

タイトル

【残り3時間】1日14円の愛情。もう戻ってこない子どもとの時間を大切にするために

本文

こんばんは、悠です。

講座の募集は

あと3時間で終わります。

今後再募集する予定はないので

案内が見られるうちにぜひ。

案内はこちらから↓

レターURL

さて、今回のメールで講座の募集は最後です。

このメールを読んでいるということは、
きっと最後まで参加を迷っているんだと思います。

なので、

最後に背中を押す意味で

僕が大切にしている考え方について
お伝えしようと思います。

僕には息子が1人いるのですが

息子が生まれた時に

育児休業を3ヶ月取ったんです。

僕にとって初めての子どもだったので、
できるだけそばにいたいという思いからでした。

で、育児休業を取って育児に専念してみると、
「子どもって可愛いな」って心から思えたんです。

初めて見た息子は、まだ小さくて細くて。

寝てる時に少し笑うことも、
手に指を当てると握ってくれることも愛おしい。

大きくなるにつれて表情も豊かになって、
ニコニコしてはしゃいでる時も、
ムスツとしてぐずぐずな時も、

息子が自分を全身で表現していることが
可愛くなって思えました。

それに、子どもの成長を近くで見られることが
何より嬉しかったんです。

ただ、可愛さを実感すると同時に
子育ての大変さも身に染みてわかったんです。

生まれてすぐの頃は
3時間毎にミルクあげていたので
常に息子の様子と時計を見比べていて。

ちょっと出かけるだけでも、
息子のおむつ替えやお腹が減るタイミングを考えて

「2時間で戻らないと...！」

「あの店っておむつ替えスペースあったっけ？」

「ミルク用のお湯あるかなあ、念のため準備するか...」

と考えることがたくさん。

夜も夜泣きで3時に起こされて
半分ぼーっとしながらミルクとおむつ替えをしていました。

自分たちが食事の時に
ミルクやおむつ替えが重なると、
息子の対応でゆっくり食べる時間もとれず。

いつも時間が経って冷めた食事を
息子が寝た後に口にかき込むように食べる毎日。

なので、

「目が離せなくて家事が何も進まない」

「自分たちがゆっくりする時間もない」

「毎日眠い」

「正直、キツイ」

そう思う毎日でした。

ただ、3ヶ月後、
仕事に復帰してからは
違いました。

仕事自体は夜10時を超えるほど大変だったけど、
休憩時間には1人の時間が作れるし、
温かいごはんをゆっくり食べることもできます。

家の中に居続ける必要もなく、
同僚やお客さんとの会話を楽しむことも。

もちろん帰ってからや休みの日は
僕が子どもの面倒を見ていました。

でも、
子どもと離れる時間ができたことで、
毎日のしんどさが少し軽くなったと思えたんです。

仕事に復帰してすぐの頃は、
「仕事に戻ってきて良かった」
なんて呑気に考えていました。

そして、
仕事に復帰して1ヶ月が経った頃、
僕にとって残酷なことが起こったんです。

それは、
帰宅して聞いた
妻の何気ない一言が始まりでした。

「今日はおすわりができてたよ！」

いつのまにか、
息子はおすわりができるようになっていたのです。

「おすわりの瞬間見たかったなあ」
と思いつつも、
「今度の休みに見ればいいか」
と楽観的に考えていました。

でも、
おすわりができたその日から
息子の「はじめてラッシュ」が始まったんです

「今日はハイハイで家の中を動き回って大変だったの」

「今日は離乳食でおかゆ食べたら、すごく嬉しそうな顔してたよ！」

「今日の昼に『ママ』って呼んでくれたの！」

毎日妻から聞く息子の成長は、
嬉しいことばかり。

なのに、その瞬間はいつも見られない。

毎日息子は成長しているのに、
僕はそれを話で聞くだけ。

仕事が終わって家に帰ると、
僕が見たことない表情で、
僕の知らない動きができる息子がいる。

そうやって、
自分の知らない子どもの姿が増えていくにつれて、

育児休業の3ヶ月が
どれだけ幸せだったかを理解しました。

それと同時に
もっと子どもとの時間を大切にしたいと思うようになったんです。

目の前にいる子どもは、
ずっと同じ姿じゃなくて。

今はハイハイだけど、
立ち上がるようになっていくし。

あうあう喋るだけなのが、
はっきり言葉を交わせるようになるし。

無邪気に笑いかけてくれるのが、
将来は無視されるかもしれないし。

