

## 「保育」の原点 116

## 赤ちゃんの心を疲れさせるお母さんの完全主義

文 葛西得男 text by Tokuo Kassai

**も** つと育児に手抜きを、などという  
と、一生懸命赤ちゃんを育てて  
いるお母さんからしかられそうですが、  
ときによっては、そのほうが赤ちゃん  
のためになる場合があります。

いうまでもありませんが、お母さん  
の仕事には、育児以外にも、一家の主  
婦としてしなければならぬことがた  
くさんあるはず。それをこなすだ  
けでもたいへんなのに、たびたび夜中  
に赤ちゃんに起こされたりと、それこ  
そ24時間休む間がないかもしれません。

当然、お母さんは肉体的にも精神的  
にも疲労します。先に、お母さんが疲  
れると母乳に変化が生じると述べまし  
たが、こうなると、母乳だけの問題で  
はすまされなくなります。一生懸命や  
ろうとしているのに、それができない  
というジレンマが、イライラとなって、  
さらにお母さんを疲れさせます。そし  
て、そんな状態が続けば、いよいよ育  
児ノイローゼということにもなりかね  
ません。

## 育児の原理

内藤寿七郎著  
『育児の原理』

お母さんが疲れて「もうた  
まらない、いやになった」な  
どと思うようになったら、そ  
れは疲れからきた心の息切  
れだと思ってください。何よ  
りも疲れをとるよう心がけ  
てください。

育児に疲れたと思ったときの救いが  
あります。それは100パーセント完  
全な育児をやらなくても、赤ちゃんは  
大丈夫、育つてゆくものであることを、  
よく知ってくださいることです。もちろ  
ん、育児に熱心なのは結構なことなの  
ですが、すべてに完全でないといけな  
いと思っていると、どこか生活に無理  
がきます。

完全にサボるというのではありませ  
んが、完全なママなどどこにもおりま  
せん。完全ママを志しているとかえつ  
て必要以上に神経質になってしまいう  
がおちです。神経質になれば、それだ  
けさらに疲れます。お母さんが疲れる  
と、家庭生活も台なしになるし、それ  
に巻き込まれた赤ちゃんもいっしょに  
なって疲れてしまうことになってしま  
います。

赤ちゃんは、少々の育児の手抜きに  
対しても平気です。児童心理  
学者の故波多野勤子さんの例をご紹介  
しましょう。波多野さんは商家に嫁が  
れて、生家とは生活の様式がちがう商  
家の主婦として、家業を手伝いながら  
家事もつかさどるので、心身ともにや  
すまる暇がありません。そこへお子さ  
んが生まれました。これ以上はもう無  
理だと悩んでいたときに考えぬいた末、  
「そつだ60点主義でいこう」と思いつい

たのです。すべてに100点満点を目  
指すから、身動きがとれなくなる。60  
点なら、なんとかできるのではないか  
と考えたわけです。一度そつ決めて、  
心に余裕ができ

て、お姑さん  
の間も、家業も  
家事も育児も、  
今までより、か  
えつてうまく運  
んだそうです。

育児というの  
は、やらなけれ  
ばならないこと  
がたくさんあり  
ます。しかし、  
疲れたときは、  
そのなかで今、  
何がいちばん赤  
ちゃんにとって  
必要なか、を  
考える心のゆと  
りを持ちましょ  
う。それだけを  
する、そして、  
それ以外のこと  
は、思いきつて  
手を抜いてみて  
ください。

『育児の原理』より

## Profile

1950年12月8日大阪に生まれる。  
1972年、追手門学院大学卒業後、米国ボストンカレッジに留学。  
1975年に帰国後、アプリカ葛西に入社。営業部、副社長、  
社長を経て、1996年に社会福祉法人 松稲会 理事長に就任。  
松稲会は社会福祉法人として高齢者介護施設「アプリケア」と  
認可保育園マザーシップ保育園を運営している。  
アプリカ葛西 副社長時代に国連環境計画 (UNEP) のスペシャ  
ルアドバイザーとして子供たちのために地球環境問題を考えるプ  
ロジェクトに参画し、世界の賛同者と世界会議、イベント普及活  
動などを行いながらその人脈などを広げ現在に至る。

