

50代で一足遅れてフェミニズムを知った私がひとりで安心して暮らしていくために考えた身近な政治のこと

「良き妻、良き母、良き働き手であれ」、そして「輝け」と強いられながら給料も年金受給額も低くなっていく。そんな日本で高齢単身女性になることの不安に直面する著者の和田静香さん。議員数が男女半々の神奈川県大磯町に1年通い、どうやって「パリテ」を実現したのかを探っていく。

行き当たりばったりの取材をする和田さんの隣でそのつぶやきを聞くがごとく、共感したり、自分の思い出がよみがえったり。目で文字を追いつつも、頭の中はついつい「あの時の私」でいっぱい(笑)。

過去を悔やみ、自分の中に安倍晋三を見て、自分をスリッパでスパーンッとたたきたくする和田さん。独身か既婚か。子がいるか否か。働いているか否か。男性優位社会で女性たちはお互いに線引きをし合い、分断させられてきたのでは?と気づく。だが、大磯で出会った女性たちは皆、自分たちの場を持ち、町を自分たちでつくり上げている。背中を押された和田さんは、自身に「臆すること無く前へ進め」と語りかける。

彼女が「次にやりたいこと」として挙げる「政治の本が並ぶような本屋」「おしゃべりできる場所」は、私が広島で営むカフェ「ハチドリ舎」のコンセプトと重なる。事前に本を読んでいれば、一度お店に寄ってくれた和田さんとたくさんおしゃべりできたのに…今度会えたら、「この本を読んで私は、広島の女性議員たちに『女性議員を増やすイベントをしませんか?』とメールしたんですよ!」と伝えよう。

Social Book Cafe ハチドリ舎 店主 **安彦 恵里香**さん



- 和田 静香 著
- 左右社
- 2023年初版
- 1,800円(税別)

パリテ

「同等、同量」を意味するフランス語であり、社会のあらゆる意思決定の場に男女が平等にかかわることを表す言葉として使われている。フランスでは2000年に通称「パリテ法」が制定され、選挙の際「比例候補者の名簿の記載順を男女交互にする」「男女50%ずつ候補者を擁立する」と義務付けた。導入後、フランスの国会では女性議員が約4倍に増え、男女平等の政治参画が促された。日本の国会は女性議員が30%に届いたことさえない。

私の「結婚」について勝手に語らないでください。

人はしばしば「疎外」への恐怖から逃れるために結婚へと急かされる。なぜ「幸福」になるための唯一の方法が結婚とされるのか。なぜ誰かと支え合って生きるための方法が結婚だけなのか。韓国でエッセイストや放送作家として活躍する著者が、そんな社会に疑問を突き付けるべく、「非婚主義者」としての日常を綴ったエッセイが本書である。

著者が願うのは、結婚しようがしまいが、個人の選んだ生き方を他人に好き勝手に語られることがないような、「違い」を尊重し合える社会の実現だ。誰もが自分自身の選択にしたがって精いっぱい生きることができ、お互いをそのまま受け止め尊重することができる社会。「私」を勝手に語られないためには、「沈黙」せずに「語る」しかない——。「非婚主義者」の訴えを通して、必ずしも「結婚」という枠組みに収まることのない/収まる必要のない、本来ありうるはずの人の多彩で豊かなつながりの可能性が浮かび上がってくる。

本書の主題は非婚だが、テーマは多岐にわたっている。著者は社会の隅々に存在する男性優位の構造や、肌の色をめぐるルッキズムの問題など、あらゆる固定観念にも切り込んでいく。押し寄せてくる社会からの圧力に押しつぶされないために、私たちができる具体的な抵抗の実践法や生き方のスキルをも教示してくれる。日々の生活に鬱屈や悩みを抱えているすべての人に向けて、背中を優しく押してくれる、エールに満ちた一冊だ。

慶應義塾大学 文学部 准教授 **阪井 裕一郎**さん



- Kwak Minji 著
- 清水 知佐子 訳
- 垂紀書房
- 2024年初版
- 1,600円(税別)

非婚共同体

結婚制度の外側で生きる非婚の人たちによって形成される共同体のこと。日常の不安を共に乗り越えるために助け合う仲間や支え合うつながりのあり方は本来さまざまでありうるだろう。しかし、結婚のみがそれを可能にするという思い込みが私たちの社会には根強く存在し、人々を縛っている。非婚であることが孤立に直結することがないように、支え合うための多様なつながりの選択肢を社会が用意していかなければならないだろう。

