

自分の子供だけでなく

他の子供も、それぞれ個性をもち、とても可愛らしく思えるようになった。

(会社員 35歳 / 子供7歳、2歳)

責任感を強く自覚するようになった。

自分の健康に気を使うようになった。

(会社員 35歳 / 子供3歳)

家の仕事(子育てを含めて)が

会社の仕事より大変だとわかった。子供に親として育てられているように感じる。

(会社員 41歳 / 子供10歳、8歳、5歳)

週の半分は保育園の送迎を受け持っているが、**時間の使い方が子供中心**に変わった。

(公務員 36歳 / 子供6歳)

飲みに行かずに帰ろうと思うようになった。

(会社員 37歳 / 子供2歳、0歳)

ココロが 変わった!

子供が
できて

自分も家事をするようになり、**家事・育児の大変さ**を実感するようになった。

(会社員 36歳 / 子供2歳)



無駄使いが減った。
タバコをやめた。

(会社員 33歳 / 子供2歳)

親のありがたみを改めて思い知った。

(公務員 26歳 / 子供1歳)

先輩パパに聞いた

今までは自分の楽しいように生活することに意識がいていたが、子供にとってどうするのがいいのか、という考え方になった。(会社員 33歳/子供3歳、0歳)

仕事で夜遅くなるため、朝早く起きて子供と

ご飯を食べたり、休みの日にはできるだけ一緒に

にいるようにしている。(自営業 28歳/子供1歳)

仕事で困難な局面に立っても、子供のことを考えると**精神的に強く**なれ、頑張ることができる。(会社員 37歳/子供3歳、1歳)

物事に対する許容範囲が広がり、

優しい気持ちになれるようになった。(会社員 36歳/子供5歳)

仕事から疲れて帰っても、**頭を切り替えて**家にいる時間を楽しめるようになった。(会社員 28歳/子供1歳)

普段見過ごしてしまいそうな草、花、実など、子供と一緒にだと見たり、ふれたり、採って食べたり、**自然とのふれあい**を身近な所でも感じるようになった。(自営業 39歳/子供5歳、2歳)

忍耐力がついた。妻の話、特にPTAや近所の人の話など

最後まで聞く?ことができるようになった。(会社員 50歳/子供11歳、9歳、6歳)

子供が育つていく

世の中のあり方について

考えさせられることが多くなった。

(会社員 38歳/子供7歳、3歳)

自分の**人生に幅**をもたらせてくれたのは子供のおかげ。考え方、感じ方すべてが少しずつ

子供と一緒に成長してきている。

(会社員 32歳/子供5歳、1歳)



夫の子育て、 妻はどう見ている？

いらんぱり



うれしかったこと
感謝していること



注文したいこと
直して欲しいこと



言わなくても何でも手伝ってくれる。
お互い仕事をしているが、子供が風邪をひいても、二人で交代に休みをとるなど、力を合わせて頑張っている。



少し料理ができるようになってほしい。
(フルタイム 28歳/子供2歳)



休日子供を公園に連れていったり、夕飯を作ってくれること。「一日中子供と一緒にだと大変なことも多いと思う。よくがんばってる」と言ってくれるのがうれしい。



もう少し頼れる存在であってくれればいいなあと思う。どんな家庭でありたいか、自分の生き方など、私に伝えてほしい。
(専業主婦 22歳/子供2歳)



少しずつ努力して、子供や家のことで自分ができることを増やしていること。



子供が病気をしたり、保育園や学校の用事するとき、休みをとって積極的にかかわってほしい。
(フルタイム 42歳/子供7歳、5歳、1歳)



子供の話し相手をしたり、お風呂に入れてくれたりする。



休みの日に自分だけ遊びに行かないで。家族で出かけたい！
(パートタイム 40歳/子供15歳、13歳、6歳)

😊 いつも子供のように一緒に遊んでくれること。子供もパパが大好き。

😞 「母親というのは、何があっても明るく感情を出さず我慢しなければいけない」と考えているように思われる。「母親とはこういうものだ」という見方は考え直してほしい。

（パートタイム
32歳／子供4歳、2歳）



😊 手伝いをしてくれる。子供とよく遊んでくれる。

😞 **自分のことは自分で**して。ゴミはゴミ箱に。
（自営業 34歳／子供6歳、4歳、1歳）

😊 子供と二人きりで外出して、**ママ一人の時間**をつくってくれること。

😞 もっと優しい言葉、いたわりの言葉をかけてください。一般的に、母親の孤独感、閉塞感、自分の時間がもてないことへのいらだち、ストレス、かなり大きいと思います。一番身近な**パパさえわかっていない**ことが多いのでは。
（専業主婦 25歳／子供1歳）

