

2025 年 10 月 16 日(木) ハコラク 11 月号 掲載

医療の現場から『コペアレンティングとは』

狩野 信子 看護師長(助産師)

コペアレンティングとは



函館中央病院

看護師長・助産師

狩野 信子さん

現在日本では、共働き世帯が7割を占めています。また、「男性が家事・育児を行うのは当然」と考え、育児への関心が高い男性も増えていきます。男性の育児休業取得率は2024年には4割を超えました。「産後パパ育児」などの制度も施行されはじめ、協力して育児をしていこうと考える夫婦も増えていくと思います。

コペアレンティングとは、Co(一緒に)parenting(育児)―夫婦で共に育児をすること(夫婦共同

育児)―と訳され、夫婦が子どもの世話と養育の責任を共有し協力して育児を行うことです。これは、夫婦が単に育児についての仕事を平等にしたり、育児方針を完全に一致させるということではなく、公平な分担やお互いの育児方針に納得していることが重要だとされています。

そのためには、赤ちゃんが生まれた後に生活がどう変わるか、どんな親になりたいか、どんな子供になっ

てほしいか、育児や家事にはどのようなものがあり、お金の管理から親戚付き合いまで夫婦でどのように分担するか、心配事として何があるのかなど、妊娠中から夫婦で話し合っておく必要があります。赤ちゃんが生まれると夫婦間のもめ事は8倍になると言われています。相手が期待通り動いてくれない時やもめ事が起きたときも「伝わっているはず」「自分は理解できているはず」という気持ちは一旦置いておいて、自分の考えや気持ちが変わるよう丁寧に説明してみることが、相手の話に耳を傾けることが大切です。お互いを理解し共に子育てをしているというポジティブな意識を持った温かい環境での育児は、幼児期の仲間関係、思いやり、感情コントロール能力や自己肯定感の向上など、子供の成長発達にも良い影響を与えるとされています。

「コペアレンティング」は広くとらえると、夫婦以外でも(婚姻関係や性別、子どもとの関係などに関わらず)複数の人が協力して子育てを行う場合のことも含まれています。子育てに関わるすべての人がお互いに理解・納得し、愛情を持って共同していける社会となることを願います。