昨夜の記憶がありません

—アルコール依存症だった、わたしの再起の物語

かつて飲酒する女性は少なかった。1954年に行われた酒類に関する世論調査で女性の飲酒率は13%に過ぎなかった。しかし女性の飲酒は次第に一般的になり、2013年の全国調査では63.3%と女性の飲酒率は増加した。これは女性の社会進出が進み外で飲酒する機会が増えたこと、メーカーにより女性をターゲットにしたマーケティングが行われたこと、「女性は飲酒すべきではない」という古い概念が薄れたこと等が影響していると推察される。女性は飲酒の自由を勝ち取った。

本書は2015年に刊行されたサラ・ヘボラのエッセイの訳書である。そこに登場するサラの母親も過去の日本の女性と同じく、酔っぱらった姿を家族に見せたりしなかった。一方サラ自身は男性に混じって彼らと対等に飲むことを是とし、あらゆる場面で積極的に酒を飲んだ。否、実際には飲んだつもりが飲まれていたのだ。彼女はブラックアウトを繰り返し、酒との危険な関係に身をさらし続けた。具体的な「しくじり」については本書を参照されたいが、取り返しのつかないことになる前に断酒に踏み切れたことは全くの幸運だったと感じる。

女性は飲酒の自由を勝ち取ったが、それは酒害との戦いの幕開けである。本書は断酒後サラが自分を取り戻していく過程にスポットライトが当たっているが、それでも断酒前の生々しいエピソードは私たちに酒の怖さを伝えてくれる。依存症であってもなくても酒を飲む人すべてに必読の一冊だ。

医療法人秀山会 白峰クリニック 精神科医 **岩原 千絵**さん



- サラ・ヘボラ 著
- 本間 綾香 訳
- 晶文社
- 2023年初版
- 1,800円(税別)

ブラックアウト

飲酒により部分的、または完全に記憶を飛ばすこと。眠ったり気絶したりするのは違い、周囲には普段と変わらないように見える。メカニズムとしては、血中アルコール濃度の急上昇により脳の海馬が機能しなくなることによる。体質や薬の飲み合わせなど個人差があるが、女性は一般的に男性より体が小さく体内の水分量が少ないため血中アルコール濃度が上がりやすく、ブラックアウトを起こしやすいとされる。

私の生理のしまい方

NPO法人ちえぶら 代表理事 **永田 京子**さん

「最近、イライラが止まらない…」
「謎の不調…私はこれから、どうなるの?」
閉経前後の体に次々と起こる不調は、多くの女性が経験するもの。しかし、その実体験や対処法について詳しく語られることは意外と少ない。

『私の生理のしまい方』は、更年期を迎える多くの女性が直面する、心と体のバランスの乱れに焦点を当てた一冊だ。更年期に当たる時期は、ちょうど親の介護や子どもの巣立ち、仕事で責任ある立場に昇進するなど、環境が変化しやすい時期でもある。このような人生の大きな転換期に、自分の心と体にどのように向き合い、折り合いをつけて生きていくか。9人の女性の更年期に関するリアルな体験談が、著者の原あいみさんのマンガを通じて親しみやすく描かれている。

本書に出てくるエピソードに、「まるで私のこと!」と思わず共感したり、「私だけじゃなかった」と、不安や孤独感が和らぎ安心感を覚える方も多はず。また、不調に寄り添う関口由紀ドクターのコラムや医学的な視点からのアドバイスも充実している。時に更年期には、心と体が自分の思い通りにいかなくなることもある。だからこそ、積極的に自分を大切にしてほしいと願う。



- 原 あいみ 著
- 関口 由紀 監修
- KADOKAWA
- 2023年初版
- 1,400円(税別)

自分自身や仕事、家族との関わり方を見つめ直すこと、新たな趣味や関心事を見つけ出すこと、また更年期について正しく知ること。これらすべてが、更年期を豊かで意味のある時期へと変えていくための一歩になる。本書には、そのためのヒントが詰まっている。

更年期は決してネガティブな時期ではない。「楽しい楽しい人生の後半戦」に向けて自分を更新する時である。「新しい自分」を見つけるチャンスにしていこう!