



# 輝こう！サルサで楽しむ★男性の家事・育児など！

平成 27 年 11 月 7 日 (土) 13:30~15:00 富山県民共生センター サンフォルテ

## ■ 男性にとっての男女共同参画シンポジウム

平成 27 年 11 月 7 日 (土)、富山県民共生センター サンフォルテにおいて「男性にとっての男女共同参画シンポジウム」を開催しました。これは、NPO 法人ファザーリング・ジャパンが主催する「ファザーリング全国フォーラム in とやま」の分科会として、内閣府が主催したものです。

男性が働き方の見直しを進め、楽しく家事・育児に参画していくことをテーマに講演を行い、当日は約 50 名の聴講者にお集まりいただきました。

## ■ 講演「輝こう！サルサで楽しむ★男性の家事・育児など！」

講演者 NPO 法人全日本育児普及協会 理事 佐藤 士文さん

まず、最初に「ベビーサルサ」(ダンス)を参加者全員で習った後、「父親育児を楽しむコツ」「夫婦のパートナーシップ」について、講演いただきました。

佐藤さんは、以前勤務していた会社で初の男性育児休業取得者でした。育児休業中に子どもの成長に立ち会えて感動し、また子どもを抱っこしながら得意のサルサのステップを踏んだところ、子どもがすやすや眠ったと言います。この経験から、子育てのよさを、ベビーサルサなどを通じて世の中に広めたいと考え、現在育児普及に関する取組をされています。

### (1) 父親育児を楽しむコツ

男性のみなさん、「沐浴で赤ちゃんに最適な温度」「オムツ替えの際のポイント」「赤ちゃんが呑み込んでしまう物の大きさ」「産褥期について」どれくらいご存じでしょうか？沐浴は35~40℃、おむつ替えの際はちゃんと最後におむつのギャザーを立てる、ピンポン玉くらいの物を飲み込むなどなど、家事・育児にあたって、知っておくべきポイントは多々あります。



そもそも育児は女性の役割だと誰が決めたのでしょうか？授乳、オムツ替え、離乳食、お風呂、寝かしつけ、掃除、洗濯、洗物、料理など、一日中仕事をしなければいけないので、主婦の仕事を年収になると 1,200 万円になるという調査があるように、まさに大変な仕事です。

現在は核家族化が進み、共働き世帯が増えているにもかかわらず、男性の育児休業取得率は1~2%程度と女性と比べて非常に少なく、「男性は仕事、女性は仕事と家庭」という状況にあると言えます。

育児は苦労よりも感動の方が大きい。子どもの成長はまさに一瞬しかありません。是非男性の皆さんに主体的に家事・育児に参画していただき、感動を味わっていただきたいと思います。是非ベビーサルサを取り入れて、子どもをふれあってみてください。

父親育児を楽しむコツですが、「①パパ友を作る」「②子どもの目を見て笑いかける」「③ママに喜んでもらう」「④絵本の読み聞かせを極める」「⑤地域とつながる」です。自治体などでもパパが参加できるセミナーなどが開催されています。そういう機会に是非参加をして、悩みなどを共有できるパパ友を作り、地域とも繋がっていただくと楽しく育児ができると思います。また、子どもが大好きな絵本の読み聞かせですが、これはハマるととても楽しいです。



では仕事と育児を両立するコツを紹介します。

一つ目、「定時に帰る」です。残業して帰宅すると子どもはもう寝てますから、育児をするためには定時に帰宅する必要があります。でも皆さん忙しいですよね。日本は残業をすることが評価されやすい風潮もあります。そのような中で定時に帰るコツをよく聞かれますので、ご紹介します。

まず「生産性を重視」しています。毎日、定時に帰るために何をすべきか逆算して仕事に取り組んでいます。

「朝ワーク」。朝を制するものは仕事を制すということで、朝は人もおらず、電話もならない環境で集中できますので、10分でも早く行って仕事をする心を心掛けています。

そして、「チームワーク」。個人でやるよりもチームで仕事をした方が効率的で成果も出やすいことも多いかと思います。

また「成果の可視化」ということで、数字でアピールしていく。例えば先月よりも売上120%増しなど目に見える成果を出していくこと。これが大切だと思っています。

二つ目「同僚を味方につける」。例えば育児休暇取得をしたい旨を早い段階で同僚に説明し、引き継ぎを確実にやっていくことが重要です。

三つ目「子育ての可視化」。子どもがいることを職場に理解してもらうことが重要。例えばデスクに子どもの写真を置いたり、年賀状を送るなど、家族の存在や状況を周囲に知ってもらうことは大切です。

## (2) 夫婦のパートナーシップ

自分のパートナーへの愛情比率に関して、女性へ質問した興味深いデータがあります。結婚直後は夫への愛情が高いのですが、子どもが生まれると愛情は夫から子どもへシフトする。これはしょうがないのですが、子どもが成長するにつれて、夫への愛情が高まっていくケースと無くなっていくケースに分かれていくケースがあります。夫への愛情が高まっていくのは、家事・育児をした人です。家事・育児をしないと愛情がなくなっていきますので、皆様ご注意ください。

パパがやりがちなママに対するNGワード&NG行動ですが、まず「育児・家事を手伝ってあげる、協力するよ」はNGです。二人の子どもなのに何で上から目線なのかと受け取られます。また、分析・解析するのもNG。つまり、男性はパートナーの話に対して分析・解析して会話しがちですが、女性が求めているのは「大変だったね、頑張ったね」といった共感のみです。



ママへのお願いですが、男性は言葉で言われないと気付かないことも多いです。ですので、2W1Hで、いつまでにだれがどのようにということ言ってあげてください。

また、会社で褒められることが少ないと思いますので、是非誉めてあげてください。誉めるとどんどんやる気になります。

夫婦のコミュニケーション時間について、パートナーによってギャップがある場合が多く、そのギャップが不満につながりますので、是非コミュニケーション時間についても話し合ってみてください。

子どもはやがて大きくなり、親を離れていきます。最後は再びパートナーと二人の生活になります。夫婦仲が良いのは最高です。サルサは夫婦のコミュニケーションツールにもなりますので、是非取り入れてみてください。