海外駐在妻のキャリア アンケート調査レポート

株式会社eight
作成者:鬼木利恵
2019年5月報告

愛知県三河地域で女性活躍や働き方改革に関する各種研修、コンサルティング事業を展開する当社は、この地域ならではの産業構造からくる女性の働き方に関する調査を実施している。夫の海外駐在で中断せざるを得ない妻のキャリアの実態を明らかにするためアンケートとインタビューを実施。144名のアンケートの回答と、7名の駐在前、中、後それぞれの方にインタビューの協力を得ることができた。

[1]調査概要

実施方法｜主にインターネット、SNSで依頼しアンケートフォームに回答
回答者　｜144名
調査期間｜2019年2月20日〜3月31日
実施者　｜株式会社eight　愛知県豊田市西町2丁目33番地1　TEL 0565-41-8871

愛知県を中心として全国、そして海外在住の駐在妻（予定も含む）にアンケートを依頼。SNSを通じての回答依頼であるため、回答者にインターネット利用者という偏りはあるが、昨今のインターネット利用率を考慮しても十 分な回答結果を得られたと考える。以下、結果について要約し、データを抜粋して掲載。また、個別にインタビューも実施しており、終わりにはアンケート結果及び生の声から提案もさせてもらっている。今回の調査結果が少しでも企業側の女性活躍推進の参考になり、女性個人へは様々な状況変化が起きた場合の1事例として、自身のキャリアを考えるきっかけになれば幸いである。

[2]妻(回答者)について

2-1：妻の駐在前の住まい、年齢及び末子の年齢

中部地域が約6割、次に関東、近畿地方の妻が回答。初駐在時は20代後半から30代後半がボリュームゾーンであり、末子も妊娠中、子供のいない人や乳幼児が多く、現在は乳幼児から小学生を持つ人が多い(図1,2,3) 。

図1：妻の駐在前の住まい

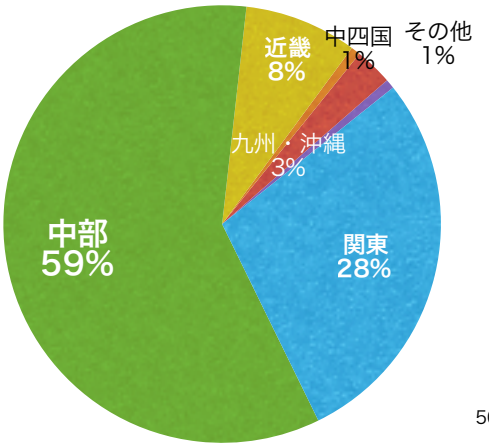


図2：妻の年齢（現在、初駐在時）

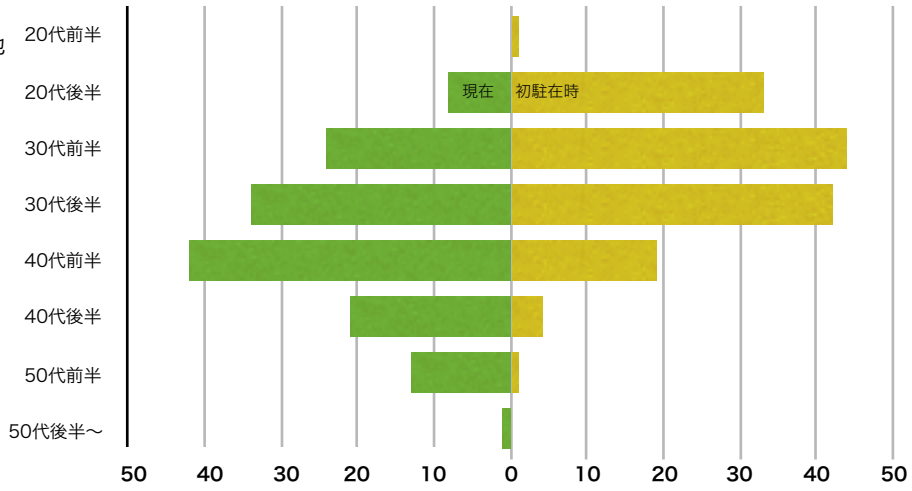
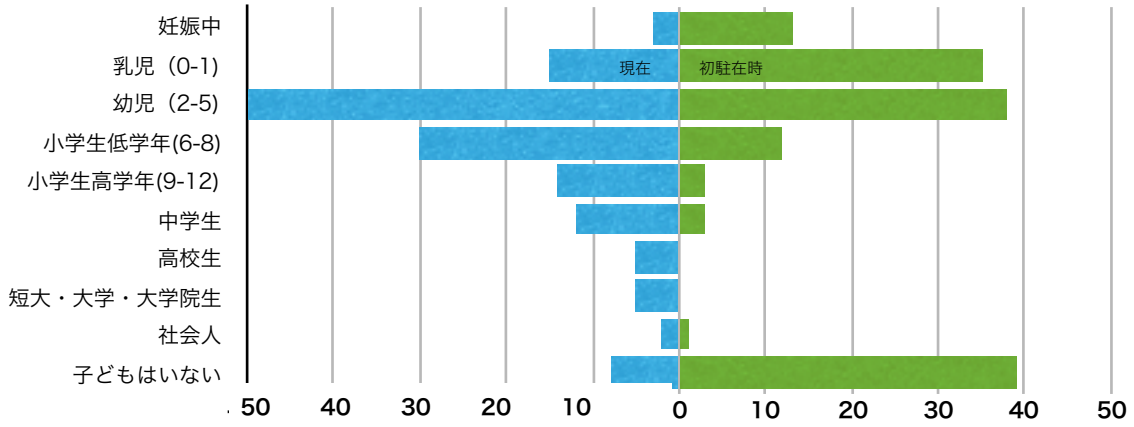


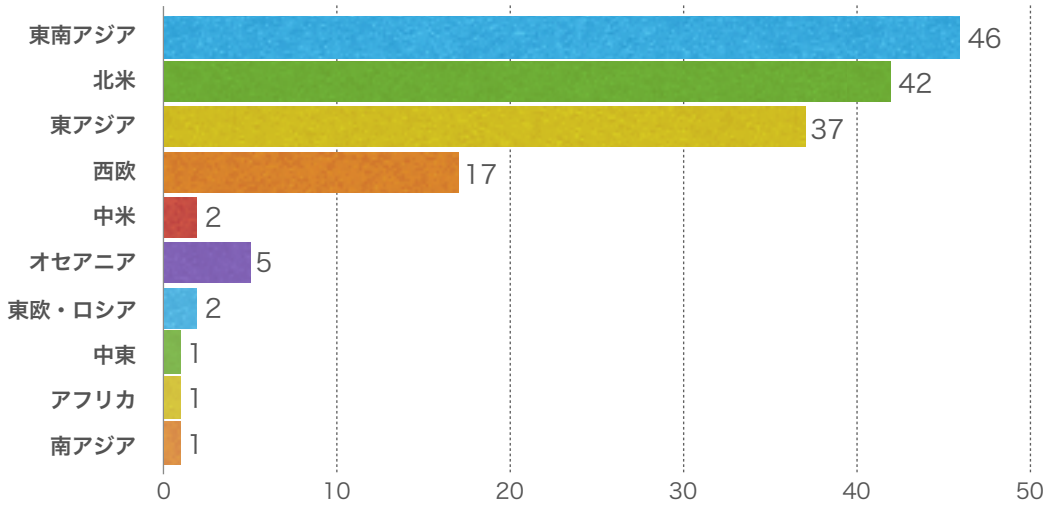
図3：妻の末子の年齢



2-2：妻の初駐在地域

初駐在地域は「東南アジア」が30%と最も多く、次いで「北米」27%、「東アジア」24%、「西欧」11%と様々な国への駐在経験を持つ（図4)。

図4：妻の初駐在地域



2-3：妻の駐在前の仕事状況

初駐在前に何らかの仕事を持っていた人は6割以上で（図5)、働いていた人の企業規模は約半数が300人以上の大企業に属していた(図6)。業種は製造業が最も多く、次いでサービス業関連が多い(図7)。職種は事務職系と接客サー

図5：妻の初駐在前の仕事状況

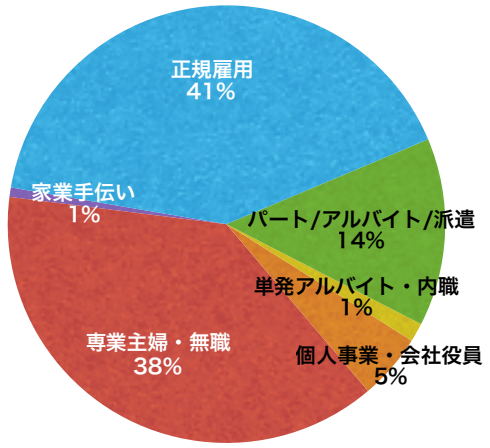
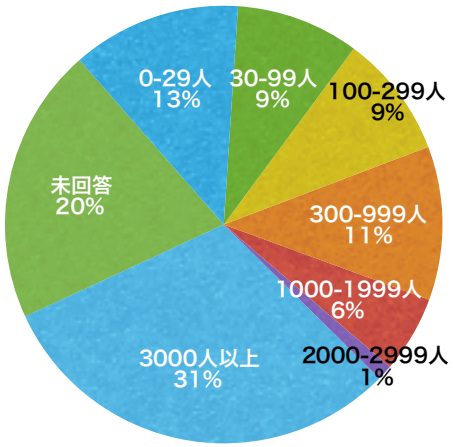


図6：初駐在前仕事をしていた人の企業規模



ビス系職種が多い（図8)。

図7：妻の初駐在前の仕事状況（業種）

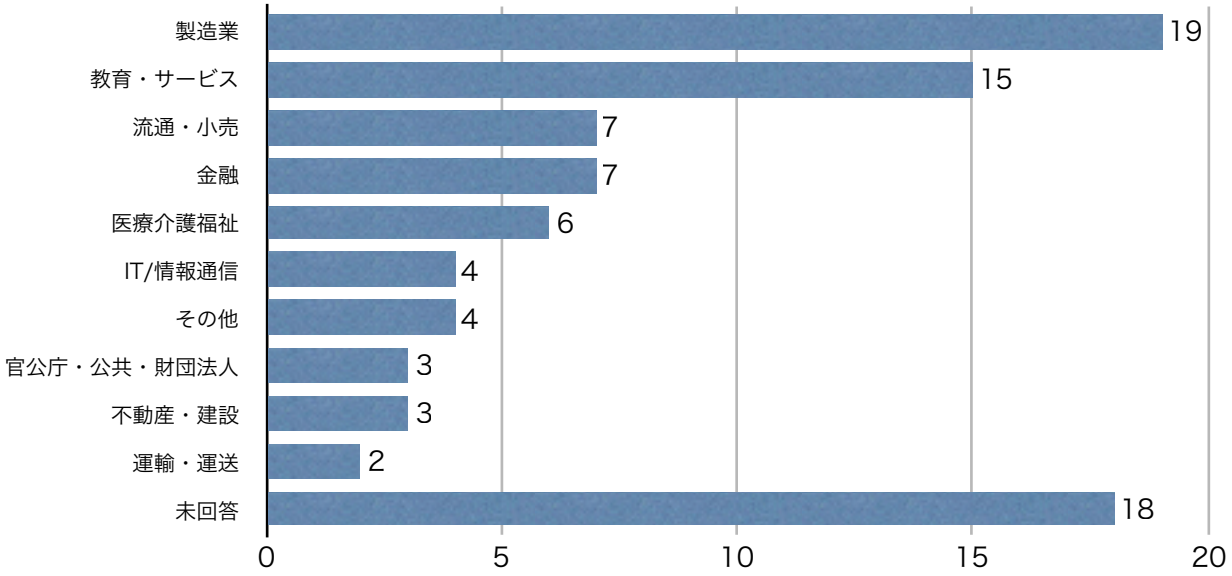
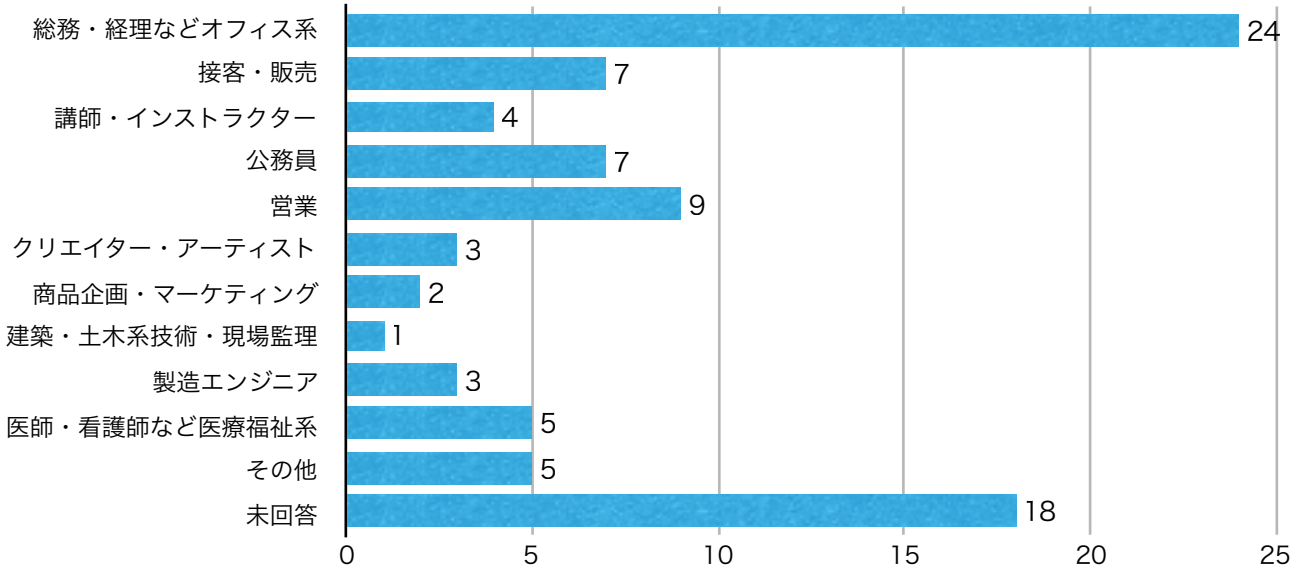


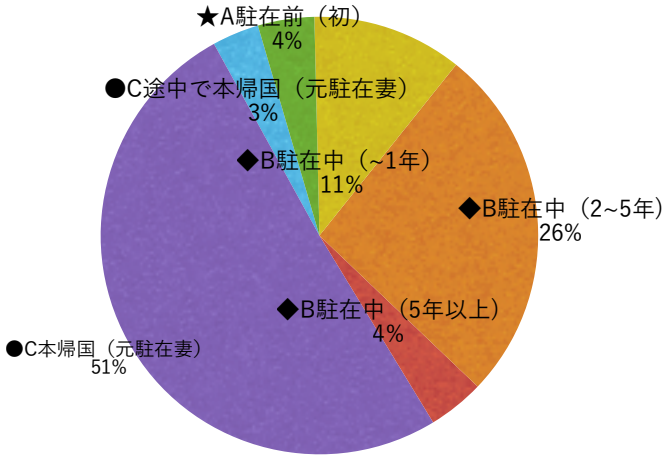
図8：妻の初駐在前の仕事状況（職種）



2-4：妻の現在の状況

現在の駐在状況は、駐在前が4%、駐在中が41%、途中帰国含めて本帰国者がが55%という割合となった（図9)

図9：回答者の現在の状況



[3]夫について

3-1：夫の年齢および国籍について

夫の年齢層は妻よりも少し世代が上になって、初駐在時は20代後半から30代後半が多く、現在は30代後半から40代後半がボリュームゾーン（図10）。夫の国籍は99%が日本国籍となっていて（図11）、日本人夫婦が海外駐在するケースとしての調査となった。

図10：夫の年齢（現在、初駐在時）

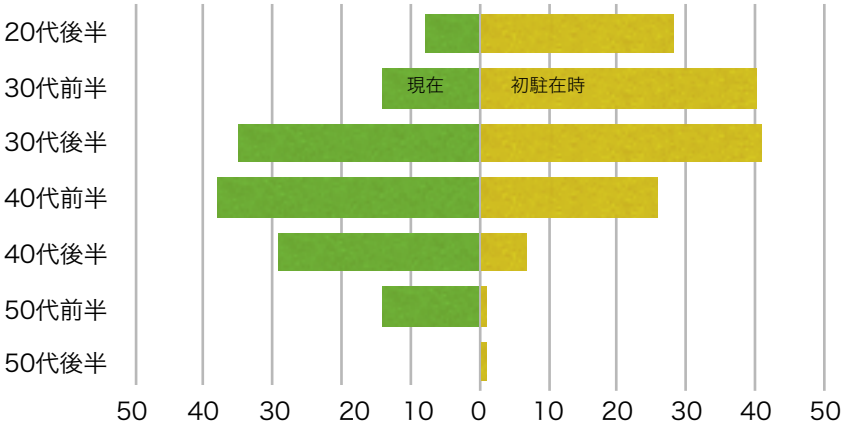
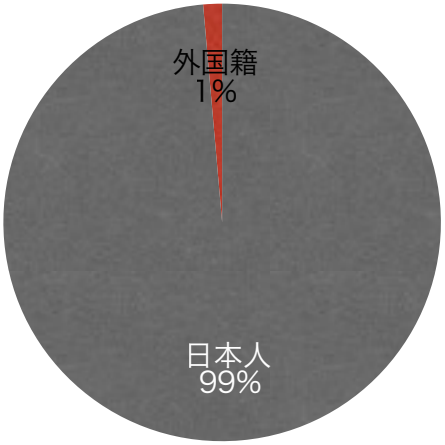


