

ウィザス

No.119



芦屋市男女共同参画センター通信
2025 年 秋号

With us

“共に生きる－男女共生社会－”の
理念を表しています。



男女共同参画センター事業・女性活躍推進事業
「パパと作って遊ぼう！自然を使ったアート体験」より

家庭での男女共同参画への第一歩

「パパ、見て見て！」。8月2日と9日に開催した「パパと作って遊ぼう！自然を使ったアート体験」では、真剣な表情で自然物を使って、こどももお父さんも夢中になってフレームや虫を作るなど、作品づくりを楽しんでいました。こどもたちの元気な声とそれを見守るお父さんの笑顔で溢れており、親子のふれあいを楽しんでもいただきました。芦屋市では、第5次男女共同参画行動計画ウィザス・プランにおける重点取組のひとつとして「男性の家庭生活での活躍推進」を掲げており、このような講座を通じて、固定的性別役割分担意識を解消し、性別に関係なく家事や育児に参画していただくきっかけづくりを行っています。

今回は、家庭での普段の役割分担をチェックし、生活の質の向上につなげていただくため、「見えない家事・名もなき家事」についてご紹介します。

CONTENTS

- 01 ■ 家庭での男女共同参画への第一歩
- 02 ■ 「見えない家事・名もなき家事」とは
- 03 ■ 講座レポート・講座のご案内
- 04 ■ お知らせ ■ 女性相談のご案内等

「見えない家事・名もなき家事」とは

生活は「見えない家事・名もなき家事」でできている

「見えない家事・名もなき家事」をご存知ですか？明確な名前がついていないけれど、生活する上で欠かせない、細かい家事のことです。例えば、トイレトーパーや洗剤、シャンプーなどの補充、電池の交換、こどもの予防接種の予約、学校からの連絡事項の確認等は、「家事」としては認識されにくい仕事です。今回ご紹介するのは、ごく一部ですが、各家庭によって様々な「見えない家事・名もなき家事」があります。ひとつひとつはささいなことに思えるため、誰がその役割を果たしているかは見過ごされてしまいがちですが、積み重なると大きな負担となります。

近年の家事・育児等への考え方としては、令和5年版男女共同参画白書によると、家事・育児等を「自分が率先してすべきことである」と回答した割合は、年代が低くなるほど男女の差異が小さくなり、20代では、ほとんど差異が見られませんでした（女性70.1%、男性69.8%）。

「見えない家事・名もなき家事」を忘れずに意識しながら、家庭のことにもみんなが関わり、上手に役割分担し、生活の質の向上につなげていきましょう。



見えない家事・名もなき家事 チェックリスト

料理

- ❖ 献立を考える
- ❖ 調味料や油の補充
- ❖ 食材の買い物
- ❖ 食前、食後にテーブルを拭く
- ❖ 食器の片づけ
- ❖ シンクの排水溝の処理
- ❖ 食器洗い洗剤の詰め替え
- ❖ まな板の除菌&漂白
- ❖ 布巾の除菌&漂白
- ❖ 冷蔵庫の中の整理



掃除

- ❖ 掃除機にたまったゴミを捨てる
- ❖ リモコンや文具など置きっぱなしのものを片づける
- ❖ ゴミを集め分別する
- ❖ 新しいゴミ袋のセット
- ❖ 風呂の排水溝に詰まった髪の毛の掃除
- ❖ 掃除用洗剤の補充・交換
- ❖ 風呂掃除用スポンジや雑巾などの交換
- ❖ トイレの消臭剤の交換
- ❖ 段ボールをつぶして捨てる



洗濯

- ❖ 洗剤、柔軟剤の補充・交換
- ❖ 洗濯槽の掃除
- ❖ 洗濯機のフィルターの清掃
- ❖ 家族の寝具の洗濯、取り換え
- ❖ タオルの交換
- ❖ クリーニングに出す
- ❖ アイロンをかける
- ❖ 洗濯物の裏返しチェック、仕分け
- ❖ 取れかけのボタンを付け直す
- ❖ 家族の衣服を分けて片づける



その他

- ❖ 郵便物のチェック
- ❖ 使い切ったティッシュの交換
- ❖ トイレトーパーの補充・交換
- ❖ カーテンの開け閉め
- ❖ 加湿器に水を入れる
- ❖ 観葉植物の世話
- ❖ 暖房用の灯油の購入
- ❖ 日用品の購入



参考：福島県伊達市未来政策部協働まちづくり課「見えない家事・名もなき家事チェックリスト」を参考に作成

講座レポート

実施しました！

パパ向け料理講座「休日はパパにまかせて！ ライスペーパーサンドと食べ尽くスープと・・・」

令和7年6月14日（土）

未就学児のお父さんを対象に料理講座を実施しました。ローリングストック食材であるライスペーパーの活用術を学ぶことで、いざという時に役立つ料理の知識を得る機会になりました。参加したお父さんからは「参考になった」という満足の声が聞かれました♪



【講師】大下 最弘 氏
(おいしい洋食バイズハートオーナーシェフ/
NPO 法人ファザーリング・ジャパン関西 会員)

