離婚して仲良くなった元夫婦、急増する「別寝」を選ぶ夫婦 ほか

近いだけが幸せじゃない 夫婦の距離

小泉今日子は元夫と映画で夫婦役を演じるにあたり、「いろいろあった私たちだからこそできることがあるはず」と語っていた。「夫婦はひとつ屋根の下、いちばん近い存在で添い遂げるのが当たり前」――そんな夫婦観はいまや昔のものとなり、従来の形にはまらない新しいスタイルの結婚形態が増えている。あなたにとって、心地よい夫婦の距離感とは何ですか?

大きなサプライズだった。7月6日、来春公開予定の西原理恵子原作映画『毎日かあさん』で小泉今日子（44才）と永瀬正敏（44才）が夫婦役で共演すると発表されたのだ。

ふたりは'95年に結婚し、'04年に「お互いがより自由に生きるため」離婚。9年間連れ添ったパートナーとの〝復縁〟について、元夫婦の言葉は弾んだ。

「同業として戦える日が来たのだと嬉しく思う。いろいろあった私たちだからこそ、できることがあるはず」（小泉）

「〝いつかまた同じ現場に立てるといいね〟と彼女と話していたことが、このすてきな物語で実現することをうれしく思う」（永瀬）

ファンの期待も高まる。

「離婚しても共演できるなんてとてもうらやましくてすてき。これをきっかけに復活婚してほしい」（30代OL）

一方、'07年に実業家の西村拓郎氏（40才）と結婚した神田うの（35才）の結婚スタイルも話題を呼んだ。今年6月に別居が報じられると、

「これが私のライフスタイル。夫婦だからといって365日、同じ屋根の下に暮らす決まりはない」

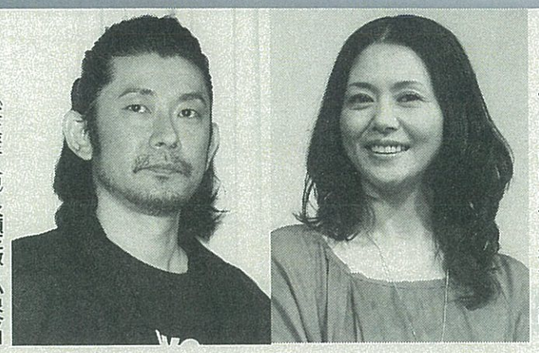
ときっぱりいい、車10分の距離での別居婚を明かした。

復活婚、別居婚、そんな新しいスタイルもあるんだな……と思うけれど、自分の立場で考えると、

「別々に暮らすなんて、夫婦でいる意味がないんじゃない……」

50代の主婦・Aさんはそう感じたという。

夫婦とはひとつ屋根の下で一緒に暮らし、一緒に食事をし、お互いの行動も考えもすべて理解し合い、把握している関係――昔であればそんな〝夫婦の距離〟が当然のこと。距離が近いほど、親密だと思っていたけれど……。



（写真左・右）永瀬正敏・小泉今日子。芸能人同士が離婚後に共演するケースはあるが、夫婦役を演じることは極めて稀。

〝いい関係〟を保つために適度な距離感は不可欠

夫婦の関係性は世代によって大きな変化をとげてきた。家族カウンセラーの宮本まき子さんはいう。

「昔の女性たちにとっては、食事ひとつとっても、必ず妻が家にいて準備しなければならないのが当然で、夫が家にいるときに妻が外出するなど考えられず、いつも夫の側にいて、身の回りのことをするのが当たり前とされてきました」

ところが、団塊世代以降、女性の社会進出も進み、家庭における女性の立ち位置もガラリと変わった。

「結婚観も多様化するなかで、結婚前も後も自分の生き方、考え方を変えないという女性が増えていきました。とくにいまの40代半ばの世代以降は、結婚していても仕事を続ける女性も増え、いつも夫の側にいるというより自分の居場所を見つけることが重要視されるようになりました」（宮本さん）

