



2016年3月 第13号

発行 きのくに子どもNPO

夫と妻

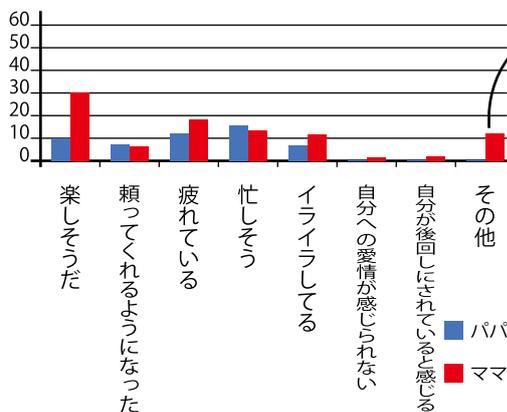
2人のきもち

変った? 変らない?

結婚当初は、お互い2人のペースで暮らしていたのに、子育てが始まると毎日がバタバタ過ぎていくばかりでとにかく必死!!
ふと気がつくと、2人の関係はやっぱり何かが変わっている!?
子育て中のみんなはどうなのかなあ…?

<ぐるんぱパパ・ママに聞いてみました!>

★子どもを育てる前と今で、パートナーが変わったと思う点は何ですか?



~「その他」のコメント~

- *元々おとなしいタイプの人なので心配だったが、想像以上に子どもと遊んでくれ、よくしゃべるようになった。
- *しっかりしてきた。
- *非協力的になった。
- *特に変わらない。
- *なるべく家族の時間を作ろうとしてくれている。
- *変わらない。変わってよ。
- *頼れるようになった。
- *前よりも、手伝ったり優しくなった。

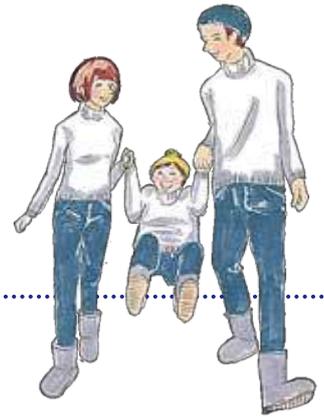
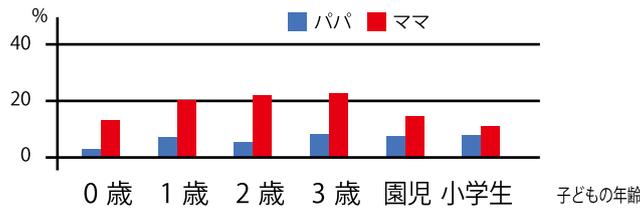
パパから見たママ… 疲れている、忙しそう、イライラしてる、のポイントが高く、育児が大変そうであるとは理解しているのかな。でも、楽しそうだと思っている人も少なからずいる。ママが育児を楽しんでいるように見えているから?

ママから見たパパ… パパから見たママと同様に、疲れている、忙しそう、イライラしている、のポイントが高い。仕事でストレスをためているのかな。一方でパパは楽しそうと感じているママが結構多いことが分かる。

このママとパパの微妙なズレは、どこからくるのでしょうか。理想と現実はどうなっているのでしょうか!?

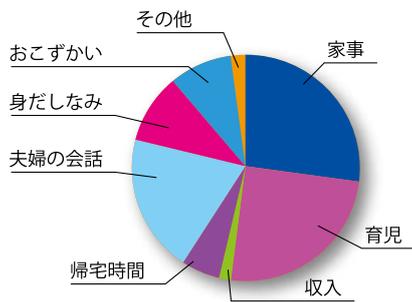


パートナーへの理想と現実チェック!