😊 休日にはおむつ替えや、食事づくりなどをしてくれる。息抜きに4～5時間**一人で外出**させてくれる。子供を公園に連れていってくれる。

😞 平日にも**1日1回家族団らんの時間**を作ってほしい。もう少し早く起きてください。（専業主婦 30歳／子供3歳、2歳）

妻たちに聞いた

パパに 注文したいこと

- 1 育児をしてほしい……………31通
（お風呂、ウンチのおむつ替え、子供と遊ぶ、寝かしつけ、夜泣きの対応など）
- 1 自分のことは自分で・生活態度に気をつけてほしい（早起きなど）……………31通
- 3 子供と外で遊んで・子供と二人で過ごしてほしい……………28通
- 4 夫婦のコミュニケーションがほしい……………25通
（話を聞いて、夫婦の会話を、一緒に考えて、大変さを理解して、ねぎらいの言葉を）
- 5 平日早く帰ってきて・休日家族で出かけたい……………22通
- 6 子供を甘やかさないでほしい……………15通
- 7 家事をしてほしい（料理など）……………12通

アンケート回答177 通のうち複数回答上位7項目

1 子供は本当にいいものです。すぐ大きくなっちゃいますので、**その瞬間を大切に** 過ごしてほしい。
 (会社員 34歳/子供2歳)

父親が**親として自覚**するのは、子育てを通じてしかありません。積極的に子育てに参加してください。子育ては、基本的に、特に子供が幼い間は、**父母の役割の違いや垣根はない**と思います。(公務員 36歳/子供6歳)

2

3 子供は育児書に書いてあるとおりにはいきません。**自分と妻との対話**の中で自信を持って子育てしよう！
 自信＝子供の精神的安定です。
 (会社員 33歳/子供5歳、1歳)

4 仕事から疲れて帰ってきて、家でくつろぎたいことでしょう。でも**育児は24時間体制**です。できるだけ協力しよう。子供のためにもなります。
 (自営業 38歳/子供1歳)

子育ては大変だが、子供と共に自分も**親として育ていける**素晴らしい体験ができる。前向きに取り組んでください。

(会社員 45歳/子供12歳、10歳、7歳)

5

6 ママの**良き理解者**となってあげること。
 ママに**息抜きの時間**を作ってあげること。
聞き上手になってあげること。
 (会社員 28歳/子供2歳、0歳)

10のアドバイス

7 育児に参加することは結構 **楽しい** もの。難しく考えず、**色々なことにチャレンジ**してみては？

(会社員 32歳/子供1歳)

8 家事・育児は手伝うものでなく、**家庭での自分の仕事**と考えて行うようにしましょう。

(公務員 35歳/子供4歳)

子供は生まれた時から**独自の人格**なので押しつけ、過度の期待はしない（そう簡単にトンビからタカは生まれない）。

(会社員 42歳/子供2歳)

9

子供がいなかった頃と**同じような働き方はできない**し、すべきではないと思います。子供を育てることを一番に考える時期だと思うからです。

(会社員 38歳/子供7歳、3歳)

—男性が語る、子育てへの思い—

「自分が子供を持つようになってから、自分のまわりにたくさんの赤ちゃんがいることに気がきました。自分が親になったことで、まわりの人に優しくなれた気がします。何もわからずに育児を始め、イライラする時もありました。しかし、多少妻の気持ちを感じることができたことは、とてもよかったと思います。お互いのことを知ることで、支え合うことができていると思います。」

「子供のため、自分のため、妻のために、ガンバロー！と思います。」

「パートナー同士、理解しあわなければいけない。」

「仕事を持っている父親が、どれだけ子育てにかかわることができるかが大切。相手の身になって考えることは大切ですよね」

「これから子育てをするであろう私としては、子育てを喜んでやりたいと思う。そして、その意識を、まわりの友人たちに広めていきたい。」

(平成15年「児童環境づくりシンポジウム」参加者アンケートより)

あなたは どんな



になる？

(作成・精神科医 小西聖子)

① 次の文を読んであてはまると思ったら□にチェック

(□が2、3コある時は全部にチェック)