「男は仕事、女は家庭」という固定観念が薄れるとともに、夫婦のあり方も変わっていった。

関東地方の研究施設で働くA子さん（39才）が、関西の会社に勤務する夫（43才）に会うのは月に1～2回程度。夫と同居することが理想ではあるが、キャリアを断念できず、遠距離恋愛の末、別居婚に踏み切った。

「毎日メールもしているし、休みを合わせて月に数回会えるので寂しくはありません。何より、結婚していることで安心感があるんです。夫も理解してくれているので、いまは仕事を優先したい。

子供ができたら考えが変わるかもしれませんけど」（A子さん）

別居婚まではいかずとも、平日はそれぞれの家で過ごして、土日だけ〝夫婦生活〟を送る週末婚も登場している。

夫と毎日接しない結婚の形態も現れるなか、妻たちは結婚生活に何を思っているのだろうか。

本誌が30～60代の主婦200人に行ったアンケート調査では、「夫と毎日顔を合わせていると窮屈だ」という声も多数聞かれる。「どの程度顔を合わせるのが夫との〝いい距離〟だと思いますか」という問いに「毎日一緒」と答えたのは57%にとどまり、「週に2～3回」が4人に1人を占めた。

「どんなときに夫と一緒にいることにストレスを感じますか」という問いには、

「私が家事をやっているときに手伝いもせず、ごろごろしてテレビを見ているとイラッときます」（42才パート勤務）

「自分の時間を誰にも邪魔されずに自由に使いたいとき、夫がそばにいるだけで目障りなときがある」（64才専業主婦）

「家事のやり方に文句をいわれるのが嫌」（35才専業主婦）

というような意見が多く、自由に過ごしたい時間を邪魔されたり、近くにいるのに家事を手伝ってくれないときなどに妻がストレスを感じている実態が浮かび上がった。

「日頃、夫といい関係で過ごすために意識的に距離を取っていること」との問いには、

「お互いを干渉しない」（49才パート・アルバイト）

7月2日、小柳ルミ子の40周年パーティーに仲むつまじく出席した神田うのと夫の西村拓郎氏。

夫の携帯をチェックしたことが不和のもとになることも。

「自分の趣味を持つ」（51才専業主婦）

という回答が多かった。

いま多くの妻は、夫と意識的に距離をとろうと試みているようだ。

漫画家の安彦麻理絵さん（41才）はバツ一。現在は再婚して、イラストレーターの夫（35才）、2才と6か月のふたりの子供との4人暮らしだ。

最初の結婚時はお互いに気を使いあってまったく干渉しない夫婦だったが、2度目の今回はつまらないことでいい合いになっていると笑う。

「**1度目は表面的には仲が良さそうに見えていたはずだけど、衝突もまったくないくらい距離をとりすぎて、ダメでした。**

いまの相手には私も自分が機嫌の悪いことを全面に出せるようになりました。相手が変わると自分も変わるものです」（安彦さん）

それでも、意識して夫とはある一定の距離は取るようにもしている。職業柄、夫婦共に自宅で仕事をして過ごすため、四六時中顔を突き合わせる。放っておくとストレスがたまる一方だからだ。

「**月に一度は夫婦で別々に飲みにいくようにしています。事前にいっておいて、当日は子供の面倒を見てもらう。お互い、飲みにいく相手のことなどは聞かないようにしています。**

また、同業だからわかる範囲の愚痴は聞くけど、原稿料や収入のことなどはお互いのプライドにもかかわるので触れないようにしています」（安彦さん）

別居を経て関係を見直し、また同居するカップルも

一度離れることで、関係を取り戻した夫婦もいる。

メーカー勤務の谷口聡さん（仮名・56才）は、4年前に30年連れ添った妻（53才）と娘ふたり（24才、21才）と別居することになった。

「子育ては一段落してたのですが、逆にお互い〝これからどうしよう〟と焦りが出た。

当時は不況で給料も減った。でも夫婦だからといってお金のことをしっかり話し合えるわけではなかった。心配させたくないし、自分のプライドもあるから。

恋愛関係だと相手の生活を心配しなくてもいいけど、家族の生活となると責任を感じてしまう。お金の話を切り出せない上、彼女にもいろいろ不満があったようで、〝なんでわかってくれないんだ〟とお互いにイライラして口をきかなくなった。結局、一緒にいても疲れるだけだと別居を決意しました」（谷口さん）

