

岩見沢市 × 北海道大学のフリーマガジン

ライブ
live
Iwamizawa × Hokkaido University
Vol.6

TalkTalkTalk

嫁だった頃と姑になってから

I Love 嫁!? I Love 姑!?

「日本で一番笑顔あふれる街へ」



00. 目次

01. Talk Talk Talk

嫁だった頃と姑になってから

02. I Love 嫁!? I Love 姑!?

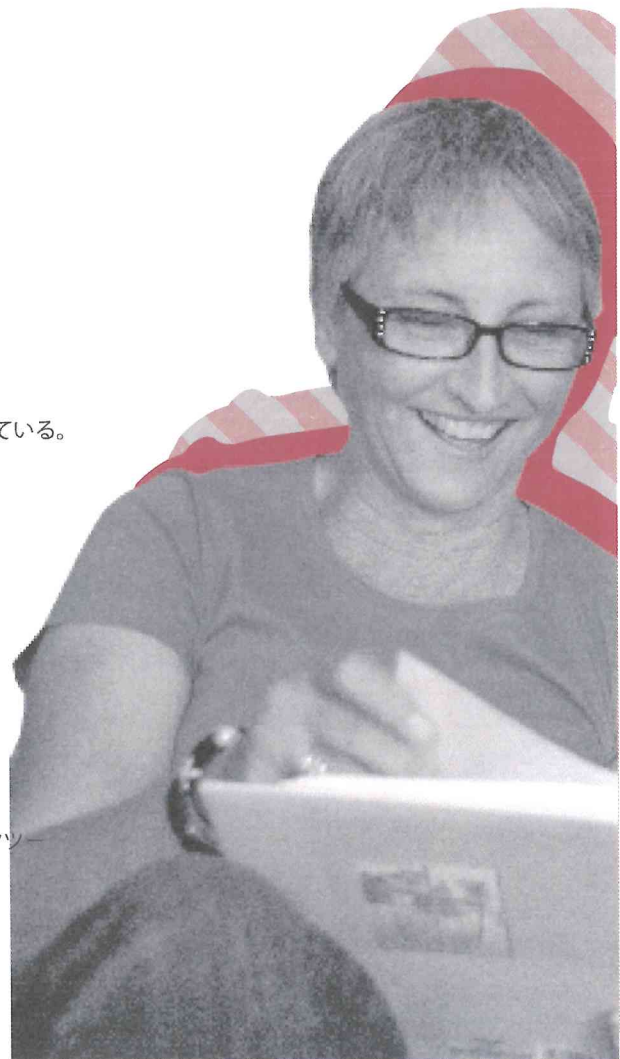
専門家に聞く！嫁姑問題解決方法

嫁姑円満の秘訣

03. いつでも、どこでも保健師などと繋がっている。
「家族健康手」

04. 日本で一番笑顔あふれる街へ

05. Free Talk のコーナー — 編集者はこんなヤツ —



嫁と姑 問題!?





Talk, Talk, Talk

テーマ

嫁だった頃と姑になってから

今月の対談メンバー

岩見沢在住。お姑さんとこれからお姑さんになる皆さんに集まっていただきました。



HK san



KT san



NK san



MN san

- 現在は、お姑さんになられた・これからなる皆さんに集まっていただきましたが、自分が嫁いだ頃のお姑さんとのエピソードを教えてください。お姑さんとの関係はどうでしたか？

HK: 隣に祖父母が住んでいて、スーブが冷めない距離にいたので、助けられたし、一定の距離感もあったので、周りの人に助けてもらいながら子育てをして、幸せでした。

KT: 私は同居でした。姑は何も言わない方で良い姑でした。ただ、11年間一緒に住んでいましたので、細かいところで煩わしかったですね。家の出入りの際には、常に言っていけないといけな等。大きなトラブルはなかったですが、嫁に行くときは、「私が我慢強ければ良い。」と思ってましたが、それは間違いでしたね。笑

MN: 私は、舅と同居していました。私たちの時代は、「忍耐・我慢・努力」の言葉で生活をしていくのが大切でしたね。なので、我慢は当たり前という考えで同居していました。舅は本当に良い舅でした。何も言わずに好き勝手やらせていただきました。ただ、その時代の男の人は、「妻がやれば良い。」という考えなので、最初は私も良い嫁をしていましたが、そんな事ばかりやられていけないと思い、主人とバトルもしました。我慢して我慢してやっていましたが、やはり、それではやっていけないと気付いたんです。

