

現在は「結婚しない生き方」を実践しながら、自分なりのライフスタイルを模索しているところですが、私が「結婚しない生き方」をしている先輩方から教わったことは、「個人の幸せの形は、自分でオーダーメイドできるもの」ということ。

もちろん、独身を通すという生き方には、老後の心配もつきまといまいます。

経済的にも、精神的にも、自分ひとりで生きてゆくための対処をきちんと行い、備え、責任を持てる強さのある人。

真の意味で自立した大人にだけ、許される生き方だとも思います。

結婚し、愛する人と一緒に暮らすことが幸せだと思っていた私ですが、愛する人と共に生きる方法は、結婚だけではありません。

一人ひとりの人生にひとつとして同じものがないように、「結婚しない生き方」にもさまざまなバリエーションがあります。

本書では、なるべく多くの選択肢をお見せできるよう、いくつかの章をもうけて、た

くさんの方にインタビューを行いました。

第1章では、未婚のひとり生活を楽しむ人のために、「結婚しないで、ひとり生活を楽しむ方法」をご紹介します。

第2章「パートナーとの生活を楽しむという選択」では、事実婚について取り上げています。

それに加え、第3章では「結婚せずに、親になるーひとり親という生き方」と称して、最近増えているひとり親の、孤立しない幸せな生き方を取り上げます。

最後に第4章では、番外編として、「結婚して、子どもを持たない生き方」についてもページを割いています。

最初からページをめくる必要はありません。

この本を手にとってくださったあなたのライフスタイルや興味に合わせて、お好きな章から選んで読んでいただければと思います。

「本当に結婚しないといけないのかな……」

結婚に一步踏み出せない方、周りから「早く結婚しなさい」「孫の顔が見たい」と急かされて違和感を感じている方、もつと自由に生きる選択肢を探している方、婚活真っ最中の方、そして、今現在、結婚しない生き方を存分に楽しんでいる方。
そういった方にぜひ読んでいただきたいと思います。

この本を読めば、人生の選択肢の幅が増えて、もつともつと自由な生活が待っています。

はたらく人の
結婚しない生き方

Contents

結婚しないで、ひとり生活を楽しむ方法

はじめに 3

プロローグ 無理に結婚しなくていい時代 13

ひとりを楽しむための工夫は「人」 26

サードプレイスを持つ 34

ひとりでも楽しめる趣味を、友人ともシェアする 42

「体験」にコストを費やす 45

オンとオフを分断しない 52

パートナーとの生活を楽しむという選択

異性の友人との予定を定期的に入れる 57

生涯元気な強い身体をつくる 59

人生設計をして、1年に1回アップグレードする 66

経済的に自立し続ける 72

孤独を楽しむ余裕を持つ 79

「パートナー」というあり方 86

愛する人と共に生きること 93

事実婚のメリットとデメリット 99
事実婚が増える欧米 116

結婚せずに、親になるーひとり親という生き方

「良妻賢母」ではなく、手抜き上手な「ママ」でいい 124
ずっと自分らしく、自由に恋愛を楽しめる 132
子どもを起点に生まれる地域のつながり 137
ひとり親の経済事情 144

結婚して、子どもを持たない生き方

産まないという選択肢 160
関係性のメンテナンスは欠かさない 164
「経済的余裕」を持てる安心感 168

おわりに 173
