

子供たちと離れて暮らすパパの日記

パパのラブレター

佐藤ミツアキ

はじめに——子供を持つすべてのパパとママへ

二〇〇一年九月十一日のことです。ニューヨーク同時多発テロのTV中継を前の妻といっしょに見ていて、それから何が原因だったのか、今となっては思い出せないほど些細なことがきっかけで喧嘩になり、お互いになじりあってしまいました。彼女には私の知らないところで不満がたまっていたのかもしれない。その二週間後に彼女は家を出ていき、子供たちと東京と大阪で離ればなれに暮らす生活が始まりました。その後、妻から離婚の申し出があり、結果として離婚が成立したのは、別居して一年以上たってから。私は三十五歳で、四年間の結婚生活にピリオドを打つことになりました。

別居中は子供と会わせてもらえず、本当に辛い思いをしました。離婚が決まって、一年ぶりに子供たちと会ったときは、今でも一生忘れません。

この本は、離婚して離れて暮らす子供たちのために父親として何ができるのか、考えながら書いたブログを基にして生まれた、私と子供たちの九年間の成長の記録です。

ブログを書いていくうちに、自分の中ではつきりしてきたことがあります。それは、子供と離れて暮らすことになったとしても、父親としての責任を果たさなければならぬし、離れて

暮らすからこそ責任を全うしたいし、全うする。そして同時に、自分は自分の人生を生きなければいけないという思いでした。

離婚すると、母親が子供を引き取る場合が多いです。しかし、離婚した元父親が養育費を払っているケースは二〇%に満たないし、自分の子供に会いたがらない父親もいるのが現実です。離婚の一番の犠牲者は子供です。パパとママが離婚することを望んでいる子供なんて、本当はいないのです。どんな理由があるにしろ、夫婦の身勝手な行為が一番傷ついているのは子供たち。辛い思いをさせた子供たちに親としてできることは何なのか、父親も母親も真剣に考えてほしいと心から思うのです。

私は、男性の、特に子供を持つ父親の立場から、離婚や子供との関係を考えるきっかけになればと思います、私の経験や思いを包み隠さず本にしようと思いました。

離婚は人生の終わりではありません。離婚後も、子供たちの人生はもちろん、自分の人生も続いていくのです。

現在離婚問題で悩んでいる方はもちろん、すべての子供を持つ父親、そして女性の方にも、この本をお読みいただければこれ以上の喜びはありません。

パ
パ
の
ラ
ブ
レ
タ
ー
も
く
じ

はじめに——子供を持つすべてのパパとママへ／ 3

いっしょに暮らした日々

第1章 止まった時間

君たちと初めて出会った日／ 12 五月五日は蒸気機関車の日／ 14 突然、誰もいなくなつた／ 16 夫婦喧嘩／ 17 孤独な日々／ 19 一年ぶりの再会／ 22 子供たちに離婚を話す／ 24

離れていても、子供たちとともに

第2章 思い出作り

思い出作り ……2008年2月／ 28
草サツカー／ 30 一輪車の乗り方教えてね／ 31 小さな二人の大きな夢／ 33 なんてやねん／ 35 声を聞きたい／ 36 三人のハッピーバースデー／ 39 男三人の家族だんらん／ 40
パパからの頑張ったで賞 ……2008年3月／ 42

