

# イクメンを探して

最近よく見かけるようになった子ども(だけ)連れの男性。  
通勤鞆片手に抱っこひもの中には赤ちゃんという出で立ちのツワモノも。  
イクメンという言葉も馴染んだ感がありますが、  
家の中でも本当に育児しているんですよね？

毎朝、家族4人揃って家を出て、まずは小学生を送り出し、保育園経由で職場に向かうYさん。西宮市在勤のイクメンYさんの実態は…。

N 子どもさんが小さいと仕事と家事の両立は大変でしょ。

Y 役割分担していますよ。洗濯は、干すのは妻、取り込むのは自分。掃除は主に自分、料理は妻ですね。でも、家事の中でも料理は特別ですよ。子どもにいいところを見せようと思うと料理かなと。

N 料理もするんですか？

Y カレーを作りましたよ。カレーの完成度は香辛料で決まる！1週間前からネットで、どんな香辛料がいいのか探して。準備には充分時間をかけて、食材も用意して、いざキッチンへ。

あれっ？鍋の場所がわからない…。鍋はみつけた、でもどの鍋を使うの…。包丁は、お玉は、どこに隠れてる…。うかつにも材料ばかりに気を取られていました。

N 鍋の場所知らないってマジですか？ま、「はじめてのお料理」なら仕方がないのかもしれませんが。

Y 料理をしている妻をみていると、普通に三口コンロを使いこなして、あれもこれも同時進行しているのですが、自分がキッチンに立つと、一つのコンロにかかりきりでした。

N 料理は一度にいろんなことができないと時間ばかりかかってしまいますよね。カレーの完成度は？

Y 妻は美味しいと褒めてくれました。そもそも、カレーを作るきっかけは「カレーならパパ

って言われるようになるといいよね」という妻の一言でした。大衆的で簡単なカレーだけど、妻とはちがう味に、自分にしかできない味のカレーを作りたいとこだわりましたから。子どもたちにも「ママより、パパのほうが美味しい」と言われたかったです。

N 子どもさんは美味しい？

Y 「パパのカレーはチョー美味しい、サイコー」と



Z. Katsumi

という言葉が聞けるはずでしたが。残念、渋い顔をしていました。子どもはどんな味が好きなのか、考えていませんでした。次からは子ども用の甘口を作るようにしています。

N セっかく揃えた香辛料を控え目にするとか、ですか？

Y いいえ。アンパンマンの甘口レトルトカレーです。リクエストがないので、カレーは3回ほどで終了しました。

N …。

Y …。

N 「カレーならパパ!」と言われる日が来ると信じたものです…。

Y:イクメンYさん/N:編集委員

**編集後記** ○現在二人目を妊娠中。眠気との戦いの中、文章と格闘しました。人間関係の奥深さが伝わればいいなあ。(かつみ) ○本当の友だちというテーマで悪戦苦闘しながら、友だちにたくさん支えられ励まされ、勇気をもらいました。ありがとう！(イブかなこ) ○人間関係を振り返るいい機会になりましたが、とりあえず、自分に正直でいようと。(Tango) ○イヤー、場違いな世界に入ってしまったよ！本当の友だちは案外、自分の中に居るのかな(NNB68) ○このテーマの最終段階に入って、百問不如一見、百見不如一考、百考不如一行という言葉が浮かび上がった。なにとはともあれ、やってみるしかないと思う。(うちだ)

■ネットワーク委員とは:西宮市男女共同参画センター ウェーブを拠点に市民参画の事業を推進することを目的に公募で選ばれた市民(任期2年)。現在の第6期委員は主に情報誌の編集・発行をしている。

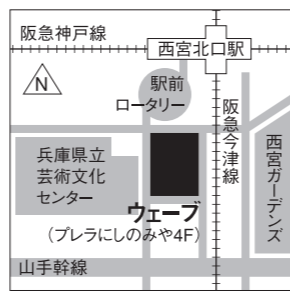
■ウェーブ(WAVE)の意味:「男女がともに行動し、活気に満ちた平等社会をめざす」ことを意味する言葉(With/Act/Vitality/Equality)の頭文字と、男女共同参画社会の実現に向けて大きな波(うねり)をつくっていかう、という思いがこめられています。