図11：夫の国籍



3-2：夫の仕事について

業種は、「自動車」「自動車部品」関係の業種で47%を占めており、電機、その他メーカーを含めて製造業が64%で（図12）、さらに3000人以上の超大手企業が74%と、調査地域ならではの属性が出ている（図13)。職種は製造エンジニア、オフィス系、営業が多く、初駐在時と現在でほとんど職種分布は変わっていない（図14)。

図12：夫の業種

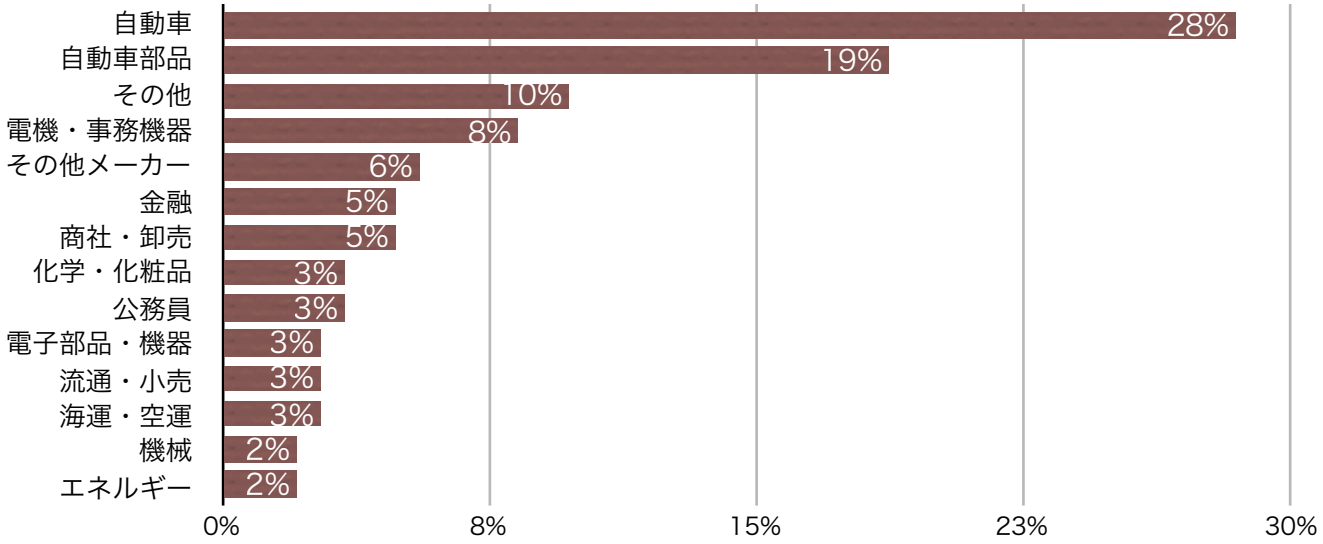


図13：夫の会社規模

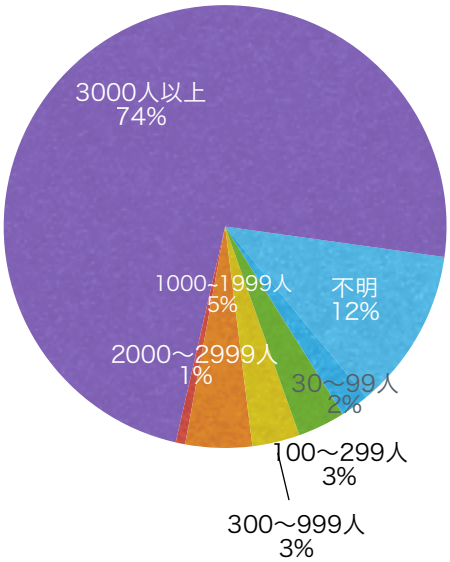
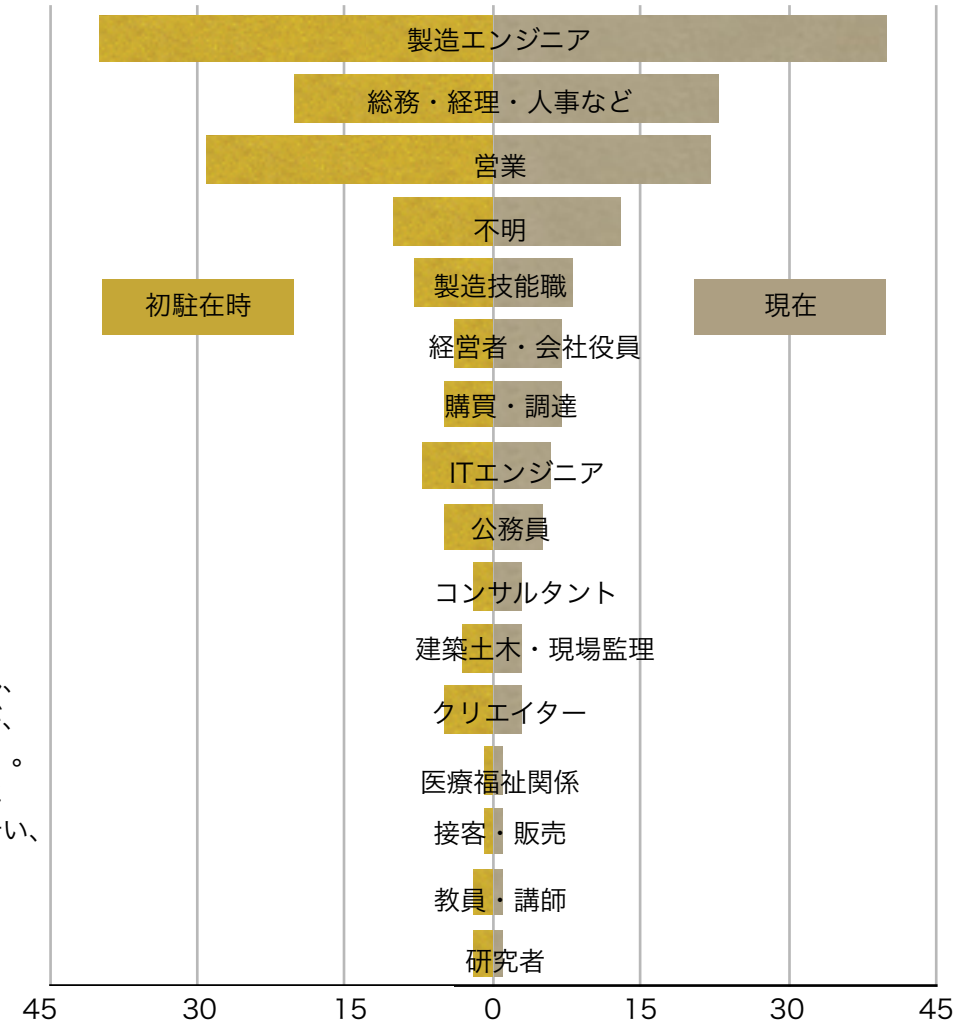
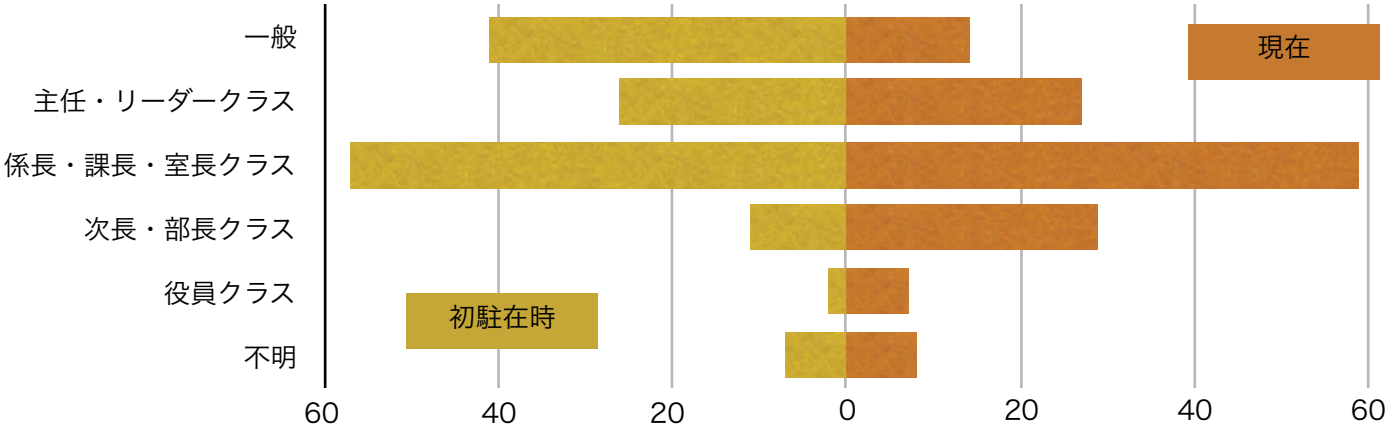


図14：夫の職種（現在・初駐在時）



その一方で、役職分布には変化が見られ、一般社員は初駐在時多く存在していたが、現在は役職者が多くなっている（図15）。これは、本帰国者が多いこともデータに影響している。駐在経験で昇進昇格が叶い、帰国後のポジションが上がるケースは少なくない。

図15：夫の役職（現在・初駐在時）



[4]駐在前(回答数6)

4-1：初駐在前の状況について

初駐在前の回答者は4%(6名)のみ(図9)。年代は妻は全て20代後半～30代前半となっている（図16）。また末子の年齢も子どもがいないか幼児がほとんどである（図17)。回答数が少ないため、その他の情報は表1,表2にまとめさせていただいた。

図16：初駐在前の回答者の年齢

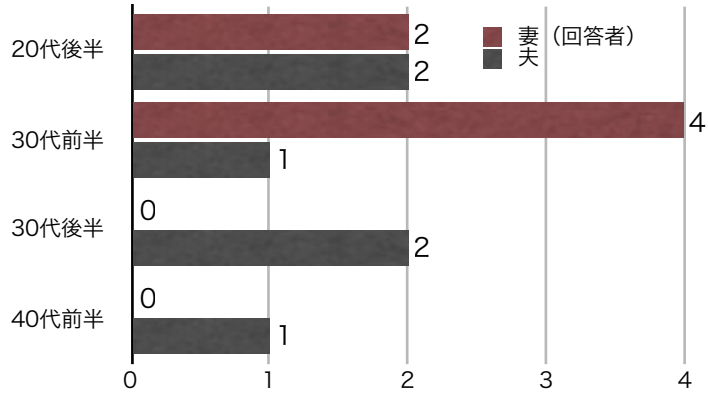


図17：初駐在前の回答者の末子の年齢

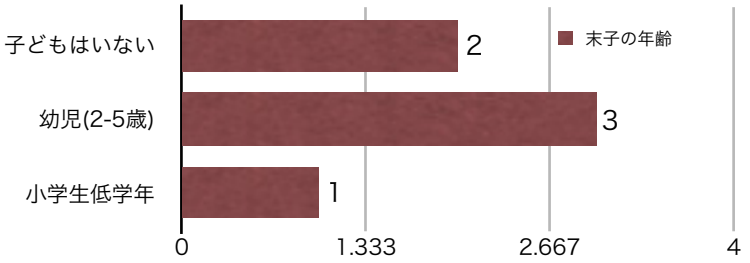


図9：回答者の現在の状況

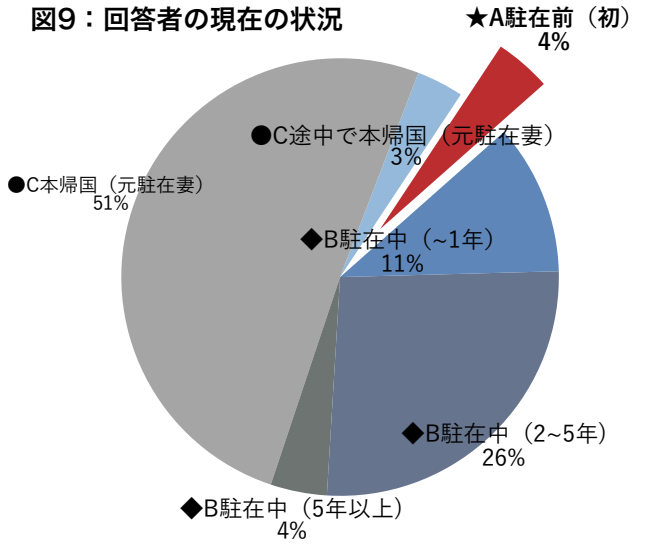


表1：初駐在時の夫の状況について

駐在国	北米	西欧	東アジア
	2	2	2
会社規模	3000人以上	30-99人	
	5	1	
勤務先業種	自動車	自動車部品	電機・事務機器
	3	2	1
職種	製造エンジニア	総務経理など事務系	購買・調達
	2	3	1

表2：初駐在時の回答者(妻)の状況について

仕事状況	正規社員	非正規社員	専業主婦または無職
	2	1	3
会社規模	3000人以上	100-299人	~29人
	1	1	1
業種	教育サービス	金融	流通小売
	1	1	1
職種	保育士	営業	経理人事など事務系
	1	1	1

4-2：初駐在前の回答者（妻）の心境について

初駐在前の妻側の不安や期待することを聞き、細かい項目(図18-1)をカテゴライズして集計。住環境や言葉の壁に関する生活面の不安が最も多く31%、子どものメンタルや養育環境についての不安が22%となった（図18-2)。期待することとして、6名全てが新しい人間関係や異文化に触れることを前向きに捉えている（図19)。

図18-1：初駐在前の不安について（複数回答可）

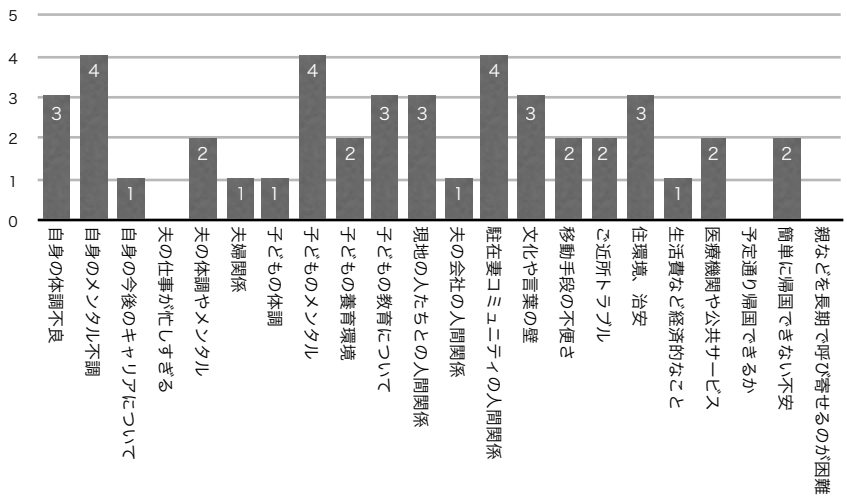


図18-2：初駐在前の不安について（複数回答可）

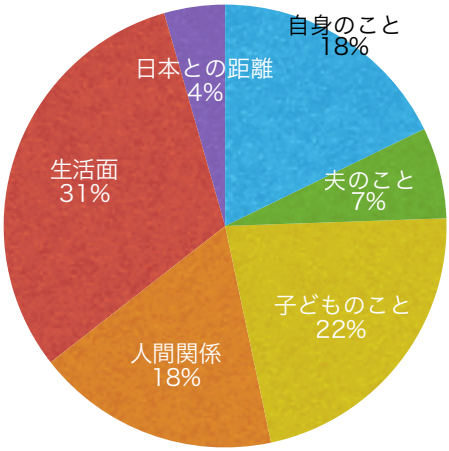


図19：駐在にあたって期待すること（複数回答可）

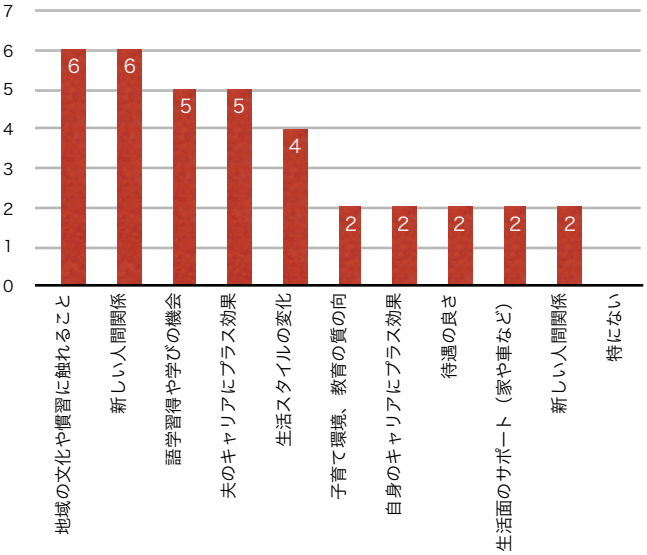


表3：夫の会社からどのようなサポートがあると嬉しいか（フリーコメント）

会社で充分に制度が揃ってるとおもいます。
生活面で困っていることなど、夫を通さずに妻と会社が直接連絡を取れると小さなストレスなどが溜まらずに過ごせるのではないかな～と思います。同じ会社の駐在妻がネットワークで繋がれると色々お話が出来たり、引き継ぎなどが楽になると思う。
帰国してからの就職のサポート
駐在前の準備で必要なことをリスト化していただけるとありがたい。（諸手続、必要物資等）
帯同に伴い退職する場合帰任した際の再就職のサポート制度が欲しい
語学研修費の補助

