一般社団法人
内外情勢調査会
会報誌 December 2020 Vol.165 12

J²TOP
The Research Institute of Japan

2020年(令和2年)11月25日発行(毎月1回25日発行)第14巻第9号(通巻165号)

■内外情勢調査会 WEB支部懇談会【講演抄録】
災害多発時代の食の危機管理
別府 茂 新潟大学大学院客員教授

■特別寄稿
義理と人情とやせがまん
—大野伴睦よ、再び—
丹羽文生 拓殖大学海外事情研究所教授

■特別寄稿
「Withコロナ時代」に夫婦円満でいるための秘訣
岡野あつこ 夫婦問題研究家
ライフアップ・カウンセラー
NPO法人日本家族問題相談連盟理事長

■寄稿
スガノミクスで取り組むべき政策課題
永濱利廣
第一生命経済研究所 経済調査部首席エコノミスト

寄稿

「Withコロナ時代」に夫婦円満でいるための秘訣

新型コロナウイルスの影響で増えている「コロナ離婚」。今回は、実際にあったコロナ離婚に関する相談実例とともに、これからの「With コロナ時代」を夫婦円満で過ごすためのポイントを紹介していく。

写真／AFP＝時事

写真／時事

若い世代に「コロナ離婚」が増加中

新型コロナウイルスが及ぼす影響は、経済や政治をはじめ多方面に渡っているが、もっと身近なところで言えば「夫婦関係」についても例外ではない。

実際、今年3月以降、私たちが取り扱っている夫婦関係の相談やカウンセリングの件数も上昇の一途をたどっている。前年の同時期と比べても、対面による相談件数は3割増、電話やオンラインによる相談件数は5割増とそれぞれ増えている。

〝コロナ以前〟と異なる点の一つに、相談者の若年齢化がある。コロナ以前に夫婦関係で相談に訪れる人たちの年代は、40～50代を中心に30～60代と幅広かったものの、コロナ以降は圧倒的に若い世代の相談者が中心となった。特に20代～30代前半の女性からの相談が目立って多かった印象がある。

相談者の若年齢化が進んだ背景には、「経済的な事情より感情的な問題を優先したい」という若い世代ならではの特徴も存在している。つまり、「一人になったら収入が減り、生活が苦しくなるから」と離婚を思いとどまるより、「経済的な問題はさておき、とにかくもうこれ以上、今のパートナーと一緒に暮らすのは無理！」などと抱えていた不満が爆発して相談に訪れるケースが圧倒的に多いのだ。

もちろん、「もう限界！」という悲痛な思いで訪れる相談者は、若い世代ばかりではない。新型コロナウイルス感染症拡大防止策として〝ステイホーム〟の風潮が広まってからは、年代に

内外情勢調査会講師

文／岡野あつこ
（おかの・あつこ）

夫婦問題研究家／ライフアップ・カウンセラー／NPO法人日本家族問題相談連盟理事長

立命館大学産業社会学部卒業、立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科修了。自らの離婚経験をもとに、1991年に離婚相談室を設立。「離婚しないに越したことはない！」をモットーに夫婦問題に関するカウンセリング活動を行う。28年間で35,000件以上の相談を受け、修復も含め、数多くの夫婦問題を解決に導き、現在では札幌・仙台・横浜・東京・大阪・名古屋・福岡で「離婚カウンセラー養成スクール」を開校し、後進の育成にも力を注ぐ。

関係なくコロナ離婚を前提とした相談が増えているのも事実。

では、なぜ、〝ステイホーム〟がコロナ離婚を招くきっかけになったのだろうか。実際にあった相談例をみてみよう。

実例1

「家事や育児を手伝わない夫に対してイライラ」という妻側のストレス増

A子さん（34歳）は1歳年下の夫と6年前に結婚。共働きで、2歳になる子どもが一人いる。コロナの影響で夫婦ともにリモートワークが中心のライフスタイルになり、2LDKのマンションに家族3人が朝から晩まで四六時中、顔を突き合わせる日々がスタート。決して広くないリビングにスペースを区切り、日中はA子さんと夫がそれぞれ自分用のパソコンで仕事をしている。

「このままずっとこの状態が続くなら、もう夫とはやっていけそうにない」と相談に訪れたのはA子さんだった。A子さんが夫と別れたいと考えている一番の理由は、夫の身勝手な生活態度だという。「在宅で働いている現状は夫も私も同じなのに、食事の支度や子どもの世話は、すべて私任せ。『少しは手伝ってよ』と言っても、『今ちょっと忙しいからやっといてよ』と結局はいつも私がやることになる」と嘆く。

極め付きは、A子さんの出社日に在宅の夫に家事と育児を任せた時のこと。ごみ出しと洗濯、子どもの食事の世話を夫に頼んで出社したA子さんが夜になって帰宅したところ、夫は頼まれたことを何一つやらずにボーっと妻の帰りを待っていたのだった。夫いわく、「ごみは出す場所が分からなかったし、洗濯は洗剤の置き場所を知らなかった。子どもの食事は、支度するのが面倒くさかったのでスナック菓子を与えていた」とのこと。A子さんは夫の弁明を聞いて、怒る気すら起きなかったとあきれる。

