

Gender Equality

今とこれからを輝いて生きる

家庭での男女共同参画 ～家事シェアに取り組もう～

近年、夫婦共働きの家庭が増えています。共働き家庭に限らず家事・育児は、男女どちらかに負担が偏ることも少なくありません。そこで、家事を見直し、家族みんなで無理なく家事を分担する「家事シェア」を紹介します。

家事シェアをするためには、まず下表のようにそれぞれの家事を見直すことから始めます。例えば掃除だけでもいくつもの作業があります。その作業を家族で分担することで、家事負担を軽くできます。

家事シェアは、子どもたちにも良い影響があるとされています。みんなで一緒に取り組んでみましょう。



家事の分類(例)	
掃除	<ul style="list-style-type: none"> 掃除機をかける 掃除機内部のごみの処理 掃除機の先端部の点検整備 ごみ出し 資源として活用できるものの分類 室内の片づけ 風呂・トイレ・玄関などの掃除 庭の手入れ
洗濯	<ul style="list-style-type: none"> 洗濯機の操作 洗濯物を干す、乾燥機の操作 洗剤・柔軟剤などの補充 洗濯物をたたむ、収納する 洗濯機のフィルターなどのごみ取りと整備 脱衣所全体の衣類・タオルの片づけ

家事の分類(例)	
料理	<ul style="list-style-type: none"> 献立づくり 買い物 調理 配膳 食器洗い 食器の片づけ 食べ残しなどの処理 調味料などの補充
その他	<ul style="list-style-type: none"> 地域行事への参加 日用品(トイレトーパー・シャンプーなど)の詰め替え・補充 郵便物の確認と対応 衣替えなど

成功のポイントは「感謝の気持ち」

分類ができれば、それを基に担当を話し合しましょう。子どもがある程度大きくなったら「お手伝い」ではなく家族の一員として、子どもの発達に応じた無理のないレベルの分担を割り振りましょう。祖父母と同居している家庭では、祖父母の協力も頼みましょう。

これで家事シェアの準備ができました。はじめは不慣れでうまくいかない場面もあるでしょう。家族の成長を認め、お互いが「ありがとう」という気持ちをもって接することで、家族の笑顔が増えていきます。うまくいくポイントは、家族への「感謝の気持ち」です。

それぞれの家庭で、家事シェアに挑戦しましょう。



問 総務広報課男女共同参画推進室 ☎72-2111

配偶者や恋人からの暴力に悩んでいませんか？ひとりで悩まずに相談してください。

おごおり女性ホットライン ☎092-513-7337

月～金曜日／10時～17時(祝日、12月29日～1月3日を除く)

配偶者や恋人からの暴力についての相談のほか、セクシュアル・ハラスメントや仕事、地域、家庭のことなどさまざまな悩みに、専門の相談員が対応します。