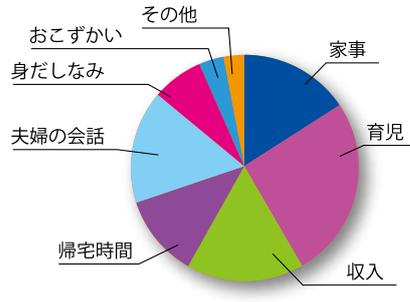


★パートナーに求める理想は何ですか？

パパの場合



ママの場合

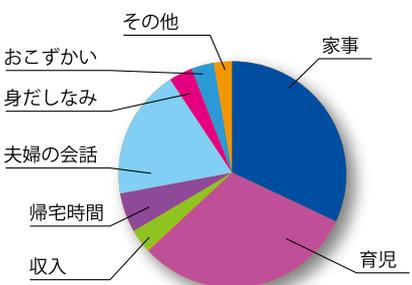


～その他のコメント～

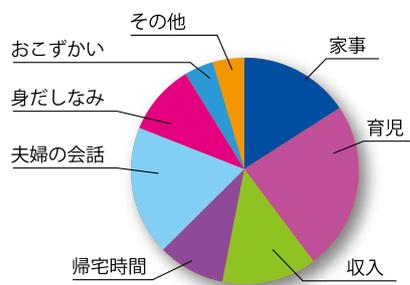
- *支出を控えること。
- *ない! 理想を言えばきりがないので、今の所満足しています。
- *もっと一人で子どもを外に連れ出してほしい。
- *思いやり
- *自分のことは自分でしてほしい。

★パートナーに満足していることは何ですか？

パパの場合



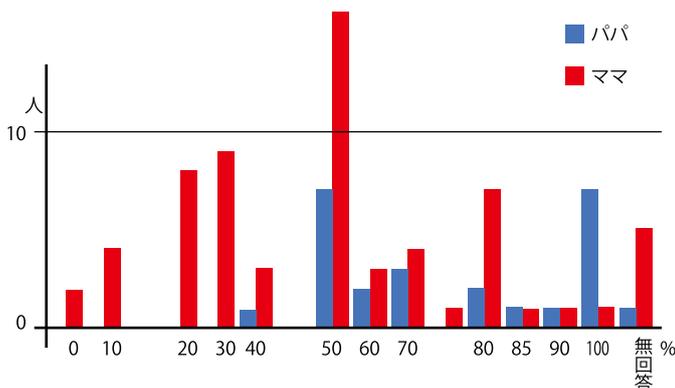
ママの場合



～その他のコメント～

- *どれも満足していない。
- *な・・・なんとなく満足しています。
- *家にいる時間は少ないが、文句も言わずに頑張ってくれているので、感謝している。
- *思いやりがある。
- *休みの日は子どもとしっかり遊んでくれるし、私が用事があれば快く送り出してくれる所。

★パートナーを異性として見る割合はどれくらいですか？



異性として見る割合

全体的に、パパはママの事を異性として見ている割合が高いが、ママはそれほどでもない!?

パパは現状に満足しているようだ。ママは、理想と満足度はほぼ一緒くらい。
それって、お互い努力しているからなのかナ???

ぐるんば世代の子育ての現状として…

パパも睡眠不足になったり、夫婦の時間がなくなるなどの変化はあるけれど、生活自体はあまり変わらない?
ママは、妊娠出産を経験し、ホルモンバランスが大きく崩れ、精神状態が不安定になることも。家事育児に追われることで、余裕がなくなる人も多い。
その辺から出てくるすれ違いもあるのでしょうか。

では、パートナーとして信頼できる関係を作るには、どうしたらいいでしょう?

さきこさんちの場合

イクメンの育て方を尋ねられて考えた

私の旦那は家事や育児をできる範囲で精一杯やってくれます。その理由は「こんな大変なこと。俺もやらな、あなた潰れてしまうやろ。そしたら家族みんな潰れてしまうやろ。俺が家族守らなアカンやん。」

なぜ、そう思い、行動するのか。元々はそんな人ではありません。結婚前は「結婚なんかしたくない!まだまだ遊びたい!」と言ってたけど、私のゴリ押しで強行突破したのです(笑)

結婚当初ケンカが絶えませんでした。

かつての私はいい妻、いい母であるべき。家事育児は妻がこなすべき。美味しいご飯を何品も栄養のあるものを作るべき。子どもに躰をして強く優しく育てるべき。子どもは親の教えを素直に聞くべき。挙げだしたらきりのない私のルール。「私の」「正しい」「常識ルール」に「反する人」が「間違っている」だから「イライラする」。

