

女性活躍推進にかかる業界取組宣言

金沢市では、業界団体の課題に応じた女性の活躍推進、多様な人材活用等、男女がともに働きやすい就労環境づくりのための連続セミナーを開催しています。

今年度は、新たに2団体が、自らの業界の課題、改善策を検討し、業界一丸となって取り組むべき具体的な方策を取りまとめ、決意表明である「取組宣言」を行いました。他業界団体への機運の波及や取組拡大につながっていくことを期待しています。



一般社団法人石川県建築士会
金沢支部企画委員会女性部会



一般社団法人石川県木造住宅協会

働く女子のホンネトーク@金沢

オンライン交流会開催

「仕事の進め方に悩んでいる」「仕事、家事、育児どれも中途半端でモヤモヤ」そんな悩みや不安を持つ女性たちが集まり、オンライン（Zoom）交流会を行いました。

第1部のトークセッションでは、株式会社ウーマンスタイル代表の成田由里さんが時間の有効活用方法についてレクチャー。第2部の交流会では、グループごとに分かれて、参加者同士で思いや悩みを共有しながら解決のヒントを探りました。

参加者からは、「話をするだけでスッキリした」など喜びの声が聞かれました。

詳しい報告内容はホームページをご覧ください。



DV 防止啓発講演会

子どもの虐待予防に向けて
～DVの視点を持つことの重要性～

金沢市では、毎年「女性に対する暴力をなくす運動」期間にあわせ、DV防止啓発講演会を開催しています。今年度は11月12日（木）に金沢市教育プラザ富樫にて、NPO法人児童虐待防止協会の加藤典子さんを講師に招き、ご講演いただきました。DVと児童虐待の密接な関連について説明した上で、両面の視点から支援することで隠れた被害に気付くことができること。また、被害親子に対する支援は誰にでもでき、安心できる存在として寄り添うことの大切さを語られました。



金沢市女性センター ※

金沢市男女共同参画推進の拠点施設です

【事業内容】

① 女性のエンパワーメント支援講座

女性が「自分らしく生きる」素晴らしさと出会い、充実した毎日を過ごせるよう、男女共同参画の視点で生活に密着した各種講座を実施しています。



② 貸館事業

女性の自主的な活動の場としての利用に提供しています。

①②の詳細は金沢市女性センターホームページをご覧ください。みなさまのご利用をお待ちしております。

お問い合わせ
金沢市女性センター
〒920-0861 金沢市三社町1番44号
(金沢駅より徒歩12分)
TEL 076-223-1265 FAX 076-223-6299



男女共同参画出前講座 ※

グループや団体、企業等が主催する研修会や勉強会に講師を派遣します。

【講座のテーマ】（一例）

- ◆防災をはじめよう～日々の暮らしの中でできる備え～
- ◆セクハラ・パワハラを生まない職場づくり
- ◆女性のための自己尊重トレーニング～男の我慢・女の不満～
- ◆楽しく学ぶ「終活」
- ◆親子で護身術

この他にもさまざまなテーマをご用意しています。お気軽にご相談ください。

- 対象 金沢市内に所在し、活動する企業、団体、グループ等（20名以上の参加が見込まれるもの）
- 時間 30分～1時間30分程度（質疑応答を含む）
- 費用 無料

詳しくは、金沢市男女共同参画ホームページをご覧ください。



※新型コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合があります。詳細についてはお問い合わせください。

女性相談支援室

夫婦問題、離婚などの不安や悩みの相談

配偶者や交際相手からの暴力などの不安や悩みの相談
生活、その他女性の身上相談

女性相談
専用電話

076-220-2554 月～金 9:00～17:00
秘密は堅く守られます。

特別相談
要事前予約

女性弁護士による法律相談 毎月第1火曜午後、第3金曜午後
臨床心理士による心の相談 毎月第2木曜午前
カウンセリング 毎週木曜

金沢市男女共同参画都市宣言 平成25年12月16日 金沢市議会議決

私たちのまち金沢は、市民一人ひとりが、歴史と伝統に学び、個性豊かな風格と活力のあるまちづくりを進めてきた。すべての人が性別にかかわらず尊重される社会の実現のためには、市民一人ひとりが互いの違いを認め、あらゆる分野に平等な立場で参画する機会が確保されるとともに、国際社会における取り組みと協調し、連携を深めていくことが重要である。よって、私たちすべての市民は、次代を生きる若者や子供たちが個性と能力を発揮できる未来とするため、男女共同参画都市となることを宣言する。



