

共働きが増え、子育てサポート「ばあば」も急増 「孫疲れ」「孫ブルー」にならず、三世代が幸せになる「ばあば」のあり方は？ 『ばあばニッポン』

1月11日（土）全国の書店・ネット書店にて発売 本体1200円＋税

共働きが増え、子育てを「ばあば」に手伝ってもらう家庭が増えています。忙しい娘や息子の手助けをしたい、かわいい孫と一緒に過ごしたい。そんな思いで頑張る「ばあば」たち。日本の共働き家庭は「ばあば」に支えられていると言っても過言ではありません。一方で実は「ばあば」の心の中には、モヤモヤした思いが……。

- 「かわいいけれど、一緒にいると疲れる」。自分が子育てをした約30年前に比べて体力が衰えたことを実感する切なさ。
- 孫がほしがるものは何でも買ってあげたいし、おいしいものを食べさせたい、旅行にも連れて行ってあげたい。してあげたいことは多々あるけれど、自分の老後資金も心配。
- これからの人生、元気なうちにやりたいことをやっておきたいから、孫に多くの時間を割かれるのはちょっと…。でも、自分勝手といわれそう。

本書を担当する60代の女性編集者は、孫が生まれると、それまで抱いていた理想の「おばあちゃん」像に自分があてはまらず、大きく戸惑ったと言います。孫やその親である子どもたちの力になりたいと思う反面、どんな風にかかわったらよいか？他の人はどうしているのだろう？と疑問を持ったことから、同じ様な思いを抱える人たちにむけ、「ばあばによる、ばあばのための、ばあばたちへのメッセージ」となる一冊が生まれました。「三世代みんながハッピーになれる」新しい時代の「孫育て」を豊富な実例から探ります。

本書で紹介する新しい時代の「ばあば」たち ※年齢は取材時

土屋アンナさんのお母様、土屋真弓さん（61歳）、エッセイスト中山庸子さん（66歳）、エッセイスト吉村葉子さん（67歳）ほか、今まさに「孫育て」中の13名のばあばが登場。孫との関わり方、子世代と約束しているルール、自分の時間の使い方など、ご紹介します。



◀目下、ばあばとして200%全力投球！！

“ばあば”になったおかげで、子育ての楽しさを改めて知りました。育児で頑張る娘を少しでも休ませてあげたいと24時間体制で「ママ代理」を担うときも。

武東由美さん（58歳・ミセスモデル）

▶時間の使い方の達人ばあば

孫の世話は週1日と決めて、趣味や親の介護と両立。忙しくても孫の世話は娘のサポートと次の世代を育てていく、という気持ちで。

小沼文枝さん（62歳・主婦）

◀元看護師の頼れるばあばは、ピンチヒッターとして活躍

最優先は夫婦二人の時間。でも、孫が病気ときは飛んでいく。孫とかかわるときに気を付けているのは娘のサポートに徹すること。

小金由香里さん（59歳・主婦）



PRESS RELEASE

教えて！専門家アドバイス 3人の専門家による経験を踏まえた三世代みんながハッピーになる秘訣

■昭和女子大学総長 坂東眞理子さん（73歳）



孫はかわいいが「自分はいくまでも子育てのアシスタントであり、サポーターである」と心得ることも大事

大ベストセラー『女性の品格』の著者。第一線で働き続けながら2人の娘を育てあげたワーキングマザーでもあり、5人の孫の「ばあば」の一面も持つ坂東さんに孫とのかわり方、「ばあば」世代のたしなみについてうかがいました。



■子育てアドバイザー 河村都さん（72歳）



孫はかわいい！でも自分の人生も大事。孫が生まれても生き方は変えませんか！

孫は目に入れても痛くないほどかわいい。孫が生まれれば世話をし、かわいがるのがばあばの役目であり幸せ…。でもそれって当たり前なのでしょうか。
『子や孫にしばられない生き方』の著者で「孫ブルー」という言葉をつくった河村さんの考えとは？

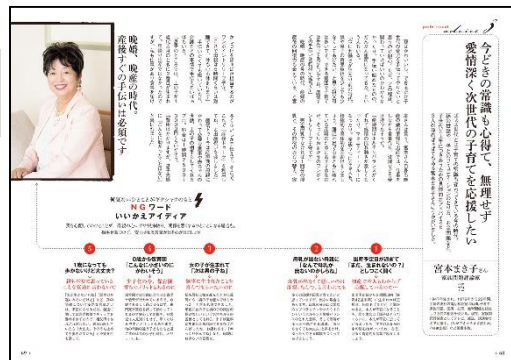


■家族問題評論家 宮本まき子さん（72歳）



今どきの常識も心得て、無理せず愛情深く次世代の子育てを応援したい

ばあば世代とは子育ての常識も変わってきている今の時代。孫の世話や、子とのコミュニケーションのとり方、お金の問題など、子世代と上手につきあうための具体的なアドバイスを3人の孫のばあばでもある宮本さんにうかがいました。



<編集担当より>

2018年に初孫が生まれました。「ばあば」になってみると、意外にも戸惑うことがたくさん。まず、孫とのかわり方。子育ての主役はいくまでも子どもたちなので、どこまで手を出していいものか？ また、30年前と今の育児常識の違い、最新育児グッズの使い方、アレルギー対応の食事の作り方、服やおもちゃや絵本の選び方などに戸惑いました。孫が加わったことで、親となった子どもとの関係を再構築する必要も感じましたし、孫にかける時間、体力、お金のバランスもむずかしいと思いました。愛情は無制限としても、時間やお金は有限です。体力も30年前とは違います。これからの自分の人生で、孫の割合をどうするか？ 他にやることもあるので、100%孫というわけにはいきません。三世代みんながハッピーになれる、今の時代の「ばあばライフバランス」を探りたいと思ってつくった本です。



依田邦代（61歳・編集者）



『ばあばニッポン』
発売日：1月11日（土）
定価：本体1200円＋税
主婦の友社・編
仕様：B5判・100ページ
ISBN：978-4-07-439799-0
電子書籍あり

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社主婦の友社 広報・プロモーションユニット 担当：長友・葛和 TEL:03-5280-7577 pr@shufutomo.com