私は一生懸命頑張ってるのに、うまくいかない。旦那はわかってくれない。分かってほしい。

ちゃんと、家を綺麗に、美味しいご飯を作って…、と やろうと思っても上手くいかない、子どもの世話で思うようにできない。良い妻に良い母になれない。苦しい。罪悪感に自己嫌悪。自分はダメやなあ～…褒め言葉さえも嫌味に聞こえる。手伝ってもらっても煩わしく思う。素直に受け取れない。イライラする。

このガチガチな私のルールはどこからやってきたのか?それは幼い頃周囲の大人がすり込んだ物、又は自分が大人の表情や態度を見て空気を読んで「勝手に」「そうしなければ」と思い込んだ事、本心を言えなかった事。「親の望むように」成長しなかった私が「私は認められなかった人間」と決めつけた事から始まっていたようです。そこで母親に私の本心を伝えました。

母は「そんなつもりなかったんやけどね、自分と同じ思いさせないようにお母さんも一生懸命やったんや」と聞き、母の思いに気づき、そして私の思いを素直に伝えていく事で私の心が少しずつ癒えていっています。

そんなややこしく、ちっぽけな私を少しずつ理解してってくれた旦那。旦那がダメな私を受け入れてくれ、ダメな私でも求めてくれる子ども達がいた事で、ダメな私でも認められているし、むしろすばらしいやん自分、と思えるようになりました。

それからは、旦那に「出来やんから、助けてよー。私の器小さすぎて、すぐ溢れるー助けてー。よその嫁さんみたいにできやんのよーごめんよー」「私は強くないし、甘えたいし、守られたいし、大切にされたいー!」って言えるだけで意外とスッキリしたし、旦那もちょっとずつ助けてくれるようになって、大変な事してるって実感してくれて「俺が家族守らなアカン」と旦那、父親としての意識が高くなっています。他人を変えることは出来ないが、自分が変われば他人も変わるってほんまでした。日々旦那への信頼は大きくなっています。信頼=人に言って頼る事です。

最後に、私が一番大切にしていることは、「自分」です。母親なのに、妻なのに、一番大切にしているんは自分です。自分を大切にしたら、子どもも旦那も大切にできます。自分を大切にせな、人を大切にできません。だから、私はしたい事は家族の為にとって諦めません。母が笑顔で幸せなら、子どもも笑顔で幸せになると信じてます。

母が笑顔な家庭が最高の家庭になると思ってるのでやっぱり旦那にお願いすることはただ一つ「私を笑顔でおらせてね」です。

こんな私と家族になってしまった

旦那と子ども達に幸あれ!

わたしはlet it goを歌います

止められても!(笑)

(表谷 早希子)



ものぐに子どもNPOのパパの会「イクP」を 取材してきましたー!!

イクPとは…

「一緒に遊ぶパパがええやん!」を合言葉に子どもと一緒にいかに楽しく遊ぶかを考えているパパ達のグループです。これまで、紙ヒコーキ大会、こままわし、デイキャンプなどを行ってきました。子育てするパパ同士の仲間作りをしています。

Q1、イクPに入ったきっかけは?

- ・ママに騙されて(笑)でも、もともとこういう活動が好きで。
- ・横の繋がりができていくと思って入りました。

Q2、入会して、自分自身が変化したことは?

- ・子育てに対していろんな方法が見つかりました。
- ・休日を自分の趣味に使っていたけど、イクPの活動に参加するようになりました。
(子どもと接するのは今の時期だけなので)
- ・他の人や子どもと接する事が少なかったのが社会的になったと思います。
- ・子どもへの接し方が変わったと思います。長時間1人で面倒見ても全く苦にならなくなった。

Q3、活動していて楽しいことは何?

- ・パパでしかできないことをグループで楽しめること。
- ・ベーゴマを子どもに教えることです。
- ・飲み会(^^)
- ・子どもができることを発見できることです。
(デイキャンプで、包丁使えるんやーとか)
- ・子どもの楽しそうな顔と自分が楽しむために一丸となって企画、準備と協力しあい、子どもを通して色々話して交流できること。



Q4、これからしていきたいことは?

- ・仲間をふやしたいです。
- ・1人や1家族ではできないことや困難なことを互いに協力して、様々な経験を子どもにさせてあげたいです。
- ・体を動かすことが好きなので、子どもといっしょに走り回ればいい!

