

FRONT INTERVIEW



「ただいま!」と 帰りたくなる家を家事シェアで

NPO法人tadaima!代表・家事シェア研究家・インテリアコーディネーター **三木 智有 さん**

「共働きの現役パパ」の視点を生かして、日本で唯一の家事シェア研究家として活動する三木智有さん。「10年後も20年後も『ただいま!』と帰りたくなる家庭へ」をスローガンに掲げ「家事シェア」の大切さを説き、普及活動を行っています。

家事分担との違いや、家事シェアを実現させるためのノウハウ、家事をシェアすることで目指せる家族像についてお話を伺いました。

◆理想の箱はあっても、理想の暮らしは得られない

インテリアコーディネーターとしてたくさんの家造りに関わる中で、男性の「家」への関心が女性に比べて低いことが気になっていました。自分と家族が暮らす大切な家のはずなのに、ほとんど興味がない男性も少なくありません。私は住み心地の良い理想的な家と暮らしづくりをお手伝いする仕事をしているつもりでしたが、本当にそれができているのか？ 私は理想的な箱（住まい）を作る手伝いはできるけれど、それだけでは理想の暮らしは得られないのでは？ という疑問がわき上がってきました。そこで100人のパパ、ママにヒアリングをしたところ「仲の良い夫婦は家事や育児を二人でシェアしている」ということに気がきました。それが「家事は家族でシェアするもの」という価値観を広める活動を始めたきっかけです。

◆家事シェアと家事分担の違い

家事シェアと混同されがちなのが家事分担ですが、家事分担はそれぞれの家事に担当を決めます。一方の家事シェアは「共有」というニュアンス通り、「家族皆が担当者」になります。家事を誰か一人の仕事ではなく、「家族事」として捉えていこうという意味合いを含めて使っている言葉です。家族全員が全ての家事の当事者になりうるので、誰かの指示で動くのではなく、

一人ひとりが自立して家事をすることになります。大人でも子供でも、誰かに命令されて何かするよりも自発的にやる方が絶対気持ちいいじゃないですか!?

夫婦のもめ事の原因になりやすい「家事分担」ですが、もめる原因は「負担する家事の量」よりも「積もる不満」だと思います。例えば「朝のゴミ出しは夫の係で、夕食の食器洗いは妻」と決まっていますが、仕事で疲れた妻が食器を洗っている隣で、夫が酔っぱらってテレビを見ながら爆笑していたらイラッとしますよね。それが積み重なると家庭の雰囲気が悪くなってしまいます。

◆家事シェアが強くなる家族の絆

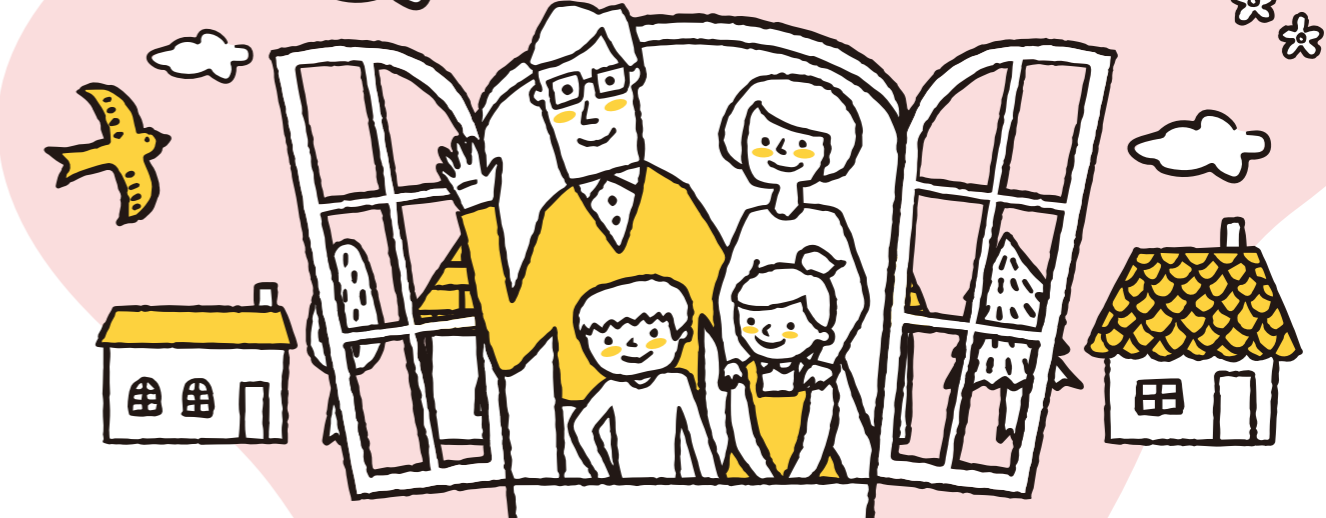
家事シェアを始める人たちに私がお勧めしているのは「パラレル家事」です。家族が家に一緒にいる時間、それぞれが別の家事をすることですが、効率も良いし、何より家事をしている側のイライラが減ります。「家事」という共通のゴールを目指して家族が頑張っている、そういう時間の積み重ねが家族の絆を強くしますし、家事もはかどります。