4-3：初駐在前インタビュー

①H.Tさん

プロフィール

［年齢］33歳　［出身］大阪府　［現住所］愛知県
［学歴］４大卒
［職歴］大学卒業後システムエンジニア、結婚して退職後は在宅ワークと子育てを両立
［駐在国］ベルギー　＊駐在１ヶ月前に日本でインタビュー
［夫の年齢］33歳
［夫の職業］自動車メーカーにて生産管理
［子の年齢］7歳、4歳の姉妹

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

夫の海外駐在については、結婚してしばらくは希望していたが、家を建ててからは希望は出していませんでした。
決まった時は率直に「いいな」と思いました。（ベルギーは）危ない国ではないし。
でも、いよいよ直前になって寂しくなってきました。

―――駐在にあたって不安なことはありますか？

駐在が決まったのが、自分のペースでできる在宅ワークの仕事（代行業務）をしている時だったので、「ああ、また仕事できなくなるのかな」という思いはありました。
最長5年と言われているので、もし5年いたら38歳になってしまうんですよね。それから日本に帰ってきて、果たして仕事あるんだろうかと。基本的に駐在先で妻は仕事ができないんですよね…ブランクが空いてしまうのではないかという不安があります。

なので、今何ができるか知りたいです。準備しておきたいけれど何をしたら良いかわからなくて焦る気持ちも出てきています。

それから、やっぱり子どもが慣れるかどうかや友達ができるかは不安ですね。日本人学校、日本人幼稚園に行く予定ですが、日常生活に関しては言葉で困りそう。
アジア人に対する人種差別的なものがあるとも聞いていますので、子ども達には、めげずにいてほしいと思っています。

―――ご自身の生活に対する不安はありますか？

　長い海外旅行かなというくらいに思っているし、経済的な面での心配はありません。
ヨーロッパは物価が高く、学費もちょっと高い印象があるので、習い事ができるかな？というくらいです。

家事は自分たちでやることになりますし、学校の送迎は親の役割みたいで、家から車で5分くらいですが車の国際免許も取りました。こうした情報は友達の友達からもらえるので安心です。

―――駐在中の周囲(会社、地域、家族)からの嬉しいサポートや期待するサポートはどんなことですか？

夫の会社はすごくサポートが手厚く良いと思いました。人間関係やベルギーでの奥様会もとてもいい感じらしいです。
本帰国した先輩ベルギー駐在妻を囲んでのセミナーを開いてくれたのですが、食生活（手に入りやすい調味料のことや、みそ、醤油は日本の何倍も高い、など）の情報から、学校、幼稚園でどんなものが必要か、どんな雰囲気かについても、詳しく教えてくれました。
ベルギーでの駐在生活にあったらいいもののリストも教えてもらうなど、とても役立っています。

―――夫からのサポートはいかがですか？

夫も大変だと思うのであまり期待してはいないですが、子どもが体調不良の時は助けてもらいたいとは思っております。あと、慣れるまでのメンタル的なフォローも欲しいです（せめて、想像はしてほしいです）。

―――駐在前の今の時点で困っていることはありますか？

引っ越し準備が進んでいません。直前になって自分のことを考え始め、今できることはないのかと焦り出しています。

―――焦りもある中ですが、今後のご自身のキャリアについて考えていることは？

現地でしか身につかないこと（語学など）を身につけてい期待と思っています。
現地で働きたい場合、就職先の会社がVISA取得の手伝いをしてくれるということを情報として聞けてよかったです。できることからやっていこうと思います

――――お子さんや親御さんはどんな様子ですか？

6ヶ月前に駐在が決まりました。親は孫たちに会えなくて寂しいと言っていますが、旅行に行きたいと前向きに捉えてくれています。子どもたちは伝えていたので、分かってはいたのですが、最近になって現実になってきたみたいで、寂しさを感じているようです。

――――ありがとうございました！

②A.Hさん

プロフィール

［年齢］28歳　［出身］愛知県　［現住所］愛知県
［学歴］４大卒
［職歴］大学卒業後地元金融機関へ総合職入社（窓口業務と外回り営業）。帯同にあたって退職（カムバック制度申請）。
［駐在国］アメリカ　＊駐在１ヶ月前に日本でインタビュー
［夫の年齢］
［夫の職業］自動車部品メーカーにて調達
［子の年齢］なし

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

26歳で結婚して2年、結婚当初から海外赴任はあると予測はしていましたので『きたな』という感じでした。今回の駐在は最長2年のトレーニー制度ということで期間も短炒め、別々で働いてもいいかな？と思ったり、仕事を辞めるかどうか悩みました。営業もやりがいを持ってやっているので。でも英語の勉強もしたかったし、子どもが欲しいと思っていた時だったので良いタイミングと思って、帯同することを決めました。

―――駐在にあたって不安なことはありますか？

自分のキャリアのことを考えるとこの先に不安がある。アメリカでも働いてもいいかなとも思います。日本に帰ったら30歳。日本に帰ってからも仕事をしていたいです
でも、英語だけ勉強しても意味がないし、FPの資格を持っているけれどどう活用したらいいのかもわかりません。プラスになることももちろんあると思うので、せっかく行くからには自分のキャリアにプラスにしていきたいです。

―――ご自身の生活に対する不安はありますか？

夫の会社の奥様会で、1人だけ繋がっているので、色々質問はしています。現地には８家族しかいないそうで、私含めたら奥様は9人ですが、お子さんのいる家族ばかり。子どもがいないのでどうかな？という不安はあります。夫の会社の配偶者向け説明会に参加したが、心得を教えてくれたのみで細かい準備のことは何もありませんでした。

―――駐在前の今の時点で困っていることはありますか？

　手続きのことが全くわからないので困っています。会社を退職するので所得税はどうなるのか、確定申告のことなど細かい手続きを教えてくれる人がいません。ネットで調べて市役所に行ったり、実家に通知が届くよう設定したりと準備に奔走しています。銀行の住所変更も不備があって呼び出されたり、大変です。夫もよくわかっていないから不備も多くて…。海外赴任者向けのFPもいるとわかったのですが東京にいる方で、オンラインやメルマガをとったりしています。他の人たちはどうやっているんだろう？と思います。

専業主婦が多い時代は問題になっていなかったのかもしれませんが、手続きで困ったことがあったら相談できる窓口は欲しいです。自分がその窓口をやりたいほどです。

――――今後のご自身のキャリアについて考えていることはありますか？

カムバック制度に申請して通ってはいます。ただ、自分を生かせる仕事が他にもあるんじゃないか、できることがあるならやってみようと人事部の方と話しをする中で考えたりしました。どんな人でも挫折することがありますし、夫がダメになってしまったら終わりです。せっかく行くなら何か得ないともったいないと思っています。

――――ありがとうございました！

[5]駐在中（回答数60）

5-1：駐在中の状況について

年齢層は、駐在中の現在30-40代が妻と夫、ともに過半数を占めているが、初駐在時の妻は20代後半から30代が多くを占め（図20)、初駐在時は子どものいない夫婦が最も多く、駐在中の現在は幼児のいる夫婦が最も多くなっている（図21)。

図19：初駐在時と現在の年齢

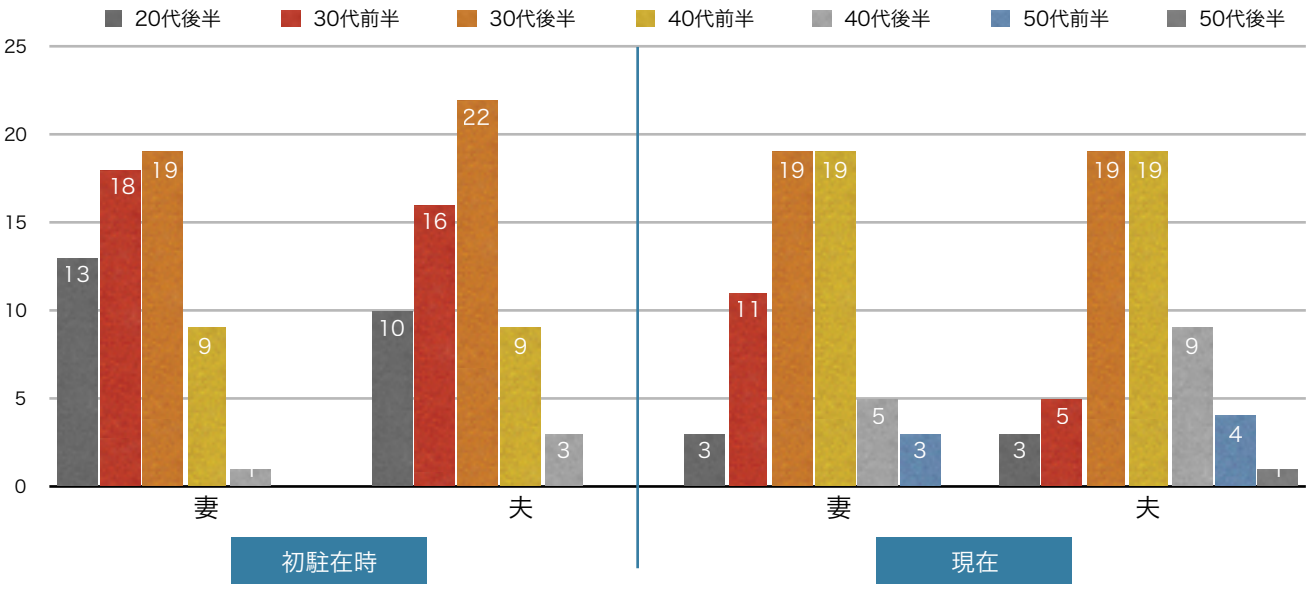
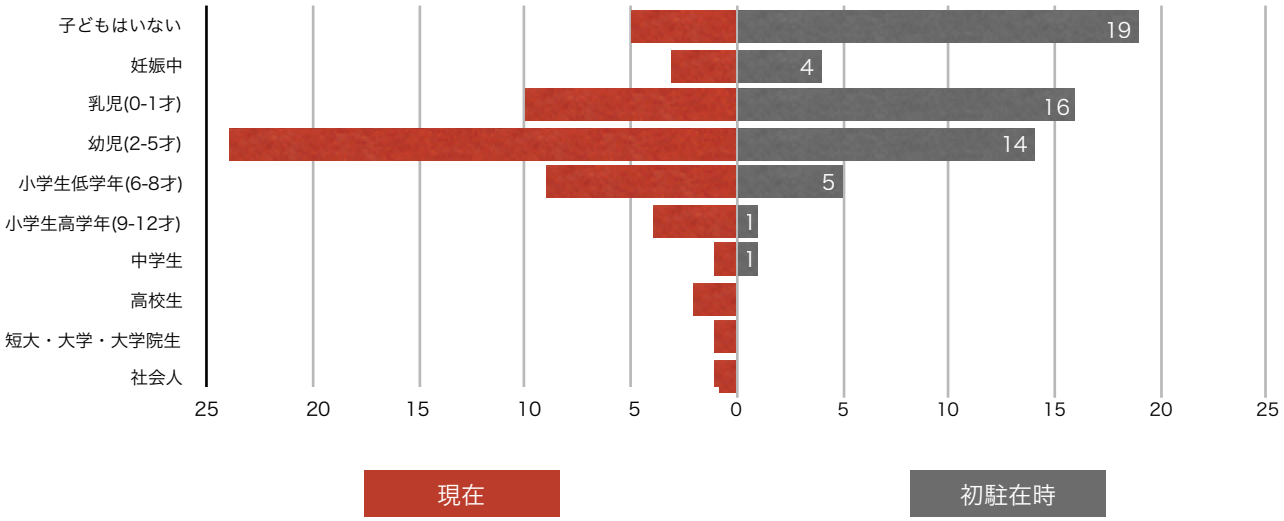


図20：初駐在時と現在の子どもの年齢



現在の駐在国として、東南アジア、東アジアが73%を占めていて（図21)、滞在予定年数は2-5年が70%と多いが、5年以上という長期駐在者や（図22）、駐在２カ国目以上が32%と一定数存在している（図23)。初駐在前の仕事状況としては、80%が仕事を持っていた（図24)。

図21：駐在国

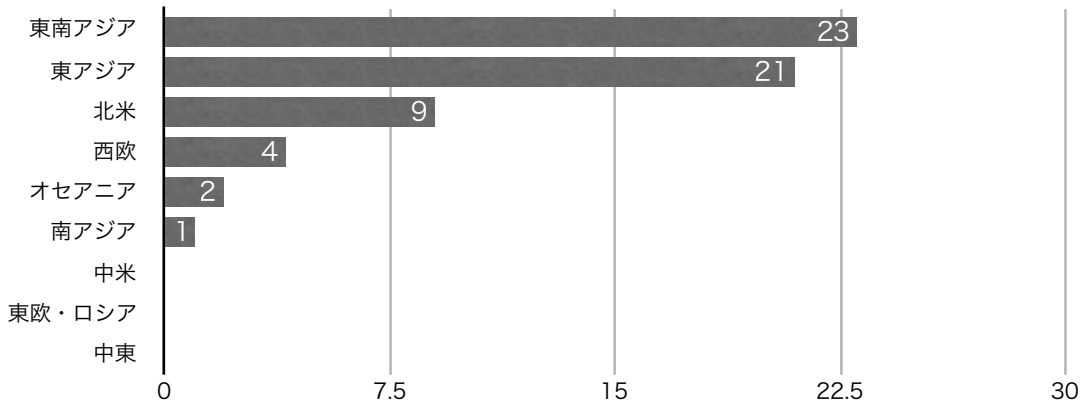


図22：駐在予定年数

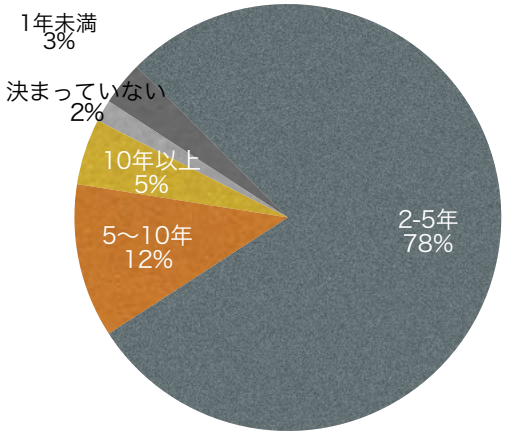


図23：現在の駐在国数

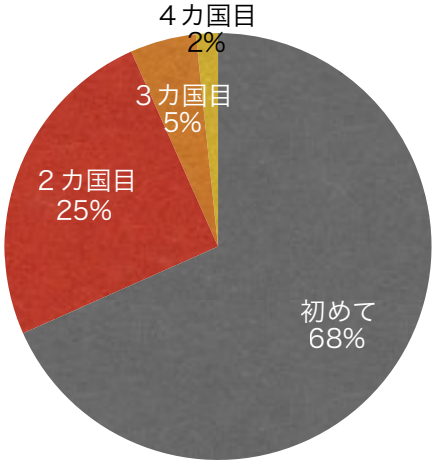
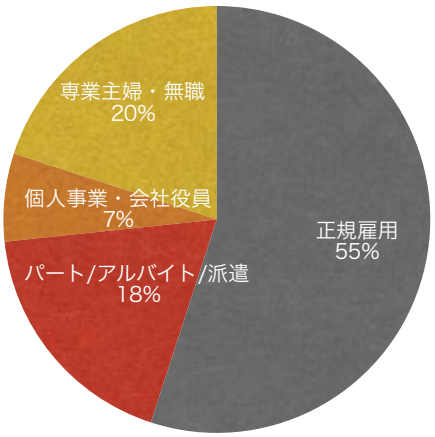


図24：初駐在前の仕事状況



5-2：自身のキャリアについて

駐在前に仕事を持っていた妻のうち、駐在にあたり仕事を辞めた人は61%と過半数以上が一度キャリアを中断している(図25)が、中断した人のう.ち、その決断に納得している人が82%と納得度は高い（図26)こともわかった。あまり納得していない人（8名）は、仕事の継続を望んでいたのに辞めざるを得なかったことが理由であった(図27）。

