

男女共同参画推進セミナーを開催しました

平成26年11月22日(土)、家事ジャーナリストの山田亮さんを講師に迎え、「共働き夫婦を応援！スーパー主婦が教えるゴキゲン家事生活」と題し、男女共同参画推進セミナーを開催しました。楽に家事をする方法、家事を共同するコツ、コミュニケーションについて、ユーモアたっぷりにお話を頂きました。講演の主な内容をご紹介します。

- ・家事は楽しい生活のための手段。省力化できることは省力化し、家族で家事を共同化しよう。
- ・家事を共同化するためには、引き継ぐ人も工夫をすることが大切。場所や状態を写真に撮って示す、プロセスのチェック表を作るなど、お互いに楽しく家事ができるようにしましょう。
- ・自分のことを自分でできるよう、いざという時のためにも生活自立度を上げよう。
- ・夫婦が共に家事をし、時間や経験を共有すると、辛いこと、おもしろいこと、子供の成長、かわいらしさがより伝わり、共感できる。
- ・「言わなくても大変な状態だと察して！」は通じない。お互いが伝える努力をしよう。
- ・相手に対して、「ありがとう」と感謝の言葉を惜しみなく言おう。

受講者の声

- ・自分のことを自分でする。1人暮らしの頃を思い出して頑張りたいです。(30代男性)
- ・先生ご自身が育児ノイローゼになったという話が印象的でした。家事・育児の共有・共感をし、コミュニケーションが不足しないようにしたいです。(30代女性)
- ・うちも共働きです。感謝と思いを忘れずに、夫婦で「ありがとう」が自然に言えるようにしたいです。(30代女性)



DV（ドメスティック・バイオレンス）の相談窓口 ～ひとりで悩まないで～

配偶者や恋人からの暴力で悩んでいませんか？ひとりで悩まず、困ったときには次の窓口をご利用ください。

- 一宮市＜女性悩みごと相談＞詳しくはホームページをご覧ください。
0586-28-9149 本庁舎2階 子育て支援課
(月～金曜日 午前10時～12時、午後1時～4時30分、土・日曜日、祝日、年末年始は休み)
- 愛知県女性相談センター＜女性悩みごと電話相談＞詳しくはホームページをご覧ください。
※電話相談 052-962-2527
(月～金曜日 午前9時～午後9時、土・日曜日 午前9時～午後4時、祝日、年末年始は休み)
※面談相談(予約制)
電話相談の後、必要に応じて女性相談員が行います。
(火～日曜日 午前9時～午後5時(水曜日は午後8時30分まで) 月曜日、祝日、年末年始は休み)
- 内閣府男女共同参画局＜DV相談ナビ＞お近くの相談窓口を自動音声でご案内します。
0570-0-55210 (全国共通・24時間)

『いーぶん』は『男女共同参画』に関する様々な情報や話題を皆さんに提供する情報紙です。
『いーぶん』という名称には、男女の平等『EVEN』とみんなの『言い分』という意味が込められています。

編集協力者／岡西 美子、横井 秀子、吉田 和江、伊藤 孝司、岩田 宏美 編集・イラスト協力者／後藤 明美
編集・発行／一宮市企画部企画政策課
〒491-8501 一宮市本町2-5-6 TEL 0586-28-8952 FAX 0586-73-9128
eメール kikkuseisaku@city.ichinomiya.lg.jp ホームページ http://www.city.ichinomiya.aichi.jp/
*企画政策課のホームページでは、『いーぶん』のバックナンバーがご覧いただけます。
*『いーぶん』は市内公共施設で配布しています。配布場所については企画政策課にお問い合わせください。

