

## 海外メンタルヘルスの現場からⅡ

### (34) 駐妻

シンガポール日本人会クリニック

医師 日暮 真由美

春の異動の時期がおおむね終わり、この春に日本からシンガポールに赴任になったばかりの駐在員やその家族が心療内科の新患さんとして受診されるケースがぽつぽつと出始めています。この時期の新患で多いのは日本で治療中のところをたまたま転勤となった人たちで、日本での治療の継続として来院されるものです。主治医の紹介状やお薬手帳を持参されているので、経過の把握はそれほど難しくはありません。そして、駐在員本人が患者さんであるケースでは、自分が海外駐在に納得して赴任してきた方たちが多いので、初診時でも調子は比較的落ち着いている方が多いです。

一方、奥様など帯同家族の場合は、日本在住時の治療で調子は落ち着いているがそのまま継続治療を、というケースもありますが、日本を出国する時点でもかなり具合が悪く、悪いままシンガポールに転居しているという人も結構います。長年調子が悪いけれども夫の海外赴任で仕方なくシンガポールに来るしかなかったという人、体調を考えると本当は海外転居は嫌だけれどあえて海外生活という大きな環境変化による体調の改善を期待して来たという人、海外転居が決まったこと自体による不安や緊張の病気を日本で発症し、来星したことでさらに症状の悪化がある人等々、さまざまです。

駐在員の奥様というのは、海外という場所において文字通り、駐在員の妻という役割を担わされている大変な立場にあります。日本国内であれば、誰々さんの奥さんとか誰々ちゃんのお母さんというだけでなく、その女性個人の世界を妻や母の立場とは無関係な友人や仕事関係、趣味などの中でも作ることができます。しかし、帯同家族として海外に在住していると、妻や母という役割だけが他を圧倒する大きさをどうしても膨らんでしまうのです。ここ十数年で日本国内では共働き世帯が増加していますので、駐在妻も日本に住んでいたときは常勤やパート職を含めて仕事をずっとしていたという人が増えています。それが夫の海外転勤に伴って仕事をやめて海外在住中は専業主婦になるという劇的な生活変化となり、そこから心身不調になってしまうというケースが増えてきている気がします。

日本からいらっしやっただばかりの駐在員の奥様が初診されるたびに、その方のこれからのシンガポール生活が少しでも平穏なものになるよう祈る気持ちになります。おそらく、駐在員の奥様方に関して見てきたこと、思うことを記すに

はここではページが足りません。すばらしい成書などもあるので（「海外赴任のために必要なこと 駐在員家族のメンタルヘルス」 下野淳子著）、海外駐在員とそのご家族の方、海外駐在員にかかわるお仕事をされる会社の部署の方はぜひお読みになってみてください。