

かぜとゆき

HEALTH — ②
痛みをなくして、症状の進行を止める！
つらい外反母趾を
徹底セルフケア



LIFESTYLE
基本を見直す
夏のスツキリ
お洗濯

RECOMMEND
商品審査部の
推奨品



HEALTH — ①
免疫力を上げて不調を防ぐ！
老けない人の
食べ方
徹底研究



COOKING
一品で満足！
ポリウムそうめん

BEAUTY & HEALTH
真夏の紫外線対策と
UVケアグッズ



かぜとゆきオンラインショップ ▶▶
<https://www.yamato-gokoro.co.jp>



かぜとゆき Vol.5 〒105-0001 東京都港区虎ノ門2丁目2番1号 住友不動産虎ノ門タワー 34・32・31階 編集発行人/吉田嘉明 発行所/株式会社大和心

RECOMMENDED ITEM



[年中無休] フリーダイヤル 0に 5が5つ
ご注文・お問い合わせの
ご連絡はこちらまで
9:00~22:00 **0120-0-55555**
かぜとゆきオンラインショップには、現在約5,000点以上の商品がございます。そちらもぜひご覧ください。

配送料金 1回のお支払い金額が3,000円(税込)以上で **全国送料無料**
●3,000円(税込)未満の場合、全国一律で送料350円(税込)。
●ヤマト運輸、佐川急便のどちらかでの配送となります。

スマホは
こちらから
(24時間受付)



やまごころ
東京港区虎ノ門 大和心

【今そこにはある危機】

あなたの身近には、実は見えない危険がたくさん潜んでいます。被害に遭わないためのリスク回避法を、その道のプロが徹底指南！

第5回

モラハラ熟年離婚

この人に聞きました！

夫婦問題研究家 岡野あつこさん

1991年に離婚相談室を設立して、民間資格である離婚カウンセラーもつくり人材を育成。著書に『夫婦がベストパートナーになる77の魔法』（サンマーク出版）があり、YouTubeの『岡野あつこチャンネル』も人気。

離婚したら幸せ：とは限らない

モラハラ(モラル・ハラスメント)は上司が部下の人格を否定するなど、仕事面を取り沙汰されることが多いですが、家庭でも同じことが起きています。4万件以上の夫婦問題を解決に導いてきた夫婦問題研究家の岡野さんは、「熟年夫婦の離婚理由として特に多いのが夫のモラハラ」と解説します。「子供の手が離れたタイミングで、妻が三下り半を突き付けるというケー

回避する方法1 モラハラ夫には話し合いで自覚をうながしてみる



“妻の存在意義”を否定されて黙っているのはダメ

男性優位の考え方が染み付いているため、妻は言うことを聞くのが当然と思っているモラハラ夫は、熟年世代になると「本当に直らない」と岡野さん。ただ、お手伝いさん扱いされてきたにもかかわらず、我慢してきた妻側にも責任が…。「黙っているのはダメ。ずっと家庭を守ってきたのだから、自信を持って思いを伝え、今後のことを“リクエスト”してみましょう」とアドバイスします。

回避する方法2 喧嘩になるのは夫のせい？自分も反省する必要がある！



実は自分で“喧嘩の種”をまいている場合も

岡野さんのもとに「夫のモラハラがひどいから離婚したい！」と相談に来た女性があり、録音された夫婦のやりとりを聞いたところ、女性のほうが最初から喧嘩腰で怒鳴り声を上げ、火をつけていたことが判明。「長年の不満が積もって、きつくなっていく妻も多い。夫のためではなく自分が素敵な人になるためと思って、優しい言い方に見てみるとういすね」と岡野さん。

覚えておこう！

夫との仲を修復するためのポイント

- 夫婦仲が悪い原因を探る
- 第三者の客観的な意見を聞く
- 夫に自分の存在意義を理解してもらう
- 改善するときは夫ではなく「自分のため」に

解決！

それでも離婚したいときは…

まずは経済面を精査しましょう。離婚しても、財産分与などで生活できる資金を得られるなら大丈夫。難しい場合は自分の“成長期間”と捉え、へそくり貯金をするなり経済力をつけるべき。さらに、独立した子供や友人などメンタル面で頼れる先があれば、不安は少なくなります。後悔しない選択をするためには、やりきる気力を持つことが重要！