

# フェミナル

特集

子育て世代の  
男性のワーク・  
ライフ・バランス

vol.61

## CONTENTS

- P2~4 子育て世代の男性の  
ワーク・ライフ・バランス
- P5~6 事業レポート
- P7 春~夏の講座・セミナーのご案内
- P8 各種相談のご案内



トレビエの男性セミナー

働く母親を応援する男性・子ども  
の生活自立支援事業「キッズクッ  
キング」子どもだけで、調理から  
片付けまでがんばりました!

男性セミナー「今日から作れる  
時短料理」手順よく調理を行な  
いました!

男性セミナー「パパの家事は家族を救う」  
仕事や家事や育児について、パートナーと  
素直な気持ちを語り合いました

## キーワード

### 子育て世代の男性 一日当たりの家事・育児時間83分

日本の6歳未満の子どもを持つ夫の週全体平均1日当たりの家事・育児等に費やす時間は、83分。83分の内訳は、家事の時間が34分、育児に費やす時間が49分です。欧米の主要国の男性の家事・育児の平均時間は150分~200分ですので、約2倍程度の差があります。

また、日本の男女間で比較すると、妻の家事・育児の平均時間は454分(家事229分・育児225分)で、その差は、約5.4倍です。

男性も女性も、お互いを尊重し、仕事も家庭も充実した生活を送りたいものです。

政府は「2020年に6歳未満の子どもをもつ男性の家事・育児時間を150分に」という目標を掲げています。男性が家事や育児、介護をすることへの理解を社会全体に広め、男性の育休取得率の向上や長時間労働の改善をしましょう。

※数値 総務省「平成28年社会生活基本調査」6歳未満の子供を持つ夫婦と子供の世帯に限定した1日あたりの「家事」「介護・看護」「育児」及び「買い物」の合計時間(週全体平均)より



# 子育て世代の男性のワーク・ライフ・バランス

若い子育て世代では男女ともに、「男性も、女性も、働きながら、家事・育児をする(したい)」と考える人が増えてい  
ます。産休・育休制度を利用し働き続ける女性が増加し、2016年の共働き世帯数は1,129万世帯で、専業主婦世帯664  
万世帯の1.7倍に達しています。義務教育において中学校家庭科が男女必修になってから25年が経ち、若い世代は  
男女ともに、家事・育児等の「生活する力」を平等に学んでいます。では、実際の子育て世代の男性の暮らし方は、ど  
うなっているでしょう。

## 男性の家事・育児参加への意識と現状

尼崎市「誰もが生きやすいまちをめざした市民意識調査報告書」(平成28年)によると、「男は仕事、女は家事・育  
児」という考え方に『同感しない(同感しない、どちらかといえば同感しないの合計)』は、53.8%で、『同感する(同感す  
る、どちらかといえば同感するの合計)』  
45.4%を上回りました。

また、「就労を希望する女性が働き続け  
られるようにするためにどのような就労環  
境が必要だと思いますか?」(グラフ参照)と  
いう問いに対しては、「男性の積極的な家  
事・育児・介護参加」(全体69.3%/女性  
72.7% 男性64.5%)となっており、男女と  
もに、男性の積極的な家事への参加を重  
視していることがわかります。

しかしながら、6歳未満の子どもをもつ男  
女の1日あたりの家事・育児時間は、男性  
83分/女性454分で、かなりの差がありま  
す。(P1キーワード参照)

男性の家事・育児参加への意識や、社  
会的要請は高いものの、現状はまだまだ  
追いついていないという、ギャップが浮か  
び上がってきます。

## 男性が家事・育児をするためには

男性の家事・育児等への参画には、夫婦や家族間でのコミュニケーションをよく図ることはもちろん、職場の上司や  
同僚等の意識や理解がたいへん重要です。積極的に家事・育児に関わるためには、男性の長時間労働の改善や、  
年次有給休暇や育児休暇の取得しやすさが、鍵となります。

