

# ウィズあい 大垣



学びあい、教えあい、支えあい、助けあいみんなで一緒に男女共同参画社会づくりを進めましょう

2023年(令和5年11月)第26号

SDGs(持続可能な開発目標)のゴール5で「ジェンダー平等」が掲げられるなど、国際的に男女共同参画社会の実現に向けた取り組みが行われています。

“国際的に”と聞くと、遠い話に感じるかもしれませんが、身の回りに目を向けてみてください。例えば日本では、共働きの世帯が増える一方で、なかなか男女の家事・育児時間の差が解消されません。あなたの家庭の家事分担は、パートナーのどちらかに偏っていないでしょうか。

このように、身近なところからジェンダー平等について考えてみませんか。令和5年度大垣市家事シェア推進事業で講師をしていただいた平塚 啓 様に寄稿していただきました。

## ひらつか けい 平塚 啓 さん

プロフィール：一級建築士・しかけ絵本技師。地方自治体で建築技師として勤務。  
妻と男の子3人兄弟の5人家族。妻の育児休業からの復帰に伴い、男性職員初の育児休業を2カ月取得。その経験で得た「男性も育児休業を取得した方がいい！」という確信を広めるべく活動中。  
三男のために取得した育休の日々を記録したエッセイ本「育休父ちゃん70日間奮闘記」を出版。NPO法人フェザーリングジャパン東海所属。



## ～ 特別寄稿 ～ 「夫婦の家事育児シェアはどう進める？」

21年前に結婚した当時、私は全く家事ができない男でした。そんな私も長年にわたる妻の教育の賜物で、今では家事も育児もひと通りこなせるようになっていきます。共働き家庭の夫を21年もやっているわけですから、ひと通りのことができるのは当たり前と言えども、世の中には「結婚生活数十年にもかかわらず家事は全くできない(やらない)夫」がたくさんいます。どうやら、ただ長くやれば夫も家事ができるようになる、というわけではなさそうです。では、夫婦の家事育児のシェアはどうしたらうまくいくのでしょうか。

私は、夫婦が家事育児をシェアをしていくうえで「要望を伝える」「任せきる」この2つが大切だと思っています。



### ■要望を伝える

毎日こなしている膨大な量の家事育児のタスクのうち、パートナーに何を担ってほしいのか、その「要望を伝える」ということです。夫婦でお互いに伝え合うということが理想ですが、初めのうちは「妻が夫に要望を伝える」ことが多いだろうと思います。

要望を伝えるうえで大切なのは「具体的に伝える」ということ。

「もっと家のことやって。」

「もっと子どもの面倒みてよ！」

といった漠然とした言い方ではなく、

「洗濯物たたんでおいてくれる？」

「うち出てるからオムツ替え任せた！」

というように具体的に伝えることが大切です。

また、伝える時には是非「笑顔で」伝えてみてください。頼まれた方も気持ちよく「笑顔で」引き受



けましょう。どうせやらないといけないことなら「笑顔で」「楽しんで」やるのが、日々を上手に過ごすコツです。

「要望を伝える」ことができれば、次は「任せきる」です。

#### ■任せきる

パートナーに「〇〇をやっておいて」と頼んだら、任せきることが大切です。任せきる、つまり、任せられたタスクに口出しをしない、手も出さない、ということなのです。

これまでしっかり家のことをやってきた人ほど、パートナーの拙い家事が気になります。イライラしてしまい、つい口出ししたくなります。

「タオルのたたみ方が違う」

「部屋の隅までしっかり掃除機かけて」

「洗い物したら鍋も洗ってよ」

「コンロの汚れが気にならないの!？」

…色々言いたくなります。

言いたくなる気持ちは分かりますが、できるだけ言わない、これが大事。出来ていないことに目を向けるのではなく、出来ていることに対し「洗い物ありがとう、助かったよ。」と感謝の気持ちを伝えましょう。その上で、どうしても気になるようなことがあれば、改善要望は冷静に伝える。怒りと共に伝えても相手には届きません。「洗い物ありがとう！



鍋も洗ってもらえると嬉しいなあ。」と、ここでも「笑顔で」伝えるとよいだろうと思います。

夫婦で家事育児をシェアするうえで大切なのは「要望を伝える」「任せきる」ということ。実際には、要望を伝え、任せきる、この2つを何度も何度も繰り返すこととなります。その過程で、パートナーの家事育児にイライラし、幾度となく「私がやった方が早い」と思うだろうと思います。

でも、そんな風に思った時はちょっと立ち止まって考えてみてください。今「私がやった方が早い」と、パートナーから取り上げたタスクは、一生「私がやる」ことになるのです。反対に今グッと我慢してパートナーに任せきることができれば、これからの長い人生、ずっとシェアしてやっていけるのです。つまり、今イライラを我慢しながらでもパートナーに任せていくことは「未来の自分が楽するための投資」なのです。



家事育児をドタバタしながら切り回していると、二人とも頑張っているのに余裕がなくてイライラしてしまう、そんなことになりがちですが、そういう時こそ「笑顔で」要望を伝え、任せきる。任せられた方も「笑顔で」「楽しんで」家事育児に取り組む。そんなことを積み重ねていくうちに、それぞれのご夫婦の家事育児のシェアのいい塩梅が見つけられるだろうと思います。