図25：駐在にあたって、自身の仕事をどうしたか（仕事をしていた46名が回答）

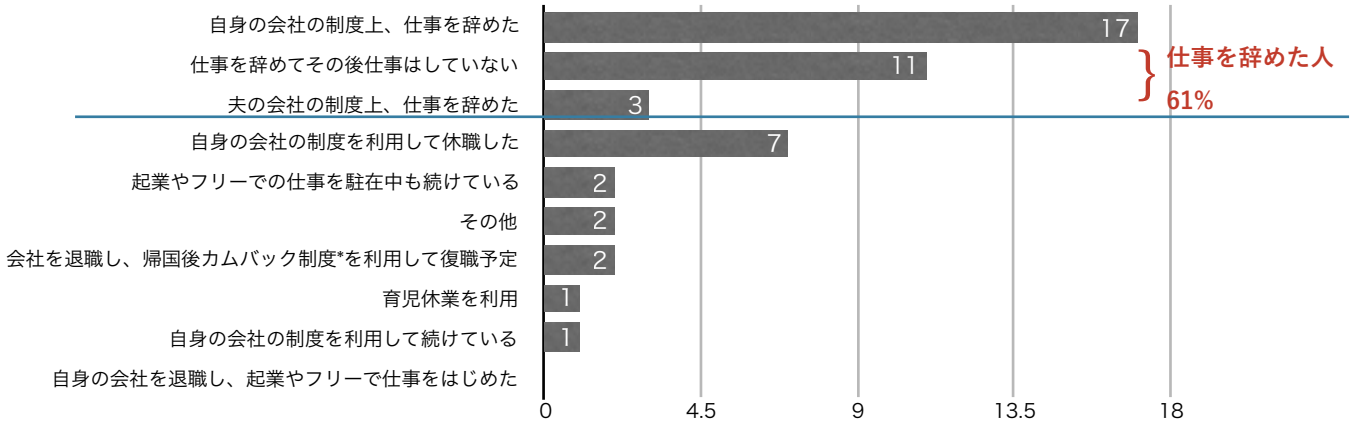


図26：図25の仕事の状況に納得していますか（仕事をしていた46名が回答）

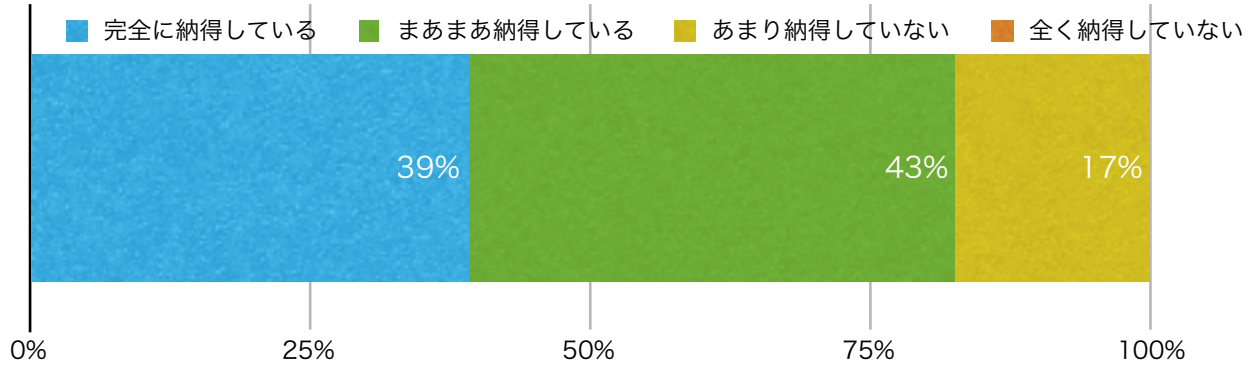
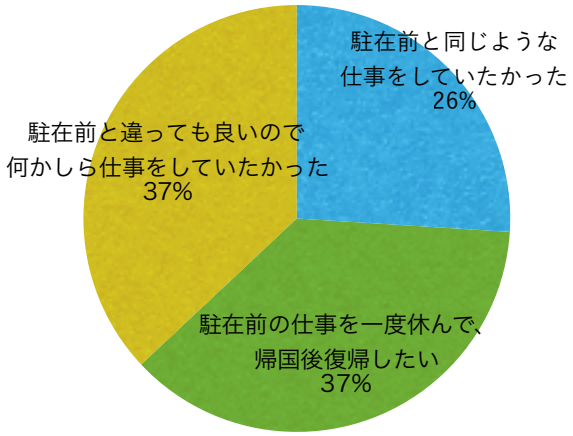


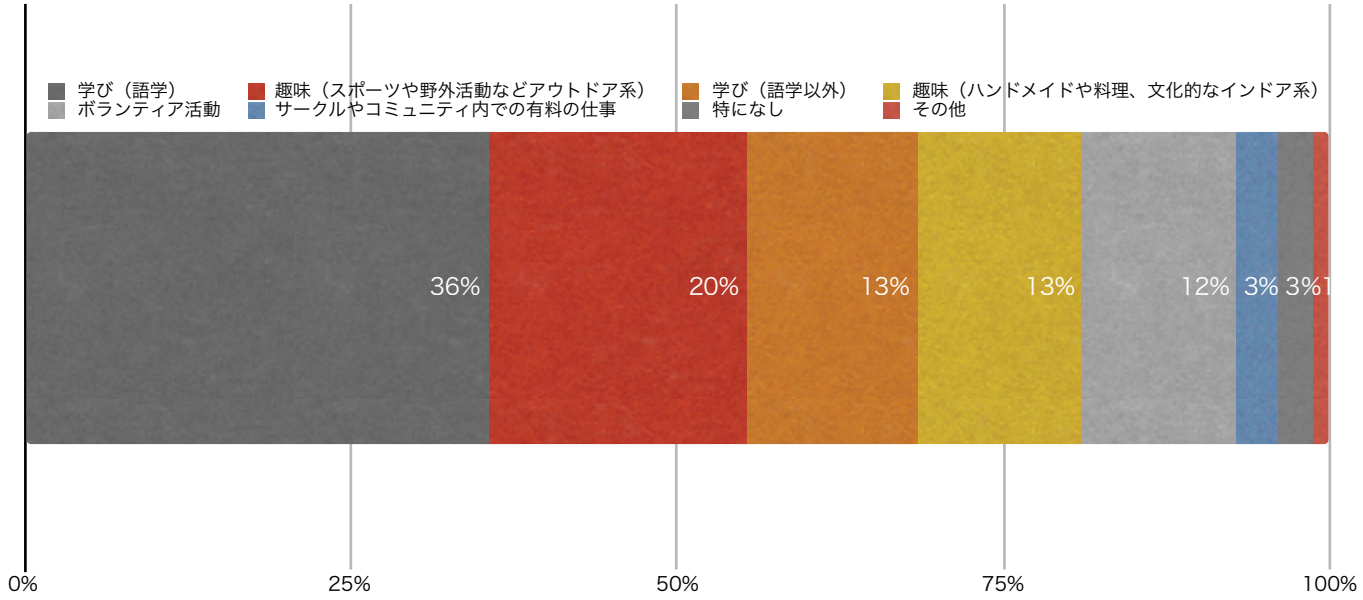
図27：図26であまり納得していないと答えた人の理由（8名回答）



5-3：駐在中の状況

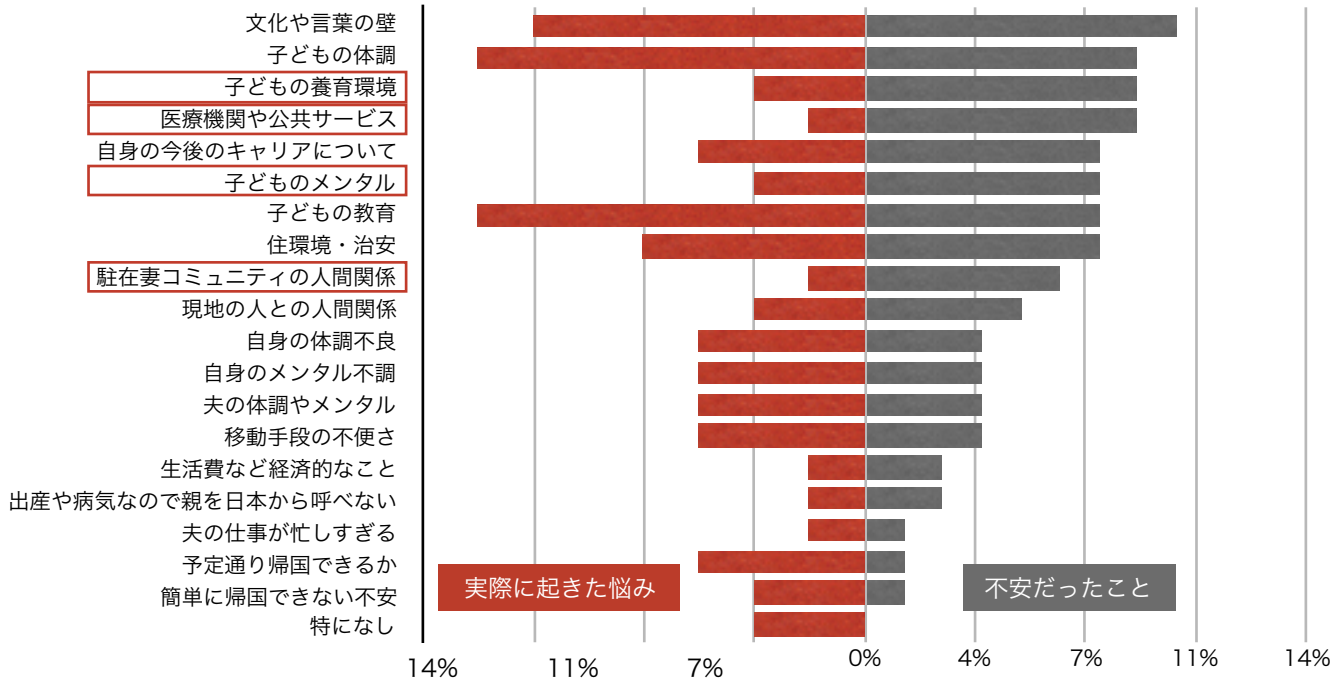
駐在中は、語学を学ぶ人が36%、語学以外の学びや趣味を楽しむ人が46%と多くの人が仕事以外に学びや活動に時間を使っていることがわかった（図28）。

図28：駐在中、仕事以外の活動について（複数回答）



駐在にあたって不安だったことと実際に起きた悩みごとについて、不安と実際のギャップがプラスに（杞憂）大きかったのが、『子どもの養育環境』『子どものメンタル』『医療機関や公共サービス』『駐在妻コミュニティの人間関係』だったが、『子どもの教育』『予定通りの帰国』は、逆のギャップとなった（図29)。

図29：駐在にあたって不安だったことと、実際に起きた悩み（複数回答）



悩みや困りごとを相談する人や場所については74%人が、『ある』と答え、ほとんどが夫や友人など身近な人が相談先になっている（図30)。また、自身のキャリアに役立つ情報やサービスがあるかについて聞くと、44%が”欲しかったがなかった”と回答（図31）。あったと答えた人からは参考に、どんなものがあったか聞いている（表4）。

図30：駐在中、悩みごとなど相談する場や人はいるか（複数回答）

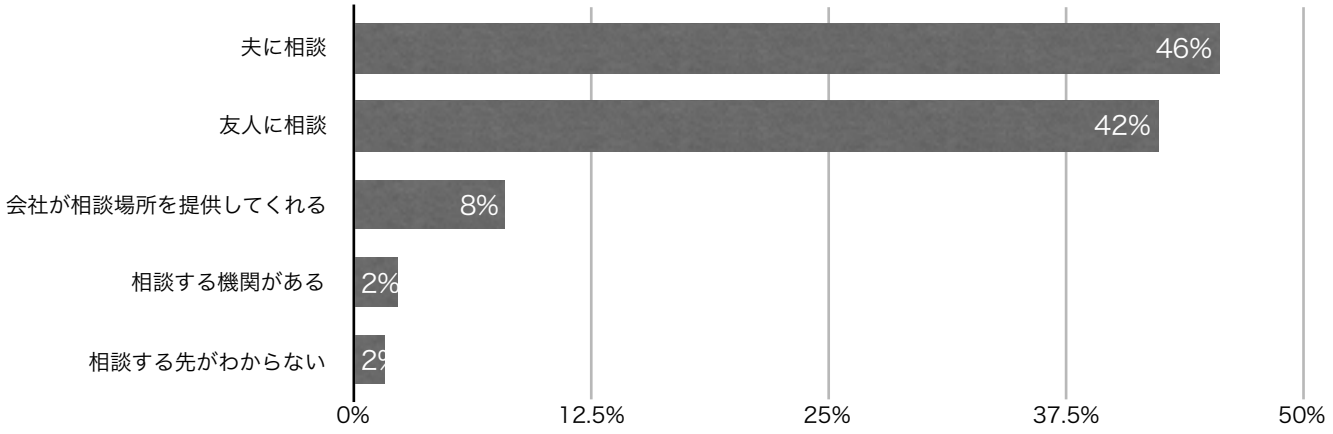


図31：ご自身のキャリアや、活動に役立った情報やサービスはあったか

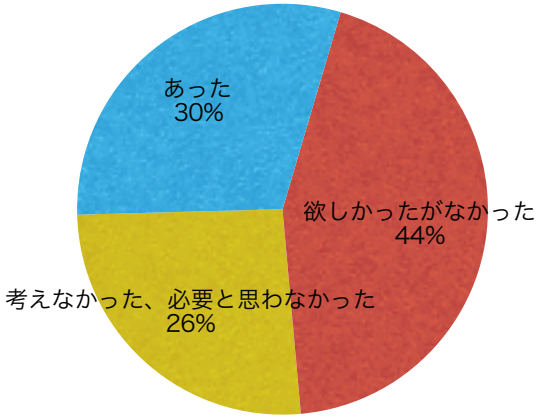


表4：具体的にどんなサービスがあるか（図31で”あった”と答えた人のフリーコメント）

桜会という奥様会&アテンド、各種コミュニティ、日本の食材のネットショッピングサービス、子供チャレンジなど教育配信サービス
Facebookや書籍(楽天マガジンなど)
ネット、日本の友人知人
日本人会のコミュニティ
夫と同じ会社だった為、定期的な会合、人事面談がある
帯同先で育児をしているお母さんたちのネットワーク（サークルやブログなど）
フリーペーパーに、実例が載っていて参考になった。
配偶者visaで働ける、語学を習得し、実践出来る場がある。
インターネットや、友人の経験
駐妻cafeというサイト。そしてそれを運営されている飯沼ミチエさんからの支援。
学校や人材派遣会社に関する情報(ネットで自分で調べた範囲しかわからないので、もっとあればいいなと思いますが)

5-4：駐在中インタビュー

①K.Mさん

プロフィール

［年齢］43歳　［出身］愛知県
［学歴］４大卒
［職歴］
98年：新卒で自動車メーカーに一般職で入社し7年
04年：同じ職場の同期の夫と結婚し　05年：アメリカ駐在を機に退職。
08年：帰国後、失業保険を受給しながら学校に通い
09年：行政の任期付き職員として復帰。13年：任期無し職員に採用される。
16年：妊娠、出産。夫の北京への駐在が決まったが先に行ってもらい出産してから、
育児休暇を利用して帯同。
［駐在国］1回目アメリカ　2回目中国
［夫の年齢］45歳
［夫の職業］自動車メーカー技術職
［子の年齢］3歳男児

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

最初のアメリカの時は、就職超氷河期時代になんとか入った会社を退職せざるを得ないためかなり迷いました。カムバック制度ができていましたが、一般職の私は対象外でしたので。納得していなかったけれど、新婚だったこともあり退職を決意。ギリギリまで働いて夫の１ヶ月遅れで行きました。今回の北京は育児休暇、配偶者帯同休暇が使えるのがわかっていたので迷いはありませんでした。妊娠出産後8ヶ月遅れで行きました。先に行っている夫がある程度生活環境を整えてくれています。

―――駐在時、苦労したことはありますか？

初めての駐在時は、最初の1ヶ月でホームシックになってしまいました。あまり日本人が住んでいなかった場所で、一人で家にいて寂しいのと暇すぎで辛かったのです。それを見た夫がやばいと思って会社の人の奥様を紹介してくれました。夫がきっかけをくれたことで、子どもがいない妻たちで楽しんだり、語学学校や同期と家族ぐるみで遊んだり、3年の駐在期間を楽しく過ごしました。

現在北京では、1月から息子が幼稚園に入り、急に自分の時間ができてしまったことで色々考えることが多くなっています。特に今後のキャリアについては、休職期間も長くなってきて、このままでいいのかなど考えてしまいますね。

―――駐在時、どんなことを経験していますか？

アメリカでは英語の語学学校に通いました。北京ではこれから大学に入って中国語を勉強します。息子が幼稚園に通い始めた為、平日の午前中、毎日通う予定です。
それから北京では”マムチャイナ”という、3.11の東日本大震災をきっかけに立ち上がったグループを手伝っています。マムチャイナとは別に、自分たちで未就園児のママサークルを立ち上げ、子連れで北京を楽しめるような講座やイベントを行なったり、情報提供をしています。立ち上げメンバーが帰国してしまったり、子どもが就園してしまって当事者ではなくなってしまったりしていますが、ゆるくできる範囲で続けていけるといいのではと思っています。

―――駐在中の周囲(会社、地域、家族)からの嬉しいサポートや期待するサポートはどんなことですか？

北京市内の「日系」幼稚園が認可取れていないので不安定で、そのためインターナショナルスクルールに通わせていますが、費用補助の範囲を超えてしまっています。もう少しサポートがあるといいのですが。
お手伝いさんを頼んでいる人が多いのですが、私はマンションのサービスについている掃除だけ、お願いしています。