子供たちと会うときのルール／45 子供たちに教えること／46 パパはいつでも君たちのパ
パ／48 子供たちの記憶／50 初めての海／51

第3章 遠くで大きくなっていく

ママに怒られた日 ……2008年4月／54

子供たちを思い出すとき／56 子供の相次ぐ悲しい事件／57 カブトムシと子供たち／58

子供たちの喧嘩／61 子供たちの明るい未来／62 納豆が大好きな子供たち／64 子供たち

の好きな女の子／65

二台目の小さな自転車 ……2008年5月／66

やんちゃなパパと子供たち／68 熱を出した次男／69 誕生日と面会／70 折り紙で作った

首飾り／71 オネシヨの相談／74 消えない思い出／75

第4章 おじいちゃんの紙飛行機

おじいちゃん、おばあちゃんとの再会 ……2008年6月／77

おじいちゃんの紙飛行機／79 パパの好きな人／82 ピーマンとニンジン／83

子供たちへの電話 ……2008年7月／85

七夕様をお願いを／86 子供たちは、夏が大好き／87 父の思い／89 子供たちとパパの進

む道／91 子供たちに教えてもらったこと／92 伝わらない気持ちの伝え方／94

パパと君たちのドラマ … 2008年8月 / 96
また遊ぼうね / 97 離婚のエネルギー / 99 雨の東京 / 100
思い出の映像 / 102

第5章 冬のひまわりたち

愛されるより愛すること … 2008年10月 / 104

誕生日と手紙 / 105

次の約束 … 2008年11月 / 107

離婚してわかったこと / 108

寝る前の電話 … 2008年12月 / 110

サンタのパパと子供たち / III 今年最後の面会 / 114
子供たちのお正月 / 115
今年の思い

出 / 116

初雪 … 2009年1月 / 117

何気ない会話 / 120

それぞれに、それぞれの道

第6章 育ちゆく息子たちへ

子供たちに教えてもらうこと … 2009年3月 / 124

兄弟ツートップ	…2009年4月／	126
明日があるさ	…2009年5月／	128
理想の父親／		129
やつと遊べるね	…2009年6月／	131
親離れと子離れ	…2009年7月／	132
父と子の旅／	134 子供との約束／	135
初めての沖縄	…2009年8月／	137
離れて暮らす父親の寂しさ／		140
子供たちからの宿題	…2009年10月／	142
肌寒い東京での面会／	143 子供たちとの距離／	145

離婚して幸せになるために

第7章 自分を大切にする

新しいスタートを切るために	…2009年11月／	148
希望の光／	150 誰のための離婚ですか？／	152
進むこともある／	155 一歩前に踏み出す勇氣／	157
体なんて気にしないで／	160 あなた自身の幸せとは／	161
	離婚のタイミング／	153
	あきらめてこそ前に	
	夫婦関係の修復に大切なこと／	158
	世間	

第8章 父として、母として

優先すべきは養育費 ……2009年12月／163

ママへのメッセージ／165 妻として母としての苦勞／166 互いの悪口は言わない／168 離婚

してからの親の役割／169 妻と私のそれぞれの人生／171

生まれてきてくれて、ありがとう

第9章 生まれてきた意味

わからなくて普通 ……2010年1月／174

信じる心と許す心／175 夫婦がうまくいく秘訣／177 神戸の夜景に思う／178 人生ゲーム／

180 一人で生きていく勇気と決心／182 生まれてきた意味／183 出会いと別れの意味／185

子供たちの生きる力／186

終わりに／188

いっしょに暮らした日々



第1章 止まった時間

君たちと初めて出会った日

子供たちが生まれたときは、今でも昨日のことに覚えています。本当に嬉しかった。長男は東京で、次男は大阪で生まれました。以前読んだ本に書いてあった「子供を育てるのは大変ですが、幼いころのかわいさを考えればその後の苦労なんて何ともありません」という意味が、痛いほどわかりました。

本当にかわいかった。

私は子供たちと毎日同じふとんで寝ていました。

長男は夜泣きがひどく、夜中に何度でも起こされました。その度に、寝るまで何時間でも抱っこしていたのを思い出します。寝不足の毎日でしたけれど、子供たちの寝顔を見ているだけで私は幸せでした。

長男は体が大きいのが気が小さくて優しいのです。反対に次男は、まだ言葉が話せないうちか

ら上の子と対等に玩具を取り合いするなど、気が強い男の子でした。

私は当時、駅までの道のりを自転車で通勤していました。私が仕事から帰ってくると、自転車の音でわかるのでしよう。どんなに遅くても子供たちは起きていて、玄関まで迎えに来てくれました。

パパが家に帰ったときに言う「ただいま」を覚えたのでしよう。でも「ただいま」と「おかえり」の意味がよくわからないのか「ただいま！」と言ってくれるのです。私は逆に、「おかえり」と言って家に入ります。