ライスペーパーは保存食に適していて、
おかずやおやつにも応用できます 🍴🍷🍰🍰

折れたおライスペーパーサンド



こどもにモテるパパになろう！ ～心を育てる遊びの秘密～

令和7年5月31日（土）



【講師】和田 のりあき 氏（マジックパパ代表）

参加したお父さんからは、「参考になるお話ばかりで、非常に有意義でした。ぜひ、活用させていただきます。」との声が聞かれました！

身体や日用品を使った遊びの紹介や絵本の読み聞かせについて学ぶ講座を実施しました。講座が進むにつれ、親子の距離が縮まり、息の合った動きとなりました♪

パパタイム ～育児アドバイスも聞ける！こどもと一緒に パパ同士でお話しましょう！～

令和7年6月21日（土）



6月21日のアドバイザー
NPO法人「絵本で子育て」センター所属 絵本講師
櫻橋 真代 氏 関野 修 氏 前井 登 氏

会場には、NPO 法人「絵本で子育て」センター所属の絵本講師がアドバイザーとして参加。一緒に絵本を読み聞かせたり、こどもの耳の構造に基づいた効果的な絵本の読み聞かせ方法を教わったり、パパたちも熱心に聞いている様子が伺えました。パパ同士の交流もたくさん見られ、「大人もこどもも楽しめました！」という感想もいただきました♪

講座のご案内

★★ 要予約 ★★
★★ 一時保育あり ★★

★ 幼少期から始めよう！
親子で学ぶ性教育講座

令和7年9月27日（土）
午前10時～11時30分
クイズをしたり、人形、動画を見ながら、
親子で楽しく学ぶ、性教育講座です♪



未就学児の親子対象
質問タイムあり

★ 女性のための働き方セミナー
自分らしく働くための
心構え・準備・仕事の見つけ方

令和7年10月8日（水）
午前10時～正午

これから働くためにどんな心づもりをすれば
いいのか、そんな不安の解消や働き始める
までに押さえておきたいポイント
を学び、自分らしい働き方を見
つける講座です。



講座情報は
こちら♪

☆申込みは上記の二次元コードへ。

☆講座内容等は変更となる
場合がございます。
最新の情報は、
市ホームページをご覧ください。

市HP

お知らせ

市内中学3年生対象 デートDV防止授業を実施しました！

10～20代の若いカップルの間に起こるDV（ドメスティック・バイオレンス）である「デートDV」についての理解を深めることを目的に、芦屋市立山手中学校の中学3年生を対象に出張授業を行いました（令和7年6月17日実施）。今後、別の市内中学校でも実施予定です。

【講師】NPO法人女性と子ども支援センターウィメンズネット・こうべ所属講師

INTERVIEWEE

授業を受けた生徒の感想



日本では5人に1人がデートDVを受けていると知り、思っていた以上に身近なものなんだと感じました。またDVは若い年代の人にも起こっていて驚きました。

今まで「中学生にはDVは関係ない」と思っていたけど、自分だけでなく友達を守るためにも知っておくことが大切だと思いました。



デートDVは 誰にでも起こりうる

生徒自身による寸劇を交えた授業。デートDVがより身近に感じられたのではないのでしょうか。



「情報コーナー」の詳細はこちら

男女共同参画センター1階の「情報コーナー」では、図書の貸出をしています。ひとり2冊2週間まで、どなたでも借りられます。

※初回登録時には、名前・住所を確認できる本人確認書類をご提示ください。

秘密厳守、面接相談、相談無料
「こんなことで…」と思わずにまずはお電話ください。

女性のための相談窓口

予約専用電話 0797-38-2022

【予約受付時間】月曜日～土曜日
午前9時～午後5時（祝日、12/28～1/4を除く）

一時保育あり

要予約

心の悩み相談

女性の抱える生きづらさやさまざまな悩みを女性のフェミニストカウンセラーがゆっくりお聴きし、心の整理をお手伝いします。

第1・第3火曜日
第2・第4金曜日
午後1時～午後4時
（1人50分）

家事相談

離婚・養育費・相続などの夫婦・親族間の悩み相談に女性の元家庭裁判所調停委員が応じます。

第3金曜日
午前11時～午後4時
（1人50分）
※調停中及び弁護士に依頼している案件は相談不可

法律相談

夫からの暴力や離婚問題、家族関係のトラブルやセクハラなどの法律上の相談に女性の弁護士が応じます。

偶数月：第1水曜日
奇数月：第2土曜日
午後2時～4時
（1人30分）
※1案件1回限り・係争中及び弁護士に依頼している案件は相談不可

女性のためのステップ相談 （女性活躍相談）

再就労・起業・地域活動をしたいと考えている女性からの相談に女性のキャリアカウンセラーが応じます。

月・火・水・金曜日
午前9時～午後5時30分
（1人50分）
※上記の相談日以外を希望の場合は要相談

● 一時保育あり（無料・要予約）

● 場合によって日時の変更があります。ホームページやお電話でご確認ください。

芦屋市DV相談室（芦屋市配偶者暴力相談支援センター）

配偶者やパートナーからの暴力に悩んでいる方

DV相談 ☎ 0797-38-9100

～ひとりで悩まずお電話ください～

【受付時間】月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）午前9時～午後5時
【電話・面接相談】秘密厳守、相談無料、一時保育あり（無料・要予約）

芦屋市女性サポート相談室

困難な問題を抱えている女性

女性サポート相談 ☎ 0797-38-9130

ウィザス

No.119

令和7年9月発行（秋号）

企画・発行

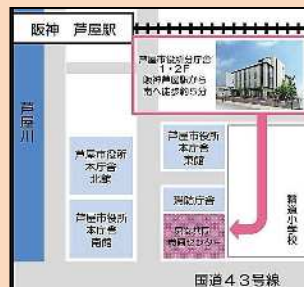
芦屋市男女共同参画センター ウィザスあしや

芦屋市
ホームページ

〒659-0064
兵庫県芦屋市精道町8番20号（市役所分庁舎1・2階）
TEL：0797-38-2023 / FAX：0797-38-2175
Eメール：josei-ce@city.ashiya.lg.jp

■開館 月曜日～土曜日・午前9時～午後5時30分
（窓口受付時間 午後5時まで）

■休館 日曜日・祝日・12月28日～1月4日



『ウィザス』の
バックナンバーはこちら