―――駐在中の今の時点で困っていることはありますか？

夫の駐在期間が立場上延びる可能性があります。初駐在時は若かったこともあって、3年で帰ってこれましたが、今年の年末に(当初の予定では昨年末に)、予定では駐在が終わるはずなんですがわかりません。育休は終わり、配偶者帯同休暇という制度があるのでそれを利用しようと思っていますが、帰国の予定がハッキリしないのは、色々予定が立てられず辛いです。

―――今後のご自身のキャリアについて考えていることは？

もし辞めていたら焦りががあったと思います。帰国後復帰してバタバタしているかもしれませんが、女性部長も誕生する時代、使える制度は使って頑張りたいと思います。

―――駐在妻のキャリアについて思うことはありますか？

駐在中に出会う女性（妻）には、とっても優秀な方が多いです。商社は激務なので制度はあっても戻らないケースが多いようです。駐在前に子どもができて大手企業を辞めた人もいて、帰国後が辛いかもよと伝えるも、その時はわからず、帰ってから言っている意味がわかりましたと嘆く人もいました。

　逆に子連れで育休しながら帯同して、復帰したいからと帰国した人もいますし、現地採用で仕事を始めた人もいます。駐在前や駐在中にキャリアを考える機会があるといいなと思います。

―――**ありがとうございました**！

②E.Hさん

プロフィール

［年齢］42歳　［出身］和歌山県
［学歴］４大卒
［職歴］新卒で証券会社2年、結婚して派遣社員で2年、妊娠中に夫がタイに駐在が決まり、04年夫が先に行き、05年3月から遅れてタイへ。
［駐在国］タイ
［夫の年齢］43歳
［夫の職業］メーカーの海外事業部法人営業
［子の年齢］中学生、小学生、幼稚園　３姉妹

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

元々、夫がタイ語を勉強していて、バックパッカーで過ごしたり、大学を休学して住んでいたりということでタイに行ける会社に就職していました。大阪で4年働いてそこから駐在が決まり、期限も決まっていません。これはずっと願っていたことだったので準備もできていました。嬉しくて楽しみでした。妊娠がタイに行く時にわかり、子育て大丈夫かなという不安もありましたが、まず1人産んでからタイに行きたいと思い、出産してから遅れてタイに行きました。

―――駐在時、苦労したことはありますか？

飛行機で飛び立った時は笑顔いっぱいで、夫と家族で一緒に生活できると思って楽しみな気持ちしかありませんでした。しかしその希望とは裏腹に、着いてからは生活の不自由さ、赤ちゃんとの生活や自身の居場所のなさなどで、泣いたり落ち込むことがすごく多かったです。
大きな失敗があるわけではなく、日々、業者が来ないとか、お米を買うにも時間がかかる、牛乳が甘い、オムツを買うのに苦労するなどつまづきが多く、０歳児を抱えて自由に動けないし、それなのに夫は仕事で帰りが遅くいません。日本人ばかりのマンションで、ロビーで話をしている輪にも入れず、夫は会社というコミュニティがありますが、私は誰にも知られず、会話のできない赤ちゃんと二人。当時は、夫に愚痴を言ったり当たることが多かったです。

大企業であれば奥様会などで事前交流があると思いますが、夫の会社は最大6人くらいの日本人奥様コミュニティで、あまり合わなかったのです。駐在時の05年はSNSなどもなく情報を得るのが本当に困難でした。

———そんな大変な中、どのようにして克服されたのですか？

日本人会の子育て中の会（すくすく会）というのがあると教えてくれた人がいて入りました。娘と同じ誕生月の子を持つママ友ができ、リトミック教室を紹介してくれるなど情報を得られたことでタイの生活が充実するきっかけを得られました。
お茶会やランチ会などを通して、子育てや出産に関する情報も得て、2人目、3人目とタイで産み育てることができました。

その後も、”誰も知らない””やることがない”という最初の反動で、いろんなこと、あれもこれもやっています。イベント運営、サロン、コンサートなど日本人が集う場をつくって出会いをつなげています。新しくタイに来た人、子育てに悩んでいたりする人に提供して、喜んでくれて役に立っているという実感があります。
こうした出会いの中で、私自身が困っているときに助けてれた人が多くいました。

———タイでの2人目以降の出産、育児に不安はありませんでしたか？

出産して産後に親に来てもらうことはしませんでした。タイの出産は、お母さん主体でやり方が選べますし、ケアも贅沢、部屋も選べます。授乳に関しても自由、今のタイの生活に通じていて、便利さは日本にかないませんが自由な生活ができます。また、4歳になるまで会社負担でベビーシッターを雇ってもらえました。罪悪感もありませんし、妊娠中からお手伝いさんを雇えていたし余裕がありました。

———お子さんたちの教育環境はいかがですか？

子どものタイプを見極めながら、それぞれ日系の幼稚園、学校を選んだり、三女については積極的にコミュニケーションを取るタイプなので、タイの幼稚園に通わせたりしています。どんな環境でも、海外にいるからこそ、日本の言葉や音楽、文化的な行事（ひな祭りなど）も知って欲しいので日本の教育を受けさせたいです。

日本の保育園は時間管理が細かく、タイの幼稚園の方が自由なので働くお母さんとしてもタイの幼稚園はありがたいです。

———お仕事をされていらっしゃるんですね。

今の上司が、当時、情報発信してくれる人を探していて、その繋がりでwebサイト構築の日系企業のタイ支社で調査員として仕事をスタートすることになりました。普段からボランティアを

よくしていまして、特にタイに来て間もない方向けの団体の窓口や、説明会で話す役割を担い少しでもやくに立ちたいと活動をしていました。それで、みんなが私のことを覚えくれたというのも今の仕事に役立っています。

1年くらい協力者としてやっていて、コメントを書いたり友達から集めたり。これまでバンコク、台湾でしかやれていなかったところを開拓し、私の発信を通じて13か国まで広げることが出来ました。

就労VISA取得して妻が働くという前例はなかったのですが、夫の会社へ言ってみたら問題ありませんでした。夫の知り合いからの仕事だったので夫への説得もいりませんでした。ただ母親が働くことには家族の理解が必要なので、そのための努力や家族への感謝の言葉は欠かせません。駐妻のOビザからBビザに変える事、そしてワークパーミットの取得はいろんな面で大変でしたね。

———タイでは最近日本人の駐在妻が幼い子を残して自殺してしまったという事件がありましたが…

近くのマンションでした。気づけなかったことにショックを受けています。どんなに強い人でも、思うようにできないこと、思っていた以上にストレスが大きい時、この状況から抜け出したくなってマイナスに動いてしまうことがあります。サポートや、場の重要性を改めて感じました。タイで15年、いろんな人がいました。本当は楽しいタイの生活なのに、仕事していないから、子どもを預けてしまっているから…と自己否定してしまう人もいます。だからこそ助け合えるコミュニティや、出会いが大事だと思います。

———今後のキャリアについて考えていることはありますか？

これから夫が日本に帰るかもしれません。その時期が来たら私にとって大きな転機となりますね。今は、これまでやってきたことと、仕事で関わっている【たびらくhttps://tabiraku.net】という、日本人駐在者がお勧めするグルメサイトを広げていくことです。海外在住の日本人協力者を募集しています。ぜひよろしくお願いいたします！

———ありがとうございました！

[6]本帰国後（回答数78）

6-1：本帰国後、現在の状況について

年齢層は、本帰国後の現在30-40代が夫婦共にボリュームゾーンで、初駐在時の妻は20代後半から30代が多くを占め（図32)、初駐在時は「子どもなし」あるいは「妊娠中から幼児までの末子」が多い。現在は幼児から中学生までが最も多くなっている（図33)。

図32：初駐在時と現在の年齢

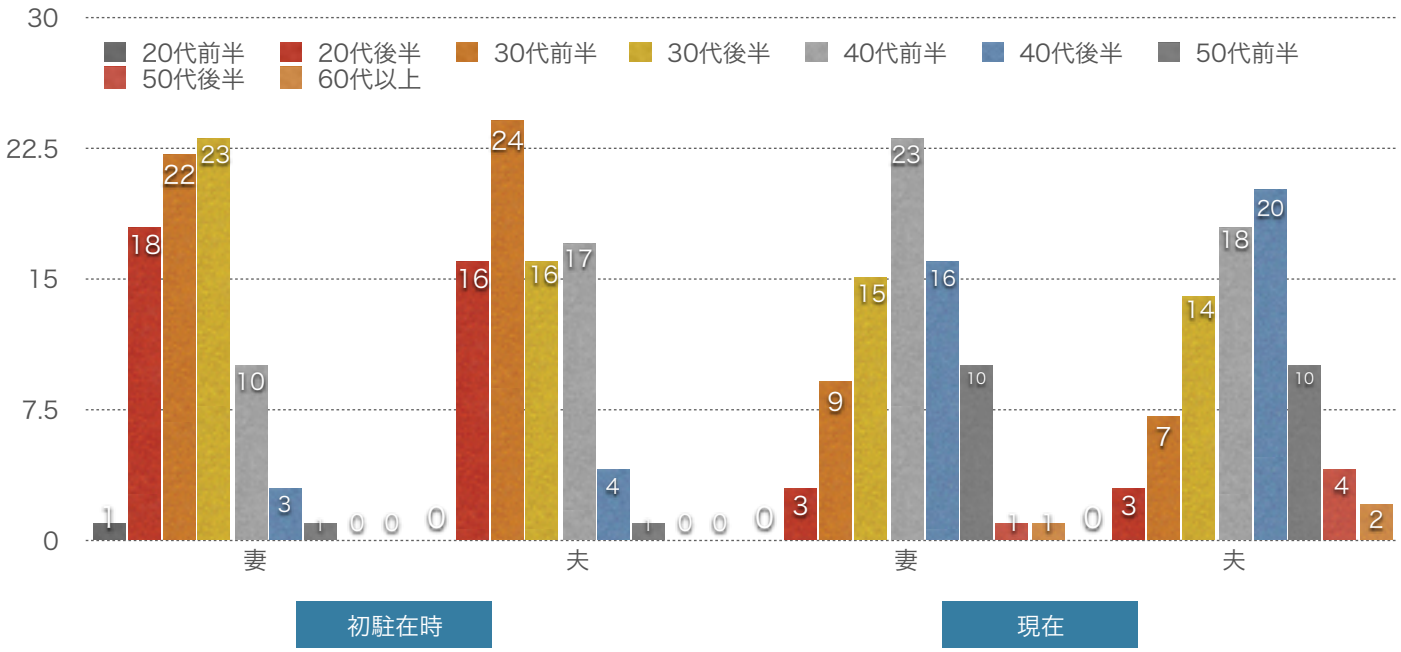
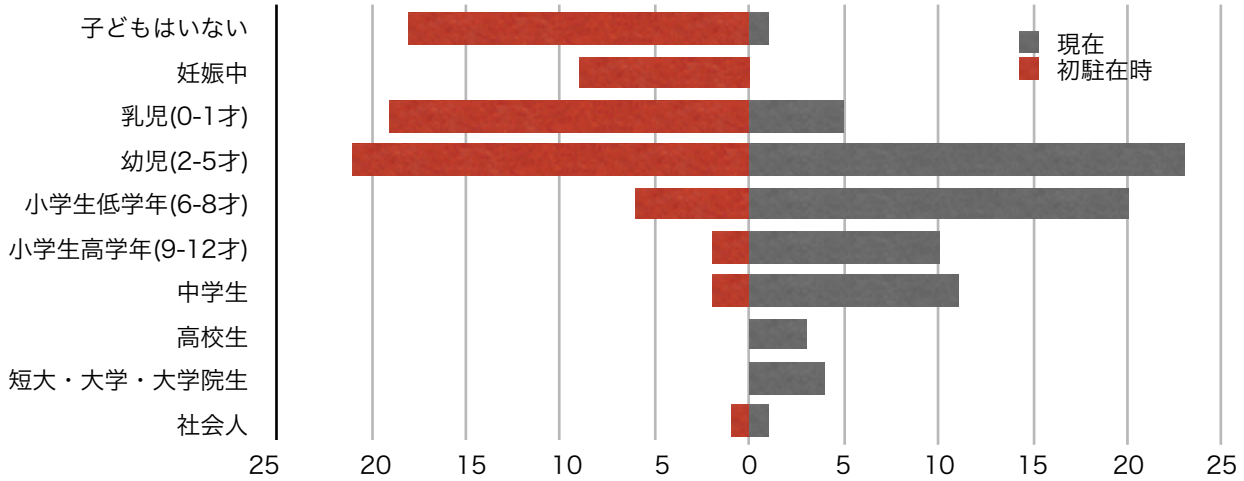
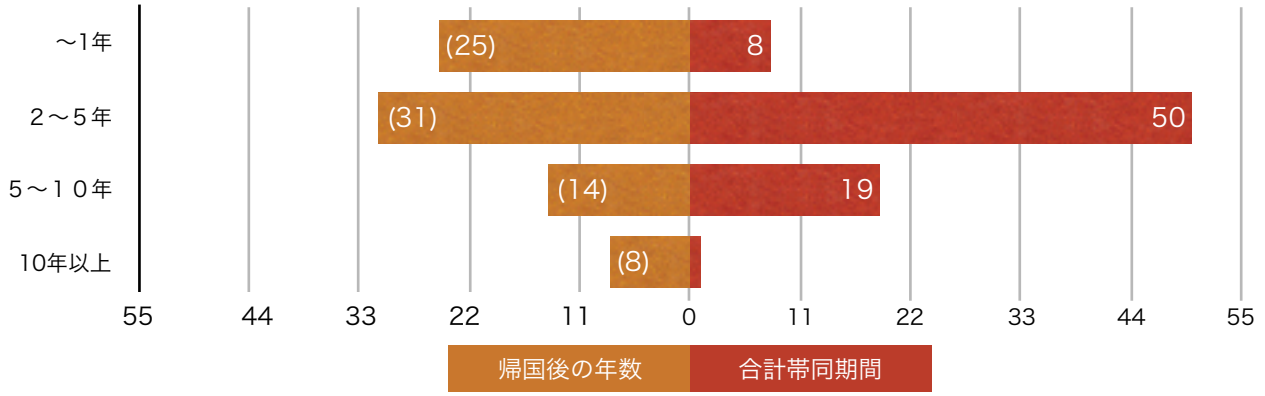


図33：初駐在時と現在の末子の年齢



帰国後の年数は5年未満とまだ帰国間もない方が回答してくれた。帯同期間としては2-5年が最も多く、5年以上帯同して帰国した人も少なくない（図34)。

図34：帰国後の年数と合計帯同期間



6-2：自身のキャリアについて

駐在前に何らかの仕事を持っていた妻は47%(図35)。帯同へすぐに決断できた人は46%と多く、少し考えて決断したも合わせると、駐在にあたり仕事を辞めた人は72%と過半数以上が一度キャリアを中断している(図37)が、本帰国後60%の人が何らかの仕事復帰や継続をしている。しかしながら37%が専業主婦のままという状況（図38)や、72%が非正規社員という事実（図39）を見ると、本人や家族の意思と都合もあるが、女性の自立という視点や長い目で見て考えると大きな課題になり得る。