子供って本当にかわいくて面白い。

そんな子供たちと私がいっしょに生活していたのは、わずか三年ほど。長男が三歳、次男が一歳半ごろ、私は子供たちと離ればなれに暮らす生活になりました。

今では子供たちも小学校高学年になり、最近は随分と大人びてきましたが、今でも会えないときに思い出す子供たちは、いっしょに暮らしていた三歳と一歳半のままなのです。

離れてから初めて気づき、そして今もずっと変わらない思い、それは子供たちの存在の大きさです。

私にとって子供たちは何者にも替えがたい、かけがえのない大切な存在なのです。

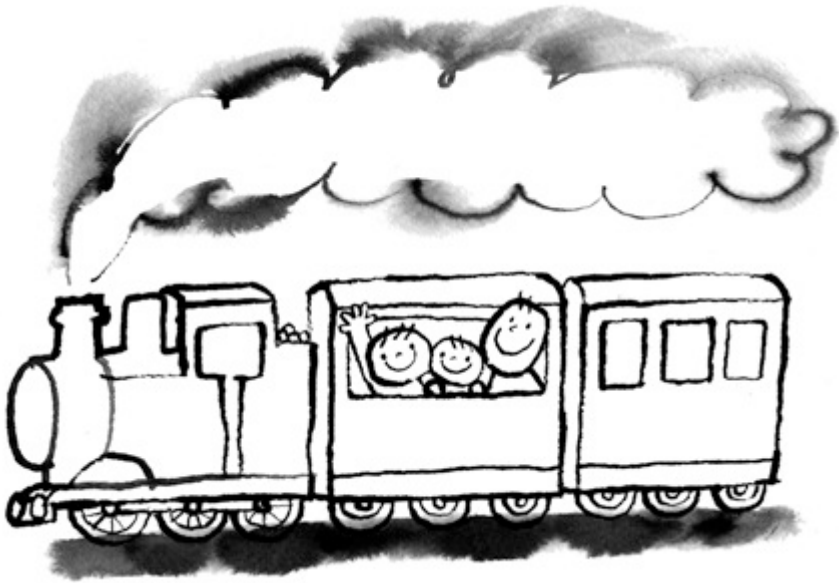
五月五日は蒸気機関車の日

子供たちといっしょに過ごしたゴールデンウィークは三回しかありません。その三回とも、子供たちと遠出しました。

今でも思い出すのが、長男が二歳の五月五日に、京都にある梅小路蒸気機関車博物館に行ったことです。

子供たちはアニメの「機関車トーマス」が大好きでした。私も子供たちとアニメをいっしょに見ているうちにはまってしまいました。どのキャラクターも魅力的です。子供たちは彼ら自身の性格に合わせるかのように、好きなキャラクターが違いました。気が優しく泣き虫の長男は、やっぱり気が小さくて優しいパーシーが好き。逆に気が強い次男は、同じように気が強くて力持ちのゴードンが好きで、いっしょに暮らしているときは、レンタルビデオ店へ「機関車トーマス」のビデオをよく借りに行きました。

そのうち、私が機関車に魅せられてしまい、本物の機関車を見たくなり、梅小路蒸気機関車博物館へ子供たちを連れて行きました。そこでは、短い距離ながらD51に実際に乗ることができました。大人の私のほうが興奮してはしゃいでいたことを思い出します。



汽笛を聞く度に耳を押さえていた長男。汽笛の音で泣き出した次男。トーマスみたいにお話はしてくれない機関車だけど、子供たちは大喜びでした。

やがて自分から機関車を見に行きたいと言うようになりました。なので、何度でも来ることができるよう、大阪・弁天町にある交通科学博物館では年間パスポートを作ったほどです。

楽しい記憶は消えることがあります。子供たちの思い出の中のパパは、元気ではしゃいでいるでしょうか。

私の記憶の中の子供たちは、いつまでもいつまでも元気で明るく幸せそうな子供たちなのです。

突然、誰もいなくなった

今から九年前のことです。サラリーマンをしていた私は、仕事を終えて夜遅く自宅に戻ってみると、家の中に誰もいないことに気づきました。

当時、三歳と一歳半の息子たちが大好きだった遊びはかくれんぼ。ですから、二人は家の中のどこかに隠れていて、私を驚かそうとしているはず。そのときの私は本当にそう思って、家の中を探しまわりました。