私は、姑がいなかったので、KTさんみたいに経験してみたかったな。という思いもありますね。実際、経験するととても大変なのでしょうが。

NK: 私は、同居していませんが、舅は本当に神様みたいな人でした。子供たちがいくら走り回っても黙っている人でした。姑も口はすごかったけど、嫌なすご

さではなくてとても良い姑でした。自分の母より好きだったかもしれません。



- 現在のお嫁さんにも聞いてみました！

姑 は、嫁の理想像があると思います。私の姑は、私が外出する時に「化粧しないの？」「ヒール履かないの？」とよく言われました。でも、ことごとく反してました。一番イヤだったのは、「やはり、他人なんだな。」と思った出来事でした。旦那の家族で身内が集まっていた時、私がトイレで席を外して帰ってくると、大切な話をしていた雰囲気を感じました。後日、旦那は、お義母さんから話を聞いていると思い、その時話していた内容を話してきましたが、「何の話？誰の話？」となりました。

身内の大切な話をしていたのですが、その時に「いつまでたっても、他人なんだな。」と思いましたが、「それなら、それでいいかな。」とも思いました。そう思えることも大切かなと思います。

所詮は、他人なんだなと心構えると良いかもしれません。もちろん、お義母さんが気を使ってくれることも、助けていただくこともたくさんあります。お互いに、一定の距離を保つことが大切かもしれません。

-では、ご自身がお姑さんになられて、お嫁さんとの関係はいかがですか？

HK: 私のところのお嫁さんは、たまたま、それぞれ実家のお母さんも近くに住んでいて、お母さんに手伝ってもらったりできていて、幸せな距離にいます。自分の娘も近くに住んでいるので、あちらのお母さん方のように、せめて私ができる事を娘に返しています。

MH: 私は、息子が去年結婚して、お嫁さんが一人いるんですが、息子によくして欲しいという気持ちでお嫁さんに尽くしています。たまに会うので、それは当たり前かなと思います。

NK: 私のところは、お嫁さんばかりなので、あまり立ち入らない様になっています。実家のお母さんがいらっしやるので。

-皆さん、お嫁さんとは円満ですね。うまく距離感を保って接しているんですね。お孫さんとは、どうですか？

HK: うちの子達は、出産が遅かったので、おばあちゃんも年齢が高くなって。そうすると、身体がついていけないんですね。でも張り切りすぎるを得なくて、そして寄ってきて嬉しくて楽しくて、帰ってホッとするんですね。

MH: うちも42歳で出産したので、大変でした。娘も大変ですが、私も70歳近くでおばあちゃんになって大変でしたね。うちは、ヘルパーさん週に3時間手伝ってもらっています。

-意外とヘルパーさんを利用しない人も多いですね。お姑さんや周りから「そんなお金を出してまで他人に手伝ってもらうなんて、けしからん！」という考えの方もいらっしゃいますよね。

MH: 今は、核家族で助けてもらえないお嫁さんも多いと思います。ヘルパーさんからいろんな情報を聞けたり、愚痴を聞いてもらったりするから良いですよ。心配事も聞いて下さるからとても助かりました。

HK: そうですね。お金が許す限り、頼んだ方が良いと思います。

-周りのお姑さんは、お嫁さんと円満ですか？

HK: 同居している人は大変ですよ。姑からすると毎日一緒にいるお嫁さんは色々見え過ぎる部分があって、たまに来るお嫁さんは「お義母さん、お義母さん」と寄ってきてくれるから良く写ってしまいますよね。同居しているお嫁さんは、本当に大変だなと思います。