Q5、会議では何してる?

- ・次なにする〜?とか。
- ・企画の準備、分担(自分達も楽しめることを話す)
- ・子どものこと、ママのことを話をしたり…。(ママにはヒミツ)

Q6、印象に残っている活動は?

- ・芝すべり
- ・紙ヒコーキ大会
(講師:ギネス記録保持者 戸田拓夫さん)
- ・遊びのプロ集団、劇団アフタフバーバンのワークショップ(勉強になった)



いつ遊ぶの？ 今でしょ！！



Q7、パパ同士の関わりの中で感じることは？

- ・ いろんな職業のパパ達と出会って普段の仕事の話も聞けて勉強になります。
- ・ 子どもとの遊び方を知らないだけで、知っていくと子どもと遊べると思います。
- ・ みんな言わないだけで、他のパパと関わることで、パパもホッとできると思います。
- ・ 子育てや家庭について話し合える機会があって良かったです。

Q8、他の子ども達と関わって感じることは？

- ・ 我が子のように可愛く見えます。
- ・ 他の人の目もあるし、最初は恥ずかしいけれど、いかに子どもと同じ目線で遊べるかが大切と感じます。

Q9、イクPメンバーからパパ達、ママ達へのメッセージは？

パパへ

子どもとの遊びも大切。ぜひ一緒に企画し、楽しみながらやっていきましょう。参加よろしくお願ひ致します。

ママへ

普段は忙しい僕達ですが、ママも定休日が必要だと思っています。助けてあげられることは助けたいという気持ちはあるのですが、「言わなくても分かるでしょ」ではなく、何でも具体的に言ってほしいです。子どもにはあまり締めつけず何でもやらせてあげたいと思います。お互い助け合って子育てしていきましょう。

～イクP これまでの主な活動～

- ・ おり紙ヒコーキ大会
- ・ こま博物館長によるこままわし
- ・ 手打ちうどん
- ・ アフタフバーバン
遊びのワークショップ
(アフタフバーバン 忍者修行や探検などイメージ、表現遊びのワークショップを通して共に遊び合う活動をしています)
- ・ 岩城敏之氏講演
(テレビ取材入りしました！)
- ・ きのくに子どもNPO秋祭り出店
「男前ヤキノバ」
「お豚(おとん)のふた汁」など

<定例会>

毎月第2土曜 19時～

きのくに子どもNPO事務所にて



よしちゃんママのてんやわんや 2人目出産レポート!

ママの不安

2人で育児をするという覚悟のないパパに不安いっぱいになる。ともだちからも、パパの実家へ行った方がいいのではと勧められる。

ママは実家に帰りたかったが実家の都合で帰れない。

結果…

出産後パパの実家へ行くが1週間後に義母が風邪でダウン。

2人の話し合い

(ママ) パパと2人で頑張ろうと思う。

(パパ) 義父母に気を遣ってしんどくなるだろうから自宅でいた方がいいんじゃないか。

どこか他人事だとパパを感じる。

家族4人の生活スタート

パパが家事・育児の協力をするようになる。

毎日早めに帰宅。赤ちゃんのミルクを作る。洗濯などの家事を出来る範囲でやる。どうしても帰宅が遅くなる時は、子ども達の入浴までには帰宅する。

2人のきもちは？

●パパ

ママは毎日大変なので、せめて自分にできることをやってるつもり。子ども2人の世話は大変なので、本当ならもう少し実家に居られたら良かったのだが…。長男の赤ちゃん返しには少しイライラすることもある。でも家族のためなら頑張れる。体調を崩さないよう気をつけながら…。

●ママ

出産前は不安でいっぱいだったが、夫が出産に立ち合ってくれて、その時は気持ちも落ち着いていた。でも日が経つにつれ、肉体的にも精神的にも疲れが出てきた。夫はとてがんばっていると思うが、気持ちがすれ違っている気がする。解決しなくてもいいから、子育てや長男のことなどゆっくり話し合っしてしんどさを共感しあう時間がほしい。

初めてパパに万緒ちゃん(1歳3ヶ月)を 預けてみました!