ウェーブは、男女共同参画社会の実現をめざす施設です。性別、年齢、国籍にかかわらず、ご利用いただけます。

○開館時間 1月4日～12月28日/9:00～22:00

○受付時間 月～土曜日(年末年始、休日除く)/9:00～17:15

**WAVE PRESS** Vol.12  
●発行日 2011年11月18日  
●編集・発行 西宮市男女共同参画センター ウェーブネットワーク委員会 〒663-8204 西宮市高松町4番8号 プレラにしのみや4F  
**Tel. 0798-64-9495**  
Fax. 0798-64-9496  
http://www.nishi.or.jp/homepage/wave/



# 本当の友だち、いますか？ 欲しいですか？探していますか？ 必要ないですか？

人はひとりで生まれ、ひとりで死んでいく。けれど、ひとりでは生きられない。

私たちは人生のさまざまな場面で、たくさんの人に支えられてきた。

話を聞いてくれた人、やさしい言葉をかけてくれた人。

ピント外れの励ましに腹立たしいときもあったけれど、それでも私のことを真剣に

思ってくれていたことにはちがいない。



Z. Katsumi

## 「SATC」にみる 女の友情

### 女性が直面する問題すべてが ブランチのメインディッシュ

ニューヨークで働く30代独身女性4人の恒例行事は、日曜にランチを共にし、近況報告で盛り上がることだった。

「SATC」は、結婚観から不妊治療、姑や介護、セックスまで女性が直面する問題を女性の視点で描き、日本でも若い女性を中心に共感と羨望を巻き起こし大人気となった。

劇場版一作目では、盛大な結婚式を大騒ぎの末にドタキャンされ、「愛の真実はモノではなくハート」とばかりにジミ婚で納得したキャリア。仕事、お金、ファッション、選び抜いたインテリア、欲しいモノすべてを手にした彼女の最後の一片がパートナーだった。

そして続編「SATC 2」。奇抜なファッションでアラブへ珍道中…。ファンへのメッセージは「結婚生活には休息が必要ね」とフツー過ぎるものだった。最低主演女優賞や最低続編賞を受賞し、散々な

結果だった。が、それでも二作目は面白かった。「結婚生活の倦怠」「逃げ出したくなる子育て」「老いと更年期」「パワハラ」など、40代、50代になった彼女たちは新たな、しかし超現実的な問題に向き合いながらも、相変わらず仲がいい。

### ストレスが溜まったら「友人と会う」20.9%

さて、日本の私たちの現実に引き戻そう。20～50代の働いている女性を対象にした調査では、ストレスが溜まると感じる原因は「人間関係」47.3%、2位「仕事に関すること」28.4%をおさえてダントツ1位。

「ストレスが溜まった時の解消方法」として「友人と会う」20.9%。「なるべく時間をとろうと心がけていること」は「プライベートでの人づきあい」16.9%。「なるべく時間をかけたくないこと」は「職場での人づきあい」25.1%。数字から、働く女性の半数は人間関係にストレスを感じ、5人に一人が友人と会うことで癒されている。時間をかけたいのは、職場よりプライベートの付き合い、という状況がみえてくる。

女性が家事育児の全般を担っている現状では、結婚や出産をきっかけに生活は一変する。独身であっても、パートナーや子どもがいる友だちは誘いにくいものだ。ママ友とだって子連れでは、素敵なカフェはもちろん、ファミリーレストランに行

くのも気が引ける。「SATC」のように30代、子育て期の女性で、家庭のことを気にせず、日曜日にカフェでランチを共にできる友だちがいるラッキーな女性はそ

信じられないことだけれど、「女に友情は存在しない」なんて真面目に言っていた時代があったそう

う多くはないだろう。

### 4人の友情を揺るぎないモノにしているのは

おいしそうなランチに話を咲かせる「SATC」の彼女たちをみていると、自分もそのテーブルに同席しているような錯覚を覚えてしまう。しかしそのテーブルに着くには、対等、共感、尊重の姿勢が問われるのだ。豪華なライフスタイルやファッション、憧れの職業、まさにそれが「SATC」だけれど、それぞれの自立に裏付けされた、揺るぎない「女の友情」が人気の秘密だ。欲しいモノすべてを手にした彼女たちだからこそ、「友だち」は最も入手困難だとわかっているのだ。