また、男性自身の家事や育児等に対する知識やスキルが女性に比べて不足していることへの不安を解消すること  
も大切です。尼崎市女性センター・トレピエでは、若年男性を対象とした、「今日から作れる時短料理」を開催し、栄養  
バランスに留意しながらも、毎日のご飯やお弁当のおかずに応用できるメニューの調理実習を行ないました。男性同  
士、安心して受講できる講座はたいへん好評で家事に対する苦手意識の軽減につながりました。

## 家事や育児について話あってみよう

夫婦や家族で、家事・育児を上手に分担するには、どのようにすればいいのでしょうか。家事・育児と一言でいっても、  
それぞれ内容は、多岐にわたります。いざ家事をしようとしても、何をどのようにしていいのかわからないかもしれません。

夫婦間や家族の話し合いのツールとして、具体的に家事・育児の内容が記されている「家事タスク表」を使ってみて  
はいかがでしょう。まず、表を見ながら、誰がいつどんな家事・育児をしているかを点検します。そして省略する項目や細  
分化する項目を検討し、我が家の分担を決めることができます。

編集サポーターで、  
家事会議に挑戦!

フェミナル編集会議で、実際に家事や育児について、話し合ってみました。  
その話し合いの一部を紹介!

※『AERA』共働きの家事育児100タスク表から項目抜粋、加工

カーテンを 開ける	ベッドを 整える	新聞を 取る	コーヒーを 入れる	朝食を つくる
お茶を作り 置きする	献立を 考える	朝食を 子どもに 食べさせる	朝食の 食器を洗う	朝食の 食器を しまう
ゴミを集め、 分別する	ゴミを 捨てる	哺乳瓶を 消毒する	オムツに 記名する	アイロンを かける
子どもの 歯磨きを する	子どもの 持ち物を そろえる	子どもを 着替え させる	洗濯機を 回す	洗濯物を 干す
部屋を 片付ける	掃除機を かける	トイレ掃除 をする	ペット・植物 の世話を する	風呂掃除 をする

ベットのボルトも  
ありでは?  
買うのは重いよ

通販で定期購入  
したら便利だよ

子どもが成長すると必要の  
なくなる項目もあるね

本当に親がやらないと  
いけないか、定期的  
に見直してみよう

年齢にもよるけど、子どもが  
できる家事もたくさんあるね

うち、日替わり、月替わり  
の担当制にしているよ!

食事ごとに洗わなくても  
いいんじゃない?  
時短・合理化のため、  
食器洗浄機を買う!

ノーアイロンの  
シャツを買う!

買い替えの時に便利な  
性能の商品に変更して  
いくといいね

アイロンがけは  
好きなので私が担当する!

子どもも協力してくれると  
助かるね!

## 家事や育児について話し合ってみた編集サポーターの感想

わが家のような幼い子どもがいる共働き夫婦の  
家事の分担問題も『妥協案』というネガティブに  
聞こえがちだけど、『歩み寄り案』と考えるとなんだ  
か自分が大きくなった気持ちになり、悪い気がしな  
い。この気持ちを夫婦で共有出来たらうれしい。

うちでは、自分では難しい掃除はプロに任せ、す  
っきりします。苦手な家事は、「なし」で済ませる工  
夫をします。子どもたちが大きくなってきたら、積極  
的に家事に参加するようにながして、家族みんな  
で気持ちよく家事を回していきたいと思います。

実際に話し合ってみると、「それって家事なの?」「意外とやりすぎているかも」「曜日で分担しよう」など、  
いろいろな気づきがありました。子どもが成長するにつれ、お手伝いできることもどんどん増えていきます。  
ぜひ、家族でゆっくり話し合ってみましょう。

男性の家事育児を推進するためには、意識改革以前に、まずはこの国の長時間労働の問題を解決しなければいけません。性別問わず、「仕事か、家庭か」ではなく、「仕事も、家庭も」、どちらも楽しめる世の中になるといいですね!私生活の充実があってこそイキイキと働ける。そんな素敵なワーク・ライフ・バランスの国になりますように!(T)