下の娘が大学生だったため、卒業するまでは離婚という形は取らないことに。

谷口さんにとっては30年ぶりのひとり暮らし。食事をつくるのが億劫で、外食でお金を使うのももったいなく、谷口さんはしばしば食事を抜いた。「別居は失敗かな」という思いが頭をよぎることもあった。

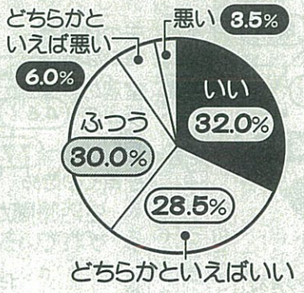
娘とはよく外で会った。「じゃあね」と娘と別れてから、ひとり家路につくのがいちばんつらかったという。

「それまでは一緒の家に帰っていましたからね。娘の就職の件などで妻と連絡を取り合う必要があったんですけど、30年も一緒にいるとすでに他人じゃなくなっているんですよね。しかも恨みつらみではなくて、非常にぼんやりした感じで別れているので……」（谷口さん）

お互いの思いを再確認する

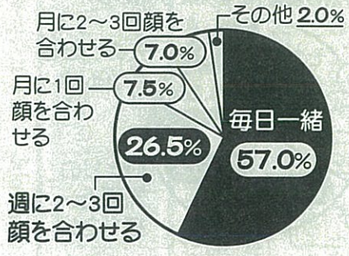
30～60代200人「夫婦の距離」アンケート

Q1 夫婦仲はどうですか？



9割が夫婦仲はふつう以上だと回答。

Q2 夫との〝いい距離〟は？



「ときどき顔を合わせるほうが相手に優しくなれる」と答えた人が多かった。

Q3 別居婚についてどう思いますか？

3人に1人が「別居婚をしてみたい」と回答。「一緒に住むのが夫婦」という反対意見も多数。

のに時間はかからなかった。別居して半年後に、家に戻ることに。いまは、もう一度見つけた絆を維持するため、日々努力を積み重ねている。

「最近はふたりで出かけることも極力意識してやるようにしています。以前はほとんどしなかったメールでの連絡もするようになりました。

コーヒーをいれてもらったら〝ありがとう〟というなど、妻の言動にもちゃんと反応しようとしています。まだまだ修業中ですけどね（笑い）」（谷口さん）

都内で介護ヘルパーとして働く田中純さん（仮名・44才）は、6年前に自営業の夫（59才）と離婚を前提に別居。夫の女性関係が原因だった。

「子供が昔から病気がちだったので、夫とはずっとセックスレス。男女の関係は終わっていて、ただの家族でしかなかった。

別居開始は息子が中1と小5のときでした。夫の愛人の件は静観していたけど、ちょっとした口論から〝全部知っているんだから！〟とぶちまけると、夫が〝女がいて悪いか〟と出ていってしまいました。

