

# 死んでほしいと 夫になる10カ条



「夫に早く死んでほしい妻たち」が増えているという。妻の老後の最大危険因子は夫という調査結果もある。ふと自分にかけられた保険金の額に思いを馳せた男性もいるだろう。そんな亭主のため本誌は、妻に「死んでほしい」と思われずに生き延びる方法を探った。

「好きな女がいる」

20代の部下と親密なこと  
は分かっていたが、いざ会社  
社員の夫(50)にそう告白  
されると、専業主婦の妻  
(49)は反射的に台所から  
包丁を持ち出していった。初  
めて知る夫の不貞だった。

「死んでちょうだい」

怒鳴り合い、もみ合いに  
なるも、来客に助けられる。  
その夜、妻は夫の車の助手  
席に針を数本置いた。そこ  
に女性が乗っている姿を想  
像すると、居たたまれなか  
った――。

その場に出くわした知人  
からこんな話を聞いた。警  
察庁の2008年犯罪統計  
「罪種別検挙件数」による  
と、妻が夫を殺害したのは  
74件で、夫婦間殺人200  
件の4割近くにのぼる。犯

行動機や目的は一つではな  
いが、全国亭主関白協会の

天野周一会長は「妻の永遠  
の悩みは夫の浮気」と話す。

「妻に死んでほしいと思わ  
れたくないなら、まず浮気  
はすべきではありません。  
機会に遭遇しても「しない、  
してない、する気もない」

と「浮気三原則」を吹き、  
気持ち落ち着かせまじよ  
う。それでもしてしまえば  
にバレたら、しらを切り通  
す。正直に言うのと火に油を  
注ぐので、どんな「拷問」  
を受けても認めてはいけま  
せん①

浮気をめぐっては、最近  
「した、しない」の範囲を  
超えていると指摘するのは  
探偵社プライベート・シヤ  
ドーの坂井利行代表。  
「3、4年前までは、依頼

の9割が妻からの夫の不倫  
調査でした。ところが最近  
は夫が不倫しているかまっ  
たく分からないのに、とに  
かく粗探ししてほしいとい  
う依頼が増えた。離婚しや  
すくするために、誰でもい  
いから夫が女性と一緒にい  
る証拠写真を撮ってくれと  
いう妻も増えていきます」

年間約1500件の離婚  
相談に乗る「離婚110番」  
の澁川良幸代表も話す。

「夫が不倫をしている場  
合、妻は相手の女性に慰謝  
料を請求したり内容証明郵  
便を送ることで恨みを発散  
した。ところが昨今、妻の  
怨恨がともに夫に向かっ  
ている気がします。『夫が  
死んでくれたら』と言う妻  
も珍しくなく、今年に入っ  
て夫からの『妻に疎んじら  
れている』『妻が家を出た  
がっている』という相談が  
急増しています」

06年に第一生命経済研究  
所が全国30〜60代の既婚者  
800人を対象に実施した  
「夫婦関係に関するアンケ

ート調査」によると、「配  
偶者に対して不満はたくさ  
んある」「ある程度はある」  
と回答した夫が45・7%だ  
ったのに対し、妻は66・7  
%に上った。不満の原因は、  
夫婦共に1位が「性格全  
般」、2位が「金銭面の価  
値観の違い」だった。

多くの妻が夫に不満を抱  
いているとしても、「死ん  
でほしい」とまで妻が思う  
のはどんな場合なのか。

「住宅ローンや子どもの学  
費など経済的な問題を抱え  
ているのが特徴です。妻は、  
夫が死んだら保険金が出り  
たり遺族年金が出て楽にな  
ると言う。離婚して慰謝料  
や子どもの養育費をもらう  
より、大抵は一時的に潤い  
ますから」(前出・澁川氏)

収入減やリストラも珍し  
くない不況下、給料を増や  
すのは思うようにいかな  
い。そこで澁川氏が勧める  
のが副業である②。給料  
が減った上場会社勤務の58  
歳男性が平日の夜と土日に  
コンビニやレストランでバ

# 妻に「早く 思われたい」



離婚はソシカ得か



育児に家事…家庭生活への貢献度が夫の将来を決める

イトを掛け持ちして以前より収入アップ、妻をつなぎとめた例もあるという。「夫が副業すると宣言した途端に妻との関係が好転することが多い。一日中働いていけば居場所のない家にも帰らずに済み、精神衛生上もメリットがある」

でも、どんなに稼いでも「誰のおかげで飯が食えるのか」「お前は何もできない」などと妻の人格を否定

するような発言は慎むべきである③。

「団塊世代以上の夫婦では、妻が専業主婦のケースが多い。外で働きたくても働かず家庭を守ってきた妻にすれば人生を批判されたに等しいのです」(濫川氏)

小田切紀子・東京国際大人間社会学部教授は、妻が最も言われたくない言葉として「子どもが悪くなつたのはお前のせいだ」を挙げ

## 死を招くのは食事よりストレス

「一番手のかかる2、3歳の時に夫が育児を手伝うと、5、10年たつても妻は夫にいい感情を持ち続けるという調査結果がありま

す。逆にその時期に妻任せにすると、後々も恨まれる可能性が高い。育児が大変な時、妻にどれだけ協力できるかが肝心です」(同)

