



特集 「家事の見える化」 始めてみませんか？



Interview

東日本旅客鉄道株式会社
川口駅長

羽田 浩三さん

「家事の見える化」 始めてみませんか？

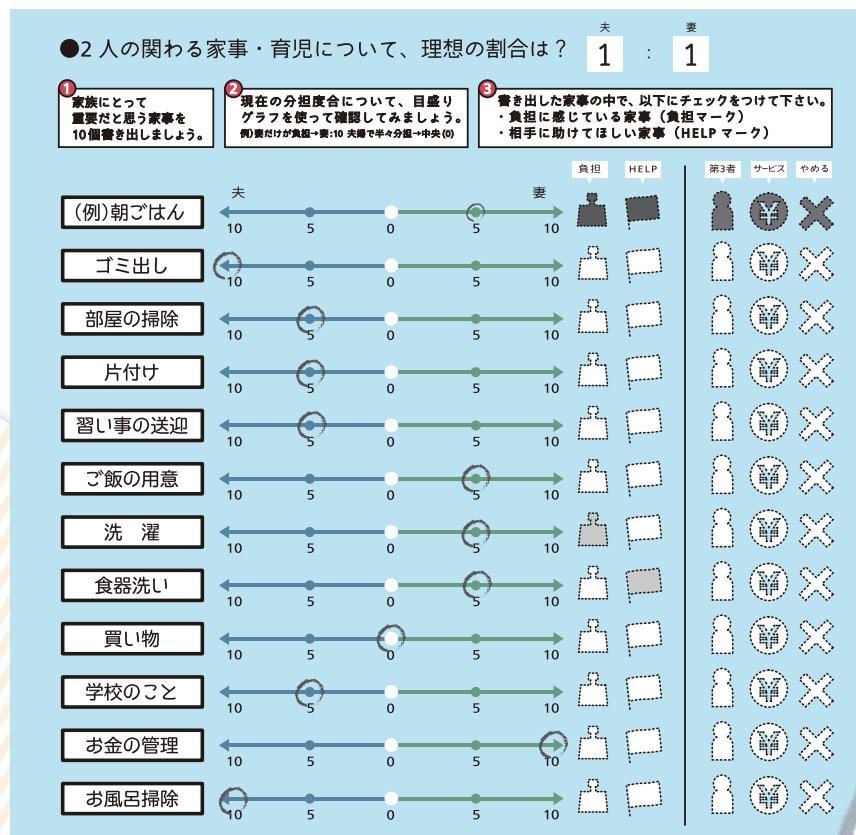
女性の社会進出がすすむ一方で、共働き世帯にとって切っても切り離せないものが「家庭内における家事の役割分担」です。特に新型コロナウイルス感染症の影響により、家の中で家族と過ごす時間が増え、仕事をしながら家事・育児をこなすことの大変さを改めて実感されたかたも多いことでしょう。日々の生活の中で、家事・育児の負担がパートナーのどちらかに偏っていますか。

各家庭に合った理想の「家事・育児シェア」を新しい生活様式に取り入れてみましょう。

※シェア：共有する

シートを使って「家のこと」のシェアの仕方を考えよう

皆さんは家事・育児の分担について、パートナーと納得できていますか。内閣府男女共同参画局では、“夫婦が本音で話せる魔法のシート「○○家作戦会議」”を提供しています。これは日々の家事や育児の項目を洗い出し、どのようにシェアして、お互いに協力し合うのがよいかを確認するためのコミュニケーションツールです。川口市職員もこのシートの一部を使用し、“家事の見える化”にチャレンジしてみました。



様式ダウンロード
はこちらから



妻の感想
【家族構成】夫・妻・子ども2人
(中1、小3)

いつももっと手伝ってほしいと思っていたが、可視化してみると、思っていたよりも家事・育児をシェアできていた。家事・育児の項目によって負担度合も異なることを夫に伝え、負担と思っていた部分は話し合い、週に1回は夫が担当することになった。

