

平成23年度、北九州市において実施された男性の子育て支援事業をご紹介します。この事業は、男性の子育て参加促進とワークライフバランスの実践を目的として市内30カ所の事業所（企業、大学、団体）で実施されました。と、堅い言葉が並びましたが、つまり、イクメンを増やそうという取り組みです。

これまで行政による同様の事業は、市民向けの講座などを主催し、参加者を募集する形式でしたが、それではもともと関心の高い人しか集まらないというジレンマを抱えていました。そこで、行政担当者が知恵をしぼり、男性が多い職場に出向いて行って講座を行えば、関心の低い人も参加しやすいのではないかと考えたわけです。

事業は、弊社が受託し出前育児講座として開催しました。講師は、弊社スタッフの育児中のパパ3名（もちろん全員イクメン）とママ2名の中から、男女1組をペアにして、ワークショップを進めました。なぜペアにしたかという、男性と女性の双方の視点を場に入れたかったからです。では、早速どんなプログラムなのか、ご紹介しながらイクメンの世界にご案内いたしましょう。どうぞご自身に置き換えてイメージしてみてくださいね。

家族の未来関係図

⇒  **家族の未来関係図ワークシート**

男性の子育て支援の動機づけとして、なにが必要か。イクメンの講師陣とディスカッションした結果、「家族から頼られるパパでありたい」という気持ちを大切にすることにしました。まずは、ワークシートを使って、現在の家族を振り返っていただきます。年齢とともに、家族それぞれが現在、関心のあることや趣味などを書きこんでもらいます。ここで、気づきAがあります。子どもが熱中していることはスラスラ書けるものの「妻」の欄が後回しになる人が多くいました。毎日顔を合わせている妻でありながら、今の妻の気持ちや日常にどれだけ関心を寄せているでしょうか？

次のステップは、家族それぞれの丸囲み同士に線を引いていきます。その線は、関係性をイメージして描いてもらいます。太い線でつながれたがっちりした関係なのか、まるで点線のような希薄な関係なのか、あるいは、ぶつかったり反発しあう関係なのか。さあ、ご自身の家族との関係はいかがですか？そして、未来の関係図も書いていただきます。何年後にするかは自由です。その時に、どんな関係でいたい。ここで気づきBが起きます。「子どもと一緒に生活も期間限定なのだ」と。そして、ほとんどの人が、「妻との関係」において、改善した線を描きます。妻ともっと仲良くなりたいパパ達の本音がのぞきます。

続いて、4、5名のグループごとに、書いたシートをシェアする時間をとります。これには、2つの意図があります。ひとつめは、男性は同じ職場で働いていても、家族の話積極的に話さない傾向があるようですが、このワークをきっかけに子育て話を男性も楽しんでほしいということ。2つめは、相手の家族環境を知ること、お互いの理解を深めてもらい、仕事のサポートを受けやすくすることです。「家族のために仕事を休む」そんな企業文化が育つといいなという願いです。

自分と家族の時間

⇒  **自分と家族の時間ワークシート**

未来の理想イメージがぼんやりと見えてきたところで、じゃあ、そのような家族になるためにどうすればいいのか、時間を軸にして考えていきます。タイムスケジュールを書くと同時に、なんのための時間であるか、マスを塗りつぶして

いきます。ここで気づきCがあります。仕事の時間が長いことに気付くのです

朝、家を出てから帰宅するまで、おおよそ12時間程度。残業が長い人なら、さらに長くなります。書いた後に、グループでシェアをしていくのですが、ここでも気づきDが起きます。朝や夜の自由な時間をどう過ごすか、それが自分の家族との関わりに直結していることがわかります。実は、企業によって大きな差があったのが、帰宅時間です。帰宅時間が早い企業では、男性の育児参加度合いが高いということです。早く帰ると家族と過ごす時間が増えるので、必然的に子育ての時間が増えるという当たり前の話なのですが、これは、「帰宅時間」が、男性の子育て参加について、重要な要素になっていると言えるでしょう。

現役パパのイクメンビデオ

ワークを進めてきて、「こんな家族だったらいいよね」「こんな時間の使い方ができたら最高だよね」という気持ちになる反面、「こんなこと現実にはできないでしょ」という気持ちにもなる人もいるだろう、ということで、実践しているパパの話を書く時間をつくりました。ビデオインタビュー形式で、5人のパパにお聞きしました。共通する特徴を整理してみます。