パパ、
お願いします。

この日は啓佑(3歳)と
ママは二人で
お出掛けです★



<パパの感想>

初めての預かりで不安だったけど、思ったよりは大丈夫だった。公園では、どこに行くかわからない万緒を追いかけて大変だった。

帰り道、万緒が車で寝てしまったので、お弁当が入った袋と万緒を抱っこして、車から降ろし、階段を上がるのは大変だった。

家でぐずられると外に行かなくてはいけないと言うママの話が理解できた。

万緒だけでなく啓佑も一人でお世話しているママをすごいと思う。次も預かれると自信につながった。

ママのコメント

パパ、初めての預かりおつかれさまです。家を出る時は心配でドキドキしましたが、おかげ様で啓佑と楽しい時間を過ごす事ができました。ありがとうございます! また時々お願いします!



- 9:30 ママと啓佑を見送る。
- 10:00 万緒とパパ 公園で遊ぶ
弁当買い出し
- 11:00 帰り道 万緒、車で寝てしまう
家に帰る
- 12:00 万緒起きる 昼ご飯
- 14:00 家で遊んでいたが、ぐずりだす
外に行きたがるので、家を出る
- 15:00 ママ、啓佑、帰宅



夫婦の歯車あってる？



～子どもが生まれてからの、夫婦間ギャップ～

産後ママは、新生児と一緒に自分の実家にしばらくお世話になる…ママの体調を気遣ってのことで、よくありますよね。私も当然、実家に入り浸りでした。けれど今では本当に良かったのかな?と思います。

育児が本当に大変で、頼りない(スミマセン)新米パパより自分の両親の方が頼りになるし甘えられる。何よりパパにはお仕事があるし…と変に気を遣って、パパから育児を遠ざけていました。

でも新生児とパパママって新しい家族なんですよ。

想像以上に大変な初めての育児を家族であり経験しなかった我が家。泣いてばかりでなかなか寝ない子を抱っこして自分も泣いていた日々。やっと寝た我が子の安心しきった寝顔を見て、ほんの束の間の癒された日々。この悲しみも喜びもパパにほとんど話さず、抱っこしてる姿しか見せてなかったように思います。

あまりおしゃべりでないパパ、そんな性格を勘違いして私と子どもを無視するような気持ちになり、言っても無駄だと勝手にあきらめてしまっていました。子どもに少しずつ表情が出て来て2人の時間に慣れて来ると、余計にパパとの間に壁を作っていました。

この頃から、パパが何かを感じたのか、変わりはじめてきました。とにかくそばにいます。それ迄は帰って来て私達の

顔見たら自分の部屋に入り、私と子どもが寝ると部屋から出て来る…みたいな感じだったので、初めはなんているの?という不快感(ゴメンなさい)がありました。子どもの遊びにじっくり付き合ったり、家事の手助けをしてくれたりして、自然に溶け込んで来ました。そして私もだんだん彼がいるのが普通に、当たり前になりました。我が家は3人家族なんだと、その時やっと実感しました。

勿論子育ては1人では出来ません。両親や第三者に助けをもらうのも大事です。

今も、私の実家は近いのでよく行きます。ただ、家に戻って家族3人していると、やっぱりここが落ち着く自分の居場所なんだとしみじみ思うようになりました。時間がかかりました。思えば、出産して実家に居続け、パパを除外して両親に頼りきってしまったのが原因かなと思います。ただ、これって我が家だけのことでしょうか?

息子は3歳になりました。毎日がバタバタと慌ただしく過ぎて行きます。案外子どもが私達から離れるのも早いのかもしれません。

夫婦2人の時間が増えた時、ただの同居人にならないように、今から言い争いやケンカもしつつお互いを理解し合っって心地よい関係を続けたいと思います。

(くろちゃん)



これからの自分達の形をつくっていく…

肩肘をはらずに自然体で子育てを夫婦2人で協力していければ、しんどいことや大変なことは家族の思い出になって、あとで笑い話に出来ると思います。確かに今は必死すぎて目の前のことしか見えないかもしれませんが、新しい自分の家族の形をまた作っていく喜びもあると思います。少し先の生活や自分の目標など見据えて、前向きに子育てをしていけたら目の前の変なことも気にならないかもしれません。夫婦どちらかが無理をして成り立つ子育ては、きっと我慢の限界が来ると思います。愛情がなくなったと思っていても、実は疲れているだけか相手に期待しすぎているのかもしれません。どこに流れ着くかはお互いの真剣に向き合う姿勢にかかっていると思います。

自分が子育てをするんだという強い覚悟がほしい。それがパートナーにあると確信出来れば少くも子育て参加の時間がなくても、子育てのしんどい部分も乗り切れると思います。子育てをしながら、夫婦2人それぞれの望む道も大事にしていけたらと思うのです。

(矢島有香子)

ママとパパ 2人でこんな所に行ってみた～い!