「○○家作戦会議」を使ってみました



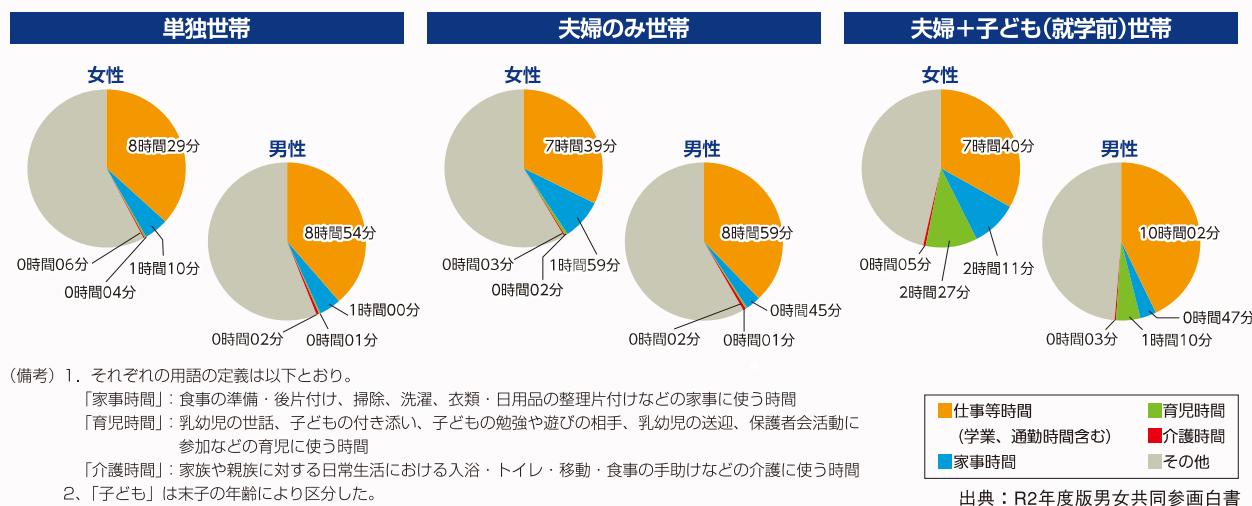
「各家庭により状況が異なると思うが、どちらかに負担が偏っていてもお互いにそれで納得している家庭もあるため、自分たちが納得できているかということが大切であると感じた。」

「どちらかに負担が偏っている状態を放置せず、見直すきっかけになったので使ってよかったです。」

「家事分担割合を見直した。状況が変わり、さらに負担が増えたら、第三者やサービスに頼ることも現実的に考えようと思った。」

これからの家族のことを、話し合うきっかけに…

1日当たりの家事等時間と仕事等時間（有業者：仕事のある日）



上記のグラフは有業者の「仕事のある日」の、仕事・家事・育児等時間を合計し、1日を円グラフにしたもの。単独世帯では男女差はほとんどありませんが、夫婦になると女性の「家事時間」は男性の2倍以上になります。夫婦+子ども世帯の「育児時間」は女性が男性の約2.1倍、「家事時間」は約2.8倍になります。また、男性の「仕事等時間」は世帯人数が増えるにつれ、長時間化しています。このグラフから、女性は家族が増えることで家事時間が大きく変わりますが、男性はあまり変わらない傾向があることがわかります。

家事といえば、掃除や洗濯、料理などを思い浮かべると思いますが、こういった家事は分担している家庭も多いことでしょう。しかし実際の家事は「脱ぎっぱなしの服をクローゼットにしまう」、「溜まったごみを集める」といった“名もなき家事”も数多く存在しています。家事負担割合はこういった“名もなき家事”に対する認識も影響しているかもしれません。

家事を“家族事”と捉えて分担でなく、“シェアすること”。そのためにはまず、現状をしっかりと把握し、お互いのワーク・ライフ・バランスも考慮したうえで、理想の暮らしについて話し合うことが大切です。

家事シェアポイント



自分にも、他人にも完璧を求めないようにしよう



他人と比較することはやめよう



家事をしている人の忙しさや状況に合わせて、積極的に家事に参加しよう



いつも感謝の気持ちを持とう



時には家電に頼ろう

各々が家事を溜めないよう“ちょこちょこ家事”を心がけよう



家事をシェアすることによって、家事の大変さや大切さ、ありがたさを知ることができ、家族やパートナーとの間で会話や思いやりが生まれます。子どもの自立心を育むきっかけにも繋がるかもしれません。家事はちょっとしたことでも感謝の気持ちを伝えることができるチャンスです。