ひとつ歯車が狂うと音を立てて崩れていく感じですべてが裏目に出て、別れることを決めました。

でも、夫の母ががんで入院していたので、心配をかけないため離婚届は出しませんでした」（田中さん）

息子ふたりは田中さんが引き取った。別居中は夫への当て付けのつもりでそれなりに恋愛をしたが、実を結ぶことはなかった。

「40過ぎた子連れの女をもらってくれる男性もいなくて。自分の弱さを目のあたりにしましたね」（田中さん）

別居して3年間くらいは慰謝料をきちんともらわなくてはと躍起になっていたが、次第に考えが変わっていった。

「あるときふと考えたのですが、夫は不景気で自分の会社が傾いていても、毎月の生活費25万円を振り込んでくれていました。

経済的に苦しいなか、4年も金銭的に支え続けてくれた彼の責任感に、愛情よりさらに上の家族意識が少しずつ戻ってきたんです。

被害者面していたけど、振り返れば私にも思いやりや女らしさが欠けていた面もあるかと思うようになりました。

結婚生活は恋じゃなくて生きるための生活。子供優先になったり親戚づきあいがあったりで、私もときめきを捨ててしまって家でもブスッとしていましたからね」（田中さん）

2年前、夫は長男に会ったときに「弟が高校を卒業したら金銭的な援助はもうできないかも」と告げた。それを長男から聞いた田中さんが「援助がないと子供を見ていけないので引き取ってくれ」とメールすると、しばらくして「心配しなくていいよ。みんなで一緒に暮らそう」と返信があった。

この秋から家族で再び同居を始める田中さんがいう。

「まだ気持ち的なわだかまりや不安もあるけど、安心も半分ある。感謝や反省も含めたうえで、やはり〝食べていけるかどうか〟は大きいですよ。

これからは何があっても毎月誠意を見せてくれた夫と一緒に乗り越えていこうと思っています。夫婦というより、同志、戦友という感じです」

距離を置くことで覆水は盆に返った。夫婦問題研究家の岡野あつこさんは危機を迎えた夫婦が別れを選ぶことで逆に気づくことは多いという。

「一度離れてみると、いろんな面で相手のよい部分を思い出すんです。何よりも相手の存在が大きかったということを思い出す人は多いです。経済力も無視できない要素です。

離婚すると誰しも再出発と称して新しいことをやりたがるけど、実際はやはり難しい。前のものをリニューアルする復縁のほうがやりやすい面もあるんです」

一方で、「一緒に暮らしていてはじめて夫婦といえる」と考え、別居には否定的な意見の人もいる。パート勤務のB子さん（34才）は、こういう。

「結婚しているのにわざわざ別居するなんて単なるわがままでしょ。

一緒にいると大げんかする

〝ひとりになりたい〟と3組に1組が夫婦別寝

ことあるけれど、そういう面倒くささも含めて夫婦なんだと思う。いつも顔を突き合わせていると、相手のだらしない面や嫌なところも見えるけれど、結婚はきれいごとだけじゃ成り立たないですから」

理由は「夫のいびきがうるさい」がトップで、「ひとりの時間を持ちたい」「生活時間がずれている」が続いた。

前出の安彦さんは同寝派だ。

「いまはお互いに子供を寝かしつけているので夫婦別の部屋で寝ていますが、私は夫と一緒に寝たい。そうじゃないと、自分が枯れてしまいそうで（笑い）」（安彦さん）

「別寝はストレスを生まないための必須条件でした」と前出の宮本さんはいう。

「夫は医者で夜中に何度も病院から電話がかかってくるんです。長々と指示を与える声に私は目がさめて寝つけなくなりますが、彼はすぐに爆睡できるタイプで、妻が何十年も同じ寝室で極度の睡眠不足になっているなんて知りません。仕事疲れも加わって数回入院したほどなんです。

だから子供の独立と同時に空き部屋へ移動し、自分のペースで寝起きしています。

〝夫のために自分が我慢して尽くした〟という思いを抱えている妻は多いはず。その不満を老後までひきずらないためにも、〝居心地のよい空間〟を確保することが大切なんです」

別寝を望む妻たちは単にぐっすり眠ることだけが目的ではない。数多くの〝別寝リフォーム〟を手掛ける三井のリフォーム住生活研究所の西田恭子所長がいう。

「別寝を望む理由は、ライフサイクルのズレ、男性のいびき、男女の体感温度の違いなどがありますが、それだけではありません。

私たちが寝室の利用法をアンケート調査をしたところ、寝室は単に寝たり夫婦の営みの場であるだけではなく、読書、音楽鑑賞など趣味の場でもあることがわかったのです。

寝室は〝ひとりになれる場所〟〝私のスペース〟として受けとめられています。

仲が悪いから夫婦別寝になるのではなく、むしろ夫婦が心地よい距離感を保つためにそれぞれの空間が必要とされるのです。

よい関係を保つために寝室を別にするのであり、夫婦は一緒に寝る〝べき〟と語られる話ではないのです」（西田さん）

漫画家のやくみつるさん（51才）も、よい夫婦関係を保つために別寝しているひとり。妻（49才）とは結婚20年目を迎えたが、新婚当初から寝室は一貫して別だったという。

