## 人生デザイン

### 親子の距離は 10 孫育ての工夫

# 負担は分担 心地良く

## 週1回はがき、会えば食事係

家族のあり方が多様であるように、「孫育て」にも様々な形があります。読者の皆さんからの投稿を中心に、3世代で心地良い関係を築く工夫を紹介します。

○　○　○

北九州市の会社役員松田弘志さん(58)は今春、市の「男2代の子育て講座」を受講して「ソフリエ」の称号を得た。ソムリエならぬソフリエは、NPO法人「エガリテ大手前」（東京）が、積極的に孫育てにかかわる祖父に与える資格だ。講座では赤ちゃんの発達過程を学ぶほか、マッサージの仕方なども教わる。

受講のきっかけは昨年8月、次女に初孫となる男の子が生まれたことだった。

松田さんには4人の子がいるが、子どもが幼い頃は仕事一筋。子育ては妻任せだった。

今、次女の家族とは月に1、2回行き来する。しかし、孫への対応が不慣れなせいで、いつも恐る恐る。妻も娘も、安心して孫を託してはくれず、悔しい思いをしていた。

「ソフリエとして、おじいちゃんらしい孫育てへのかかわり方を考えていきたい」と松田さんはいう。

祖父母に加え、兄弟姉妹も含めた連係プレーで子育てに取り組む例もある。

月＝夫、火＝祖母（実家の母）、水＝妹、木＝自分、金＝妹の夫。

東京都内で広報の仕事をする女性(41)の、小5と小1の子どもの学童保育へのお迎え当番だ。同じマンションの別の階には、同じく共働きで小4と小2の子どもを育てる妹夫妻がいる。徒歩約15分の場所に暮らす実母を含めた5人で、4人の子どもの世話を日替わりで担当する。女性はいう。

「一人で仕事も子育てもは大変だけれど、助け合いでやると、随分と楽になります」

日常的に子育てを祖父母に担ってもらうとなると、交通費やおやつ代など金銭面の負担も積み重なっていく。「親子といえどもお金をやり取りした方が、気分的にスッキリする」との意見もあった。

岐阜県の中山伊律子さん(57)は毎日、近くに暮らす長男の次女(4)と三男の長男(4)の2人の孫の朝食準備と幼稚園の送り迎えをし、両家からそれぞれ毎月1万円をもらっている。「親子だから当たり前と思わない方がいい。お金をもらっているからこそ、我慢できることもある」

東京都内で会社を経営する女性(80)の家では、学費が必要になると、孫本人がその都度、「借用書」を持って借りに来ていたという。社会人となった20代の孫たちはいま、毎月1万円ずつでも返済を続けている。「結局、半分ぐらいしか返らないかもしれないけれど、借りたものを返すという社会的な礼儀を教えたかった」と、女性は話す。

家が遠くて、なかなか行き来ができない――そんな遠距離関係でのアイデアも寄せられた。

岩手県在住の佐藤ゆき子さん(60)の5歳と3歳の孫は、千葉県に住む。1年に数回会えれば良い方なので、なかなかうち解けてくれなかった。

そこで佐藤さんは、会った時は食事係に徹することにした。孫たちが普段はあまり口にしない煮物や煮魚といったおふくろの味の手料理を振る舞った。すると、「おばあちゃんの家はごちそうがあって大好き」と、孫たち。胃袋をつかんで距離をグッと近づけた。

岐阜県の田中寿子さん(75)は、他県で暮らす孫娘へ、小学校入学から大学卒業までの間、週に1回、はがきを出し続けた。

決して「頑張れ」とは書かない。季節の変化や自分が取り組んでいることなど、なるべく楽しい内容を心がけた。

歯科医として忙しく働く孫からは時折、手紙で「無理しないでね」などと記されたはがきが届く。そのちょっとしたいたわりが、うれしい。「礼状ぐらいおっくうがらずに書ける大人になって欲しいという、私の思いが通じたようです」

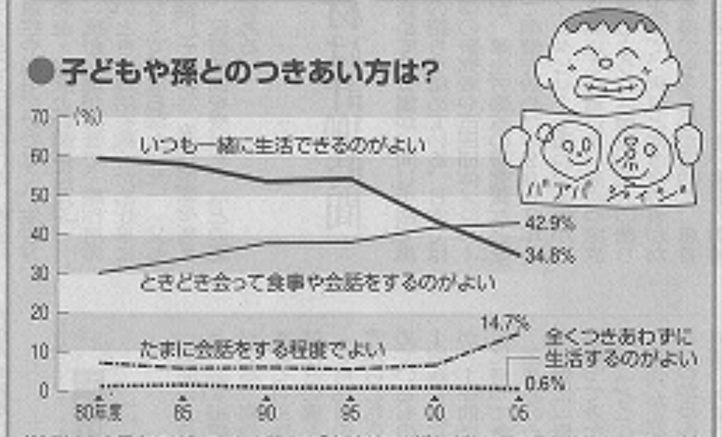
「祖父母に孫をあずける賢い100の方法」の著書がある棒田明子さんは、こう語る。「孫にとって、祖父母世代との交流自体、とても貴重な経験になる。孫育てを、3世代の間で、やさしい思いを循環させる機会にして欲しい」

（松浦祐子）

### 祖父母に孫を預ける際の 10 のポイント

（棒田明子さんのアドバイス）

1. **普段から、密に連絡を取る**　「お変わりありませんか？」の声かけを
2. **祖父母のスケジュールを把握する**　多忙な祖父母がいることも忘れないで
3. **祖父母の家の安全対策を一緒にする**　大人だけの家には、思わぬ危険も
4. **おじいちゃんにも頼る**　おばあちゃんをサポートする立派な戦力に
5. **子どもの生活サイクルのメモをつくる**　昼寝やおやつの時間など伝えておこう
6. **連絡先の一覧をメモして渡す**　緊急の時などに活躍します
7. **時間つぶしのアイテムを用意しておこう**　おもちゃのほか、祖父母用のお茶やビデオも
8. **ご近所の地図も渡しておこう**　公園やスーパーなどの場所が記してあると便利
9. **祖父母の体調を気遣う**　加齢に伴い、体力の衰えや体調不良はつきもの
10. **感謝の気持ちは、言葉と行動で**　孫からの手紙や似顔絵は、何にも勝るプレゼント



●子どもや孫とのつきあい方は?

（60歳以上の男女を対象にした内閣府の「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」から）

グラフィック・高橋 茂拓 / The Asahi Shimbun