家族やパートナーと気持ちよく暮らすために、日頃から会話や感謝の言葉をとおしてコミュニケーションを積み重ねていきたいですね。

Gender Equality Interview

川口駅は開業から110年—

1日約17万人もの乗降客が利用し、

市民にとって欠かせない生活の足として

地域に大きく貢献しています。

今回は川口の玄関口を見守る

川口駅長の羽田浩三さんにお話を伺いました。



東日本旅客鉄道株式会社 川口駅長

HANEDA HIROMI

羽田 浩三さん

新潟県生まれ、“明るく元気に”をモットーに鉄道マンとして、浦和駅・戸田公園駅長、大宮駅の副駅長などを経て、2020年10月、川口駅長に着任。趣味は野球観戦。

川口駅は徹底的に安全といえる環境をお客さまに提供できるよう普段から心を配っていますので、お身体の不自由な方、お子さま、ご高齢のかた、その他特別な配慮が必要な方なども安心して、川口駅をご利用いただければと思います。何かお困りのかたがいらっしゃいましたら駅の社員がお手伝いしますので、気兼ねなくお声がけください。

◆川口の賑わいに貢献したい

コロナ禍において、お客様や社員が感染をしないよう対策に苦慮しました。多くの人々が行き交う川口駅ですが、乗降客数が例年の2~3割減少したことから、地域のお店の利用者が減ってしまったという声も多くありました。そんな地元商店を応援すべく、川口駅も力になれればという思いがあります。例えば、地元飲食店のTakeOutメニューをポスターで紹介させていただきました。また、現在は飲食店の売り上げに貢献するため川口を元気に！プロジェクト「川口飲食店スタンプラリー」も実施していますので、参加していただけますと嬉しい限りです。

もっと便利にJRをご利用いただけるよう川口市の魅力を高めていきたいと思っています。これからも地域に愛される駅であるために、川口市の賑わいに貢献していくたいです。



◆市内の大動脈を担って

川口市を取り囲む鉄道網には、京浜東北線と武蔵野線のJR2線と埼玉高速鉄道があり、都心へのアクセスに欠かせません。川口駅は、1日の乗降客数が約17万人と、埼玉県内でも3番目に多い駅です。日々お客様の利用を支えるために、川口駅には25人（内、女性が8名）の社員があり、現在2名の女性が社内の子育て支援制度を利用しながら勤務をしています。2006年には川口駅長が女性だったこともありますよ。

私の1日は、駅構内の安全確認を兼ねて、朝のゴミ拾いからスタートします。川口市役所や川口商工会議所、警察・消防と連携するなど、駅長としての仕事は多岐にわたります。時には地域の防災・地域振興に関わる会議に出席し、意見交換をすることも。また常時、川口駅の責任者として支社と繋がるパイプ役の仕事があります。

◆マニュアルの本質を理解して

公共交通機関の使命は社会に対し、安全で安定した輸送サービスを提供していくことです。川口駅では、まず「明るく元気に」を駅長として掲げている他、「安全第一」を念頭に行動することを重要課題としています。そのため、日々の社員とのコミュニケーションは欠かせません。特に安全対策としては項目をマニュアル化することは勿論のこと、普段から“それがなぜ必要なのか”という、そもそもの原点を理解してもらうことに重きを置くようにしています。本質を理解することで、不測の事態でも柔軟な対応ができると考えています。

◆取材を終えて

長身で制服がよく似合う羽田駅長さん。

ソフトな語り口で川口駅の現状について話していただきました。普段何気なく、通勤通学で利用している駅が、身近になったような気がしました。市民目線で駅の賑わいを共創し応援しましょう。（中尾）

川口を元気に！プロジェクト



川口飲食店スタンプラリーの詳細は
こちらのQRコード
からご覧ください



余熱利用施設 「サンアール朝日」



営業時間：午前10時～
※閉館時間はホームページをご確認ください。
休業日：毎週月曜日・12月28日～1月4日
利用料金：一般(中学生以上) 520円
小学生 260円
幼児(3才以上) 150円
駐車場：有 ※混雑時駐車できない場合があります。
TEL : 048-228-5303

環境に優しいプールや浴室

サンアール朝日は、朝日環境センターでごみを焼却した余熱を利用した温水プールです。常に30度程の温度を保っており、子どもから大人まで一日中楽しめる施設です。

20メートルプールには、遊泳コースと歩行コースがあり、泳ぎの苦手な方でも水中歩行を楽しむことができます。施設の中は他に、幼児用プール・寝浴・露天プールがあります。



休憩室もありますので、お弁当持参でゆっくりと楽しめます。窓越にはるか遠くスカイツリーが見え、近くを流れる新芝川からは川口の風情を感じます。心と体をリフレッシュするために出かけてみませんか。(佐藤)

※取材日：令和2年10月27日



※現在新型コロナウイルスの影響により電話予約制となっており、入場制限等を実施しています。

詳しくはホームページをご覧いただき、電話にてお問い合わせください。



家族で考えるきっかけに

夫が知らない家事リスト

野々村友紀子 著 双葉社

家事？

家事とは何か、考えたことはありますか？掃除・洗濯・炊事などを挙げられますが、実際に生活をしていると、より多くのことに追われているように感じます。この本は、細々とした「家事」にスポットを当てた本です。

