働き盛りの
男たちのワーク・ライフ・バランス
共育てパパへ

-5-

「バカンス＝空っぽ」の発想で、ヘトヘトの夏休みを返上！

いよいよ夏本番、炎天下の外まわり仕事を終えて早めに家に帰った日には、風呂に入って、冷えたビールでもグビッとやりたいところ。

しかし、もはやそれは昭和のオヤジ世代の昔話かもしれない。いまどきの共育てパパにとって、まだまだ明るい夏の早めの帰宅後は、夏休み中の子どもたちと遊ぶ絶好の時間になっていたりする。

もうクタクタ、3大連休の恐怖

共働き共育ての問題となると、「子育て時間」確保が話題になることが多い。しかし、意外な「休みの悩み」もある。共育てママとパパをクタクタにさせる「3大連休」だ。

「ゴールデンウィーク」、「お盆休み」、「正月休み」、年3回のまとまった休みを、手放しには喜べない現実があるからだ。例年、ゴールデンウィーク後半ともなると、保育園ママたちのケータイメールのやりとりには、「もうダメ、クタクタ」、「仕事に出ていたほうが、ずっと楽よねぇ～！」などの文字が躍り始めるらしい。まとまった休みは、共働き共育て家族にとって、難儀の一つでもあったのだ。

ギュウギュウ詰めの負担感だけが

もちろん、保育園には幼稚園や小学校のような長い夏休みはない。学童保育も、夏休み中は朝から受け入れてくれる。学校のプール指導も、学童から出かけられる。

しかし、友達たちがいっしょに遊びに出かけていたり、家族旅行に出かけていたり、次第に周囲の様子が耳に入ってくると、家での会話のなかに、「ウチは、どこか行かないの？」、「ボクの夏休みは、おもしろくない」なんていうことが出始める。

こういう子どもの一言に、マジメな共働き両親ほど、強く反応してしまう。「自分たちの仕事のせいで、子どもに負担をかけたくない。悲しませたくない」という気持ちがとても強いからだ。夏休みは、そういう気持ちが顕在化しやすい。そして、自分にも無理が出て、子どもにも過剰に手を差し伸べてしまい、親子ともどもギュウギュウ詰めの負担感だけが残ってしまった。そういう、バカンス（空っぽ）とはほど遠い、夏休みの嘆き話も聞かれる。

親子のリラックスイベント

夏休み中の小さな子どものいるスウェーデンの知人からメールが届いた。もちろん共働き共育て。フェリーでフィンランドに家族旅行に出かける直前で、「やはり、子どもの夏休みには、どうしてもイベントが必要なの」と書いてあった。学童保育も開いているのだが、2か月間の子どもの夏休みの内、半分くらいは親も休暇を取って家族で夏休みを過ごすのがスウェーデンでは一般的だという。

EU市民の休暇計画に関する興味深いデータも見つかった。今年の夏休み中に4連泊以上の旅行を計画している人はEU平均で43％にものぼる。デンマークでは、13連泊以上の旅行を計画している人が25％もいる。ゆっくりと夏休みを取る彼らにとって、そのくらいの旅行はヘトヘトになるほど負担ではない。親子のリラックスイベントなのだ。

バカンスによるバランスを

では、日本で小さな子のいる共働き共育て家族は、夏休みをどのように過ごしたらよいだろう。私は「バカンス（空っぽ）」の発想が大切だと思う。

マジメな共働き家族では、時間的にも気持ち的にも、親も子どもも、日常生活で高密度高効率をめざしがちだ。しかし、夏休みは「バカンス」向きだ。たとえば、日本ではアウトドア活動の専門ガイドと共に出かけるようなキャンプは普及していると言い難い。ここぞとばかりに、お父さんが張り切っていることが多い。しかし、プロのサポートをもらうことで、親子で共有できるバカンスを確保しやすくなることもある。

やはり、子どもたちには夏休みらしいイベントも必要だろう。しかしそれ以上に、ホッとできる親子の時空間、へーっと感心できる親子の時空間、そんな時空間を親子で持てる夏休みであれば、バカンス後の仕事と子育ての生活バランスにも効果的なことは間違いないはずだ。

（なかま・しんいち）

※この連載は、ヒューマンルネッサンス研究所の中間真一主席研究員と鷲尾梓研究員が交互に執筆します

中間 真一　株式会社ヒューマンルネッサンス研究所　主席研究員

1959年生まれ。慶應義塾大学工学部管理工学科卒業後、富士写真フイルムを経て現職。オムロングループのシンクタンクとして、学ぶ、働く、暮らすという切り口をもとに、生活実感を大事にしつつ、生き方、社会、技術の今そして近未来を探る。共著書に『スウェーデン―自律社会を生きるひとびと』（早稲田大学出版部）、『男たちのワーク・ライフ・バランス』（幻冬舎ルネッサンス）。