でも、よく考えてみれば、妻もいつしよになつてかくれんぼをするはずはない。

そのとき、彼女と子供はすでに家を出て、実家に戻っていたのです。

妻が実家に帰ってしまったなんて、まったくもって予想外。しかも置手紙すら残していない現実を、私は受け入れることができませんでした。

離婚……。この言葉がふと頭をよぎりました。私は離婚などしたくありませんでした。本当に目の前が真っ暗になりました。

翌朝、私の親から妻が実家に帰ったことを聞きました。彼女は、私の両親には実家へ戻ると

伝えていたのです。もしかしたら一縷の望みをかけて、私の両親に伝えていたのかもしれない。私は、そのときすぐ迎えに行けば良かったのかもしれない。実家へ出向き、「帰ってきてほしい」と頭を下げれば良かったのかもしれない。

でも、私にはできませんでした。実家へ戻った彼女は親に私のことをあれこれ言っているに違いない。そう思うと、実家へ向かう勇氣は出ませんでした。むしろ、なぜ何も言わずに帰ってしまったのか、なぜ私がこんな目に遭わなければならないのか、その腹立ちのほうが大きかったように思えます。

私は一人で暗い谷底へ落ちていくようでした。

夫婦喧嘩

妻といっしょに暮らしていたころのことを思い出しました。一週間に一度は激しい喧嘩をしていたように思います。

私たちが喧嘩をすると、大声でお互いを罵りあい、それは子供が泣き出すまで続きました。

「喧嘩はやめて」

子供たちからそう言われるまで、私たちは喧嘩していました。お互いがお互いを見失っていたのでしよう。そして、喧嘩した翌日の朝は、なんとか子供のために、と思つて気持ちを切り替える努力をしていました。

私たちが最後に喧嘩した日。それは忘れることができません。九月十一日、ニューヨークで同時多発テロがあつた夜でした。

最初は、二人で「怖いね」と言いながらビルが崩れていくのをテレビで見っていました。なのに、何がきっかけだったのか、喧嘩になり、その二週間後に妻は家を出て行つたのです。テロのニュースになると、今でも思い出してしまいます。

喧嘩の理由はなんだったのだろう。たぶんほんの些細なことだったに違いない。

当時の私は、自分の言いたいことだけを言つて、自分の意見を彼女に押しつけていたのだと思います。彼女の意見を聞いていたのだろうか。いや、聞いていなかったのだと思います。

お互いが自分のことばかり主張するのでは喧嘩になつて当然です。そんなことさえも気がつかない私だったのです。

孤独な日々

家族が突然いなくなる。自分がそんなことに遭遇するとは夢にも思っていないませんでした。

妻と子供は、ほとんど何も持たずに出て行ったので、家には子供たちの写真やおもちゃなどがそのまま残されていました。

ひとりぼっちの部屋で、それらを見る度に涙が止まりませんでした。子供たちがいなくなってしまうた生活は、本当に真つ暗な迷路のような感じ。進んでも進んでも先が見えない、光が見えない世界。手さぐりで歩いてもどこへ辿りつくのか、いや前進しているのか、後退しているのか、それすらもわからない。自分はそのままどうなってしまうのか、と思ってしまうほどでした。

子供たちのことを考えると、気がおかしくなりそうでした。

同じ年ごろの子供を見ると、辛くて辛くて、道を変えて歩きました。電車に乗っていても、子供の泣き声が聞こえるといったたまれず、車両を変えました。食事のとき、ピーマンが出てくると、そういえば長男はピーマンが嫌いだったな、と長男の顔を思い出して気持ちが滅入ってしまうのです。

夜も眠れず、アルコールの力を借りる日々が続きました。お酒は強くなく、家でなどほとんど飲まなかった私が、お酒を飲まないと眠れないのです。生活は乱れ、仕事も全く身が入らない。

妻の実家は東京だったので、子供たち会いたさに私は仕事を休んで大阪から東京まで行きました。実家近くの保育園で子供たちを見つけ、黙って子供たちの姿を見ていたこともありました。

