

会場では、ゲストに質問する時間も設けられました。  
事前にいただいた質問やリアルタイムでいただいた質問をゲストのみなさんに答えていただきました。

## Q. (夫婦関係で)怒りがおさまらない時はどうしますか？

あつた) 主人とも確認したのですが、結婚してから喧嘩したことはありません。喧嘩の定義を調べると「相手より正しいとマウントをとること」それには当てはまらない。イライラすることはありますが(笑)怒りは二次感情といわれていて、「寂しい」「大変」などの一次感情があります。冷静になって自分の気持ちに気が付くことが大事で、我が家はヒートアップしたら30分くらい休憩するなど、中断することもおすすめしています。そして、怒りの前後が大事で、自分はどのような時に怒りやすいか、怒った後にどうケアするとよいか、自分の傾向と対策について考えることが大切だと思います。

## Q. 夫婦で喧嘩した時の引き際は、どうしている？

英惠) お互いに喧嘩した時に「どんなに喧嘩してもその日のうちに仲直りする。うまく行かなければ休戦する。」というルールを決めています。これは夫婦で世界一周旅行をしている時に決めたことで、海外で喧嘩して、ひとり取り残されたら怖いところから。このルールは、今でもいいなと思っています。  
六平) ラスベガスだったっけ？(笑)感情をぶつけられることは、相手が手一杯ってことだよなと感じています。自分が手一杯になる寸前で「今日は一人でいたいです」など、相手に気持ちを言えることが大事かなと思っています。

## Q. 義理の両親との付き合い方は？

あつた) 同居しているかどうかにもよりますが、家庭の中で完結しているのであれば、割り切ってもいいと思います。親子の関係になるパートナーから義理の両親の関係について伝えてもらうといいと思います。義理のお母さんと奥さんが交換日記をしているケースや定例会をしているケースもあります。丁寧にコミュニケーションをとって、協力してもらうように促すと良いと思います。

## Q. 人事の仕事をしています。家庭も大切にしながら、キャリアも積みたい女性と、理解に乏しい男性の意識差を埋めるために会社としてどのように取り組めば良いですか？

六平) 家庭でのモヤモヤを聞いてくれる場所が職場だったり、自治体にあるといいなあとと思っています。相談しづらいことではありますが、なぜ居酒屋のカウンターではみんな言ってくれます。そういう場所がたくさんある会社・街になるといいですね。「夫婦二人だけの時間がすごく少ない」というのが問題だと思って、過ごす時間を作るための政策として育休や週に1回休める制度とかがあるといいと思います。



当日の会場では、来場者が書き込めるパネルを用意して「居心地のよい家庭に必要なものはなんですか?」という問いに答えていただきました。素敵なご意見をいくつか抜粋してご紹介します。

元気な体と心

意思の尊重

優しさ

当たり前を  
当たり前と思わない  
感謝の気持ち

家族

心の余裕

おいしいごはん

寛容さ

笑うこと

楽しさ

笑顔

寄り添う  
気持ち

お昼寝

心と体の  
スキンシップ

自由

言葉を  
交わすこと

時間

いつも通りの空気

家 安定

## 育児の日

鹿児島県の取り組み①

鹿児島県では、毎月19日を「育児の日」として、妊婦や子どもがいる世帯を地域全体で応援する気運を盛り上げていくこととしています。

「育児の日」、例えばどんなことを…?

- 家庭で 早めに帰宅し、家族揃って食事をしましょう。
- 地域で 交通事故や犯罪にあわないよう子ども達の安全を見守りましょう。
- 職場で ノー残業デーを設けましょう。



## 鹿児島県の取り組み② かごしま子育て支援パスポート

事業に協賛する企業や店舗のご厚意により、パスポートを提示されたご家族に割引や独自の優待サービスなどを提供していただくことで、子育て家庭を地域全体で応援する仕組みです。