図35：初駐在時の仕事状況

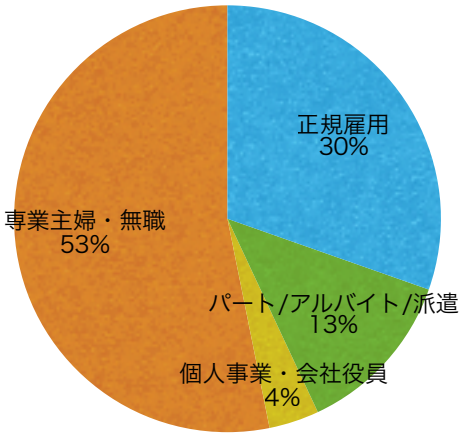


図36：海外駐在への帯同はすぐに決断できたか

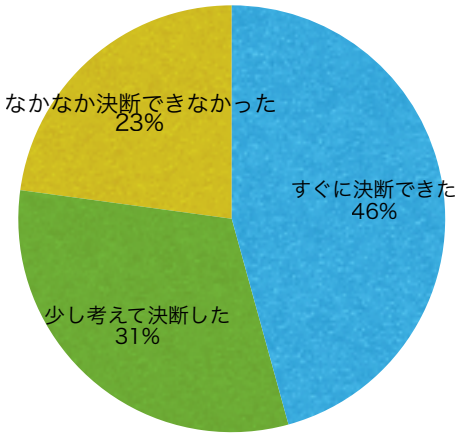


図37：初駐在時の仕事をどうしたか（36名回答）

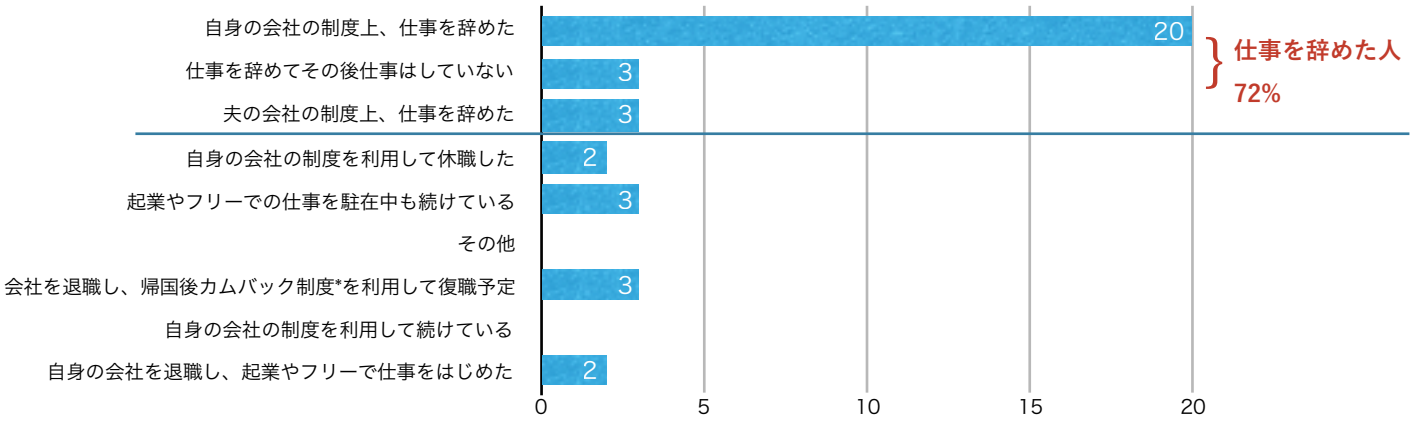


図38：本帰国後の仕事状況

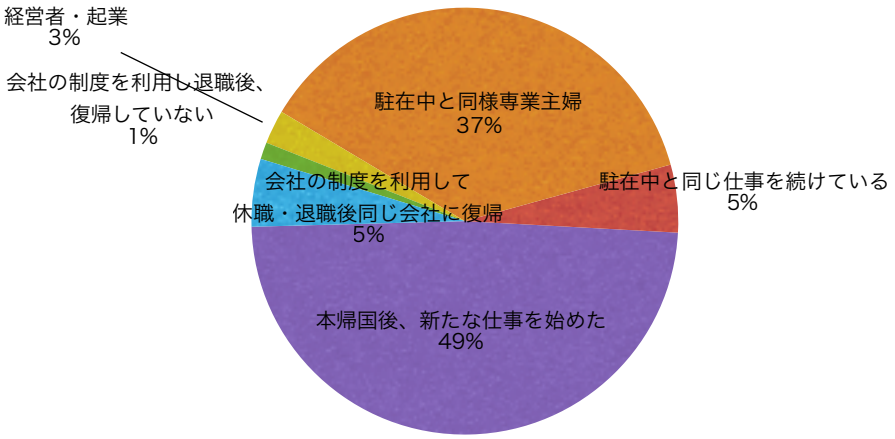
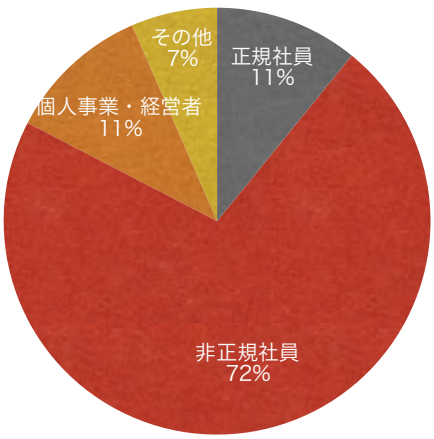
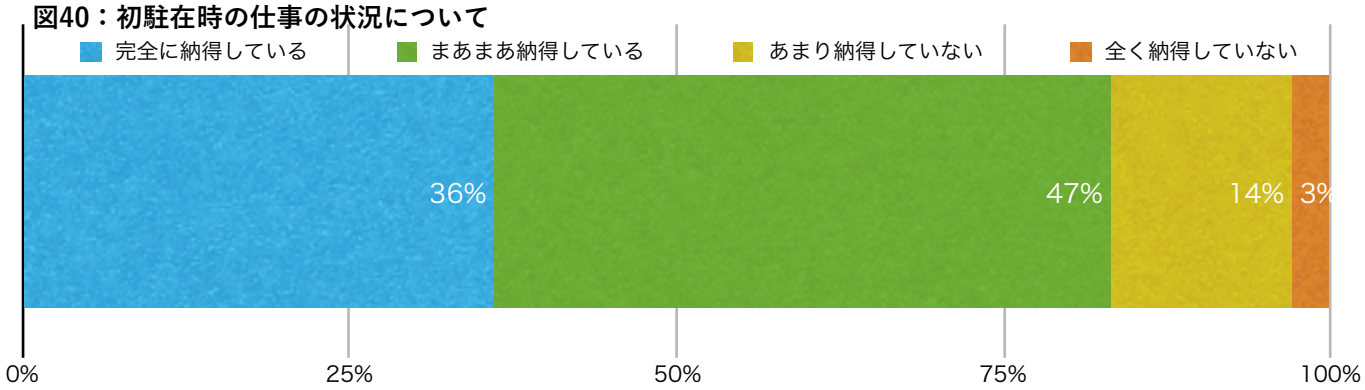


図39：本帰国後の雇用形態



初駐在時の仕事の状況についての納得度は駐在中の回答者と同じように高く、仕事を辞めることも納得の上で帯同をしていることがわかる（図40）。

図40：初駐在時の仕事の状況について



6-3：駐在中の仕事以外の学び、活動状況と帰国後について

駐在中の仕事以外の学び、活動状況は学び（主に語学）と趣味が大半を占めている（図41）。しかし帰国後それらを活かしているのは37%となっており、長期的に見れば人生の良い経験となるが、直接的に学びをキャリアに活かすという意味においては難しいこともわかった（図42）。”活かしている”と答えた人は、具体的にどんな仕事や活動に活かしているかといえば、「海外生活アドバイザー」など海外経験を活かした活動や仕事が多く、ついで翻訳や企業内で語学力を使う語学を活かす仕事が多い（図43)。

図41：駐在中、仕事以外の活動について（複数回答）

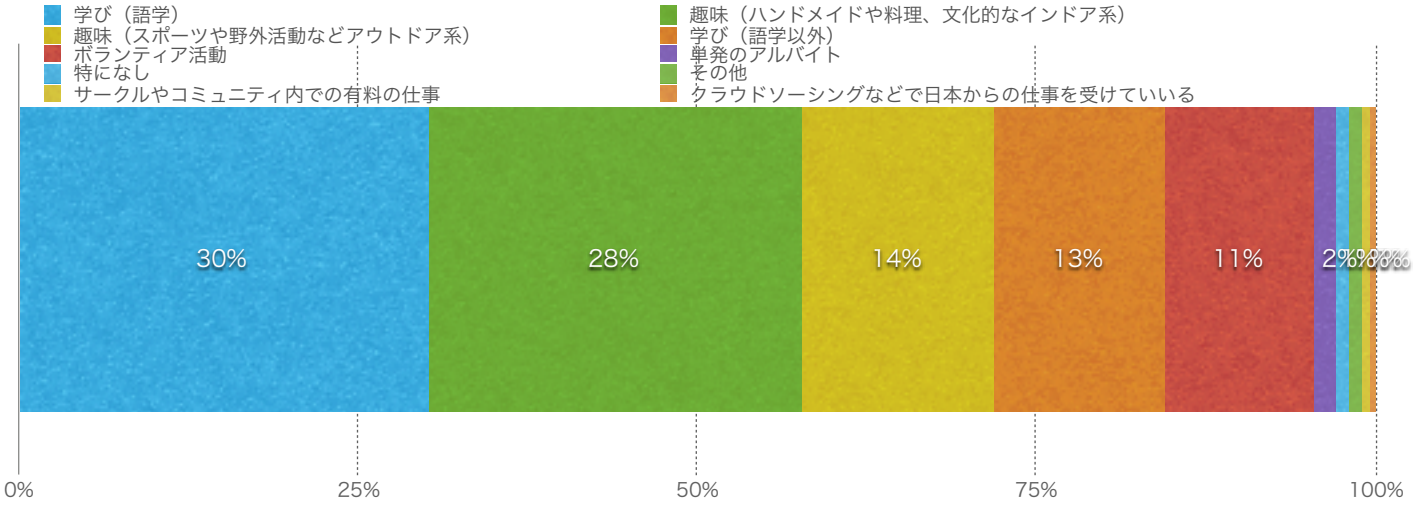


図42：駐在中で得た学びやスキルを帰国後活かしているか

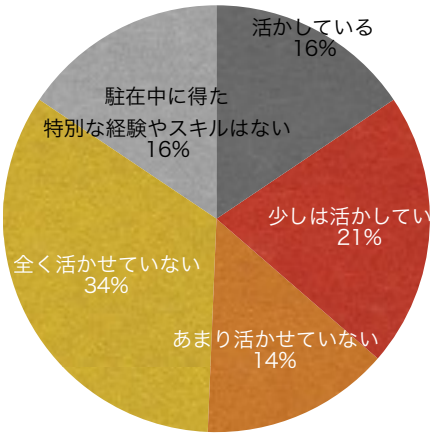
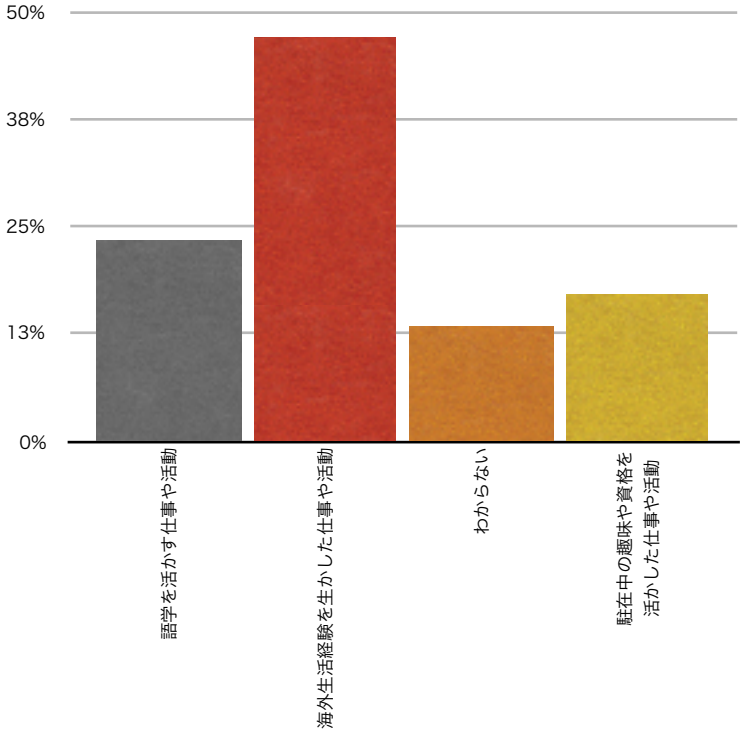


図43：駐在中で得た学びやスキルをどんな仕事や活動に活かしているか



駐在中に、自身のキャリア、活動に役立った情報やサービスがあったかについては、約半数の人が必要とし、そのさらに半数となる全体の22%が「あった」と答えた。しかしこれだけ情報化社会と言われている中で「欲しかったがなかった」と答えた人も25%と一定数いたことは認識すべき課題である（図42）。「あった」の具体的な内容としては表５の通りだが、SNSや特定のコミュニティからの情報を得ているのが特徴だ。最後に次の海外駐在時に帯同するかを聞くと「わからない」が半数で、その理由としては「子の進学・受験状況による」というコメントが多数だった（表6）。

図42：ご自身のキャリアや、活動に役立った情報やサービスはあったか

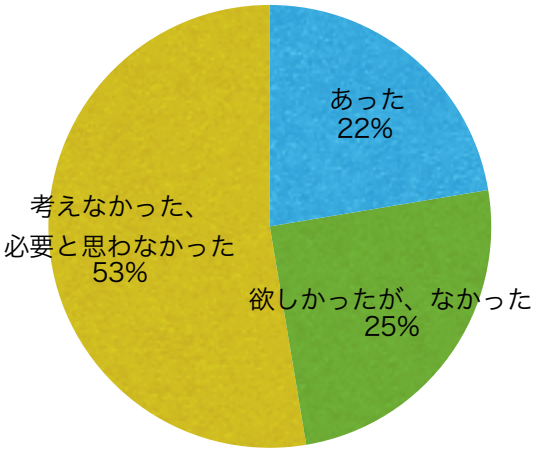


図43：もしまた海外駐在が決まったら帯同するか

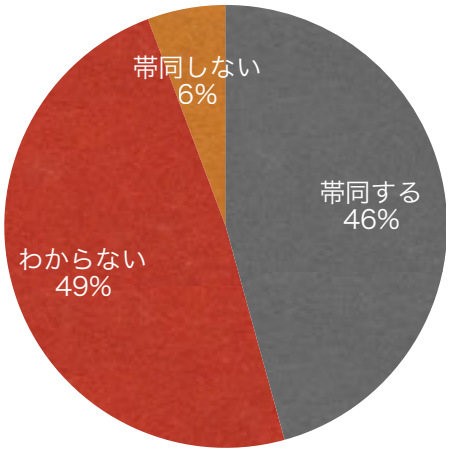


表5：具体的にどんなサービスがあるか（図42で”あった”と答えた人のフリーコメント）

多くの日本人が集うカルチャースクールがバンコクにあり、そこでは料理や手芸、ヨガ、資格取得などもでき、情報も集めることができました。
趣味などを扱うコミュニティセンターが発信するfreeペーパーに溢れていたので、様々な情報が得られた。
教会主催の英会話レッスンやコーラスサークルなど
大学や習い事は沢山あり私自身は早く帰国したためキャリアアップ出来るほどではありませんでしたがいい経験になりました。
snsや駐在妻の集い
日本人会や大使館
SNSで現地の情報や日本などの情報が手に入れられるし、講座、講習、認定試験などもどこでどのように勉強し受けたら良いのかもわかった
現地の生活情報などがありました
地域のアダルトスクール、子供の学校でのボランティア、PTA（以上現地）、クラウドソーシングやウェブメディアでのライター募集（日本）
安価な語学学校

表6：次の駐在に帯同するかに「わからない」「帯同しない」と回答した理由

回答（カテゴライズ）	回答数
子どもの受験・進学状況による	11
国や都市、治安などにより	2
子どもが生まれたため	1
未記入	3

6-3：本帰国後インタビュー

①R.Nさん

プロフィール

［年齢］40歳　［出身］愛知県　［現住所］愛知県
［学歴］４大卒
［職歴］
新卒で人材サービスメディア関連企業に総合職で入社。営業、大学でのキャリア教育、管理職を経て夫のアメリカ駐在を機に退職。帰国後は、大学時代の仲間と事業立ち上げに関わり、現在はフリーで法人向けのコーチ、コンサルタントとして活躍中。
［駐在国］アメリカミシガン州（2012.4-2015.8）
［夫の年齢］40歳
［夫の職業］自動車部品メーカーの海外営業
［子の年齢］11歳、5歳　兄弟

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

元々夫は海外駐在を希望していたので、いつかはいくだろうと思っていました。なので決断はそこまで迷いはありませんでした。私自身、結婚出産後も働き続けていたので、専業主婦になることを楽しみにしていたところもあります。

―――駐在にあたって不安なことなどありましたか？

夫が３ヶ月前に家を探してくれ、車や携帯などを準備して家族を迎えてくれました。どんな家なのか、私の場合行ってみて初めて分かりましたが、人によっては妻自身が探しにいくパターンもあります。
夫の会社には常時5-60名いる仕組みがしっかりした奥様会があり、現地で生活がスムーズにスタートできるよう、先輩奥様が2人アテンドしてくれて買い物、保育園、生活全般について教えてくれます。次男を生むときも奥様会から産院を紹介してもらいました。
産後も実母にも産後１ヶ月サポートに来てもらいましたし、奥様会や駐妻のネットワークでご飯を作ってくれたり、家族を超えたつながりができて日本で産むよりも大変じゃなかったです。

―――会社のサポートが素晴らしいのですね。

赴任前の奥様研修では、同じ時期に行く家族をグループ分けしてくれました。日本人が多い地域だったことも安心でした。1人しかいない国もあったので。奥様会は、私の時はいい人たちばかりで本当に恵まれていました。奥様会は夫が申請をして入れました。入らなくても良いですが、先にも話した通り、ネットワークに助けられたのでおすすめです。

――――お子さんの教育環境はいかがでしたか？

長男が3歳の時に赴任し、プリスクールへ通うことにしました。同級生が5人しかいないところで、いじめにあったことも。第一子だったこともあって慣れていなくて、息子が悪いのでは？と、振り返れば、みんなで仲良くすることを無理に強いてしまった気がします。日本人が多い環境だともちろん良いところもありますが、狭い範囲での交友関係になってしまうというリスクもありますね。

その後プリスクールからキンダーに行って楽しく通ってくれました。日本人が集まっているとそこに入りたくなるという心理も働きますが、日本人コミュニティに中心を置くのではなく、文化が混ざって多様性があるアメリカで自由に自分らしくいることが大事だと思い、積極的に外国人のお子さんとママと遊ぶようにしました。
お弁当もシリアルでOKの世界、キャラ弁なんて作る必要もありません（笑）、多様性の中で自分たち家族がどうあるべきかが定まると楽ですね。