## 男女共同参画週間パネル展示

in ハートリンクおおがき

内閣府の「男女共同参画週間」(期間:毎年 6月23日~29日)に合わせ、男女共同参画社会について広く理解を深めるため、パネル展示を行いました。

内閣府啓発ポスターや全国女性の参画マップ、市主催事業「男性の育児応援講座」や「女性活躍支援講座」の紹介などを展示しました。



# 家族はワンチーム！

～夫婦で家庭経営のタスクを効率化して子育てを楽しもう～

## 【第1部 講演会】

令和5年10月15日 開催



「家族をチームと捉えて、チームで家事・育児を分担し、子育てを楽しむためのコツ」について学ぶ講演会。

ご自身が70日間の育休を取得した経験から気づいたことなどをお話いただきました。

また、「家事・育児サービスの紹介&相談ブース」も設置しました。

## 【第2部 ワークショップ】



「チーム『我が家』、成功の秘訣は?!」と題したワークショップ。

カードを用いながら、講師やファシリテーターとともに、ご夫婦で「家族のあり方」について考えました。

各家庭の状況をふまえた、様々な意見を聞くことができとても盛り上がりました。

### 《参加者の声》

- ・ 実体験に基づいた説得力のある話で、自分の家庭にあてはめて考えやすかった。  
忙しさにかまけて夫婦で話し合う時間が取れないなか、今までとこれからについて見つめなおす良い機会になった。
- ・ 家族が「笑顔」で過ごせるように、要望をつたえ、任せきること、簡単そうで意外と難しい…。  
けれど、今日からやってみよう。夫と一緒に話を聞いて良かった。
- ・ お互いと子どもたちを、家族の1人のメンバーとして尊重し合っていて素敵だと思った。  
これから仕事復帰をするにあたって、共働きの子育ての大変さについて不安だらけだったが、何とかなるし、話し合いをして、お互いの考えを共有することが大事なんだと少しほっとした気持ちになった。
- ・ 相手に任せることは、本当に大切。久しぶりに夫婦でゆっくり話す時間ができてよかった。

上記事業の開催に合わせ、「ホンネで語ろう！パートナーと考える家事・育児についてのアンケート」を、企画・運営受託団体 NPO 法人 くすくすさんが行いました。

アンケート結果から、家事・育児にかかる時間的・労働的・精神的な負担に向き合う現状が明確になりました。コミュニケーションにおいては、父母共に相手への遠慮や関係性に配慮しながら向き合おうとする中で、特に父の回答にその心配や不安を懸念する様子が見てとれました。また、互いの家事・育児スキルの差を埋めることが、家事・育児分担の満足度アップにつながるという可能性に気づくこともできました。

集計結果をハートリンクおおがき 交流広場にて掲示していますので、ぜひご覧ください。





## 「女性に対する暴力をなくす運動」

(毎年11月12日～25日)



市では「女性に対する暴力をなくす運動」期間に、暴力の根絶を願い、様々な啓発活動を行いました。



大垣駅通りフェスの開催に合わせて、街頭啓発を行いました。

多くの方に声をかけ、「女性に対する暴力をなくす運動」や大垣市の相談窓口を周知できました。

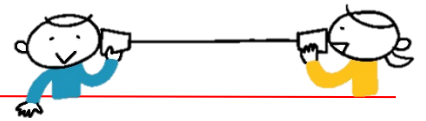
「ひとりで悩まず、まずは相談してください」というメッセージを込めて、シンボルカラーである「パープル」のライトアップを行いました。



「女性に対する暴力をなくす運動」期間に関連して、TuLiP (大垣女短ジェンダーについて考えるサークル) が、大垣女子短期大学1年次生を対象にアンケート調査を行いました。

運動についてや、パープルリボンを知らない人が多く、認識してもらう良い機会となりました。また、もし「自分が暴力を受けたら相談するか」という問いに対する回答で、相談する人、しない人の理由を詳しく知ることができ、今後の啓発活動に役立つ情報を得ることができました。

## 女性の相談窓口



ひとりで悩まず、困ったことがあればお気軽に相談窓口へご相談ください。

- DV相談ナビ 短縮ダイヤル (最寄りの相談窓口につながります) ☎ #8008 (はれれば)
- DV相談プラス (24時間対応) ☎ 0120-279-889
- 大垣警察署 (身の危険がある場合) ☎ 78-0110
- 女性相談【社会福祉課】月～金 9:00～16:00 (祝日を除く) ☎ 81-4111 (内線2470)
- 女性の悩み相談【ハートリンクおおがき】水・金・土 9:00～16:00 ☎ 47-7188
- DV相談プラス (メール、チャット相談) 右記二次元コード



### 大垣市男女共同参画に関するメール配信サービス

男女共同参画センター「ハートリンクおおがき」等で実施する男女共同参画に関する講座やイベントなどの情報を配信しています。ぜひご登録ください。



### ◆編集・発行 大垣市市民活動部 男女共同参画推進室

電話：0584-47-8549

Eメール：danjo@city.ogaki.lg.jp

—法務省 人権啓発キャッチコピー— 「誰か」のこと じゃない。