

「婚活ジェンヌ」がレクチャー！

# 結婚記念日

の過ごし方

婚活ジェンヌ  
吉村 みか



ツヴァイライフデザイン講師としても活躍。元舞台女優、実家は教会、父親は牧師という環境に育ち、人の魅力を引き出すメソッドやクリスチャンが学ぶ「幸せな結婚の極意」を多くの男女に伝えている。

## 結婚記念日は夫婦の誕生日、夫婦の原点に立ち返る大切な日

結婚記念日はいつですか？ 式を挙げた日、籍を入れた日、ふたりにとって「この日から自分たちは夫婦としてスタートしたのだ」と思える日。それが夫婦の誕生日であり、結婚記念日であると思います。男性はよく記念日を忘れがちだと言いますが、どうかお互いの誕生日と結婚記念日だけは、他の予定を入れずに夫婦で過ごす時間を作っていただきたいのです。特に結婚記念日は、お子さんが生まれ

た後も預けるなどして、ふたりきりで過ごせる時間を作ってください。なぜかという、その日は夫婦の原点に立ち返る日であるからです。結婚して何年か経つと、忙しい毎日に結婚生活が埋もれ、お互いに思っていることを話し合う時間もなく、不満や不安を募らせてしまっている夫婦が少なくありません。

## 「夫婦である」ということを見つめ直し、思いを伝え合って、素敵な夫婦への努力を

夫婦はチームです。お互いが今どんな状況にあり、何を想い、どうして行きたいと考えているか。この1年共に過ごせたことに感謝をし、自分が相手に不愉快な思いをさせていなかったかを確認し、もしも不愉快な思いをさせていたのなら、その声を真摯に受け止め、お互いが次の1年は同じ思いをさせないように努力する。「夫婦である」ということは、当たり前ではなくお互いの努力の上で成り立つものなのです。結婚すればずっと夫婦であるというのは戸籍上のことで、精神的にも夫婦であり続けようと思ったら相手を敬い、感謝をし、思いを伝え合うという努力が必要なのです。どうか年に一度、結婚記念日にはふたりの原点に立ち返り、自分た

ちはどういう思いで夫婦になったのか？を確認し合う日にしてください。式を挙げた場所に行ってみるのも良いでしょう。お洒落なレストランを予約して、恋人時代に戻った気分になっても良いでしょう。そしていつまでも「あなたがいるからわたしがいる」そう確認し合える素敵な夫婦でいていただきたいと思います。