そのときはちょうどお昼寝の時間で、寝顔しか見ることができなかつたのですが、それだけでも私にとつては大きな喜びだったことを覚えています。

でも、実際、一人ぼっちの家に戻ってきたらその孤独感や喪失感はさらに大きくなりました。この先、どうやって生きていったらいいのか、いや、このまま私は生きていていいのだろうか。子供たちに会いたい、でもこのまま会わないほうがいいのだろうか。いつそ忘れたほうが楽

なのでは……。

そんなことばかり考える毎日が続きました。



一年ぶりの再会

子供たちに再会できたのは、別居してから約一年後のこと。まだ調停中のことでした。調停員の方の取り計らいで、一時間だけ子供たちに会うことが許されたのです。

子供たちに会えない一年は私にとっては何もなく長く、別れたときに三歳と一歳半だった子供たちは、四歳と二歳半になっていました。

子供たちに会いに東京へ向かう新幹線の中で、自然と辛く苦しい一年間が思い出され、涙が流れて止まりませんでした。

別居当時、次男はまだ言葉が話せませんでした。上の息子は私のことを覚えていてくれるかもしれないが、次男は私を覚えてくれているだろうか。いや、たぶん無理だろうとあきらめていました。

小雨降る中、待ち合わせの駅で子供たちの姿を見たときのことは、今でも鮮明に記憶しています。

長男は久しぶりのパパに会うのが恥ずかしいみたいで、なかなか私に近寄ってきません。母親の陰に隠れて、こっそりこちらを見えています。

一方、次男は何かしゃべりながらよちよち歩きで私のところへ近づいてきます。何を言っているんだろう。よくよく聞いてみると「パパー、パパー」って話してくれていたのです。

いっしょに暮らしていたころは一歳だった次男。言葉も話せなかった次男が私を見て「パパ」と言ってくれた。子供の記憶はすごいんだな、子供の成長ってなんて早いんだろうと感激しました。

そのうちに、長男も私のそばに来てくれて、キョトンとする子供たちをきつく抱きしめて、私一人が目もはばからずわんわん泣いていました。

そうしていると、長男がこう言ったのです。

「パパ、どこへ行っていたの？ トーマスの自転車、いつ買ってくれるの？」

そうです。別居する前、機関車トーマスが大好きだった長男と、自転車を買う約束をしていたのです。長男はずっとこのことを覚えてくれていて、一年間、パパを待っていてくれたのです。私は長男の頭をなでてやりました。この一年間で随分と背が伸びていました。言葉は出なかった。ただ、涙だけがぼろぼろとこぼれました。私の顔は涙と雨でぐちゃぐちゃになっていました。

子供たちと会えずにいた一年間、私の中で時間は止まっていました。でも子供たちに会って気づいたのです。子供たちは日々成長していったのです。

一方、私は何も変わっていませんでした。仕事もプライベートも何もかも、子供たちに負けてしまっていたかのようでした。

もう離婚するという現実を受け入れよう。このかわいい子供たちのために頑張って働こう。そして、こうして会えるときには思いっきり遊んであげよう。

子供たちとの再会が、私の心を前向きにしてくれたのです。

会えない辛さで君たちを忘れようとしたときがあった

でもそれは間違っていた

君たちはずっとパパを待っていてくれたんだね

子供たちに離婚を話す

離婚が成立したとき、二人の息子は四歳と二歳半でした。親権は妻側、私は二カ月に一回の

面接交渉権を得た、というところで落ち着きました。

離婚の事実を、子供たちにいつ、どういう形で伝えるか、正直言つて悩みました。前の妻は、子供たちに離婚のことを話してはいないようですし、私から子供たちには話してほしくないようでした。

