夫婦共倒れになったらと考えると不安。



１歳の子どものママ

参考：2023年10月放送（すくすく子育てHP）

「メンタルヘルス不調

陰山正子さん（大阪大学 教授／公衆衛生看護学／保健師）

メンタルヘルス不調は

「脳の働き」が

うまくいっていない状態

誰でも

ちょっとしたきっかけで

なりえる

まだ精神障害・発達障害

への偏見が強い

理解が広がることが大事

（参考／すくすく子育てHP）

見過ごされた発達障害

広瀬宏之さん（横須賀市療育相談センター／小児精神科医）

発達障害とは脳機能の発達の偏りによる

発達のアンバランス（凸凹）と

周囲の環境が合わなくなったミスマッチの状態

凸凹を治そう、矯正しようという

行き過ぎた関わり方や指導環境によって

元々なかった症状（二次障害）が出ることもある

今の親の世代が子どものころは、発達障害への理解がなく

「努力が足りない」「親が悪い」と言われ

「普通の状態という型」にはめるような育て方があった

「多様性の尊重」という言葉もなく苦しんでいる人が多い

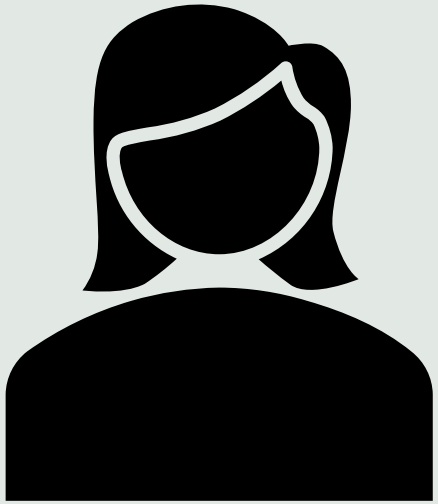
（参考／すくすく子育てHP）

メンタルヘルス不調のある親の子どもが心配・・・

親類のママに精神疾患があり、体調が悪いことが多く、家事や自分の服薬管理も難しい状況。

産後からその状態が続いていて、パパの協力もえられず、子どもの世話は祖父母に頼っている。

子どもはやさしい子に育っているが
祖父母も高齢なので、子どものサポートをどうしたらいいのか悩んでいる。



親類に精神疾患のあるママがいる

（参考／すくすく子育てHP）

家族まるごと支援

陰山正子さん（大阪大学 教授／公衆衛生看護学／保健師）

子どものペースに合わせて

長いスパンで対応する

メンタルヘルス不調がある親を持つ子どもは

傷つきや困難を抱えることも多く、親とは別にサポートが必要な場合も

一方、人の傷の痛みを感じたり、やさしさを持った人になる子もいる

自分自身が支援者になって人のためになりたいと

強く生きている子どももいる

「家族まるごとの支援」が重要だが

制度が整って伊rわけでもなく

支援者個人にゆだねられているのが現実

これからの課題

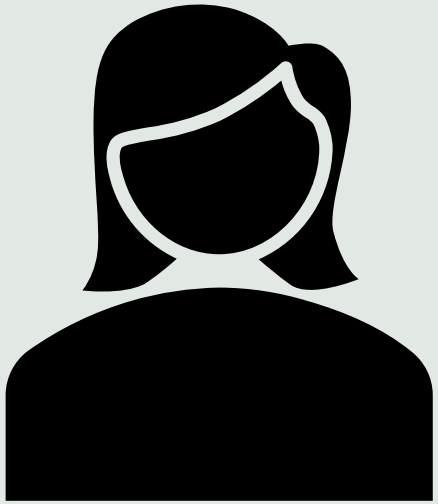
（参考／すくすく子育てHP）

「あなたはひとりじゃない」
つながれる場所をつくるピアサポート

私たちを「虐待ハイリスク親」として扱うのではなく、親として頑張ろうとしているけれど、「やらない」のではなくて「できない」こともあるということをわかってほしい

ピアの場は、誰にも言えず抱えている悩みや不安を、みんなで共有・共感しあうことで、ほっと安心できるようなところで、オンラインと対面の両方で、当事者同士が自由に語り合える場を設けている

いちばん伝えたいのは「あなたはひとりじゃないよ、仲間がいるよ」ということ



団体の代表
（ADHD、双極性障害がある）

（参考／すくすく子育てHP）

人としての権利

陰山正子さん（大阪大学 教授／公衆衛生看護学／保健師）

メンタルヘルス不調があっても、子どもを産んで育てることは

人として当然の権利だと思う。

メンタルヘルス不調は誰でもなりうるもの

当たり前のように、それを支援して、

子どもも支援されて育っていけるような社会になるよう理解を深めたい

（参考／すくすく子育てHP）

実際のSNSなどでの反響

これぜんぶ私のことだ

私が若い20代にはテレビ番組で精神疾患などを持つお母さんをテーマにした番組が流れることが想像できなかった

まだまだ、偏見が多い精神疾患ですがもう少しフランクに話せて理解し合える社会になることを願います

「コンプライアンス」に縛られ
炎上におびえるテレビの制作現場…

「コンプライアンス」に縛られ
炎上におびえるテレビの制作現場から

▼「炎上」は、時代の空気を理解せず

今を生きる人の気持ちを逆なでするから起こることなので

制作者として恥ずかしいこと

▼でも「物議を醸す」ことは恐れていけない・・・闘う、ことも必要

▼改めてディレクターの役割とは

声を拾う、聴く、整理して伝える（イタコ？）

目の前の人の思いにとことん寄り添う、同時に「社会全体を見る」