1. パパ自身が子育てを楽しんでいる！

家事や育児を妻にやらされているのではなく、おもしろいと思ってやっているのです。そして、それが今しかできないこととして、「子どもの今」を大事にしています。

2. 子育て経験は、仕事に役立つと実感している！

子どもと関わるとコミュニケーション能力があがること、発想が豊かになること、忍耐強くなること、突発的なことに柔軟に対応できるといった能力は、どれも仕事にプラスになると実感しています。

3. 朝ごはん作りは家族にもっとも感謝されると知っている！

朝ごはんは、毎日同じものを作っても文句を言われたいし、パンを焼いて、牛乳を冷蔵庫から出して、野菜をちぎるだけ。時々、卵やウィンナーを焼いたりして、ほんの10分もあればできるメニューを実践。しかも、残業で帰宅が遅くなるパパでも朝は家にいる時間。さらに、化粧などで忙しいママからもっとも感謝されるという特典までついていることを知っています。

4. 妻との関係を考えている！

父親からみて、子育てというと自分と子どもの関係と意識してしまいがちですが、実は、自分と妻とどのように協力して子育てをするかという視点があることです。また、子育てに積極的になればなるほど、妻の機嫌がよくなるというメリットも享受しています。

一緒に取り組みたい家事育児チェックリスト

⇒  [一緒に取り組みたい家事育児チェックリスト](#)

このチェックリストは、家事や育児をほとんどしていない男性には、きっと拷問のように感じたことでしょう。夫と妻で、家事育児をどのように分担しているかということをチェックしていきます。一覧表は、初級、中級、上級と分けました。初級は、私の4歳の娘でもできるお手伝いレベル、中級は高校生の息子ができるレベル、そして、上級は今のところ、親がやっている家事・育児のレベルです。ちなみに、このシートは、ほとんど妻まかせの人に大きな気づきEを生みだしました。

家事・育児をほとんどやってない男性の中には、「妻は専業主婦だからやって当然」「家事や育児は女性がやるものだ」という思い込みがある人がまだまだいるようです。やっている同僚がいることを知ると「そんなにやってるの？」とびっくりする場面も数多くありました。たとえば、同じ1歳児を持つパパでも大きな差があります。もちろん、職種によって時間がとれない人もいるかもしれません。

でも、私達は、こんなメッセージを伝えたいのです。

子どもが思春期を迎えて、人生にとって大きな岐路に立った時、とても悩んだ時に、お父さんに相談してみようと頼れるお父さんでいてほしい。

子育てや家事に無関心な父親に、本音で相談できるでしょうか。それまでの10年以上の生活の中で費やした子育ての時間があってこそ、築ける関係ではないでしょうか。

イクメン増殖がもたらす好影響

イクメンが増えると、こんなにいいことがあります。

1. 仕事のモチベーションがあがる！

子どもの笑顔はなによりの薬。家族で楽しい時間が過ごせたら、仕事のモチベーションも倍増します。さて、私達は、なんのために仕事をしているのでしょうか？

2. 業務効率化が進み、時間単位の生産性が高くなる！

家族のために時間を使いたくなるので、ダラダラ残業がなくなります。企業は残業代削減、業務の効率化を期待できます。

3. 女性が働きやすくなる！

育児と仕事の両立が大変なことであるという理解が進めば、働く女性への共感やサポートが充実する。また、家事ができる夫が増えれば、妻も出張や残業に対応しやすくなります。妻が働きやすくなれば、経済的余裕もできて、夫のお小遣いもアップするかも？

4. 夫婦の仲がよくなり、少子化問題も解消か？！

そもそも夫婦の仲がよくないと妊娠の可能性も上がりませんし、妻も育児の負担が半分になれば、もうひとり産んでもいいかなという気持ちになるかもしれません。

子育て支援の2つの両輪

今、子育て支援に求められる視点は、この2点です。ひとつは、「子育てのために仕事（その人がやりたいと思う活動も含む）を中断しなくてよい環境」。子育てがハンディにならないような施策。保育園の延長保育や病児保育をはじめ、時短勤務や在宅勤務のような両立支援制度も広く実施されるようになりました

もうひとつは、「子育てを気兼ねなく最優先できる環境」です。子どもが病気の時に休める職場環境やワークシェアリングの導入。十分な期間の育児休業です。相反するように見えるこの2つの視点があつてこそ、子どもの育ちにとって、

よい環境が整うのです。イクメン増殖は、この2つの両輪をさらにダイナミックに動かしていく可能性を秘めています。

著者紹介 有限会社コ・リード 代表取締役 北九州子育て情報サイト「オヤトコ」運営

▶ [生物工学会誌90巻8号](#)