家事シェアを実践する過程では必然的に家族間の声掛けや会話が増えますし、相手を思いやる気持ちも生まれます。そんな家にはきっと10年後、20年後も皆が「ただいま!」と帰って来たくなくなるのではないのでしょうか。

【プロフィール】 三木 智有 (みき ともあり)

リフォーム会社でインテリアプランニング、施工管理、営業販売などの業務を経て独立。フリーのコーディネーターとしてマンションオプションの販売、内装工事、個人宅のコーディネートなどを行う。2011年、家は家族にとって何より「自分らしくいられる居場所」であってほしい。そうした想いから、「10年後も“ただいま!”と帰りたくなる家庭」であふれた社会の実現を目指し、NPO法人tadaima!を起業。日本唯一の家事シェア研究家として、家事シェアを広める活動を行っている。

メリットが いっぱい『家事シェア』を 始めよう!



近年、「家事分担」ではなく、家事の総量を家族皆が知り、臨機応変に担い合う「家事シェア」というスタイルが注目されています。家事シェアのメリットや、効果的なやり方について考えてみましょう。

鹿児島県の家事シェア状況

日本では、女性の家事時間が長い傾向にありますが、鹿児島県における男性の家事・育児時間は全国11位。5年前の41位から1時間以上も増加しており、「家事は家族のこと」という考え方が徐々に広まってきているようです。

■男性の家事・育児時間

(*)6歳未満の子供がいる夫の1日当たりの家事関連時間(夫婦と子供の世帯、土日を含む週全体の平均) 平成28年 社会生活基本調査(総務省統計局) 令和3年 社会生活基本調査(総務省統計局)

順位	都道府県	夫の家事関連時間	順位	都道府県	夫の家事関連時間
1位	東京都	2時間 1分	1位	奈良県	2時間35分
2位	山口県	1時間43分	2位	新潟県	2時間33分
3位	群馬県	1時間42分	3位	高知県	2時間27分
4位	沖縄県、岩手県	1時間39分	4位	和歌山県	2時間21分
6位	佐賀県	1時間36分	5位	千葉県	2時間20分
7位	栃木県	1時間35分	6位	福井県、長野県	2時間17分
41位	鹿児島県	1時間 3分	11位	鹿児島県	2時間 5分

※家事関連時間…「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の合計 参照:平成28年、令和3年社会生活基本調査(総務省統計局)



家事シェアと家事分担の違いって?

料理、掃除、洗濯などは、日常生活を支える基本的な家事です。家族皆で家事を「共有」する意識を持ち、一人ひとりが生活者として家事に向き合うことが大切です。「家事シェア」と似た考え方に「家事分担」があります。家事分担は家事ごとに係を決めますが、家事シェアはさまざまな家事を誰でもできるようにすることで、家事に対して家族全員が責任を負います。