日　報　　第3種郵便物認可

夏休み お手伝いの習慣を

「家事塾」代表・辰巳渚さんに聞く

任せて自信と責任感

できること一日一つから

夏休みは、子どもがお手伝いの習慣を身に付ける絶好のチャンス。でも「手伝いなさい！」とガミガミ言われては、子どものやる気はうせてしまう。家事の大切さを伝える「家事塾」代表で、大ベストセラー『捨てる！』技術」（宝島社新書）の著者で知られる辰巳渚さん（45）に、お手伝いの意義ややる気を引き出すこつを聞いた。

（報道部・小熊隆也）

―子どもがお手伝いをする意義は。

「私が思う一人前の条件は、一人で身の回りのことができること。その意味で家事は自立に必要な力、生きる力を育みます。さらに家事を任されることで、家族の役に立てるという自信がつき、責任感も身に付く。でも、そもそも家事をするのは、家族の一員として当たり前のことなんですよね」

―お手伝いを面倒くさがる子もいます。

「体を動かす家事は大人だって面倒。子どもに面倒に思うな、と言うのは無理な話。でも子どもの体に家事を仕込むのは、学校でも塾でもなく親しかできない。家事をやらなきゃならない状況に『追い込む』のが親の務めだと思います」

―子どもをやる気にするこつはありますか。

「親子で話し合って、お手伝いの役割を決めてもいい。約束すれば責任感が生まれる。確実にできるお手伝いを一日一つ決めておいて、ほかに手を借りたいところはどんどん借りる。1回10円のお駄賃でやる気になるのなら、夏休み中とか、欲しいCDを買うまでとか、期限を設けてお小遣いをあげてもいい」

「子どもをおだてる必要はない。大事なのは『家事をさせたい』という親の本気度。本当に必要とされたら子どもは動く。母親は自分で何でもかんでもやらずに、上手に〝ダメなお母さん〟になって、子どもの手を借りればいいんですよ」

―どのようなお手伝いがお薦めですか。

「風呂掃除や玄関掃除、食器をさげる、朝カーテンを開けるなど何でもいい。コップを台所に運ぶとか、1歳の子でもお手伝いはできる。小学生くらいから、しっかりお手伝いを身に付けることが大切。思春期の中・高校生になって、いきなりお手伝いをさせようとしても反抗しますから」

―親がついつい手を出すこともあります。

「親は自分でやった方が早いから手を出したくなるが、それでは家事が身に付かない。見張るのではなく見守ってあげて。お手伝いを任せたら信頼して任せればいいんです。あてにされてうれしくない子はいないですから」

―お手伝いと学力に関係はありますか。

「日本の子どもたちには、段取りを組んで物事を進める力や失敗した際の対処法など『見えない学力』の部分が足りない。それがないと計算力や文章力などの『見える学力』も身に付かない。風呂掃除や食器洗いなど家事を通して、作業の効率的な進め方や時間を配分する力、段取りを決める力を育むことにつながります」

―新潟県の親子にメッセージを。

「夏休みは子どもと触れ合う機会が増え、親子関係が濃密になる。学園祭を通してクラスメートとの仲が深まるように、一緒に家事をすることで家族同士、心が強く結ばれる。一緒に掃除したり、おいしいものを作ったりして、この夏、家族がつながってみませんか」

「家事を教えられるのは親だけ。夏休みはその絶好の機会」と話す辰巳渚さん＝神奈川県茅ケ崎市

たつみ・なぎさ　1965年、福井県出身。お茶の水女子大卒。主宰する「家事塾」で、親子向け「お手伝い塾」や「お片づけ塾」などを開催。家事のプロである「家事セラピスト」育成にも力を注ぐ。2児の母。神奈川県茅ケ崎市在住。