今、子どものおむつを変えることすら、
あと何回できることだろうって
考えるようになっていきました。

きっと僕は20年後に
今の大変さが恋しくなると思います。

赤ちゃん時代の息子にはもう二度と会えないから。

今この瞬間、目の前にいる子どもには、
明日になったら会えないんです。

過ぎた時間が巻き戻ることはありません。

だから、

どれだけ大変でも
子どもと接する時間は貴重だし、
大切にしていきたいと
考えるようになりました。

で、これって
食育でも同じことが言えるんです。

自分の作った料理を無邪気に「おいしい！」と食べてくれるのも今だけだし、

子どもが親の言うことを素直に受け止めてくれるのも今だけのことです。

そして、
子どもの将来の食生活を決めるのも
子どもにとって親の存在が大きい今のうちなんです。

そんな貴重な時間を

「食べてくれない」
「言うことを聞いてくれない」

「でも、もう仕方ないか...」

と悩んで、諦めて過ごしてしまうのはもったいないと思うんです。

ただ、
貴重な時間とか子どもの将来とか言われても

毎日の家事・育児で精一杯で食育どころじゃない！
って気持ちもわかります。

妻を見ている、
朝起きてから僕が出勤するまでの1時間半で、

掃除して離乳食作って食べさせて
ミルクも飲ませて
お弁当の用意して
その日の買い物リストを作っていました。

僕が仕事から帰ってからも
息子をお風呂にいれて
保湿して着替えさせて
夕ご飯の準備です。

もちろん僕もできることはしているつもりですが
それでも妻が大変なことには変わりありません。

今はまだ7ヶ月でたくさん手を焼いているのに、
自我が芽生えて力も強くなってからの大変さは
想像もつかないほどです。

ただ、僕はそれでも
あなたに食育へチャレンジしてみてもらいたいんです。

なぜなら、
食育をやった方が子育ての負担がむしろ減っていくから。

食育が育てるのは、なにも食べることや体の健康だけじゃありません。

子どもの情緒が育つので感情が豊かになっていき、人の気持ちにも気配りができるようになります。

また、食卓ではシチュエーションに応じた自分の身の振り方を学んでいくので、子どもが自分を客観視する訓練になります。

だから、
食育をやった方が家事・育児の負担が
むしろ減っていくんです。

それにもし、今食育をやらないという決断をして
10年後、20年後に子どもの食生活がめちゃくちゃだったらどうでしょう？

今はあなたが食事を管理しているので
子どもの食事が大きく乱れることはないと思います。

でも、大人になったら？

毎日3食カップラーメンとか、
コンビニ弁当しか食べないとか、
スナック菓子だけで食事をすませるなんてことも。

あなたは「まさかそんな...笑」って思うかもしれませんが、
全然珍しくないですよ。

僕は実際に見てきたのでわかりますが、
病院にかかって栄養指導を受ける人は、だいたい同じ食生活です。

結局のところ、
健康に人生を楽しめるかどうかって、
小さい頃からの食習慣がかなり影響しています。

だから、子どものひどい食生活を知った時、きっと後悔すると思うんです。

「あの時、私が食育をしなかったせいで、子どもの食生活がめちゃくちゃになってしまった...」

「あの時、食育をやっていたら、健康に気を使えるようにしてあげられたのに...」

そんな取り返しのつかない思いを、
あなたにしてほしくありません。

だから、もし少しでも

「今、子どもがまだ幼いこの時期に、
正しい食育をやらなかったら後悔するかも」

と感じていたら
思い切って飛び込んでみて下さい。

【食育の方程式】は
価格で言うと49800円です。

1年が365日なので、1年で
考えると1日136円の負担です。

食育は10年、20年と役立ち続けるので...

10年で計算すると
1日14円です。

つまり、
1日14円で、
「人生全てに役立つ食育」
を学ぶことができます。

ぜひ、講座に参加して
努力が報われない生活から
抜け出していきましょう。

ちなみに、
幼児期のうちに正しい食育を始めると、
本当に費用対効果が高いです。

親子ともに未来がどんどん楽になりますよ。

残り3時間で終了になるので、
「もう終わった...」
ということがないようにしてくださいね。

(再募集の予定は現在ありません)

案内はこちらです。

レターURL

それでは、
講座をお待ちしています。