40年ほど前、米ハーバード大学のメイヤー教授が発表して有名になった「亭主を早死にさせる10カ条」が

る。子どもを理由に妻を非難すべきではない④。

「共働き夫婦であっても、妻が夫よりはるかに子どもにかかわっている。それだけに妻は自分の存在が否定されたような気になるのです。当の子どものも、成績の下降や受験の失敗など自分の問題を母親のせいと考えてしまうかもしれません」

子育て中の夫婦は、夫の育児参加が鍵を握る⑤。

ある。早死にしたくない男性のため参考までに158例に掲載したが、「夫を太らせること」から始まり、トドメは「終始文句を言っていない」である。心筋梗塞などを狙った「緩慢な殺人のススメ」とも読めるが、本当にこんな妻は生息しているのか。

「最近では、逆に食事を作ってもらえず捜せていく夫が目立ちます。しかし、死を招くのは食事よりストレス

です。妻から「近づくな」リビングに入るな」などと言われ悩む夫が増えています」(前出・濫川氏)

アドバイスは、妻が禁じたエリアには立ち入らないこと⑥。距離を保てばストレスは軽減される。

一時的に短期賃貸マンションを借りて別居をするのも得策だ⑦。

「別居の表向き理由は、仕事が深夜に及びタクシードルがかかるからなど、あくまで妻を思いやるものにしておいてください」(同)

ストレスから逃げるのではなく上手に解消する方法もある。東洋大社会学部加藤研究室「AMOURサイエンス研究プロジェクト」の馬場真美子リーダーは、米国を中心にコーピングというストレス解消方法が夫婦関係の修復に成果を上げつつあると話す。

「たとえば妻の嫌な面を見ずに済ませようと逃避するのはなく、その欠点も自分の性格の一部としてとらえ

## 【亭主を早死にさせる10カ条】

- ①とにかく太らせる
- ②酒は飲み放題、甘い物も食べ放題
- ③何もさせずに座ったままにさせる
- ④食事は動物性脂肪を十分に取らせる
- ⑤塩分の多い食事に慣れさせる
- ⑥コーヒーは無制限、砂糖はたっぷり
- ⑦タバコはできるだけ多く吸わせる
- ⑧夜更かしをさせ、朝は早く起こす
- ⑨レジャーの旅行には行かせない
- ⑩暇さえあれば文句を言う

る考え方です。多くの人が自らの欠点を自然に受け入れていてるように、相手の欠点も我慢せずに認めればいいのです」（馬場氏）

欠点が暴力といった場合は論外だが、気になる生活態度や口癖をそんなに簡単に受け入れたり、認めたりすることはできるのだろうか。馬場氏は「ストレス日記」をつけるトレーニング方法を勧める⑧。

ノートに、その日妻から受けたストレスとそれを行うコーピング（解消）した

のかを記す。たとえば「同窓会に出かける妻から夕食が作れないと言われた」と

書いたら、その下に「久しぶりに近所の居酒屋に行つて、大将と野球の話をして、大将と野球の話をして、

妻を批判したり、自分を責めるようなことは書いてはいけません。1週間書いたらノートを妻に渡し、交換日記にするのが理想的だ。

「夫が書けば大抵妻も書く。日記で頭の中も整理されるのでストレスが抑制され、関係が良好になること

が実証されています」（馬場氏）

日記をつけるのが面倒な男性には、前出・天野氏がすすめる「愛の三原則」がある。

## 離婚した男性の死亡率は2・43倍

会員数約9000人の全国亭主関白協会のうち、「妻に死んでほしいと思われているのでは」と感じている

会員は1割ほどという。それでも「愛の三原則」を忠実に実行し、現時点で殺されたり離婚された夫は出ていないようだ。

髪形が変わったり料理がおいしかったら一言ほめる。山崎伸治シニアコミュニケーション代表も、言わなくても分かるという考えを捨て、自分の言葉で伝えることが大切だと説く⑩。

「はじめは気持ち悪がられても、続ければ妻も悪い気はしません。定年したら妻に優しくしようと考えた夫が多いのですが、今まで

「ありがたうをためらわず、ごめんなさいを恐れずに、愛してるを照れずに言うことです⑨。心を込める必要はありません。気持ちからは後からついてきます」

何もしてくれなかつたくせに「とかえって怒りを買う。定年後といわず今日から始めてください」

妻に三行半を突きつけられた夫は寿命も縮まる。スウェーデンで4万4000人を対象に行われた調査（96年）では、離婚した男性の死亡率は結婚している男性の2・43倍。女性の1・64倍よりも高い。「死んでほしい」と思われなくても、離婚だけで死亡率は高まってしまふ。

「結婚生活で一番大切なのは忍耐である」と言ったのはロシアの作家、チェーホフ。古くて新しいこの言葉をもう一度かみしめよう。

本誌・菊地 香

## 編集長後記

真央ちゃん、五輪を味わい深いものにしてくれてありがとう。残念なのは、衣装と曲。実力はともかく、金妍児選手のほうがよかつたと私は思う。ブルーの衣装はリンクの壁面に映え、ガラスの飾りも水のかげらのようだった。観客も時に手拍子を打ちたいだろう。

次号は金曜日発売。ランキング以外の合格関連記事もいろいろ掲載します。ご期待ください。（山田通子）

次号(3/21増大号)は 特別定価380円  
3月12日(金)発売です

速報!  
**東大・京大**  
北大・東北大・名古屋大・大阪大・九州大・一橋大・東工大  
合格者高校別ランキングを掲載します