でも、子供たちには嘘をつきたくない。それにいずれわかることだと思いましたが、子供たちから聞かれたら話そうと思っていました。

そして、離婚して四カ月後にそのときはやってきました。

「パパはなぜママのおうちにいっしょにいないの？」

四歳の長男からの質問でした。

私はゆっくりと丁寧に、パパとママが別々に暮らしていることを話しました。

「パパとママは別れたからいっしょに住めないんだよ。パパとママは離婚したんだよ。でも、パパはずっとパパだからね。そして、ママを大切にね」

あえて「離婚」という言葉を口に出して話しました。まだ四歳だからわからないかもしれませんが。でも子供たちのために本当のことを伝えることが大切だと思いました。

それから次男からも同じ問いかけがありましたが、私はできるだけわかりやすく伝えました。

その都度、必ず言ったことは

「パパはずっとパパだよ」

「ママを大切にしてね」

でした。

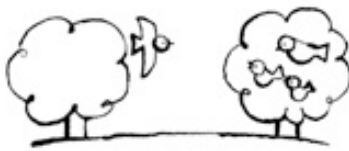
子供たちは、ママの悪口をパパから聞きたくありません。また、ママからもパパの悪口を聞きたくありません。離婚は親の身勝手な行為で、子供たちは何も悪いことをしていない。

せめて離婚してからは、お互いの悪口を子供たちの前で言うのは止めようと前の妻と決めたのです。

今、小学生になった子供たちを見ると、両親の離婚の事実を彼らなりに理解してくれていると思います。

そして、私が彼らのずっとパパであることも。

離れていても、
子供たちとともに



第2章 思い出作り

思い出作り ……2008年2月

離婚した親は、子供に対してかわいそうなことをしたという気持ちでついつい甘やかしてしまいがちです。でもこれって逆効果なんですよ。私も最初は、離れて暮らしているせいもあっておもちゃなど買い与えすぎていたと思います。

しばらくして子供たちの変化に気づきました。物を大切にしなくなったのです。そのことに気づいてからは、ほしい物があっても我慢することの大切さを教えるようにしています。

たまにしか会えないのに、と思うとかわいそうな気がします。物やお金を与えるだけは親の自己満足なだけです。それで親の務めを果たしているつもりになっていた私が、間違っていたんです。今しかできないこと。離れて暮らす私にできることは何だろうか？

私はふと、自分の父親のことを思い出しました。父親との記憶の中で今でも覚えているのが、キャッチボールをしたり、釣りやキャンプに連れて行ってもらったこと。おもちゃなどを買った

でもらったこともあるけど、そんなには覚えていません。そうだ、子供たちといっしょの思い出を沢山作ることのほうがよほど大切なんだとわかりました。

それからは、子供たちに会う日は、東京で安いレンタカーを借りて、日帰りできる公園などに行き、自然の中で思い切り遊ぶようにしました。正直、大阪から子供たちに会いに来てまたそこから遠方に行くのは体力的にキツイ日もありましたけれど、私自身が楽しくて、疲れが吹っ飛んだ日もあります。

昨年いっしょに行ったニジマス釣りは、私のほうが子供のようにはしゃいでしまいました。釣った魚をその場で食べて、最高に美味しかった。お金もかからないし、子供たちも喜んでいました。私にとっても最高の思い出ができました。

これから、私に反発する時期もあるだろうし離婚した親を許せないときもくると思います。でも離婚した私を許してくれるときがくるとすれば、私と遊んだ思い出を思い出してくれるときかもしれません。

テレビのCMでもありましたけど、お金では買えないものがあるのです。私は、子供たちにそれを教えてもらいました。

草サッカー

二カ月ぶりの子供たちとの面会で、今日は東京に来ています。寒い中、とある国定公園で草サッカーをしました。子供たちはサッカースクールに通っているので、なかなか上手くなっています。私も一時間半ほどいっしょに走りまわりましたが、後半はバテバテでした。

離婚前の別居中は、もう子供たちと会えないのかもしれないと、思い悩んだこともありました。

しかし今では、子供たちと会うことが私の生活の一部になっています。二カ月に一度ですが、子供たちに会える私は幸せなのかもしれません。同じ家庭がないのと同様に、離婚理由も様々ですが、そんなことは子供には関係がないのです。たとえば、別々に暮らすことになったとしても、親子の関係が切れることはありません。

最初、前の妻は、面会には否定的でしたが、徐々にではあります。私が子供たちに会うことに関して理解を示してくれるようになりました。ただお互いのことは一切干渉しないし、私も今の彼女が何をしているのか知らうとも思いません。ただ別れた後も子供たちにとって、私た