家族が気持ちよく生活できるよう頑張っている家事。リストになるとこんなにあるのかと驚くほどの項目数です。筆者の家族への愛あるツッコミに、思わず「あるある」と頷いたり、吹き出してしまう一冊です。



60歳からはラクしておいしい 頑張らない台所

村上祥子 著 大和書房

肩の力を抜いて

「食事が大切」ということはわかっているけれど、そのための買い物も食事作りも大変です。おひとりさまになると、より億劫になることもあります。

この本は、キッチンの整頓術・冷蔵庫・冷凍庫の使い方などを紹介しています。常識に縛られないキッチンの使い方は、「こんなにシンプルにして良いんだ！」と新しい発見があります。簡単なレシピも満載で、すぐに試してみたくなります。「食べることは生きること」という筆者。シンプルながら、丁寧な生活は参考になるはずです。



幼児期からの性教育

わが子への性教育と聞くと、躊躇してしまう人は多いと思います。学校で習うし、自分たちも何となく知ったし……実際に自身が親から性教育を受けたという人は少ないのでしょうか？

現在では、インターネットなどで手軽に「性」にまつわる情報を得ることができます。残念ながら正しい情報ばかりではありません。

わが子が知らぬうちに性犯罪の被害者や加害者にならないためにも、将来、望まない妊娠や性感染症で悲しい思いをしないためにも、一步踏み出して、家庭でも性教育を始めてみませんか？

正しい知識を伝えることは子どもを守ることに繋がるでしょう。また、命の誕生の話は、子どもへの愛を伝えることになります。

親が思っていた以上に、子どもは真剣に耳を傾け、冷静に受け止めてくれるかもしれませんよ。

～参考に読んでみませんか？～

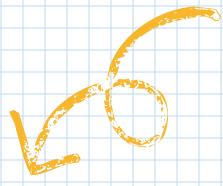
お母さん！学校では防犯もSEXも避妊も教えてくれませんよ！
のじまなみ著 辰巳出版





教えてきゅばらん！

子どもの疑問を解決！なぜなに相談コーナー 5歳の女の子からの質問に答えよ！



『このマークってな～に？』



誕生日におもちゃを買ってもらったの。
おもちゃの箱にこんなマークがついてたよ！



このおもちゃ、スイッチ「ON」のところがポコって出っ張っているよ！



毎日おもちゃで遊んでいたけれど、こんなマークがついていたなんて、気づかなかつたなあ。
いろんなお友達と遊んでみたいなあ。

それは、盲導犬マークきゅば。目の不自由なお友達も楽しく遊べるおもちゃのマークきゅば。
いろいろな工夫がされているきゅば。

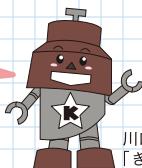
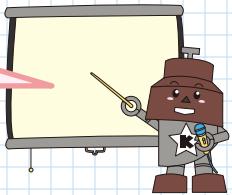


触つた感触でわかるように工夫されているきゅば。

ほかに、こんなマークもあるきゅば！



これはうさぎマークといって、耳の不自由なお友達も遊べるおもちゃのマークきゅば。



川口市マスコット
「きゅばらん」

みんなで楽しく遊べるのが一番きゅば！

※画像提供：一般社団法人日本玩具協会

セミナーREPORT！

こんなセミナー行ってきました！

編集委員レポート

川口市男女共同参画セミナー 女性の健康をみんなで考えよう

令和2年11月6日（金）14時～15時30分

会場：キュボ・ラ本館棟M4階 かわぐち市民パートナーステーション会議室

主催：川口市・川口の男女共同参画を考える会（ワーク・ライフ・バランスを考える部会）

講師にキャリアコンサルタント・健康経営アドバイザーの宮田祐子氏を招き、ゲストに川口市立医療センターの看護師さんを迎え、お二人のトークを交えながら「女性の健康について」のセミナーがありました。当日は感染症対策のため、会場には限られた人数の参加者とオンラインからの参加者がいました。

健康に自信がない女性は離職しやすく昇進に消極的な傾向があるそうです。「疾病には個人差がありますが、日頃から何でも相談できるかかりつけ医がいること、自分の体なので一人で悩まず放置せず、一年に一回は必ず健康診断を受けるようにしましょう」と講師からアドバイスがありました。川口市には女性の健康相談窓口がありますので是非ご利用下さい。（佐藤）