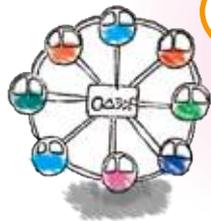
ママとパパに
聞いてみました。

家族と過ごす時間は大切だけど、たまには2人でお出かけするのもいいよね。どこに行くのか相談しているうちにワクワクして楽しい気持ちになって会話も弾みそう!つき合っていた頃に行った事がある所もいいね。楽しかった事、嬉しかった事、ケンカした事など思い出したりして、結婚する前と今とではママはパパに対して、パパはママに対しての気持ちの変化や考え方などを見直すいい機会になるかも!



あそび

- *遊園地 (ジェットコースターとか思いきり乗りたい!)
- *U S J (ホラーナイトを思いっきり楽しむ)



子どもが怖がるので、
今は我慢してる～



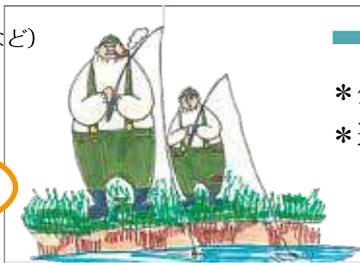
旅行

- *沖縄・京都・屋久島・富士山…
- *沖永良部島の洞窟「銀水洞」
- *新婚旅行で行ったモルディブでスキューバダイビング
- *ベネチア
- *夜景を見に行く
- *赤毛の안의島 (プリンスエドワード島)
- *客船で世界一周なんていうのもいいな♡
- *ハワイに行きたい! (でも友達と行った方が楽しいかも…なんてちょっと淋しい意見も…)

「新婚旅行で行った所」は
わりと多かったよ!

趣味

- *ライブ (ドリカム・JUJU・ミスチルなど)
- *映画 (ホラー映画)
- *絵画鑑賞
- *釣り
- *温泉
- *甲子園 (野球観戦) やスポーツ観戦
- *ツーリング (夏の北海道をバイクで1周したい)
- *マンガ喫茶で漫画を2人で読みふける (特に「よつぱと!」シリーズはお勧め!)
- *カフェ (雑誌などを読める所でゆったりと
過ごすだけでも良いという意見も…)



子どもが出来る前は
2人でよく行ってた!

2人の共通の趣味



食事

- *外食 (フランス料理、焼肉屋、ラーメン屋)
- *近場の温泉に行って美味しい料理を食べる

ゆっくり2人で
ぜいたくにステーキ
食べた～い!



～ 編集 後 記 ～

私の両親は、昔の考え方の人なので父は亭主関白で男は家族を養い、母は父の考え方についていき女は女らしく家事や育児をするのが理想で、もちろん私もその考えで育てられました。なので何の疑いもなく、その環境が普通だと思っていました。だから家事や育児も私が頑張らなければ…と無意識に思っていました。

でも苦しくなる……。気持ちをわかってもらいたいとパパに話しました。すると意外な事に「今はそんな時代じゃないと思うし、子育ては家族でするものだと思う。」と言ってくれ、心が楽になりました。よく考えてみれば、子どもの夜泣きがひどい時に私と交代で長時間あやしてくれた事もありました。私自身がいっぱいいっぱいになっていて気付かなかったけど、ほんとはパパに支えてもらっていたんだなあと思えます。夫婦の関係は平等でありたいと思います。そのためには助け合い思いやりの気持ちと感謝の気持ちを伝えて、お互いに安心した気持ちで子育てをしていきたいと思えます。(山田 薫)

編集委員 明石依子 大津智春 柏木めぐみ 桑原江里 栖原あゆみ 谷田りか 村畑佳美 矢島有香子 山田薫 (五十音順)