

# 単身赴任中の子育て

今回のコラムでは、僕の「単身赴任中の子育て」での気付きや大切にしていることをご紹介したいと思います。

## 島田讓、単身赴任中

僕は、今年から新潟で単身赴任生活を送っています。現在6歳の子どもの教育、自分のキャリア、家族の将来、さまざまなことを考慮したうえで、家族と離れて単身で新潟に残る決断をしました。

もちろん、「燕市子育てサポーター」の名に恥じぬよう、会える時間が限られていても、距離が離れていても、自分にできる限りの子育てをしようと努力しています。

## 限りのある かけがえのない時間

現在、子どもと直接会えるのは、月に1回ほどです。そのときは、思い出に残るような場所に旅行に出かけたり、パパとしかできない遊び（本気のサッカーなど）をしたり、溜まっていた娘の話を聞いたりして、

一カ月分思いっきり甘やかして過ごしています。

6歳になる娘は、会うたびに体の大きさだけでなく、好きな遊びやキャラクター、口癖まで変わったり、周りの影響を受けて方言が出たりします。その変化を日々感じ取れない寂しさはありますが、会うたびに確かな成長を実感できるのは、離れているからこそだと前向きに捉えています。ただ、パパが知らない間に将来結婚する男の子が決まっていたときは、さすがに複雑な心境でした…。

昨年までは当たり前だった娘とのたわいもない時間が、



今は本当に愛おしく感じます。終わりがないように思う子育ても、子どもとのかけがえのない時間にも、限りがあります。僕は離れてみて改めて、この時間の尊さに気付くことができました。ずっと子どもの側にいると忘れかけてしまふ大切な感情ですが、ぜひ皆さんは当たり前ではない子どもとのかけがえのない時間に自覚的に向き合ってもらえたらと思います。

## 情熱を伝える

久々にパパとの楽しい時間を過ごす、素直な子どもは「もう帰らないでよ」「サッカーやめちゃいなよ」なんて寂しそうに言ってきます。これは毎回本当に辛く、心が揺らぐ瞬間です。

それでも、単身赴任を決めたときから自分の中で大切にしていることがあります。「情熱を持って、自分の大好きな仕事（サッカー）に取り組んでい

サッカーのように、娘が自分の人生を懸けて情熱を注ぎたいと思える夢や目標や愛を見つけてほしいなと思っています。

ちなみに、帰省先から新潟への帰路で娘が心配になり、いつも妻に娘の様子を尋ねるのですが、「全然大丈夫。もうケロツとした顔で楽しく遊んでるよ」と言われます（笑）。女子の切り替えの早さを寂しく感じる半面、娘のたくましさや安心させられる瞬間でもあります。

## 愛を言葉で伝える

もう一つ大切にしているのが、「言葉にして愛を伝えること」です。去年までは側にいることや触れ合いの中で伝わっていたであろう娘への愛を、しっかりと言葉で伝えるようにしています。文字にするのが恥ずかしいのですが、「大好きだよ」とか「パパはいつも味方だからね」とか、妻にもなかなか言っていないような愛の言葉を娘に惜しみなく伝えていきます。

「コミュニケーションの回数はどうしても減ってしまうの

で、しっかりと愛を言葉で伝えることが大切なのは、と自分なりに考えました。距離が離れていても誰よりも自分のことを大好きなパパがいて、何かあればいつでも心の拠り所ができる、という安心感を持って日々を過ごしてほしいという想いからです。

## 単身赴任中だから ではなく

最後に、僕がここに書いて単身赴任中の子育てにおいて大切にしていることは、一緒に暮らしているのも大切にすべきことです。でも、子どもと一緒に暮らし、日々の子育てに励んでいる中で、いつの間にか疎かにしてしまいがちなことだと思っています。

ぜひ、このコラムを読んでいただいた子育て中の皆さんは、自分の背中が子どもにどう映っているか、こうなりたいと思える振る舞いや言動をしているか、言葉で愛を伝えてみるか、この機会に振り返ってみてほしいと思います。僕も引き続き、遠距離子育てを頑張ります！



家族とお出かけ中の一枚▶  
画像提供：島田讓選手

©ALBIREX NIIGATA

## アルビレックス新潟 島田讓選手

茨城県出身。ポジションは、ミッドフィルダー。背番号20。現役のプロサッカー選手として初めて日本女子プロサッカーリーグ（WEリーグ）理事を務めた。好物は、からあげ。