

料理
掃除・洗濯
名もなき家事
育児・介護

EHIME
HOUSEWORK SHARE STYLE BOOK

これからの
家事シェア
スタイルブック

始めるあなたに贈る
家事シェア
20
TOPICS

家事の
見落とし無し！
チェック
シート
付き！

「分担」から
「シェア」へ！
家事のやりや
ぜーんが解決



HOUSEWORK SHARE STYLE BOOK

妻は夫の約5倍も
負担している！

1日当たりの家事関連時間

夫 1時間29分

妻 7時間25分

平成28年度と同調査と比較すると…

	仕事等の時間	家事関連の時間
夫	8分(減)	19分(増)
妻	24分(減)	21分(増)

妻の家事負担の大きさは
見逃せないものの、

微増ではあるが、夫もがんばっている！

↑ 6歳未満の子がいる夫婦が対象
出典/総務省統計局「令和3年社会生活基本調査」

愛媛県は
家事シェア意識が低い

47都道府県別20～40代の
共働き夫婦約9,000人に一斉調査

家事負担者の満足度

42位

夫婦の認識度

31位

↑ 出典/大和ハウス工業株式会社「家事シェア力全国都道府県ランキング2018」【調査対象】全国の20～40代の中学生以下の子どもがいる共働き夫婦、各都道府県200人を上回し、合計9,159人回収 【調査方法】インターネット調査

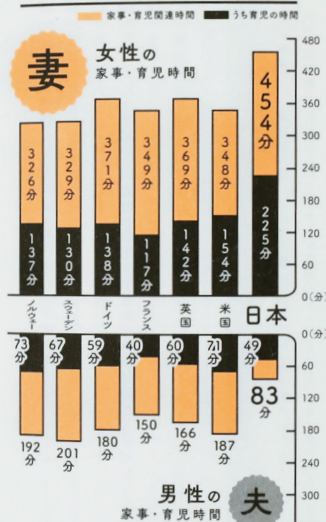
全国的に見て、愛媛の現状は？

家事シェア率が低く
妻の負担が大きい愛媛県

世界的にも夫婦間の家事にける時間に偏りが大きい日本。家事シェア意識に関する調査によると、愛媛県は全国的にも家事負担者側の満足度がワースト10に入ってしまうという低さで、家事負担割合についての夫婦間の認識のズレも大きいという結果に、自分では「まあまあ家事をやっている」と思っている相手は「全然協力してくれない」と思っている可能性もあるということです。このズレは、料理や掃除、洗濯、育児など見やすいタスク以外に、細々としていて見えにくい「名もなき家事」も存在し、それを担っている人がいるという現状をパートナーは認識していないのかもしれない。やってもらって当たり前前では、もやもやが溜まりますね…。

世界から見て、 日本の現状は？

日本の家事は妻が圧倒的に担っている！



↑ 出典/内閣府男女共同参画局「6歳未満の子供を持つ夫婦の家事・育児関連時間(週全体平均)(1日当たり、国際比較)」
(備考)1. 総務省「社会生活基本調査」(平成28年)、Bureau of Labor Statistics of the U.S. "American Time Use Survey" (2018)及びEurostat "How Europeans Spend Their Time Everyday Life of Women and Men" (2004)より作成
2. 日本の値は、「夫婦と子供の世帯」に限定した夫と妻の1日当たりの「家事」「介護」「育児」及び「買い物」の合計時間(週全体平均)

これ見て、どう思う？

データで見る
愛媛の
家事シェアの現状





価格帯込みで具体的に伝える

「頼まれたものを買ってきたのに違うと言われた」「頼んだものと違うものを買ってきた」という行き違いは起こりがち。買い物の内容を具体的に伝えることで、行き違いを避けたいものです。そのためには、買い物の中身だけでなく、「牛肉の薄切り200gをお願い。100g500円以上だったらいらない」「牛乳は特濃とか低脂肪とかではないもの。1ℓ230円以内で」など価格帯を伝えることも重要です。

説明が難しいときは、写真を送るのも効果的。一方で、頼まれた側は該当するものがないければ、「どうする?」と相談するとコミュニケーションがスムーズに進みます。

ブランド、数字、
ビジュアル等を共有

TOPICS 03

買い物を頼むと
想定外のものを
買ってくる。



掃除・洗濯編

	内 容	現 状			これから		
		妻	夫	他	妻	夫	他
1	部屋の掃除をする						
2	浴室の掃除をする						
3	トイレの掃除をする						
4	燃えるゴミ、資源ゴミを分別する						
5	ゴミを出す						
6	掃除機に溜まったゴミを捨てる						
7	掃除用洗剤などを補充、掃除用スポンジや雑巾などを交換する						
8	洗濯する						
9	洗濯物を干す						
10	洗濯物をたたみ、棚やタンスにしまう						
11							
12							
13							
14							
15							

家事シェアチェックリスト

家事には「料理」「掃除」「洗濯」のような名前も付かないほど細かいちょっとした家事があります。家庭での普段のシェアをチェックしてみましょう。

当てはまる立ち位置にマークを入れましょう 主に担当している＝○ 補助的役割＝△

11以降はわが家の家事をご記入ください。

料理編

	内 容	現 状			これから		
		妻	夫	他	妻	夫	他
1	献立を考える						
2	買い物をする						
3	調味料などを補充をする						
4	料理を作る						
5	食前、食後にテーブルを拭く						
6	配膳する						
7	後片付けをする						
8	食器を洗う						
9	シンクの排水口の処理をする						
10	冷蔵庫やパントリーの中を整理する						
11							
12							
13							
14							
15							

※他…祖父母、子どもなど妻・夫以外の家族、または家事代行サービス