「家事の分担」と聞くと、何か嫌な事の押し付け合いのようなイメージで話し合いが進むことが多いですが、そもそも家族の暮らしにとって、【必要不可欠な家事】と【こだわりの家事】があり、その中にも【誰にでも出来る家事】と【自分以外には任せたくない家事】がある。仕事や育児の暮らしの中で、自分なりの「ものさし」と、他人も自分もこの辺で許すという「おおらかな気持ち」があれば、イライラしない豊かな暮らしができる気がします。(S)

最近の男の料理教室も多く、家で料理をする男性も多いですが、料理の後に台所がぐちゃぐちゃになっていたという話もよくききます。家の料理は作ってから片付けるまでがひとつの流れです。料理の腕ばかり上がっても片付けが下手だと妻には認めてもらえません。料理と一緒に片付けの腕も上げていきましょう。(H)

本の紹介 トレピエ・情報資料室で貸出ししています



「ヨチヨチ父」  
ヨシタケシンスケ  
赤ちゃんとママ社  
2017年4月発行



「仕事も家庭も」世代の新・人生戦略「パパは大変」が「面白い!」に変わる本  
安藤 哲也  
扶桑社  
2017年2月



「仕事」も「育児」も大切なパパに贈る本  
小林 聖司  
文芸社  
2017年2月発行



「育児は仕事の役に立つ「ワンオペ育児」から「チーム育児」へ」  
浜屋 祐子 中原 淳  
光文社  
2017年3月発行

参加費 無料 女性も男性もワーク・ライフ・バランスを考えよう!

平成30年度男女共同参画週間事業  
「ぶっちゃんけ!夫婦一く(めおと一く)」

講師 露の団姫 豊来家大治朗 7月7日(土)13:30~15:30  
落語家で僧侶である露の団姫さん、太神楽曲芸師でクリスチャンである豊来家大治朗さん夫婦の子育て&生活のぶっちゃんけトークです。お楽しみに!



2017あまがさき女性フォーラム

2017年11月26日(日)10:00~15:30

11月26日(日)に、フォーラム実行委員会による「2017あまがさき女性フォーラム」を開催しました。午前の部では、3つのワークショップを行ないました。午後の部では、全体会と映画上映会を開催しました。

午前の部

ワークショップ①

学習支援を通じた子どもの居場所づくり

講師 神原 文子 神戸学院大学現代社会学部教授  
発表 太田 洋平 学習教室 こかげ  
参加者 30人

豊富な資料にもとづき、子どもの貧困についてさまざまな切り口から教えていただきました。「子どもを育てるのではなく、子どもも、大人も育ちあう」社会へ向けたお話でした。学習支援を受けた人からの体験談は貴重なお話でした。(実行委員スタッフ)



ワークショップ②

私らしいエンディングを考える

講師 藤本 啓子 患者のウェル・リビングを考える会  
参加者 36人

自分のエンディングに対する意思を書いたり、言葉にすることが大切だと思いました。家族は分かっているはず、伝えつつも、伝わっていないことがあります。子どもには、口で伝えていますが「紙に書いておいてほしい。」と言われるので、これを機にリビングウィルを考えて書いてみたいと思います。(実行委員スタッフ)



ワークショップ③

大学生といっしょに考える防災セミナー

運営 園田学園女子大学2回生、尼崎市女性センター・トレピエ職員  
参加者 24人

トレピエと園田学園女子大学つながりプロジェクトとして、学生が一年間の学びの成果を発表しました。わたしの防災バッグ、男女共同参画の視点を持った避難所のポスターの発表、新聞でスリッパと食器作り、防災食アレンジレシピの試食、段ボールベッド、段ボールトイレの体験と、盛りだくさんの内容でした。(園田学園女子大学学生)