リモートワークが定着しつつある今、A子さんは「夫婦は協力し合って生活するものだと思っていた。だが、それを望めないのであれば別れるしかないんじゃないか」と真剣に悩んでいる。

5色ののぼりで「ステイホーム」 写真／時事

実例2

「妻の愚痴に付き合わされる時間が増えてげんなり」という夫側のストレス増

会社員のBさん（47歳）はコロナ以降、妻に対する愛情がどんどん冷めていく自覚があり、「結婚生活を続けていく自信がなくなった」と相談に訪れた。4歳年下の妻とは、Bさんが30歳の時に結婚。妻はアルバイトの傍ら、高校受験を控えた子どもと、近所に住むBさんの年老いた両親の世話をしている。

今春以降はコロナの影響で、Bさんはリモートワークになり、妻もアルバイトのシフトが激減したこともあり、夫婦は自宅で二人で過ごす時間が長くなった。

「愛妻家の聖地」を掲げる嬬恋村がPRのために発売した天然水「妻との渇きを潤す水」［同村提供］ 写真／時事

東京都八王子市が市制100周年記念事業として、結婚するおふたりの「100年続くしあわせ」を祝福し販売したオリジナルの「100年婚姻届」［同市提供］ 写真／時事

ところが、Bさんの悩みのタネはまさにそのことだった。「もともと不平不満の多い妻だったが、コロナでいろいろなことが思い通りにいかなくなったことで、さらに愚痴が増えた。ステイホームで朝から晩まで妻の文句ばかり聞かされていると、こちらまで気が滅入る」とBさんはため息をつく。「収入が減ったので、このままでは子どもを私立の高校に行かせられない」「子どもが一向に勉強に身が入らず、成績が上がらない」「近所の人たちと話が合わない」「わがままな義父母の面倒をいつまでみればいいのか」といった解決できないような愚痴まで延々と、妻はBさんに嘆き続けるのだった。

一度だけ「いい加減にしてくれないか。もうウンザリなんだよ」とBさんが穏やかに伝えたところ、「これまでずっと家族のためにいろいろなことを犠牲にしてきた私の気持ちなんて、あなたは全然分かっていないのね。信じられないわ！」と妻は逆ギレ、さんざん泣きわめかれて大騒ぎになったという。

そのことがあって以来、「面倒くさいので反論することはやめたものの、妻との心の距離は離れていく一方だ」と話すBさんは、「子どもが成人したら離婚するという選択肢もアリではないか」と考えている。

実例3

「自分の自由な時間が減った」という夫婦のストレス増

Cさん夫婦はともに20代で、子どものいない共働き夫婦。1年前に共通の知人の紹介で知り合い、半年後に結婚。「30代になったら子どもをつくろう。それまではお互いに自由に暮らそう」と話し合っていたCさん夫婦は、コロナ以前の生活では約束通りお互いに干渉し合うことはなかった。夫は残業か飲み会で毎晩のように帰宅時間は深夜。妻も仕事の後に資格取得のための学校に通っていたため、平日は二人ともほぼ寝に帰るだけのライフスタイル。まとまった休みが取れると二人の共通の趣味の海外旅行に行って、夫婦のコミュニケーションを取っていた。

ところが、新婚生活が始まってまもなくコロナの影響で二人ともリモートワークになった。

コロナ以降、自宅で過ごす時間が長くなって二人がともに感じたのは〝息苦しさ〟だったという。まだ収入の少ない若い夫婦の住処は小さなアパートの一室。寝るだけならまだしも、二人でそれぞれ仕事をするには狭すぎるスペースだった。加えて、唯一の共通の趣味だった海外旅行にも行かれなくなり、夜も外出の機会を失った二人は、時間を持て余すことが多くなるにつけ、けんかが増えていった。

リモートワーク風景 写真／時事

やがて、どちらからともなく言い出したのは「子どもがいない今なら、まだやり直せるかもしれないね」という離婚の提案だった。

「Withコロナ時代」に夫婦円満でいる秘訣

コロナの影響により、夫婦の関係やあり方は変化する可能性があるのも事実。夫婦が二人で自宅で過ごす時間が長くなることが常態化すれば、ますますその可能性は高くなるはず。

例えば、自宅にいても夫婦がお互いを尊重するために、夫と妻がそれぞれ自分らしく過ごせる、居心地のいいスペースと時間も必要になるだろう。〝ポジティブな家庭内別居〟とも呼べそうだ。

なぜなら、もともと夫婦は一つの単位であっても、夫と妻は一人ずつ別の人間だから。一人の人間として自分らしく生きることでそれぞれ輝き、その輝きを認め合えるような関係こそが新しい夫婦の絆になるのではないだろうか。

Withコロナ時代を諦めることなく、強くしなやかに生き抜くためにも、自分たちにフィットするライフスタイルを見つけることが夫婦円満の秘訣といえそうだ。

「いい夫婦パートナー・オブ・ザ・イヤー2020」を受賞したタレントのLiLiCoさん（右）、夫で歌謡コーラスグループ「純烈」の小田井涼平さん 写真／時事