

特集 WING 49

見えない家事

家事は分担すべきよね!

家事ってあまりやらないな〜。

進めよう、「家事シェア」!!

「男性は仕事」「女性は仕事+家事+育児」という分担を見直し、無理なく家事を分け合うのが「家事シェア」です。

共働き世帯が増えるなか、女性の育児休業や短時間勤務の取得をきっかけに、家事・育児が女性に負担が偏ってしまう場合もあります。まずは、ふだんの生活の中にどんな「見えない家事」があるか、家庭で話し合ってみませんか?

☑️ご家庭でチェックしてみましょう!!

掃除 掃除機をかけるだけじゃない!

あるあるチェック!

- | 妻 | 夫 | |
|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 掃除しやすいように床や机上の片付け |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | トイレの便器以外の掃除 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | フィルター・排水溝の掃除 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | お風呂のカビ取り |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ゴミ収集、分類、新しいゴミ袋のセット、ゴミ出し |

現場の声 VOICE

- 掃除機かけは10分でも、その前の片付けやゴミ捨ては20分くらいかかります。
- トイレ掃除は便器をゴシゴシしておしまい!ではありません。
- ゴミ捨ては、①各部屋のゴミを収集する、②分類する、③新しいゴミ袋をセットする、④ゴミ収集所にもっていく、の全工程のことです。



育児 子どもを育てるだけじゃない!

あるあるチェック!

- | 妻 | 夫 | |
|--------------------------|--------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 朝の旗当番・交通見守り |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 子どものスケジュール管理 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 塾・習い事の送迎 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 病院の付き添い |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 園・学校行事の参加、プリント管理 |



現場の声 VOICE

- 旗当番は毎日ではないだけに、当番の日の朝はてんてこまいです。
- ママはまるでマネージャー。学校の集金、お弁当、参観日、PTA活動、部活の送迎と動き回っています。
- 病気や予防接種、乳幼児健診、いつもママが付き添っていませんか?



洗濯 洗濯機を回すだけじゃない!

あるあるチェック!

- | 妻 | 夫 | |
|--------------------------|--------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 天気予報チェック |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 洗剤などの補充 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | シミや泥汚れなどの下洗い |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | デリケート衣料をネットへ |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 洗濯機の掃除 |



現場の声 VOICE

- 降水確率が何%かで干すかどうか決めるので、天気予報のチェックは欠かせません。
- 最近の洗濯は、洗剤だけでなく柔軟剤、漂白剤、芳香剤を使う家庭もあります。
- 洗濯機をまめに掃除しないと、フィルターの目詰まりで洗濯が途中で止まったり、汚れ落ちが悪くなったりします。



料理 ご飯を作るだけじゃない!

あるあるチェック!

- | 妻 | 夫 | |
|--------------------------|--------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 献立を考える |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 買った物を袋から出し、ゴミ仕分け |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 泥付き野菜の始末 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 包丁とぎ |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 調味料の補充 |



現場の声 VOICE

- 家の夕食と学校給食とがかぶらないように献立を考えるのはけっこう大変です。(子どもが保育園・小学校・中学校と分かれるとなおさら)
- 食品をパッケージから出し、収納、パッケージのゴミの分別は意外と面倒です。
- 調味料は残量だけでなく消費期限にも注意が必要です。



その他 見えない家事は他にもある!

あるあるチェック!

- | 妻 | 夫 | |
|--------------------------|--------------------------|----------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 食品宅配の注文 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 防災用品の管理 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ペットの世話 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | もしもの備え(保険、貯蓄) |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 写真・ビデオなどのデータ管理 |



現場の声 VOICE

- 毎週カタログを見ながら食品宅配の注文をするのは、意外と手間がかかります。
- 保険の見直しや、お金の管理も大事な家事のひとつです。
- 大切な思い出の写真やビデオを定期的に整理しましょう。



☑️チェックの結果はいかがでしたか?

妻 個 夫 個

いくつかチェックしましたか?