――――駐在中はどのように過ごしていましたか？

最初の1年半くらいは駐妻をエンジョイしていました。夫の会社の規定上働くことはできなかったですが、お茶会などひとしきり楽しんで、長男がプリスクールの間は大学に通ったり、その後ボランティア活動をしたり充実していました。子どもの送迎は慣れない道を自動車で送迎していました。

夫がとても忙しく、1年目は午前様が続いていました。2年目になってからは、上司や部下にも恵まれたようでようやく慣れて落ち着いてきました。私は専業主婦が初めての経験だったのですが、やはり稼いできてもらっていると主張はしなくなるものですね。帰国してから働き始めたら夫が家のことをやるのは当たり前だと主張しだしました。

――――帰国後、仕事復帰はスムーズでしたか？

帰国してから、長男がもともといた保育園に入ることができました。次男は無認可に入園しました。帰国して２ヶ月後くらいに大学時代の仲間と事業を立ち上げて、就労証明も取り動きだしたのですが、次男が病気になってしまったため頓挫。その後数ヶ月して、今の仕事をスタートしました。
帰国が決まった時、次男が0歳でしたので保育園に入れるのかな、長男は日本のコミュニティでうまくいくのかなという不安が先に来て、自分のキャリアを考える余裕はなかったけれど、帰国したらしたで声をかけてくれる人が多くいたのでスムーズな方だと思います。

今ご縁でできてる仕事内容は自分が最もやりがいを感じる領域。ただ、仕事100％でなく、子育てが大変なしばらくは、程よくやっていきたいという感じです。夫は事業部が変わったので今後海外はなさそうですが、もし再び駐在が決まったら、息子が中学生になるまではまた一緒に行きたいですね。

―――駐在妻のキャリアについて何か考えていることはありますか？

半年に１度、駐妻仲間と近況報告などをするため集まるのですが、みんなたくましいですよ。帰国後社会復帰して頑張っている人が私の周りにはとても多いです。保育士の資格を取って保育士になった人もいたり、地に足ついて自立しようと頑張っています。

駐在中は期間限定の夢の時間。子どもさえ慣れてくれたらと思うばかりですが、帰国が決まると現実がやってきます。さらに、帰国して子育てが落ち着くと自身のキャリアに不安も出てきますが、どんな状況になっても手足を動かすことがやっぱり大事ですね。

―――ありがとうございました！

②M.Tさん

プロフィール

［年齢］40歳　［出身］徳島県・東京都　［現住所］愛知県
［学歴］４大卒
［職歴］
　中学生から大学まで東京で過ごし、新卒で愛知県の自動車メーカーに総合職入社。生産管理部門で管理の仕事や中国の工場立ち上げ、新車開発から試作までのタイムマネジメント、情報管理などに従事。夫の海外駐在が決まり、再雇用制度を利用して13年アメリカに帯同。16年末に本帰国。現在は専業主婦。
［駐在国］アメリカケンタッキー州（2013-2016）
［夫の年齢］40歳
［夫の職業］自動車メーカーの技術職（社内結婚）
［子の年齢］4歳　女子

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

　結婚したのが31、2歳の頃で、子どもが欲しいと思っていたので、激務から離れて出産に向けての準備をしたいと思っていました。会社には海外駐在時に退職しても帰国後復帰できる制度がありましたのでそれを使いました。

―――駐在時、困ったことなどありましたか？

　奥様会があって、夫の上司に到着連絡をすると、各部署に情報が行き渡るシステムがあり、年に2回全体の集まりもあり、サポートが手厚くありました。ただ、奥様会は私のように仕事をしていた人が少なくて、何を話していいのかわからなかったです。働いていたとしても、一般職で結婚して辞めている妻が多かったです。

　出産前は、午前中無料の英語学校に通いました。高卒の資格をアメリカ人に付与する学校があって、英語を母国語としない人たちへ講座を開講していました。奥様会からの情報提供で、ゴルフ、テニス、日本人のお友達とお茶をしたり。週に１回英語の家庭教師についてもらったり、満喫していました。

　でも子どもがいないとやるべきことがなかったり、目的がないので勉強する必要もなかったり、お茶をしたいわけでもないなど、完全な自由がなかなか大変だなと思うこともありました。帰国してから同じように感じていた人に出会い、自分だけじゃなかったんだと知りました。

――――出産後の生活はいかがでしたか？

産むことに関しては不安はありませんでした。すでに産んだことのある人がいたので病院探しも苦労しません。ケンタッキー州は日本人も多くて住みやすかったです。

産後は、夫が忙しく平日は赤ちゃんと接することもままならずでした。大変な時には頼りましたが、無料の育児支援サービスを利用したり、出産前からきてくれていた家庭教師の先生とも交流が続いていたので良かったです。１軒屋でしたので、広い家で赤ちゃんが泣いても気にしなくていいし、近所の人たちもいつも赤ちゃんに声をかけてくれました。

人によって孤独を感じるレベルは違うと思いますが、自分の場合は運よく、家庭教師や育児支援のボランティアさんに出会えたことが大きかったです。価値観もあっていて、どんな人に出会えるかは大事だと感じました。

その他、図書館の読み聞かせなど現地の社会に関わるようにしたり、子どもが同じ世代のママ友の交流など、しんどいこともちろんあったけれど良い思い出が多いです。

――――帰国が決まって、ご自身のキャリアについてどんなことを考えましたか？

出産してから忙しくて仕事をしたいという気持ちは薄れていました。日本にいるときは本当に激務で大変だったので身体を壊すこともあったほど。アメリカでも派遣の仕事の話がありましたが心配した夫が断ったこともあります。

帰国後カムバック制度を使って復帰するかどうか考えたときに、また同じように激務があると考えると生活のバランスが取れる自信もなく、結局制度は使いませんでした。この制度は”退職”なので、心も切れていたと思います。

――――今後のキャリアについて考えていることはありますか？

今、娘がNPO法人が運営する幼稚園に通っているのですが、保護者の出番が多くてそれが忙しいです。でも夫が次に海外駐在があるとして、場所やタイミングももちろんあるけれど、夫の会社からのコミュニティで人間関係を作るというのもしっくり来ないので、ついていくかも迷いますね。子どもも成長するし、少しずつ自分が生かせる仕事がないかなど、ちゃんと自分のキャリアのこと考えたいなと思います。

③H.Hさん
プロフィール
［年齢］43歳　［出身］大阪府　［現住所］愛知県
［学歴］４大卒　中国・アメリカ留学経験あり
［職歴］
　新卒で自動車メーカーに入社後、新車のプロジェクトマネジメント、中国で会社や工場立ち上げなどを経験。日本に帰国後、2人出産し3年半の育休取得。復帰して部下のいない主任として時短勤務後、13年に夫のアメリカ駐在が決まりカムバック制度に登録。17年に帰国後18年にカムバック制度を利用し復帰。現在に至る。
［駐在国］アメリカ(2013-2017)
［夫の年齢］43歳
［夫の職業］自動車メーカーの生産技術（社内結婚）
［子の年齢］10歳、8歳　姉妹

―――海外駐在は希望されていたのですか？決まった時の心境は？

　自分自身が中国に赴任していた時、駐在妻になんとなく憧れを抱いていましたので（笑）迷いなく帯同をしました。育休とって時短でさらにカムバック制度を使うということに周囲のネガティブな視線を感じながらも上司に相談して推薦をしてもらいました。
　現地で仕事をしたいと相談すると、VISAは取得できるけれど推奨はしていないと言われました。できればボランティアでやってほしいと。自分の実力、希望で行くわけではないので、目立つ動きをするのは良くないとも言われ、駐在妻が嫌になりました（笑）。

―――駐在中は、どんな生活をされていましたか？

　アメリカ生活をすごく満喫していました。アメリカはNPOが充実していて、チャレンジを恐れない社会です。経験を持っていなくてもボランティアからやればいい。シェルター、学校で読み聞かせ、病院でボランティア、トレーニーで日本に行く人に日本語を教えたりして小遣い稼ぎもしました。
　MBAを取るなどの自己研鑽をしようと思ったこともありますが、戻る場所が決まっているなら、費用対投資が見合ってないなと思って挑戦しなかったこともありました。

―――お子さんの教育環境はいかがでしたか？

　進学時期が日本が春、アメリカは秋と違い、かつ飛び級が当たり前なので、年長半年で9月に1年生と半年飛び級しました。勝手なことをして、、と思われたりしましたね。モンテッソーリ

小学校に入れたりとアメリカの教育制度を色々と見れて勉強になりました。日本に帰ってから次女をバイリンガルの学校に入れるかどうかなど、帰ってからの教育の方が悩んでいます。

―――駐在妻の経験はご自身のキャリアに生かされていますか？

　いろんな人との出会いや体験が嬉しくて感謝でいっぱいです。アメリカでボランティアに関わる中で、ソーシャルマインドが身につきました。夫の海外駐在がもう一度あると言われたらまたついていきたいです。

　復帰して半年ですが駐妻として、約5年のブランクがあります。カムバック制度は、SPIのような筆記試験と面接をして再入社する制度で、職位はそのままですがその他は中途入社扱いとなります。中途組とも絆ができ、たくさんの出会いが入社後も続いています。
　ただし、年齢的には管理職のポストが与えられる時期でもあり、どうしても仕事の負荷が高くなっています。それでも、会社は好きで、働く仲間もレベルが高く仕事も充実していることも事実。ブランクも長くあり、子育てとの両立は大変ですが、女性は出産含めてライフイベントが多いのは当たり前と捉えて、心の持ちようとして楽にキャリアを積んでいければいいのではと思っています。

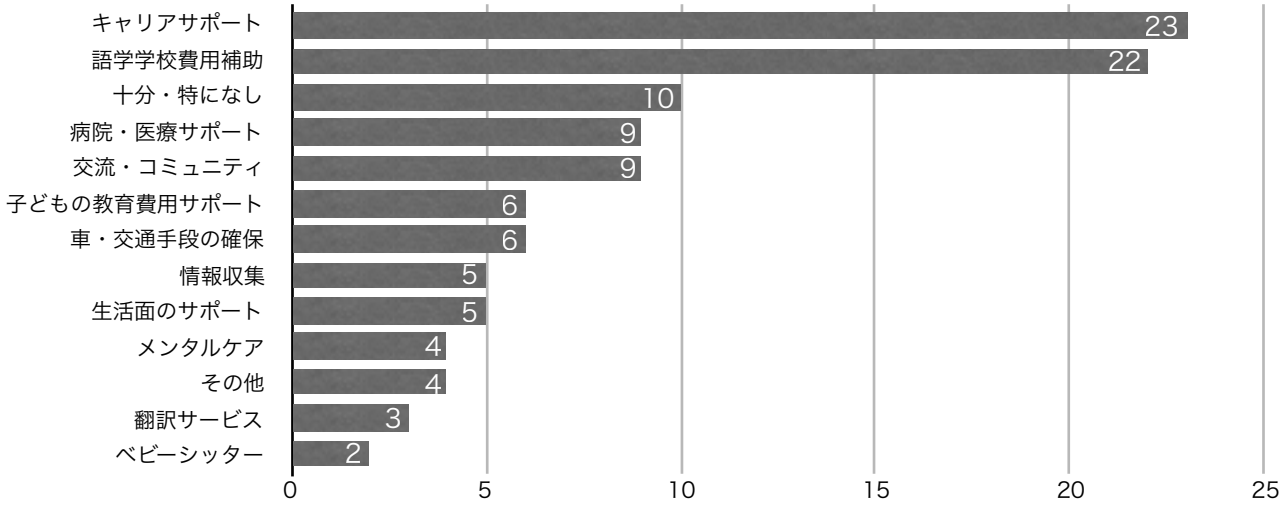
―――ありがとうございました！

[7]その他（回答数144）

7-1：夫の会社に求めるサポート

フリーコメントでの回答をカテゴライズすると、駐在中、後の就職サポートやキャリア相談の機会などを求める回答が最も多く、ついで語学習得費用補助へのニーズが多かった（図44）。

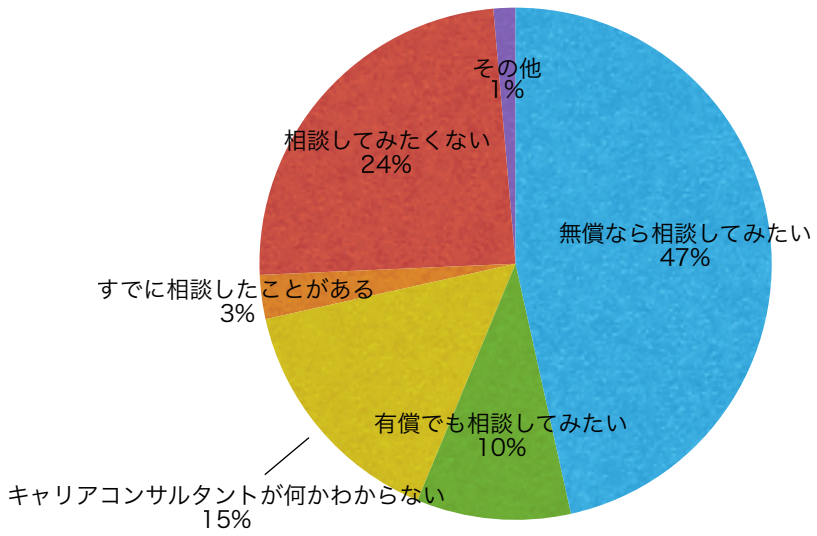
図44：駐在中の妻に夫の会社からどのようなサポートを求めるか（フリーコメントよりカテゴライズ）



7-2：参考「キャリアについての相談をキャリアコンサルタントにしてみたいか」

キャリアに悩む多くの駐在妻だが、キャリアコンサルタントというプロに相談をしてみたいか聞くと「無償なら相談してみたい」が最も多く、有償でも相談したいを合わせると相談希望者が過半数を超えた（図45）。

図45：キャリアコンサルタントに相談してみたいか



[8]その他フリーコメント全掲載

英語など、得意でないと、最初は引きこもりになり、外にも出たくなかったりしましたが、だんだん慣れてきて、まだ、あまり英語が話せませんが、旅行したり、子供の習い事をしたり、、、最初のころには、考えられないことも、なんとかなってきました。
一年半がたち、期間が３年だとしたら、あと、一年くらいしかない！と、逆にあせります。(笑)
気づけば、あっという間の生活になってると思います。

会社には、フリーランスで仕事をする場合の規約や例がないので、各国の状況やサポートを受けたい

駐在が決まったことで妊娠をためらい、帰国後まで先延ばしにしたり、帰国後の就職に頭を悩ませる人が非常に多かった。一年という短い期間でも家族の人生が大きく変化してしまうのを目の当たりにした。あっという間に駐在期間は過ぎ去ってしまうので、普段から将来のキャリアについて（仕事に限った話ではなく）家族と話し合っておく必要があると思う。

異文化に触れ、狭い日本人の社会で揉まれ、夫婦間や家族の中での問題を解決し、親の死に目に会えなくても、どれをとっても、赴任の経験が今の私を作っています。
キャリアを継続したいなら、帯同で赴任しなくても、今の時代やり方は無数にあります。
情報もたくさんありますので、自分たちでベターな選択話できないのでしょうか。

マネジャーになり3年、残業や休日出勤、国内外出張もそれなりにあり充実してはいたが、同じ部署で10年働いていたので帯同は自身のライフキャリアを見直す良いチャンスとなった。特に、第二子出産は帯同していなかったら難しかった。
駐在妻は転勤が多いため基本的に日本でも専業主婦という女性が多く、海外生活の苦労はあるものの家庭は安定し家族の絆も強く、相対的には恵まれた環境にあると感じる。狭い日本人社会でのストレスや異国での生活適応など、孤立しやすいリスクも大きいので、知らないからこそ帯同してしまう部分はあるが…
帯同中長期にわたり休職予定だが、会社の状況も変わり、また駐在国で唯一得た語学スキルも活かしにくいため、帰国後まずは前職への復職をするものの、長期的なキャリア展望から転職も検討したい。

帯同してすぐに妊娠したので、身体的にも精神的にも波がありつらかった。最初の妊娠で、出産から子育てをするにはかなり大変だった。主人も忙しかったので、一人で過ごすことが多くふさぎこみがちだったのでサポート的なものや心のよりどころがほしかった

個々それぞれの期待や在り方の違いの中、一概に言えないが、夫の会社の駐妻への理解によってストレスは減ると思います。

私が駐在中は、同じ会社のファミリーが同じレジデンスに住んでいたので、色々誘ってもらえて相談に乗ってもらえて、楽しく過ごす事ができましたが、もし1人だったら家にこもっていたかも…です。
婦人会等もありましたが、「友達ができるし行った方がいいよー」と誘ってもらうまで行くつもりはなかったです。

夫についていくと決めたので、どの国に駐在しても、その国々で何かしらの仕事を見つけられれば良いと思う

慣れぬ異国生活は辛いこと、大変なことが多く負担がありますが、その反面、新たな出会いや発見もあり、楽しもう!!と思い前に進むと、家族で楽しめ、素敵な思い出もたくさんできます。海外経験は視野や器も広げるメリットがあるので、デメリットをうまく乗り越えられる環境作りとサポート、何より同じ境遇の友だちが必要ですね。