いちのみやし男女共同参画情報紙

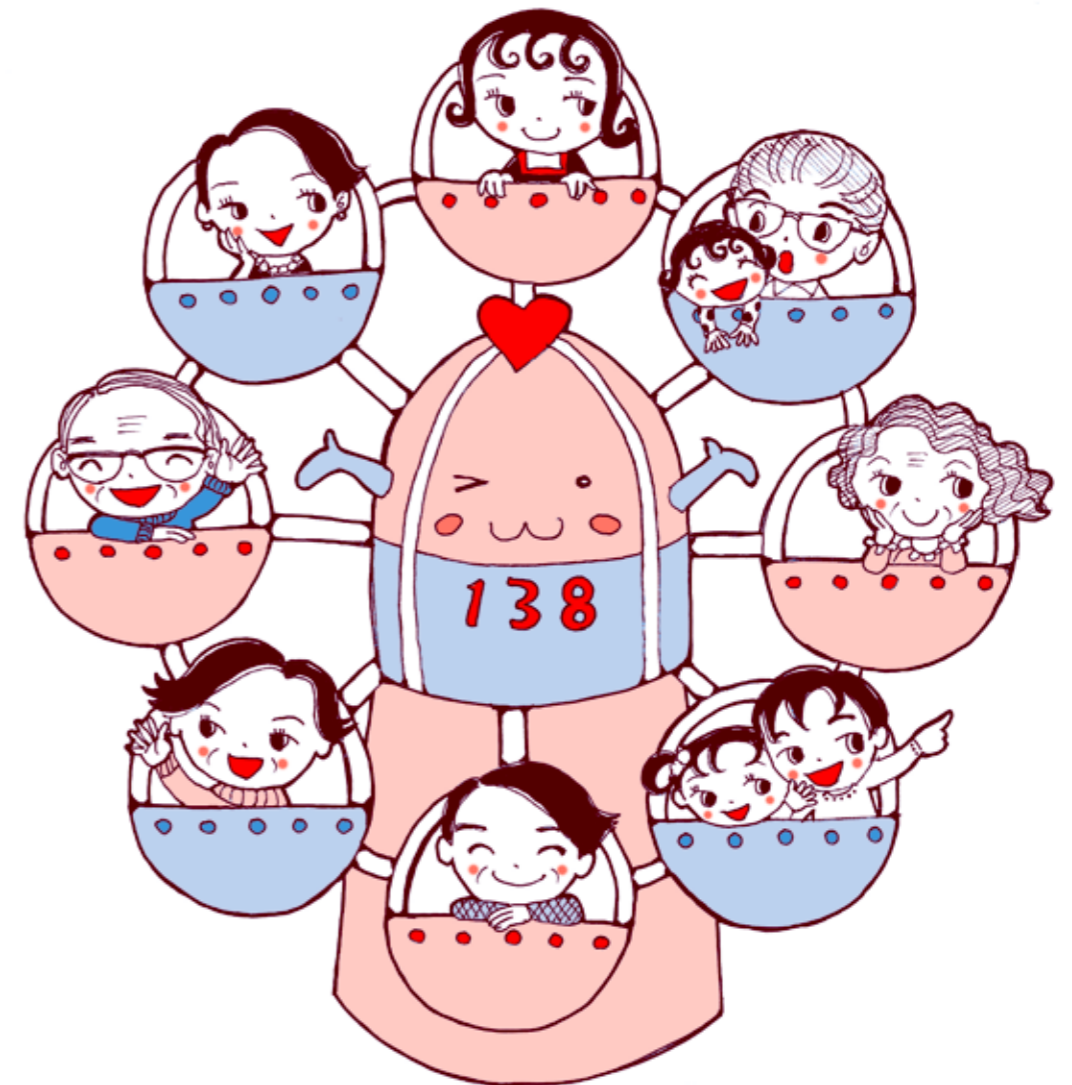
いーぶん

● 素敵なパートナーになるために ●

第33号

平成27(2015)年3月

特集 男性の家事・育児



昨年の愛知県の調査では、夫の6人に1人が「家事・育児を全くしていない」という結果がでました。最近では、共働き家庭が増えていますが、女性の社会進出と比べ、男性の家事・育児参加はまだ進んでいません。男性が家事・育児にかかりやすくするためには、どうしたらよいのでしょうか？ 今回の特集では、日常の家事・育児について、夫婦が、お互いにどんな思いをもっているのか、家事・育児の分担の進め方について、まとめてみました。

応援してます。東北!



お互いの声を聞こう!

男性も家事・育児にかかわりやすくするためには、どうしたらよいのでしょうか。男性、女性、それぞれの声を聞いてみましょう。

残業ばかりで
へとへと…。



ワークライフバランス

個人に負担がかかり過ぎていませんか?

