

文化祭 令和5年2月19日(日)

参加者 9組

(大人 13名 乳幼児14名 計27名)

イクメンについて考える

男性の暮らし方・意識が変われば日本も変わる

日本人男性も世界レベルの家事メンに

パートナーとの
コミュニケーションの大切さ

子育て ⇒ ~~孤立~~
にならぬように、サークルなど様々な
取り組みを活用する



講師：佐賀女子短期大学
准教授 松本 勇治 先生

家事関連時間

過去20年間の家事関連時間の推移をみると、**男性は20分の増加**、**女性は10分の減少**。しかし、男女の**差は2時間33分**。依然として差は大きい。

夫と妻の家事関連時間の内訳の推移をみると、**夫の家事時間及び育児時間は増加傾向**で推移。一方**妻の家事時間は減少傾向**、**育児時間は増加傾向**で推移しており、**2016年に初めて育児時間が家事時間を上回り**、**2021年はその差が更に拡大**。

家事時間に占める割合は、男女ともに「**食事の管理**」が最も大きい

6歳未満の子どもを持つ夫・妻の育児時間は、ともに「**乳幼児の身体の世話と監督**」が最も長い

6歳未満の子どもがいる世帯の夫・妻が子どもと一緒にいた時間は、**土曜日及び日曜日で夫は増加、妻は減少**



男性の家事・育児が日本の少子化を救う



これならできる！2人のEASY家事IDEA

2人でバラレル家事 2人が同時に別の家事をこなす「バラレル(同時並行)家事」は、超効率的、レギュラーの組み合わせ(ex:料理×食卓準備、掃除×お風呂)を決めておくことスイスイ片付きます。一方が家事、もう一方がダラダラはなるべく避けましょう!

余分な家事は「断捨離」 立派な料理が作れなくなると、余分な家事を減らすことも大切なこと。靴下の脱ぎっぱなし、テーブルの物置化、ポケットのゴミ・日々の暮らしをチェックし、減らせるものを考えてみましょう。

「言われる前にやる」で信頼は急上昇! 「わざわざ言わないとやってくれない」家事シェアをする際の代表的なストレスとも言われています。逆にいうと、率先して動くだけで信頼は急上昇!たとえ小さな家事でも、その心遣いに相手は救われるんですよ。

意外なレスキューワード「子どもと遊びに行くね」 子どもの相手×家事=超ヘビーワーク!この2つが分担できるだけで、くっと楽な気持ちに、思い切って自分&子どもだけでお出かけすると、パートナーは喜ぶかもしれません。

他人と比べない ついつい他人の家庭がまぶしくみえがち。けれど、本当の家族の実態なんて外から見ても分からないものです。他所を引き合いに出すのは夫婦間の大きな亀裂を生みます。気を付けましょう!

初めての試みとして、でんでんおしを利用されるパパにアンケートをとり、育児における悩みや大変さ、知りたい子育て情報を踏まえ、「イクメンについて考える」と題してお話をさせて頂きました。参加者からは「男性からの育児の気持ちを知って、面白かった。」「我が家も共働きで助け合いながら家事・育児をしています。夫婦のコミュニケーションは大事だと改めて思いました。」「子育てしていると、日々に追われて、ゆっくりパートナーと話す機会がとれないが、少しでも意識して時間をとることで、自分の気持ちもすっきりしたり、また頑張ろうと思ったりできそうと思った。」など、とても好評でした。

最近夫婦で会話していますか? 自分の気持ちを上手く相手に伝えられず、モヤモヤしていませんか? このシートを係うと不思議、すんなり話できて2人の仲も深まります。是非、楽しく真剣に、これからの2人のご家庭のことを話してみよう

夫婦が本音で話せる魔法のシート

〇〇家 作戦会議