午後の部

・全体会

午前の部報告、性暴力被害者支援センター・ひょうごPR  
・映画上映「彼らが本気で編むときは」



# 2018あまがさき女性フェスティバル

尼崎市女性団体協議会と女性センター利用グループからなるフェスティバル実行委員会が、3月3日、4日に「2018あまがさき女性フェスティバル」を開催しました。  
作品展示や体験講座、公開講座、フリーマーケット、手作り商品の販売など、2日間にわたりおおいに賑わいました。



1F階のロビーに、とても素敵な書がずらっと並びました



オリジナル作品を作ろう！  
トールペイント体験に挑戦！



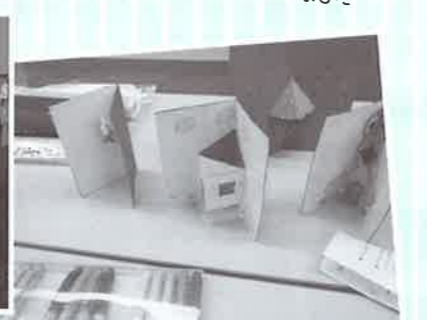
コーラスの素敵な歌声がホールに響き、お客さんもいっしょに楽しく歌いました



健康増進課による骨密度測定。  
初めての測定結果にドキドキ



日ごろ感じるモヤモヤした気持ちも、紙コップに吹き込んで作る、参加型アート体験



手作り絵本作り体験では、  
子ども大人も熱中して作成！

## フェスティバル記念講演会

### 「めんどくさいことを手放さない暮らし」

2018年3月4日(日) 13:30～15:00

講師 下之坊 修子 映像作家

参加者 101人

下之坊さんは、大阪の河内長野市在住。「映像発信てれれ」の代表で、「ここにおけるんじゃけえ」など、数多くのドキュメンタリーを制作しています。記念講演では、フェスティバルのために編集をしてくださった、滝畑のいなかの暮らしぶりが分かる映像作品2本を観た後、めんどくさいことを手放さない暮らしの話がうかがえました。

畑仕事も人間関係も、丁寧に営んでいる下之坊さんの日々の暮らしに、大切にしたいヒントがたくさん詰まっていました。



講師の下之坊修子さん



稲村和美市長のごあいさつ

# 春～夏の講座・セミナーのご案内

詳細は、開催日のおおむね1ヵ月前に広報チラシ、ホームページ、市報あまがさきなどでお知らせします。なお、開催時期、講座の名称などは変更する場合があります。また、応募が最少催行人数に満たない時は中止する場合があります。

トレピエのセミナー・講座は、一時保育付きです。(無料・要予約・1歳以上未就学児) ぜひご利用ください。(※の講座には保育はありません)



	講座名・内容	開催日	受講料
男女共同参画セミナー・講座	子どもを預けて読書でリラックスタイム	毎月1回 第3水曜日 10:00～12:00	無料
	パパのための子どもを預けて読書でリラックスタイム	6月2日(土) 10:00～12:00	無料
	絵本でほっこりinカフェトレピエ※	毎月1回 第1火曜日 10:00～11:00(5月は第2火曜日)	大人500円(フンドリンク付) 子ども 無料
	男女共同参画市民企画講座	(募集期間)3月4日～5月6日	
	DV被害に遭った女性のための気づきと回復の講座&語り合い	5月11日～12月7日第2・4金曜日 全15回 10:00～12:00	無料
	保育に携わる人のためのスキルアップ講座※	6月2日(土) 13:00～16:00	無料
	出張!女性のための働き方セミナー「社会保険や税金、年金の最新事情」	5月25日(金) 10:00～12:00	無料
	平成30年度男女共同参画週間記念事業「ぶっちゃけ 夫婦ク(めおとく)」 講師 露の団姫 豊来家大治朗	7月7日(土) 13:30～15:30	無料
	みんなのサマーセミナー「デートDV」※	8月4日(土)予定 会場 尼崎双星高等学校	無料
	パパといっしょにクッキング	8月予定	無料
じんけんスタディツアー	8月予定	無料	
成長期の女の子のからだを知ろう ツボミスクール&防災・防犯デコホイッスル	9月1日(土) 10:00～12:00	材料費150円	
スキルアップ・資格取得講座	女性のための学び直しパソコン講座 ワード夜間コース	水・金曜日 18:30～20:30各コース4回 入門 5月9日～18日、 初級 5月30日～6月8日、 中級 6月20日～29日、 応用 7月6日～18日	1コース 6,500円
	女性のための学び直しパソコン講座 エクセル土曜コース	土曜日 13:30～17:30 各コース全2回 入門 5月12日・19日、 初級 6月2日・9日、 中級 6月23日・30日、応用 7月14日・21日	
	FP技能士3級資格取得講座	6月16日～7月28日(土)全6回 13:00～17:00	22,000円
	介護事務管理士資格取得講座	9月21日～11月9日(火・金)全15回 10:00～12:00	未定
	簿記3級資格取得講座	11月24日～2019年2月16日(土) 13:00～17:00全11回	未定