メリハリのついた効率的な働き方をする、職場の上司、同僚の理解を得て、家庭での時間がとれるようにするなど、働き方を見直しましょう。

「疲れてる」って…。
私だって 疲れてるよ。



性別役割分担意識

「男性は働いて家計を支え、家庭のことは女性がするべき」という考えがありませんか?

家事は家族が生活するために重要なことです。性別による役割分担意識をなくしましょう。



女の人の方が
家事も育児も
得意だね。

私も働いてるのに、
家事も育児も
私ばかりしてる!



男性と女性の間には、家事・育児についての感じ方の違いが大きいようです。

男性が家事・育児にかかわりやすくするためには、職場の理解、仕事量の調節とともに、男性・女性の意識改革、夫婦で家事・育児について、もっとコミュニケーションをとり、互いに相手を理解することが大切です。

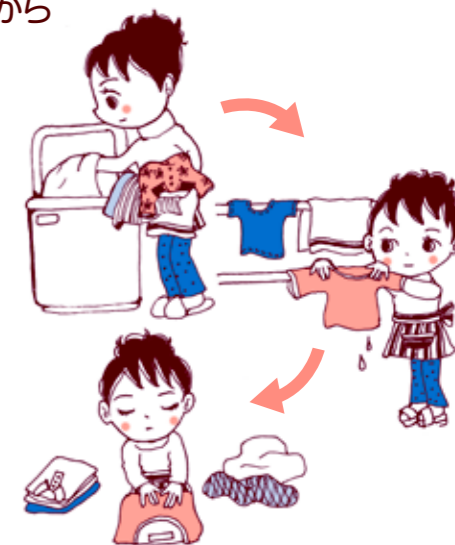
HOW TO 男性の家事・育児

まずは、生活の中にどんな家事・育児があるのか、気付くことから始めてみましょう。例えば、次のような方法はでしょうか。

Step1 家事・育児を見える化

家事・育児の項目を書き出しましょう。「見える」ようにすることで、普段何気なくしている項目の多さに気づきます。

このとき、思いつく家事・育児をできるだけ細かく書き出すことがポイントです。例えば「掃除」であれば、リビング、トイレという「場所」、「洗濯」であれば洗う、干す、たたむ、しまうといった「流れ」、「子どもの世話」であれば、食事、お風呂、寝かしつけといった「時間」ごと書いてみると、もれなく書き出せます。



Step2 家事・育児を共有

Step1で書き出した内容を元に、夫婦で家事・育児の分担に向けて話してみましょう。

お互いの得意・不得意を考えながら決めてみるのもいいですし、「こんなとき、こうしてもらえると本当に助かるなあ」という家事・育児から始めてみるのもいいかもしれません。

一度話し合っただけでは、うまくいかないかもしれません。

でも、まずは、お互いの声を聞き、参加することから、始めてみませんか? 家事・育児への意識が共有でき、少しずつでも分担が進むのではないのでしょうか。家事・育児の時間をただ単に半分ずつにするのではなく、お互いに納得することが大切です。

「いつかやろう」ではなく、気づいた「今」、一歩踏み出してみましょう。

「気張らずに! We can do it!」

家事・育児を積極的にしている共働きの男性にインタビューしました。

分担のきっかけ アメリカに単身赴任したとき、男性も女性も平等に仕事・家事・育児をするというスタイルに衝撃を受け、家事・育児を分担するようになりました。僕は、平日は残業があるため、娘の朝ごはんや着替えなどの保育園登園準備をしています。妻も働いているので、休日は、妻が自分の時間が持てるよう、僕が育児全般をしています。

分担するコツ 日々の仕事や育児の量の変化に対応できるよう、常に夫婦で話し合っています。

楽しむコツ 得意な分野をつくること。私はトイレ掃除。とにかく磨きまくりです。

続けるコツ 仕事と家事・育児の両立には、大変なこと、戸惑うことも多いですが、周りとしっかりコミュニケーションを取り、理解してもらえるように心がけています。また、時には夫婦2人で食事をするなど、頑張っている自分たちにご褒美をあげています。

新米パパへのメッセージ 娘と一緒に笑っているとき、成長が見られたとき、子育てには嬉しい瞬間がたくさんあります。今より少しだけ家族との時間を大切にしてみるという気持ちで、気張らず楽しんでいきましょう。
(30代3歳児のパパ)