ささえあって 輝いて あなたもわたしも未来へ向かって

るうぶが

金沢市
男女共同参画広報誌

2021
VOL.45

特集

家事シェアで
家族の愛情を深めよう



お問い合わせはこちらまで
金沢市人権女性政策推進課
076-220-2095

家事シェアで 家族の愛情を深めよう

金沢市家事シェアプロジェクト事業として、
知的家事プロデューサーの本間朝子さんを講師に迎え、
はたらく二人を応援する『家事シェア』×『ゼロ家事』セミナーを開催しました。

開催日 9/26 (土) 会場 金沢港クルーズターミナル
講師 本間朝子さん 知的家事プロデューサー



家事の全体像を リストにしてシェアしよう

自分が仕事と家事の両立に悩んだ経験から、家事の効率化に役立つ「知的家事」を考案しました。

家事シェアは以前と比べて進んできています。男性の家事時間は増えていますが、コロナ後は特にその傾向が顕著になりました。一方で「うちの夫は全然参加しない」「やっではくれるけどすべて中途半端」という声も多く聞かれます。中途半端な家事とは、食器洗い後のシンク周りが水浸しだったり、料理後の油の始末がほったらかしだったりすること。ここで揉める原因はゼロ状態の認識の違い。掃除や洗濯はマイナスのものをゼロに戻す行為です。ゼロの認識が夫と妻でずれているため、揉めてしまうんですね。

ではどう歩み寄ったらよいか。まずは家事の全体像をリストにして書き出してみましょう。ここで大切なのは、細かいものまですべて書き出すこと。妻には見えていて、夫には見えていない家事が実はたくさんあります。一度書き出せば情報共有ができるので、ぜひトライしてみてください。

家事シェアの有無が 配偶者の大切さにつながる

家事シェアは非常に価値のあるものです。あるアンケートで「あなたにとって配偶者はどんな存在ですか?」という質問に対し、家事シェアをしている夫婦では、「なくてはならない人。大切な人」という答えが多かった一方で、家事シェアができていない夫婦では「配偶者はいなくてもいい存在」という答えが多いという結果が出ました。



パートナーや家族への 声掛けの秘訣

男性からは「家事に参加しにくい」という声が聞かれます。その理由としてあげられるのが、「やり方がわからない」「文句を言われる」など。

女性が心がけたいのは言葉の変換をすることです。「やり方が違う」と指摘するのではなく「惜しい」という言葉を使ってみる。あるいは「ここまでやってくれたら120点満点」など。「あなたはどうしてこうなの?」という言い方だと責められているように聞こえてしまいます。主語を私にして「私はこういう風にしてもらえると嬉しい」と伝え、スムーズに受け止めてもらえるはずです。

3Sを心がけるのもいいですね。『すごい』『さすが』『素晴らしい』の3ワードです。男性は女性に比べて褒められる回数が少ないというデータがあります。女性から褒められると100倍くらい喜びが大きいらしいので、ぜひ3Sも使ってみてください。

男性に心がけてほしいのは、妻の「悟ってほしい」を解釈すること。妻が家事をしているときには「自分は何したらいい?」と声をかけてみる。「今日は疲れてて…」と言われたときには「外で食べようか」「何か買ってこようか」「自分が作るよ」という返事を心がける。NG回答は「簡単でいいよ」です。簡単に作れる料理などありません。

家事とは生きていくための 必要不可欠な力

あとは家族が参加しやすい仕組みを作るとよいでしょう。乾いた洗濯物をたたんで片付けるのが負担ならば、全部自分がたたむのではなく、家族分のカゴを用意して、そこに乾いたものを放り込み、各自自分でたたむようにさせるなど。

家族に見えるように家事をするのがポイントです。いないときに済ませると家事労働の負担が伝わりません。家庭の中には、見えない家事がとて多いもの。それらに肩書をつけるのもおすすめです。我が家の

ケースを紹介すると、子どもに手伝ってもらうために「麦茶大臣」という名前をつけました。すると子どもが率先して麦茶作りをするようになったんですね。雑用を任せたいなら「秘書さん」、お昼ご飯を作ってほしいなら「チャーハンの匠」、その気にさせるようなネーミングがやる気を引き出してくれます。

家事で大切なのは、やってあげすぎないようにすることです。「靴下が裏返して戻すのが面倒」という声がたまに聞かれますが、一番いい方法は「やらない」こと。気持ちを汲みすぎることは、他の家族の力を奪うこととなります。家事とは人として生きていくための必要不可欠な力。ぜひ家族みんなで身につけていきましょう。