## インフォメーション

### 平成30年度男女共同参画市民企画講座大募集!

日頃、考えている思いをカタチに 男女共同参画に関する講座の企画を募集します。  
ぜひご応募ください。お待ちしております! 【募集期間 3月4日～5月6日】



## 女性の悩み相談

女性がかかえる悩みの解決をお手伝いします。

【無料】

- 夫婦、家族、職場での人間関係の悩みや生き方、就労などの悩みを女性の相談員がお聴きします。
- 法律相談はまず相談員に電話、もしくは面接で事前に相談をしていただいた後に、予約を行いません。

【相談専用 TEL:06-6436-8636】

相談の種類		相談日	時間帯
一般相談	電話	水・金・土	10時～12時
			13時～16時
			18時～20時
	面接 (要予約)	火曜日	10時～12時
			13時～16時
			18時～20時
木曜日	10時～12時		
	13時～16時		
	18時～20時(第3)		
法律相談 (要事前相談・要予約)	第1・4 木曜日	18時～20時	
	第3 土曜日	14時～16時	



## 女性のための 就労・起業相談

【予約制・無料】

働きたい、起業したい、資格を取りたい、転職したい…でも、何から、どうやって？

あなたの希望や不安をお聞きし、チャレンジへの第一歩をサポートする無料相談です。社会保険労務士・キャリアコンサルタントの資格を持つ女性の相談員が個室でアドバイスや情報提供を行います。お気軽にご相談ください。あなたの未来が拡がります。

【TEL:06-6436-6331】

第1水曜日	10:00～12:00(奇数月) 18:30～20:30(偶数月)
第4金曜日	11:00～16:00(12:00～13:00除く)
第3土曜日	10:00～12:00

【場所】 尼崎市女性センター・トレピエ

●保育サポーターによる一時保育●

1歳以上未就学児まで(無料・要予約)

1歳未満、または小学生をお連れになりたい場合はご相談ください。

## ハローワーク尼崎マザーズコーナー 出張職業相談

トレピエ1階ギャラリーで開催しています!

子育てをしながら仕事を探している方、子育てや介護のために仕事のプランクがある方、今の自分に合った仕事が見つからない方など、一度相談してみませんか。尼崎市内の求人票も常時展示中。

【予約不要・無料】

日時	時間
2018年 4月20日(金)	12:30～ 15:00
5月18日(金)	
6月15日(金)	
7月20日(金)	
8月24日(金)	
9月21日(金)	

### 編集後記

毎月1回水曜日午前には開催している「子どもを預けて読書でリラックスタイム」は、子育て中の保護者の方に、女性センターの情報資料室やカフェ・トレピエを利用して、2時間じっくり読書をしていただいています。少しの時間ですが、みなさん子どもと離れて自分だけの時間が持てて、リフレッシュしています。6月2日(土)に男性限定の「パパのための子どもを預けて読書でリラックスタイム」を初開催します。パパのお申し込みをお待ちしています!(!)