果たして、私たちは「本当の友だち」にたどり着けるのだろうか？

※資料出所:「女性の暮らしと生活意識データ集2009」三冬社発行

「セックス・アンド・ザ・シティ」(SATC) アメリカの連続TVドラマ(1998年～2004年放送)。ニューヨークで働く30代独身女性4人の生活をコミカルに描き、人気を得た。放送終了後も世界中で再放送されている。主な登場人物は、新聞に「SEX and the CITY」というコラムを連載している主人公のキャリア(コラムニスト)、ミランダ(弁護士)、サマンサ(会社社長)、シャーロット(画廊ディーラー)。2008年に劇場版「セックス・アンド・ザ・シティ」、2010年続編「セックス・アンド・ザ・シティ2」が日本でも公開された。

# 知ってる人はみ～んな友だち

MINNA TOMODACHI

## [CASE 1] 友だち同士のちょうど良い距離感とは？

**QUESTION** 友だちに誘われたサークルで親しくなった人から頻りに電話がかかってきてちょっと迷惑に感じています。素っ気なくしてサークルの中で気まづくなったらと思うときつく言えません。波風を立てずに距離をおきたいのですが。

**ANSWER** 大変ですね。誰だっていい人と思われたいからきつくは言いにくいです。察するに、その方は話ができれば相手は誰でもいいのではないのでしょうか。それに電話の場合、「今いい？」と都合を聞かないのはマナー違反。まずは「今忙しいの」と言ってみましょうか。それでも切ってくれないなら、「〇分までね」と具体的に時間を区切って終わらせましょう。

聞きたくない話は正直に「その話は聞きたくないわ」と言えば、相手は気を悪くするかもしれませんが、「他人に合わせない自分」でもいいのでは。

「NO」という意思表示ができれば、苦手な人も必要なところ(サークル内)だけで付き合えるようになり、世界が広がります。そんなことできないと思っているなら、アサーティブ(積極的自己主張)\*1を学んでみてください。自分が楽に生きていくための一つの手段です。

## [CASE 2] 知り合い以上友だち未満？

**QUESTION** 子どもが同じ学校や幼稚園というだけの関係で、ちょっとした話をする機会が多いです。そのような場で友だちや知り合いを作ることができません。コミュニケーションのためだけに、興味のないTVやスポーツ、流行などを知っておかなくてはならないのでしょうか。とは言うものの周りの人たちがどんどん仲良くなるのを見ると、取り残されているような感じもします。

**ANSWER** 取り残され感…、わかります。PTAや町内会、いろいろながらみで所属する場所では誰もが多かれ少なかれ、苦勞されているようです。悩んでいるのはあなただけじゃないですよ。

でも、根本的な解決策であるのでしょうか。悩ましいですね。対処療法的な方法を3つ考えてみました。1つめ、仲間に入ることを優先するのであれば、興味のないこともあるふりをして役者を演じる。2つめ、その状況は永遠に続かないと割り切り、そこでの友だちはスッパリ諦める。3つめ、冷静に周りを見渡して、同じようにおもしろくなさそうにしている人を見つけて声をかける。意外に気があったりして！あなたはどれにしますか？

本当の友だちといえども、  
心の中を全部みせることは  
難しい(40代)

同じ夢に向かって  
一緒にがんばれる人  
(中学生)

本当の友だちといっても、  
私を知っているのは私だけ  
(60代)

大げんかしてもスッキリ  
仲直りできる人(40代)

飲み友だち(60代)

肩書きで付き合う人は×(60代)

ときには厳しいことも  
いってくれる人(30代)

話すときに気を遣わなくて  
いい人(30代)

利害関係なく付き合える人  
(30代)

都合のいい友だちなら  
いるけど(20代)

久しぶりに会っても  
変わりなく過ごせる人  
(20・30代)

悩みを相談できる人  
(40代)

おいしい食事が  
一緒にできる人  
(30代)

お互いに尊敬し合える人  
(30代)

家族の方が気を遣わなくていいから、  
友だちはいなくていい(60代)

お金の貸し借りのない人  
(60代)

友だちの定義が  
わからない(30代)

「人付き合いは苦手…」  
と思っているのは私だけ？  
いえいえ、  
多くの人が悩んでいます

本当の友だちがいれば不安がなくなるか？  
高齢者になると不安がいつぱい、  
いろんな病院へ何度も行ったり、  
お金の困ったり(60代)