	A	B	C	D	E
●休日には妻をおいて、一人で出かけることが多い	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>
●自分が食事の用意をすることもよくある			<input type="checkbox"/>		
●思うとおりにならないとついカッとしてしまう					<input type="checkbox"/>
●子供が大きくなったら、ぜひやらせたいことがある				<input type="checkbox"/>	
●妻が一人で外出していると不機嫌になる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>
●もともと友だちは少ない	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>
●男の仕事の大変さを妻はわかっていない		<input type="checkbox"/>			
●子供が生まれたらビデオをたくさん撮るつもり				<input type="checkbox"/>	
●子供をしつけるには体罰も必要					<input type="checkbox"/>
●自分は親からあまりかわいがってもらえなかったと思う					<input type="checkbox"/>
●妻と出産のことをよく話し合う			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
●出産・育児雑誌の名前を3つ以上言える				<input type="checkbox"/>	
●子育ては大変な仕事だと思うようになった		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
●子供なんか欲しくなかったのになと思うことがある	<input type="checkbox"/>				<input type="checkbox"/>
●妻がかかっている産婦人科について行ったことがある			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
●体が大変なのはわかるが食事の手抜きはやめて欲しい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
●妻が妊娠してから、家事を分担することが多くなった		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

チェックの数






--	--	--	--	--

② AからEまでの数を集計する

③ Eの数が4つ以下の場合

⇒AからDで一番数が多いのがあなたのタイプ ←

Eの数が5つ以上あったら⇒Eタイプ ←

こんなパパになりそう	妊娠中 アドバイス	子育て期 アドバイス
<p>Aタイプ</p> <p>無 関 心 パ パ</p>  <p>■父親の実感がイマイチわかず、自分の世界を大事にし、家事や子育てには手も口も出さないタイプ。 妻にあれこれ相談されたり、頼まれたりするのがめんどくさい。休日は、一人で遊びに出かけてしまう。</p>	<p>■ともかく一度産婦人科へ。 超音波画像のわが子に対面し、小さな命の息吹を感じよう。妊娠・出産は妻だけの問題ではない。</p>	<p>■生まれた途端に急に子ぼんのうになる場合もある。 でも、赤ちゃんをあやすだけでなく、授乳で疲れている妻のために、食事の片づけや掃除を。</p>
<p>Bタイプ</p> <p>わかつちやいるけど パ パ</p>  <p>■子供はかわいいし、遊んだり、風呂に入れたりしたい気持ちはヤマヤマだが、仕事と付き合いで時間がないし、休みの日は疲れてついゴロゴロ。妻が大変なものわかるけど、オレはもっと大変なのよと思っている。少し前の日本男性の典型的なタイプ。</p>	<p>■仕事と付き合いはうまくやりくりして、早く家に帰ろう。疲れていても、妻の心の支えになることはデキル。</p>	<p>■夜遅く帰ってきて、寝ている赤ちゃんを起こすのは×。週何回か、残業しない日をつくって、子供とスキップを。</p>
<p>Cタイプ</p> <p>平成ナチュラル パ パ</p>  <p>■男だから女だからというこだわりを持たず、料理や掃除もお互いがうまく分担すればいいんじゃないの、という自然体パパ。 比較的若い共働き家庭に多いタイプ。 子育ても、仕事とのバランスを取りながら二人で上手にクリア。</p>	<p>■家事分担は、これまでに以上に気をつけて。</p>	<p>■おとな二人の時にはうまくできていたことも、子供が増えたとトラブルになりがち。どんなに順調にいっても、子育ては大変なこと。忍耐力も必要だ。</p>
<p>Dタイプ</p> <p>ちょっとオタク パ パ</p>  <p>■妊娠がわかった直後からあらゆる育児書、雑誌を読みあさり、情報収集はカンペキ。両親学級にも自ら積極的に参加。子供のビデオ撮影にも燃えている。 でも、めんどうな家事は苦手。</p>	<p>■健康面で妻を気づかってあれこれ注意するのもいいけれど、妊娠中はリラックスすることが大事。</p>	<p>■子育てはマニュアルどおりにはいかない。 育児情報に振り回されしないで、その子らしさを尊重しながら、楽しく子育てしよう。</p>
<p>Eタイプ</p> <p>イエローカーン パ パ</p>  <p>■子供をかわいがって育てる父親のイメージがわからないタイプ。 愛情はあるんだけど一方的。子供をどうしていいかわからず、カッとしてしまう。</p>	<p>■あなたも妻もストレスが高くなっていくかも。ひどいケンカをしそうになったら、誰かに相談を。電話相談も活用して。 (P.49 参照)</p>	<p>■子供の育て方は人によっていろいろ。他の家庭にも目を向けてみて。妻にも子育てグループなどに参加してもらおう。子育ての不安は皆でわけ合いたい。</p>