-お姑さんとお嫁さんで溝ができた場合は、どうすれば良いでしょうか。

MH: 旦那さんがうまく立ち回ってくれたら平和に済みそうですよね。

HK: 現代のパパはすごく動いてくれますよね。

-息子さんも動いていますか。

NH: うちのお嫁さんは、「お義母さん、私ひとつも不満ないの。」と言ってくれました。息子がすごく動いてくれるからって。

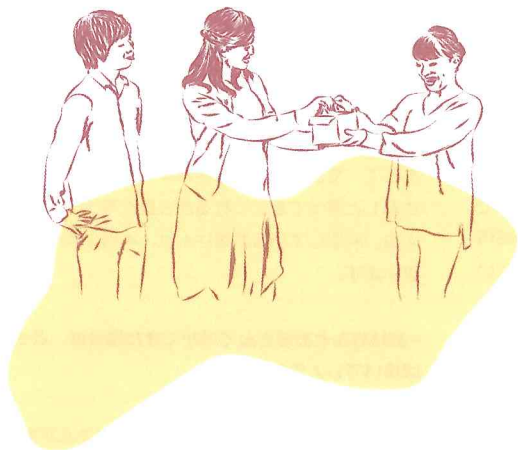


- 現在のお嫁さんにも聞いてみました！

実 際、姑と問題になった時は、旦那の助けが必要です。

もともと赤の他人なので、価値観が違うのは、当たり前です。例えば、「食事前にお菓子などを食べさせて欲しくない。」と思っても、お義母さんのところへ行っている時だけなので、我慢します。365日行っているわけではないので。ただ、それでも、我慢できない事がある場合は、直接お義母さんに言うのではなく旦那から言ってもらいます。

旦那は、お義母さんと私(嫁)の中立になるのではなく、嫁の味方になって欲しいです。お義母さんが大切なもの解りますが、新しい家庭が私たちなのですから。



I LOVE
I LO



嫁姑問題の解決方法





嫁!?



VE 姑!?



法と円満の秘訣に迫る。



and
more



理由づけを

case1

離乳食の始まりが今は5～6か月から始めるのが良いと言われていました。母や義母の世代は、離乳食の導入が、2か月ごろから果汁を飲ませることでした。「果汁をなぜ与えないのか？」と思わず娘や嫁に「この子は何も知らないのね！」とばかりに果汁を勧めたりします。娘や嫁は「この人は何も知らないのね！」とばかりに「もう、時代遅れなのだから・・・今は果汁はあげないの」と子育てに口出ししないでとばかりに反発したりします。

なぜ、今の離乳食の保健指導が「果汁やイオン飲料水をあげないで！」という指導に変化したのには理由があります。

昔は、一つ一つの果物を絞ってガーゼでこして湯冷ましで薄めてスプーンであげたものです。甘みのある果汁は赤ちゃんもおいしそうに飲むので離乳食の与え方の導入でもあったのです。ところが時代の流れの中で、市販の果汁ができるようになり甘くて美味しい果汁をニコニコ飲む乳児を見るのは幸せな気持ちになりますし、泣きじゃくる子も甘みを口にすることでおとなしくなるので親は市販のジュースを、それも哺乳瓶であげるようになったのです。その結果乳児の肥満が増えたり、甘みの飲み物を覚えた乳児が野菜などの離乳食を嫌がる傾向が強くなり今は「果汁は、できるだけあげないで」という指導が「果汁をあげないで」という指導にまで変わりました。

果汁をあげてはいけないのではないのです。甘みのあるジュース（果汁）やイオン飲料水を哺乳瓶でガブガブあげることに問題があるだけです。

季節の果物を家族で食べる時に初期の離乳食で

は貴方も食べますかと、一つ潰してガーゼでこして湯冷ましで薄めてあげることは問題はないのです。

育児相談をされていて思うことですが親や義父母が話す子育ての方法が全て時代遅れと思いつむのもどうかと。

母や義父母が「私はこんなふうの子育てしたものよ」という言葉に耳を傾けて今の時代に通じるものは学んで継承していくことも大切。娘や息子から「今はこのように子育てするんだ」という言葉に母や義母も耳を傾けて認め受け入れることも大切。

でも、そこにはすべて理由づけが必要でどうしてそれがいいのか？その方法がいいのか？

理由づけがわかると子育ても「じゃ、こうすればもっと良いのでは」と新しい子育ての方法、アイデアに繋がる気がするのです。

専門家に聞く!

嫁姑 解決



どうしよう。。



Talks

お話ししていただいたのは、この方!

川島 智世 さん

2006年から4年間、テレビ東京「子育てパラダイス」にレギュラー講師として出演。現在、生後0か月から2歳児までの子育て講座、親子ふれあい教室、プレママ・パパの講座などを行っている。

I LOVE 嫁!?

I LOVE 姑!?