夫の海外赴任帯同後も同じ仕事を続けられるような制度があると良いと思う

意外と皆さん自立されて、帰国後子供が大きくなってくるとパートなどから仕事をサクサク始められたり、資格を取って進めてて素晴らしいなと思っています

自由に発揮できると、良いと思うが、自分には関係ない。

駐在のたびにキャリアがストップすることきなり、なかなか人生設計し辛い。

海外で学ぶことは沢山あり、忙しい毎日だったが、夫の会社の辞令で急な帰国などありうるので自身の活動予定が予測がつかないのは困った。

日本ではできない経験ができ、自身の糧になることはたくさんあると思う一方、キャリアについては空白ができてしまうことが不安。海外生活で得たものが、必ずしも帰国後に仕事に活かせるとも限らず、歳だけとって就職に不利になるのではないかと思う。駐在妻も、滞在先で仕事ができればいいのに、と思う。

私は人生において海外で暮らすというとてもいい経験をさせてもらってると思っています。日本にいた時より英語の勉強という学びの場ができて嬉しいくらいです。専業主婦だったため、仕事を辞めていったわけでも無いので帰国後の自分自身の不安は無いです。子供の学校関係の不安はありますが。

うちの場合は、夫が希望して駐在しているため問題ないが、私の現在休職中の勤務先だったり一般の民間企業などは駐在のタイミングや場所が会社の辞令により決まるため、家族はそれにより生活や人生が大きく左右されるため大変だなと感じる。

私は赴任時に仕事をしていなかったのでキャリアが変わる事はなかったが海外赴任が与えられたという事は自分に必要な事だとプラスの面、マイナスの面含めてとても良かったと思う

一つの企業に勤めるというモデルには弊害しかないが、自分のスキル、経験を得て将来起業などを目指すのであれば、大きくプラスになる経験であると思う。

いつどうなるかわからないので長期的な目標が持ちにくいけれど、今を楽しむということは得意になると思います。最近は駐在妻のキャリアが注目されますが、まずは海外生活において家庭や自分の心身を安定させることが先で、キャリアにクローズアップして焦らせるような風潮は少し違うなと感じています。

みなさん、すてきなキャリアの方が多くて良い刺激は受けました。

本帰国してから再び働くために、駐在中にどんな活動や準備ができるのか。

駐在中も資格を活かした仕事をしたかったが家族ビザで帯同しており無理だった。また、仕事を辞めて帯同している友人もいる中で、夫の職場では日本人を雇用したいと、駐在妻の1人が再雇用されるなど不公平感のある人事もあった。

就労ビザが取得しにくい為、専業主婦に成らざるをえない。帰国後の社会復帰に不安がある

駐在と同時に仕事をやめないといけない。職種によっては、在宅ワークの体制をとって働ける環境が整っているといい。夫は職場という活躍の場があるが、妻は、見知らぬ土地で世界を作っていかなければならない。
精神的にかなり苦痛である。

抽象的な質問すぎてわかりづらいですが、帯同することで泣く泣く仕事を辞めた方も多いです。特に海外で育児もしていると、コミュニケーション力も高く、たくましく生活している優秀なお母さんたちを多く見かけます。本人が希望するかは別にしても、帰任後の配偶者の就業機会が増えればいいかと思います。
また、駐在妻、という言葉が示す通り、日本ではまだ女性が帯同するのが一般的なのが残念です。駐在配偶者という表現がいつか一般的になってほしいと思います。

日本にいても同じですが、新しい生活になじむ努力、また子育てや日本にいる親の病気などがある場合、やはり海外駐在中の方がより大変と感じます。
ですが、多様な価値観に触れ、貴重な経験をしているので、自身の今後にも活かしていきたいと思います。

誰もが経験できるわけではないのでありがたいことと思っているが駐在によって自分のキャリアが中断しまうことについてはとても不安がある。

私は帯同前は正社員として働いてきて、会社も仕事も好きだったしそれなりの地位もあったので退職して帯同するか本当に悩んだ。
一度退職して手に職もないまま、子持ちの状態で同じようなお給料・条件で再就職できるか不安だった。悩んでいる間にカムバック制度ができたので退職した（今後復職予定）。
帯同先で知りあった駐在妻の中には育休を利用して付いてきている人（＝同じ帯同でありながら収入がある）、カムバックではなく休職帯同制度があってそれで来ている人もいて正直嫉妬したし、自分の決断が良かったのか悩むこともあった。逆に仕方なく辞めて帯同している人もいて、彼女たちも辞めたことを悩んでいたしカムバック制度で来ている人に嫉妬している人もいると聞いた。転勤族とわかって結婚するならまだしも、絶対に転勤がないと思っていて転勤となる場合もあり、転勤という制度は家族持ちにとって本当に必要なのか疑問に思うことがあった。
帯同先で鬱になった駐在妻を知っている。それ以外にも数年の赴任予定がわずか数ヶ月で帰国することとなった家族も知っている（帯同家族のメンタル面の問題で）。
妻のキャリアのケアだけでなく、海外生活には向き／不向きがあるので、それを見越した駐在員選定をすべき。
妻のキャリアの事前ケアは働く女性が増える中重要だと思う。例えば駐在が決定してから妻にどうするか問うより、問うてから駐在員を決定するなど…？または夫の会社側から妻の会社へ復職の打診をするなど（妻の会社が受け入れる／入れないは別として、依頼があるだけでも妻側としては有難いかも）
私自身は復職できる安心感もあり、海外生活に憧れもあったので海外生活を謳歌できて帯同して本当に良かった。海外で住んで、海外で子育てして人生観が変わり、今後挑戦してみたいことや夢が増えた。一応は復職予定だが、違う道（仕事、学び）を模索するかもしれない。いい意味で。

海外でも家庭以外の仕事だったり、
ボランティアだったり居場所と適度なガス抜きが必要である。

今後、自分の仕事(キャリア)と育児を両立させる事に、何かしら情報が有れば幸いです。

自分のキャリアを考えたら会社を辞めた事は失敗。家族の事を考えたら一緒に家族で海外に出た事は良かった。頑張って就業ビザを取得し、就業したが女性50歳で外国人は就業ビザが取得出来ないのでなんだったのかと思う(50歳～55歳はその地方の平均年収の7倍の年収が必要。現地採用だと7倍の給料をもらう事は不可能)更年期と甲状腺の病気になりもっと仕事を頑張りたいと思うが身体がついていかない。今までと違う業界での就職になり一から始めて自分の居場所を作る事が大変、居場所を作る事は時間がかかる事だがもうすぐ定年。

キャリアがストップするのはもったいない。場所を選ばない仕事が増えると良いと思う

子供の有無や年齢にもよりますが、渡航先で何か習得できれば、帰国後にできたかも、と今になって思います。

夫の海外駐在帯同後に仕事に復帰できるなら仕事を続けたかった。

他国の文化を知ることができ、日本の良さを感じることが出来た反面、今まで、当たり前と思っていた事に対して違和感を覚える様になりました。

私はキャリアカムバック制度で退職しましたが、帰国後に会社に復帰しませんでした。出産したことと、家庭内の調和を取ることが目的で復帰しない選択肢を取りました。駐在中にキャリアアップができるかどうかは、現地でその機会に恵まれるかどうかの運（アメリカ駐在妻は主人の会社のビザの関係で就業不可能でした）もありますし、希望通りにいかないこともあるかもしれません。帰国後の人生の選択肢を増やせるよう、現地でいろんなタイプの方と触れ合う機会を作る心がけをしたり、好奇心を保って新たな興味を見つけることができたら、仕事のキャリア以外の面で人間性を高められるのではないかと思います。

私は結婚する時から海外赴任は帯同すると話し合っていたので仕事を辞めることは納得していましたが、結局日本に帰ったら私には子供以外何も残っていないなと考えることがあります。もう少し元いた会社のカムバック制度などを調べて掛け合ってみても良かったのではないかと今後の人生を想った時に悩む時があります。また、帯同して2ヶ月位経った頃は同じ会社の奥様たちとのご挨拶や街の案内が一通り終わり孤独を感じることが多かったです。
子供も小さく同じ会社には同じ位のお子さんがいらっしゃるご家庭がなく、友人もおらず言葉も通じず…1歳にもなっていなかったので外遊びも出来ずとても寂しかったです。
主人との間も険悪で喧嘩も多くなっていました。
自分で小さい子をお持ちの奥様がたとの集まりを探して参加してやっと話が出来る友人ができました。そういった集まりを探すことが出来なかったり、参加する勇気を持たなければかなり辛かったと思います。同じ会社に同年代のお子さんがいないことで他の奥様との間に溝を感じることは今だにあります。しかし、海外生活を体験出来ていることは貴重だとは思っています。

自身も子供達も現地に適応出来たので良かったのですが、中にはお子様がダメで早く帰国された方もいました。早く相談して決断する事が大切です。日本でバリバリ仕事をしていた方もいらっしゃいました。一旦退職して来ていましたが、仕事の書類は全部持ってきて、日本とコンタクトを取りつつ、帰国したら復帰するようでした。行き先については勉強していく事が大切です。日本で良くても現地ではNGな事はたくさんあります。やはり、現地の方に受け入れて貰わないと生活しにくいです。

内向的な方や語学力がないかたは現地の生活へ慣れるのが大変だと思います。人との繋がりができる場が見つかったり、自分の趣味や興味を広げる場があると素晴らしい経験ができると思います。
家族へ不満や不平をオープンにできるとよりストレスを軽減できると思います。

帯同をきっかけに海外でキャリアを築きたいのであれば、その方向で動いたらいいかと思います。自分の人生ですから納得のいくように生活できればと思います。

駐在員だけでなく駐在妻もキャリアが積めるように、会社のサポートがあるのとないのでは違ってくる。

正規でバリバリ働いていた女性が仕事を辞め専業主婦になるのはとても惜しい。駐在中にも社会に貢献できる機会があるとよいと思う。

異国の文化や言語を学ぶには大変良い機会でした。また、同じ場所に駐在中の他業種の方と知り合うことができたことも良かった。私自身の会社はカムバック制度が無く、退社せざるえない状況で、本帰国した現在も無職です。再就職できるバックアップやカムバック制度等も充実すれば、今後また駐在する際前向きに帯同を検討すると思う。

自分自身の仕事のキャリアを考えるとマイナスではありますが、今後の人生を考えると、いい体験になったと思います

子育てをされている女性ならそのこと自体が仕事と見なされ、また人間関係も面倒とはいえ築きやすい。
子供がいない場合、他の家族との接点もない。
新しい環境ですぐに語学を身につけアクティブに暮らせない人の方が多く相談を受けることが多かった。

私の場合は、８年と長期であり、現地で妊娠出産もあったために育児中心の生活でした。そのため、自然と現地の教育、医療事情には詳しくなりました。それを帰国後活かして求職するには、８年というのはものすごく長いブランクだったと思います。周りにもバリキャリで働いてきたのに、子供の将来にプラスになるかもと思い、仕事を辞め帯同された方がいましたが、彼女は家にいなくてはならない駐在員の妻という状況に耐えられず鬱になりました。北米なら、比較的出産後すぐに子供を預けて働けるために、働く環境はあります。企業には、仕事にブランクを作りたくないものに関しては、ワークパーミットに所得を許可し、個人のキャリアの自由を認めていただきたいと思います。

駐在妻は華やかなイメージとは裏腹に、慣れない環境での生活にかなりエネルギーを奪われ、家族のサポートだけで毎日が消費されていき、報われなさ、自尊心の消失、個人としての存在の意義を見失いがちなポジションだと思います。その環境をバネに更に伸びるべきだとは思うのですが、全ての人がそんなに強い訳ではありません。私はこの駐在経験を活かし、これから駐在される方達に何かしらの形で貢献したいなと思います。

友人が増え、人生の幅も広がったと思います。いい経験になりました。

馴染めない人も多いので、良く考えてから行った方がよい。

駐在妻は基本的にアルバイトをしてはいけないので、キャリアは一旦途切れるのが不満。帯同による休職制度の充実や系列会社内の同時赴任制度などが充実されると良いのでは。

・夫のスケジュールに左右されるため、将来設計をしづらい。
・逆パターン(夫が主夫で妻が駐在)というケースもあり、驚いた。
・東南アジアは家事、子育てをお手伝いさんに任せる環境が整っているため、日本よりも妻が働きやすいと思う。

私はたまたまフレキシブルキャリア休職制度化された会社に勤めていたので、早めの帰任となっても復職できたが、一時中断してもまたキャリア再会できる世の中になれば、安心して帯同できるのになと思います。

北欧に駐在しましたが いくつになっても転職が可能な国でした。 わたしは駐在前日まで仕事するほどの仕事師でした。こちらにきて偶然にも前職の知識が役に立つボランティアを見つけキャリアを落とさず駐在生活5年を過ごし終えようとしています。 年齢は50近くですが私のような海外で活躍できても復職が難しい日本の状況を変えて欲しいと思います。

昔は、専業主婦が多かったので、自分の会社やキャリアを中断して海外駐在について行くということは少なかったので、今の、自分の会社の仕事をどうするかという問題は、良くわかりませんが、そういう方が、帰国後、復職できるといいと思います。

私はキャリアを継続しているのですが、当地で仕事をしている駐在妻はほとんどいません。そのため、働く女性とは子供の関係で夜の飲み会に行けず、子持ちの駐妻さんとはランチに行けないので出会えず、ワーママの集まりがないため人間関係が狭く、相談する友達もなかなかできず、息苦し重いがあります。
また、定期のシッターと長期休みありの幼稚園しか選択肢がないので（現地校は語学の関係で難しい）、日本と同じように保育園やスポットのシッターなどを使って働き続けるのはとても難しいと感じています。
なんとかキャリアを継続してはみたものの、帰国後のキャリアが見えないのも不安です。

海外で生活できたことは、自分にとっても、子供達にとっても良い経験でした。
特に英語は、子供達にとってアドバンテージになりました。一方で、日本人なら誰でも知っている、常識や知識の穴があるのも事実です。海外での子育ては難しいです。
上の子供が小学校5年生で帰国しましたが、ベストなタイミングだったと思います。 アメリカでの経験が、現在の職業に直接は生かされてはおりませんが、かけがえのない思い出になりました。
ただ今思えば、、自分の将来を見据えて、もっと貪欲に吸収してくるべきだったと、後悔しているところもあります。もしも、これから駐在予定のある奥さんにアドバイスするなら、帰国後のキャリアについても、視野に入れてアメリカ生活をするといい、とお伝えしたいです。

[9]まとめ

キャリアに向き合う時、会社や業務、組織に関する【職場環境】と、配偶者、親や子という【家族状況】、自分は何がしたいのか、何をしている自分が生かされていると感じるのか、というような【自分自身】、３つの側面が絡み合った上で意思決定をする場面に直面することがある。しかし、３つが絡み合うという場面は頻繁に起こることではなく、１つずつその都度起きるのが普通だ。そんな中、「働く妻」が夫の海外駐在に帯同して仕事を辞めるか、帯同せずに日本で仕事を続けるかという決断は、まさにその３つが絡み合う稀なケースと言えよう。働く女性が増え続けている中、この２者択一的な状況は改善していかなくてはならない。２者択一の状況に迫られて「仕事をやめる」を選択した結果、社会復帰したくともうまくいかない状況も少なくないからだ。習得した語学や、趣味、新たな資格取得やスキル獲得も色あせてくる。

日本という国の事情（少子高齢化、年金問題、終身雇用の崩壊など）からも、共働きはますます必須になる。そうした事情もあるが、妻が自己実現を果たすため、会社の期待に応えるため、妻の海外駐在に夫が帯同するケースも増えていくだろう。「働く夫」が、二者択一の状況に直面し、キャリアの中断を迫られる問題も十分起こりうる。男性社員の多い製造業などは特に海外駐在に帯同する社員（男女ともに）のキャリアブランクを最小限にするような制度や仕組みを真剣に構築していくべきだ。

今回の調査結果、インタビューやzoom交流会[2019/5/31開催.日本、中国、アメリカなどから10名が参加]で分かった印象的なことがある。それは、帯同中は期間限定の”夢の時間”だということ。夫の会社という枠組みの中で、余計なことを考えずに楽しく不自由なく過ごしている期間だという（大手企業の妻は特に）。夫側の会社はそれで家族への待遇として十分だと思っているかもしれないが、それは過去の話である。もし企業がキャリアを中断して社員を支えるためについてきてくれた妻へ十分な待遇をと考えるならば、それは、アンケート結果図44にもあるように「キャリアサポート」の充実だ。近い将来、夫が妻に帯同するケースが増えればさらにその必要性を感じるだろう。優秀な社員が配偶者の海外駐在により退職しても戻ってこれるように、または、休業という形を取れるよう制度を整えるのはもちろん、キャリアブランクを少しでも埋めるべく、帯同中のキャリアサポートを具体的に検討するべきだ。それは例えば定期的なキャリアコンサルティングや、キャリアデザインの機会を提供するだけでも有効だろう。こうした具体的な施策の検討にあたっては、ぜひこの調査結果を参考にしていただきたい。

最後に今回の調査にあたって回答や情報拡散にご協力いただいた沢山の方々、インタビューに快く応じてくれた方々に心より感謝の意を表し、まとめとさせていただきます、ありがとうございました。

（株式会社eight 代表取締役　鬼木利恵）