「そこはお互いに絶対譲らないところです（笑い）。

自宅で仕事をしているので、かみさんとは四六時中顔を突き合わせているのが最大の理由。〝むしろ寝床くらいは別にしたい〟という思いが両方にあるんです。

ぼくは本を読みたいし、かみさんはベッドでDVDを見ていたい。お互いが一日のなかで最もホッとできる時間なので、踏み込まないように気をつけています。寝室はお互いにとっての聖域なんです」（やくさん）

ただし、気ままな別寝にも心配な面がある。

「より高齢になりますと、お互いの体調不良に気づきにくいという心配があります。何かあった場合、やはり寝室が一緒のほうが助けやすいのです」（西田さん）

こうした不安に対応するため、三井のリフォームでは中間的な選択肢も提案しているという。

「ひとつの扉を開けると同じ部屋になったり、視覚的に隠れる位置にベッドを配置したり。穏やかな同室、穏やかな別室を模索する動きも広まっています。

夫婦の寝室のあり方には多くの選択肢があるのです」（西田さん）

夫婦でもお互いの〝すべてを知る〟必要はない

〝近さ〟だけが幸せではないことに気づき始めた女性たち。これからの時代、夫婦関係はどうなっていくのだろうか。

前出の岡野さんは、夫婦は気持ちのうえでもほど良い距離を保つことが必要という。

「どうしてしてくれないの！と気持ちをぶつけると喧嘩になるけれど、距離を保って素直に気持ちを伝えることは大事。

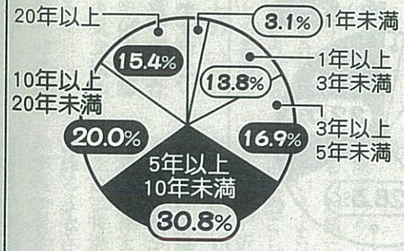
あなたと食事がしたい、セックスがしたい…そういうことを夫婦の会話の中で伝えないと、どんどん疎遠になってしまいます。

相手のことを思いやること

30～60代200人「夫婦の距離」アンケート

Q6「別の寝室」の期間は？

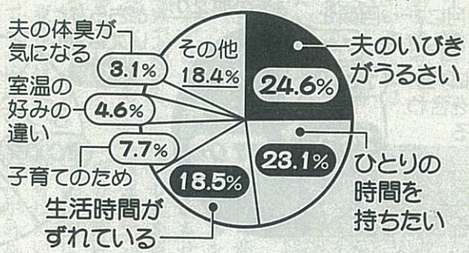
（Q4で「別の寝室」と答えたかたのみ）



「5年以上10年未満」という答えが多く、一度、別寝すると同寝には戻りにくいというデータも。

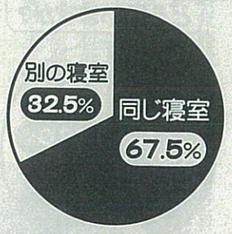
Q5「別の寝室」で寝る理由は？

（Q4で「別の寝室」と答えたかたのみ）



「夫のいびき」に悩む妻は多い。「夫がパソコンをするので気になる」という人も。

Q4 夫婦同じ寝室ですか？



3人に1人が別寝派。60代には「体調が悪くなったときが怖い」という理由の同寝派も多い。

新 われらの時代に

妻にとってのキッチンは夫にとっての書斎に近い意味合いがあり、キッチンを自分の自由に過ごせるスペースととらえている人は多い。