講師：宮田 祐子氏



女性の健康相談

思春期から更年期にかけての身体のこと、妊娠や避妊に関することなど、女性の健康に

関し、保健師が相談を受けます

面接（要予約）：水曜日

電話相談：木曜日 13:00～16:00 専用ダイヤル：048-242-5152



Kawaguchi News Report

○男女共同参画情報紙

「Co-Labo（コ・ラボ）」編集委員を募集します

■ 募集人数／2人

■ 活動内容／情報紙の企画や取材、原稿作成など

※編集会議は月に1回、土曜日に川口駅東口キュポ・ラ本館棟M4階「男女共同参画コーナー」で開催します。
※調査・取材は随時行います。

■ 応募資格／市内在住・在勤・在学で、令和3年4月1日現在満18歳以上であること

■ 任期／令和3年4月から1年間（最長3年）

■ 発行回数／年2回（3月・9月）

■ 応募方法／応募用紙に必要事項を記入のうえご提出ください（郵送／メール／直接持参）

※応募用紙（Word形式）はキュポ・ラM4階で配布又は市のホームページからダウンロード
もできます。

■ 応募期間／～3月17日（水）必着

■ 選考方法／書類審査及び面接

■ その他／会議への出席などにつき2,000円をお支払いします。

「Co-Labo（コ・ラボ）」とは

公募による市民編集委員が中心となって企画・編集を行い、3月と9月の年2回発行しています。男女共同参画に関するタイムリーな話題から、多方面で活躍する川口の人々、市で実施している事業の紹介やちょっとためになるコラムまで、毎回充実の内容でお届けしています。



男女共同参画苦情処理委員制度について

川口市男女共同参画推進条例第14条の規定に基づき、市が実施している男女共同参画の推進に関する施策または男女共同参画の推進に影響を及ぼすと認められる施策等に対して、市民の皆さんから苦情の申出や意見の提出ができる制度です。詳しくは、市ホームページをご覧いただけます。

<https://www.city.kawaguchi.lg.jp/soshiki/01060/020/8/4174.html>

○DVに関する相談先

川口市配偶者暴力相談支援センター

窓口相談

●相談日時●

毎週 火～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前10時～午後5時

※事前予約制です

☎ 048-299-8162

女性のための電話相談

●相談日時●

毎月 第2・第4水曜日（祝日の場合は翌日）午後1時～午後3時

※ひとり30分まで相談を受けます。

☎ 0120-532-317

（相談日時のみ通話可）

その他の相談先

川口市役所 市民相談室

※法律相談、ファミリー相談等（予約制）

月～金（祝日・年末年始を除く）
8:30～17:15

☎ 048-258-1110

最寄りの警察署（生活安全課）

月～金（祝日・年末年始を除く）
8:30～17:15

川口警察署 ☎ 048-253-0110

武南警察署 ☎ 048-286-0110

緊急の時は110番！

配偶者や恋人など親しい間柄で行われる暴力行為をDVといいます。殴る・蹴るだけが暴力ではありません。

- 何を言っても無視する
- 交友関係を制限する
- 避妊に協力しない
- 性行為を強要する
- 生活費を渡さない
- 暴言を吐く

☑（チェック）がひとつでもついたら、DVかもしれません。
一人で悩まずに、まずはご相談ください。



市役所からのお知らせ



川口市「みんなが主役～家族の育児～」フォトコンテスト

令和2年度

受賞作品の発表

「お父さん大好きっ子！！
もう限界…」**優秀賞**

「はじめての大地」



「おてつだい」



「いつもの公園」

事務局川口市 市民生活部
協働推進課〒332-0015 川口市川口1-1-1 キュボ・ラ本館棟M4階
TEL 048(227)7605 FAX 048(226)7718**編集後記**市民編集委員
内田 優・佐藤 初代
田村あい子・中尾 久

※五十音順

- ◆家事シェアは“家族との絆”をより深める、いいきっかけになるのだと改めて気付かされました。 小さな子どもでも「できること」から少しづつ一緒に始めていきたいと思います。(内田)
- ◆子どもが食品に書いてあるマークを探すため、台所にある食品を全部出します。これを片付ける作業も家事リストに入れようと思います。(田村)
- ◆セミナーに参加して私自身今まで以上に健康と上手に付き合っていこうと思いました(佐藤)
- ◆蟄居生活を余儀なくされており、「GO TO TRAVEL」で旅に出ようと思ったが躊躇、インタビューでチョッピリ非日常の旅に出かけた気分になりました。(中尾)