

## 「主夫デー」はどのように過ごしますか？

「主夫デー」には基本的に、掃除・洗濯・炊事など家の中のことをひと通りやっています。一人暮らしが長かったので、料理は得意ですが、仕事の日より早起きして、仕事とは違う緊張感があるので疲れます。(笑)

平日、妻は子どもと一緒にいますが、掃除や洗濯などの家事に追われ、なかなか子どもと遊べないんです。子どもと遊べないことも妻にはストレスになってるので、週に1日は妻に家事から離れてもらい、子どもとたくさん遊ん



▲主夫デーは自分から提案しました。

でもらっています。

僕も家事が終われば、子どもと遊び、妻が本を読んだり、パソコンをしたりする時間が作れるようにしています。子どもとは、家の近所の公園によく行きます。

僕が家の心配をせずに仕事ができるのは、妻のサポートがあつてこそなので、自分も妻のサポートをしたいと思っています。育児休業を取得して子育てに専念とまではいつていないですが、うまく具合に役割分担ができています。なと思っています。

## 育児制度など、子育てに関する職場の環境はどうですか？

制度はありますが、取得はしていません。ただ、子どもが体調を崩したときなどは、早めに帰らせてもらえます。子育てに関しては、職場の理解があり、とても助かっています。

また、職場には子育ての先輩がたくさんいるので、服のお下がりをもったり、子どもの年齢に応じたアドバイス



▲職場の環境には恵まれています。

をもらったりして、子育ての情報交換もできています。

子どもが生まれたときに、職場の先輩からオムツをプレゼントされたんです。もらったときは「変わったプレゼントだな」と思ったのですが、実際に最もお金のかかる物がオムツだったので、後々ありがたみがわかりました。(笑)

## 子育ての情報交換などはどのようにしていますか？

「子育てに関する本」を買っ

て熟読したり、夫婦でいつも話し合ったりしています。

また、公園に遊びに行ったときなどに、近所のお父さん・お母さんと情報交換をしています。お父さんたちとは、「自分の時間がない」と話すこともあり、同じ悩みを話せるだけで十分ですね。

まさに「井戸端会議お父さんバージョン」です。(笑)

## 結婚し、子どもが生まれてから生活は変化しましたか？イクメンの苦労はありますか？

結婚する前は気持ちのオンとオフがはつきりしていましたが、結婚して、子どもが生まれてからは、オンなのかオフなのかわからない状態のまま毎日生活していました。

一人になることがあまりないため、正直「きつい」と思ったことは何度もありました。しかし、妻

や子どものために何かをするということで、自分以外の誰かのために時



▲子どもと一緒にいると、自然に笑顔になります。

間を使うことが新鮮であり、この「誰かのために生きる」ということが、親になることなのかなと思ったこともあり、また、こうした感覚を子どもに伝えていくことが、親の役割なのかなとも思っています。

夫婦げんかもありますが、「主夫デー」などお互いリセットする時間があり、子育ても夫婦の関係も良い方向に進んでいると思います。

また、「これでよいのかな」と振り返ることもあり、決して「ベスト」ではないと思っています。今の子育てが良かったかどうかは、子どもが育つてみないとわからないですね。

次のページに続く

励みになる出来事やうれしかったことはありますか？

長女が1歳6か月のときに初めて「お父さん」と呼ばれたときはうれしかったですね。お父さんになったんだと実感しました。また、小さいことでも、これまでできなかったことができるようになる、すぐうれしいですね。

いつも子どもと同じ目線で見て、考えて、自分も一緒に楽しんでいるから、子育てを大変だとは思っていません。子育てを楽しんでいると思います。

「自分のことより子どもの



▲今、子育てを楽しんでいます。

ために」という言葉はよく使われますが、親になって初めてその言葉の意味がわかったような気がします。

結婚する前はすごく大きな性格だったんですが、今は、子どものことを思うあまり「心配性で、神経質」になりました。親が子を心配する気持ちもわかるようになってきたのかなと思います。

父親になったことで、生活や習慣だけでなく、「性格」まで変わりましたね。(笑)

子育てをするお父さんたちにアドバイスをお願いします。

世の中のイクメンほど大したことではできていないので偉そうには言えませんが、いろいろなことを「当たり前と思わないこと」「感謝の気持ちを大切にすること」が重要だと思います。

僕は、「周囲の方たちの協力があるおかげで今の子育てができて、周囲の方たちの支えがあって今の自分がある」と思っている、その気持ちを大切にしています。ま

た、その気持ちを持つていれば、良い育児ができるのかなとも思っています。

「感謝の気持ちを大切に！」と、思っている、妻にはなかなか面と向かって「ありがとう」と言えないので、今度言うてみたいと思います。



▲感謝の気持ちを大切にしていきたいです。



## 第26回 女と男、ともに織りなすフォーラム in はむら

### パパはイクメン ～パパが子育てを楽しむコツとは～

NP0 法人ファザーリング・ジャパン理事の吉田大樹さんを講師に迎えます。

3人のお子さんを育てている実体験をもとに、子育ての楽しさや難しさ、仕事や家庭の充実、周囲の協力や助け合い、子育てを始める心構えなどについて話していただきます。

ぜひ、お越しください。

(\*) イクメンとは…子育てを楽しみ、自分自身も成長する男性のこと(厚生労働省)

日時 2月19日(土)午後2時～3時30分  
(午後1時30分開場)

会場 ゆとろぎ小ホール

定員 250人(先着順)

入場料 無料

講師 吉田大樹さん(NP0 法人ファザーリング・ジャパン理事)

※直接会場へお越しください。

※手話通訳あり

身近な男女共同参画のテーマについて、一緒に考えてみませんか？