直感で気の合う人  
(30代) ?????(小学生)

自分を友だちだと  
思ってくれる人がいることが  
嬉しい(50代)

ケンカできる人、  
ケンカしても仲直り  
できる人(中学生)

自信をくれる人  
(50代)

## [CASE 3] 空気を読みにくい私…

**QUESTION** 新しい職場に来て半年。前の職場の経験をもとについて仕事の改善や工夫などの意見をさせていただきます。その発言が先輩や同僚の気分を損ねるようで、上から目線だと突っぱねられます。挙句に言葉遣いが不快だとさえ言われてしまいました。確かに、仕事のキャリアはあっても職場では若輩者なんですけど。うまくやっていくコツはあるのでしょうか。

**ANSWER** 先輩たちに嫌われちゃったのかもしれませんが、言葉遣いまで注意されてしまったのは、普段は和気あいあいと意見も出しやすいのかもしれませんが、仕事に関することは会議で提案したほうが良かったのかもしれませんが。組織は実は情緒的なところ。ビジネスライクに正論だけが通るわけではありません。出過ぎず、引込み過ぎずが、日本の組織の伝統ですから、今までの人を尊重する姿勢は必要でしょう。

でも仕事に対するあなたの姿勢は真つ当ですから、仕事をしていく中で理解者も出てくると思います。「空気が読めない」と気にしているようですが、そう感じているということ自体、周りがみえている証です。もし、理不尽な状況が続き、エスカレートするようなら、パワハラ\*2かもしれません。その場合は専門の相談窓口に行きましょう。ウェブにも関連図書があります。

**注1** アサーティブ：相手の言い分を尊重しつつ、自分の考え方や感じ方を丁寧に伝えるコミュニケーションスキル。「誠実」「率直」「対等」「自己責任」の4つを基本とする。

**注2** パワハラ：「許すな！パワハラメント」(岡田康子著)の中で生み出された和製英語。定義は「職権などのパワーを背景にして、本来の業務の範疇を超えて、継続的に人格と尊厳を侵害する言動を行い、就業者の働く関係を悪化させ、あるいは雇用不安を与えること」

## 関連本の紹介 ウェブで閲覧、貸し出しできます

**誰からも好かれようとする女たち**  
モナリザ・シンドローム、微笑みの心理  
(ウーテ・エアハルト著／平野郷子訳／1998年／講談社)

名画「モナリザの微笑み」を思い出して思わず手に取った。モナリザ・シンドロームとは「誰からも好かれたい症候群」。



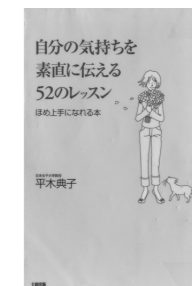
この本のねらいは、女性の深層心理—「いい娘」「いい妻」であろうとする—にまだに根強く巣食っているであろうさまざまな「思い込み」に光を当て、そこから女性を解放することにある。そして、大切なことは「自分の意識を変える」そこから始めようと言っている。

ギリシアの哲学者・プラトンの次の言葉を挙げています。「わたしは成功へと導くいかなる方法も知らない。ただ、かならず失敗する方法なら知っている。それは—すべての人に好かれようとする—ことである」と。

「なにをいまさら…」と思うかも知れないが、自分自身がさまざまな思い込みにとらわれていたことに「いまさら」気づくことになるかも。

## 自分の気持ちを素直に伝える 52のレッスン ほめ上手になれる本

(平木典子著／2001年／大和出版)



結論から言えば、「率直な気持ちが、豊かな人間関係をつくる」ということである。「いいな」「好きだな」「すごい」といった感謝の気持ち。「大丈夫」「がんばったね」といった思いやり。「きっとできるよ」「よくやっているよ」といった励ましの言葉。このような気持ちを率直に伝えることが人間関係には大切だ、としている。

そして、自分の気持ちに率直になることはいちばん自然なこと、気持ち豊かな毎を送るヒントにもなる。特に、「いいな」という気持ちを正直に表現することこそが「要」。

その上で、大切にしなければいけないのは、自分の中に湧き出してくる「好き」という感情。いつも自分の中の「好き」という気持ちに焦点を当てて、自分をほめ、他人をほめ、人生の多くのことをポジティブにとらえて前向きに生きたい。