れば離婚へと発展していくケースすらあります。夫と離婚しない限りおつきあいしていく相手。夫の父、母ですから、どうおつきあいでゆくことが良いかを考えつつ上手に心の距離をもってお付き合いしていくことがベストかと思うのです。

I LOVE 嫁!?

I LOVE 姑!?

焦らずに

case2

今は紙おむつが主流となり、焦らず、慌てず、怒らず子供のペースに合わせてゆっくりおむつはずしをすることがベストだと保健指導が変わりました。こうした保健指導とは反対に、早くおむつを外すことが当たり前と感じ育児をしてきた世代の親や義母にとっては今のおむつ外しは理解できない光景なのかもしれません。

人とは自分の生き方、生きてきた歩みを肯定したい、正当化したい生き物なので母乳で子育てした母や義母は母乳育児を奨励しますし、人工ミルクで子育てした母や義母は「ほら・・・おっぱいが足りないのよ！ミルクにしなさい！」と粉ミルクを奨励します。

1歳までにおむつをはずした母や義母は「私は1歳までに外したのになぜ外せないの！！」とばかりに2歳になってもおむつをしている孫をみると「まだ、はずれないの？」「いつまでおむつをさせているの？」と言いたくなってしまおうよう

す。その母や義母の言葉に苦しみやストレスを感じたり落ち込んだり、イライラしてわが子を責めてしまうママは少なくありません。

母や義母の時代は、布おむつが主流でおむつを洗う家事負担を減らしたい思いが強かつたのではと。おむつはずしの気合の入れ方も今の紙おむつ主流のママとは違ったのだと思うのです。

新米ママは焦らないでほしいです。まわりの人は新米ママにプレッシャーをかけないで見守ってあげてください。

必ずおむつは はずれますから・・・



問題
方法



姑・舅から、子育てのごとで注意されたら・・・

相

手の言い方が感情的であればあるほど、相手の感情的な言葉にあおられず落ち着いて口調で、まずは「心配くださってありがとうございます」と答えましょう。

そして次に私もお義母さんと同じで、「おむつを早く外すにはどうすればいいのかわ？」専門職（医者・保健師・助産師・保育士）にお話を聞いてきたら「2歳半ぐらいからトレーニング開始で3歳半ぐらいまで、おむつ外しが完了するケースが多い」のだと「今は紙おむつが主流となり、焦らず、慌てず、怒らず、子供のペースに合わせてゆっくりおむつはずしをすることがベストだ」言われたのです。と答えます。

義父母は 専門職にちゃんと学んで行っているという言葉にとても弱いのです。

義母とのお付き合いで 悩みを抱えている方は少なくなるともすれば離婚へと発展していくケース

嫁を嫁と思わない

嫁を嫁と思わず、娘か息子の友人と思うようにしていました。嫁と思うと腹が立つことも、娘や息子の友人と思えば許せるのです。

一定の距離を保つ

色々と口や手を出さずに、あまり立ち入らない様になっています。あまりに近いとお互い嫌な思いもすると思います。

不公平がないようにする

嫁が2人いるので、兄弟夫婦間で不公平がないように気を使っています。会うのが少ない場合は、少ないなりに尽くすようにしています。やはり、子供たちが仲良いのが幸せですね。



秘

有り難く受け止める

嫁が現在妊娠中ですが、私の長女がおとし出産し、そのお手伝いをしていたので、嫁は私が出産に関して詳しいと思っ込んでいるんです。「お義母さんよろしくお願ひします。」なんていわれているんです。そう言ってもれるのも有り難いですよね。

姑に頼る

子供が小さい時は、お義母さんに助けられていました。自分の母よりも姑の方が若かった事、家が近所だったこともあり、自分の母よりもお義母さんを頼って家まで行っていました。

I LOVE 嫁!?

I LOVE 姑!?

I LOVE 嫁!?
I LOVE 姑!?