ゼロ家事のすすめ

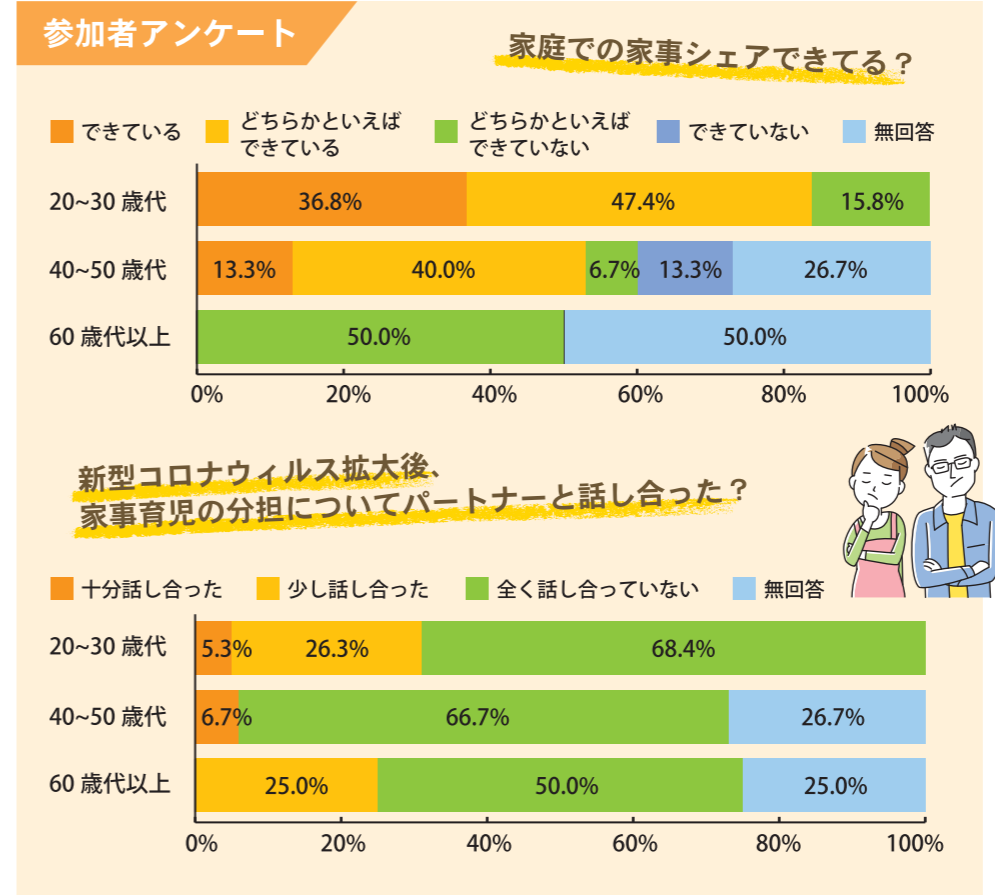
現代は働く母親が7割です。家事シェアで賄えない分は、新しい方法を取り入れていきましょう。多少お金がかかっても効果が高いものが生活を助けてくれます。

まずは家電の見直し。新3種の神器と呼ばれているのが、「食器洗い乾燥機」「ロボット掃除機」「ドラム式洗濯乾燥機」です。ロボット掃除機は床しか掃除できないと思われがちですが、家具のほこりを床に落としておけば、不在時に掃除ができていく優れたものです。

さらに紹介したいのが家事代行のサービスです。従来は富裕層が使うものというイメージでしたが、今は働く人を応援するものに変わってきています。家事代行と家電を組み合わせるやり方もあります。工夫次第で家事はずいぶん楽になるはずですよ。

家事を短く楽にしていこう

仕事や育児は相手がいることなので時短がしにくいのが特徴です。でも家事は自分の工夫次第で短くすることができます。長いスパンで人生を考えて、家事シェアやゼロ家事を取り入れてください。



参加者の感想

子 育て中ですが、子育て中でもできるような部分が多くタメになりました。あえてやらない家事もあって良いといわれて、少しホッとしました。(20代女性)

ゼ ロの考えが全くありませんでした。夫婦での考えの違いをむしろ共有できる様になります。(40代男性)

と てもよかったです。パートナーはいませんが2人の息子との家事シェアに悩んでいました。家事を息子に頼みづらいついていましたが、「家事は一人で生きていける最低限の生きる力」という言葉を聞き、自分のためだけでなく彼らのために家事を教え伝えていかなければいけないと感じました。(50代女性)

実 践的なセミナーで明日からでも試すことができます。もう少し男性の参加があればよいと思います。(50代男性)

言葉のかけ方は、パートナーだけではなく仕事でも活用できそうだと思います。家事代行などゼロ家事に関して事例を交えて紹介いただき、とても参考になりました。ロボット掃除機は導入したいと思います。耳の痛い話もありプレッシャーも感じましたが、とても参考になりました。(30代男性)

