

みなさんこんにちは、県立生涯学習推進センターメルマガ担当です。

先週、とある事情により、急遽1週間ほど「主夫」をすることになりました。

普段、家事を手伝っていたつもりでも、「やりっぱなし」とか「中途半端」とか言われ、手伝うことを若干尻込みしていましたが、今回はそういうわけにはいかず、気合いを入れて頑張ってみました。

一般的に、家事は大きく分類すると、次の8項目に分類されるそうです。

- 1.料理
- 2.掃除
- 3.洗濯
- 4.育児・介護
- 5.家計管理
- 6.収納・整理整頓
- 7.生活環境の保守・交流
- 8.季節行事・その他

これらをさらに細分化すると、全部で146項目に及ぶ家事があるそうです。この146項目が最近、耳にした「名もなき家事」と呼ばれるものです。インターネットで調べてみると、146項目ではなく200だったり330だったり、名もなき家事の多さに驚きです。

確かに、「洗濯」一つとってみても、洗濯機のスイッチをポンと押すだけではなく、洗濯物を干す、乾いたら取り込む、たたむ、洗剤・柔軟剤を詰め替えるなど、洗濯に関する項目だけでも10以上はあると思います。

これらの家事を月給に換算すると20万円弱になるという説もあります。

※詳細はコチラ ↓

[【家事の種類の一覧】「140種類以上」の家事の9割をこなす主婦はすごい！\(shima-e-log.com\)](http://shima-e-log.com)

数の多さもそうですが、やってみて一番大変だなと感じたのは、「終わりが無い」ということです。家事は日常生活を送る中で次から次へと発生するニーズに対応していくことの繰り返しです。ですから、いくらやっても「これで終わり」ということはなく、一通り片付けたとしても数時間から数日後には新しい作業が必要になります。そのため、自宅にいても完全に羽を伸ばせる時間はほとんどなく、気持ちのオン・オフの切り替えが難しいなと思いました。

慣れない動きで、一日目の晩ご飯を作り終えた頃には疲れ果てて、漫画「あしたのジョー」のように、真っ白い灰になりかけていましたが、次第にある程度段取りよく進められ、家族の様子を気にかけながら家事ができるようになってきたので、個人的には「段取り力」と「マネジメント力」が身に付いたと勝手に感じています。

家事というと女性がやるものという風潮がありましたが、最近は家事に積極的に取り組む男性も増えているようです。男性は凝り性ですから、意外と楽しいかもしれません。「やりっぱなし」「中途半端」と言われても、へこたれることなく続けることが大切です。

自信が持てる家事を少しずつ増やしていくとやりがいにあります。

「お粥は家族の中で一番上手く作れる」「トイレ掃除は自分が一番綺麗にできる」が、私の誇れるところです。

☆子育てに関する悩みを一緒に考えます☆

子育て電話相談「すこやかダイヤル」 0198-27-2134

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^\_^)/

[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

★=====★

【発行・文責】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <https://manabinet.pref.iwate.jp/hp/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★