姑に逆らわない

何も言わないで、言うことをきくのが一番です。「必要ない物でも有り難くもらって断らない。」「何を言われてもカーッとならない。」「旦那に悪口を言わない。」
どうしても我慢できない時は、旦那に言ってもらいます。

旦那に言ってもらう

自分の事だと我慢できるけど、子供の事だと難しいです。お義母さんは粉ミルクで育てたい、私は母乳で育てたい。と意見の相違があってお互い納得しませんでした。時代や価値観が違う事もあります。そういう時には、旦那に言ってもらいます。あくまでも、旦那が悪者になって静止して欲しいです。姑と嫁の関係が一回崩れると修復は難しいです。



番外編

旦那があまりにも、実家に寄りかかっていると夫婦関係が不和になります。結婚したからには、何があっても妻の味方であるべきです。

他人であることを認識する

旦那の実家に行かせるときは、私（嫁）なしで旦那と子供だけにするように気を遣っていました。姑になったら、私もそうして欲しいと思います。嫁や婿がいつも居ると横にもなれないし、常に気を使っていないといけないので、たまには、嫁・婿なしで来てほしいなと思います。

SPECIAL THANKS

取材協力いただき、ありがとうございました！

GUPPY edu Lab.
<https://www.facebook.com/guppyedulab>



お料理教室に参加されてるお嫁さん達



特徴
1

「家族みんなで育児記録を共有できます」

「食事」や「身長・体重」などの子育て記録を家族みんなで記録したり、記録をもとに保健師などの専門家からアドバイスがもらえます。体重等の記録は、ご自身の健康管理にも利用できます。



特徴
2

「健康・子育てに関する できる窓口」

健康・子育てに関するお悩みを相談できる窓口です。
※返信には数日いただく場合がございます。
相談は直接お電話(平日)ください。



いつでも、どこでも保健師などと繋がってし 「家族健康手帳」

スマートフォンアプリを活用した子育て支援サービス「家族健康手帳」

本サービスはスマートフォンアプリを活用したサービスとなっており、子育て世代のみなさんがいつでもどこでも手軽に利用することができます。みなさんが安全・安心に出産・子育てできるよう、地域の保健師や栄養士、歯科衛生士などがサポートいたします。

アプリの活用方法



①スマホに育児記録を登録



②自動的に標準グラフと比較でき、成長推移を簡単に確認できます。



③ごはんの記録もタイムラインで時系列に確認できます。

「お悩みを解決
ご相談します」

お悩みを受け付けていま
いますので、緊急性のあるご



特徴
3

「岩見沢市内の育児や健康に関する情報
が定期的に届きます。」

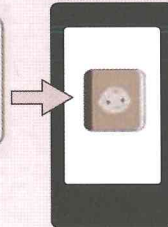
岩見沢市内の子育てや健康に関する情報を「健康
子育て編集長」がまとめてお届けします。



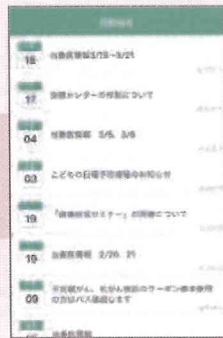
る。



家族健康手帳
インストール



※利用料金は無料ですが、通信料はご自身の負担となります。
※個人が識別できないニックネーム制で登録を行いますので、個人情報を取り扱うことはございません。



本サービスに関するお問合せ先
岩見沢市健康福祉部健康づくり推進課
0126-25-5540

アプリの操作・機能に関するお問合せ先
familydiary.contact@gmail.com

ほかにも、岩見沢市内の育児情報をまとめてチェックしたり、
子育てのお困りごとをスマホから相談したりできます。

Free Talk コーナー

— 編集者は、こんなヤツ! — の

編集長



Matsuyama Motoki

Profile

北海道大学
産学・地域協働推進機構
FMI 推進本部 所属

嫁姑問題について、特集させて
いただきました！

予想していた以上に、
みなさん円満な関係を築いていま
した！

距離の取り方や気遣い方が上手
なんですね。

そうなんです！
幼稚園や病院、商業施設など 47 箇所に
配布させていただきました！

そして、先日「プレス空知」さんに
「live」を取材していただき、私たちも
記事に載せていただきました。

そうですね！
これからも皆様の声を届ける冊子
を作っていきます。

また、次号でお会いできるのを
楽しみにしております！

デザイン・構成



Furuta Chihiro

Profile

北海道大学
産学・地域協働推進機構
FMI 推進本部 所属

ところで、この冊子「live」の
配布場所が大幅に増えたんですよ！

ご協力いただきました皆様、
本当にありがとうございました。

「live」がより皆様の身近な冊子に
なれば、嬉しいです！

次号は、
11/21(月) 発行予定になります！

