

そこで、提案です！  
「共家事」を実践してみませんか？

**共家事は、夫婦で、家族で、  
家事と一緒に楽しむスタイルです。**



共家事を始めるにあたり、まず、どんな家事があるか、主に誰が担当しているかを「見える化」してみましょう。そのうえで、**パートナーや家族に協力してほしいこと、シェアしたいことなどについて話し合ってみましょう。**

ここにあげた家事はほんの一例。家庭によっては、当てはまらないものや足りないものもあるでしょう。そもそも家事には、名前のついていない作業だってたくさんありますね。

福井県は、お惣菜売り場の品数が豊富、切り身の魚がたくさん売っているなど、共働きを支える生活文化が豊か。また、食器洗い機やIHクッキングヒーター、電子レンジ等、家電の普及率が高く(H26全国消費生活実態調査(総務省))、県民は新しく便利なものが好き。家事を**省力化したり、アウトソーシングしたりするという考え方も**できそうです。



抽選で  
当たる！

家族みんなで家事をチェックしてみましょう！  
シートの活用結果を送信するだけで豪華賞品を  
抽選でプレゼント♪

☆金賞☆  
高圧洗浄機  
(1名様)

☆銀賞☆  
ホットサンドメーカー  
(2名様)

☆トモカジ賞☆  
味の素kk製品  
(50名様)

応募締切  
令和3年12月31日

応募フォームはこちら！  
Microsoft Formsで作成している  
アンケートフォームにアクセスします

公式アカウント  
「@fukui\_kajicon」

さらに！Instagramでは、福井県×福井市で、  
「共家事×家事いい！コンテスト」を開催中♪

応募はカンタン！3step♪

- ①家事に関する工夫やチャレンジを撮影
- ②工夫した内容やポイントなどを記入
- ③応募タグは「#ふくい家事コン」

豪華賞品をゲットできるかも

グランプリには  
ロボット掃除機を  
プレゼント！

応募締切  
令和3年11月28日

福井県が推進する「共家事」と、味の素株式会社が推進する「ファミリーック®」は、共に男性の家事参画により、女性の家事負担を軽減する取組みです。

家族で楽しく！

家事や3つ！

家事の「見える化」  
**CHECK SHEET**



福井県

福井県は、女性の就業率が全国1位。  
そして、日本一の共働き県でもあります。

そんな福井県では、  
「6歳未満の子供がいる世帯の夫」  
「75歳以上の男性」  
の家事時間のランキングも実は日本一。**他県と比較すると福井県の男性は家事を行っている**と言え、共働き率の高い県らしく、男女が助け合っている姿が垣間見えます。

とはいえ、**実際の家事に費やす時間を見ても、やはり女性側に大きく偏っている**ことがわかります。1日当たりの家事時間は、男性は15分、女性は2時間20分。福井県の女性は、仕事、家事、育児に忙しく、ゆとりの時間が少ないのが現状です。(H28社会生活基本調査(総務省))  
女性がさまざまな分野で活躍するには、こうした女性の負担を軽減することが必要です。





# 家事を「見える化」してみよう! LIST UP 77



## キッチン、食事

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
1 献立を考える				
2 朝ごはんをつくる				
3 米をとぎ、ご飯を炊く				
4 パンをトーストする				
5 お茶・コーヒーを入れる				
6 夕ごはんをつくる				
7 弁当をつくる				
8 水筒にお茶を入れる				
9 冷茶をつくりおきする				
10 テーブルを拭く				
11 配膳する				
12 食べ終わった食器をシンクに運ぶ				
13 食器を洗う				
14 食器を棚に片付ける				
15 食材等の買い物をする				
16 シンクの掃除をする				
17 コンロの掃除をする				
18 レンジフードを掃除する				
19 台所用品(洗剤、スポンジ等)の補充				
20 冷蔵庫内を整理する				
21 冷凍庫で氷をつくる				
小計				

## 寝室

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
22 カーテンを開ける				
23 布団をたたむ、ベッドを整える				
24 布団を干す				
25 シーツ・枕カバーを取り換える				
小計				



## 洗濯&衣類の整理等

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
26 洗濯が必要な物を集める・仕分けする				
27 洗剤を入れ、洗濯機のスイッチを入れる				
28 洗濯物を干す・乾燥機に入れる				
29 洗濯物を取り込む・たたむ				
30 洗濯物を収納する				
31 洗剤・柔軟剤等の補充				
32 洗濯機・乾燥機のごみフィルター掃除				
33 アイロンをかける				
34 クリーニングに出す・取りに行く				
35 古くなった服を処分する				
36 季節ごとの衣類の出し入れをする				
37 服のほつれ、ボタン付け直しをする				
小計				

## リビング

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
38 掃除機をかける				
39 掃除機のフィルターのごみを取りのぞく				
40 床のふき掃除をする				
41 階段の掃除をする				
42 窓を拭く				
43 資源ゴミの分別				
44 収集日のゴミ出し				
45 古新聞・雑誌等を処分する				
46 粗大ごみを出す				
47 電灯の取り換えや掃除をする				
小計				

## お風呂・トイレ

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
48 お風呂を沸かす				
49 浴槽・浴室を洗う				
50 お風呂の排水口のごみを取る				
51 シャンプー等を補充する				
52 トイレを掃除する				
53 トイレトペーパーを補充する				
54 タオルを取り換える(トイレ、洗面所)				
55 洗面所・洗面台を掃除する				
56 洗面用品(せっけん、歯ブラシ)の補充				
小計				

## その他

	夫	妻	他の家族	省力化 外注?
57 玄関の掃き掃除をする				
58 靴を片付ける・そろえる				
59 靴を磨く、運動靴を洗う				
60 郵便物を取り込み、チェックする				
61 新聞を取り込む				
62 回覧板を回す				
63 洗車する				
64 車のメンテナンス(タイヤ交換、洗剤)				
65 車のガソリンを入れる				
66 庭の草むしりをする				
67 宅配便の依頼・受け取りに行く				
68 灯油を買いに行く				
69 玄関先の除雪をする				
70 植物に水をやる				
71 ペットの世話をする				
72 家の電話(固定電話)に出る				
73 家計簿をつける				
74 銀行・郵便局・役場等へ行く				
75 町内会に出席する				
76 町内の草刈や清掃活動に出る				
77 家族を診察に連れていく				
小計				