

わが家の家事シェアは

## 働き方の違いを受け入れ、 自分のことは自分で



• case •

### 01

Profile

すがや しゅんご  
**菅谷 俊吾 さん(36)**  
飲食店勤務

[勤務時間と休日]  
13時～翌1時、月曜休み(店の定休日)

[担当家事]  
洗い物、ゴミ捨て、洗濯

かよこ  
**菅谷 香代子 さん(33)**  
アパレルショップ店長

[勤務時間と休日]  
9時～19時半。  
日曜・祝日ほか休み(1カ月に9日)

[担当家事]  
料理(主に自分と子ども)、育児、洗濯、  
そうじ、買い物、犬の世話

4歳の長女と3人暮らし

### 家にいる時間が合わないことで モヤッとした経験も

飲食店で働く俊吾さんの終業時間は毎日深夜1時すぎ。香代子さんと長女が眠った後に帰宅し、2人が出かけた後に起床し出勤するという生活サイクルです。お互いに仕事がある日はほとんど顔を合わせることはなく、時間的には完全に「すれ違い」だといいます。はじめのうちは、「生活時間帯が一緒だったら、私がごはんを作ってい

る間にお父さんが子どもをお風呂に入れてくれて…みたいなこともできたのかな、と考えてしまい、モヤモヤしたこともありました」という香代子さん。でも、「お互い違う環境で働いている以上は仕方ない、と開き直すことにしました」。今は、それぞれが家にいる時間に、それぞれができる家事をするという“連携プレイ”的なスタイルに落ち着いています。「自分のペースでできることが多いので、かえって僕たちの性格には合っているのかも」と俊吾さん。

### たまの休日は、家事よりも 家族で過ごす時間を大切に

掃除や洗濯以外の家事…衣類や持ち物の管理、仕事のある日の夕食の支度などは、それぞれ「自分のことは自分で」が基本。また、夫婦が同じ日に休めるのは1カ月

に1回程度ということもあり、たまの家族の休日は外食に出かけるなど、家事よりも一緒に過ごすことを優先します。トイレやお風呂は香代子さんが休みの日にまとめて掃除することが多いそうですが、俊吾さんと休みが合う日はできるだけ彼が起きる前に終わらせ、家族の時間をゆっくり取れるようにしているとか。

## 菅谷さん家の「家事シェア」事情



## 食器は1日分をまとめて洗う

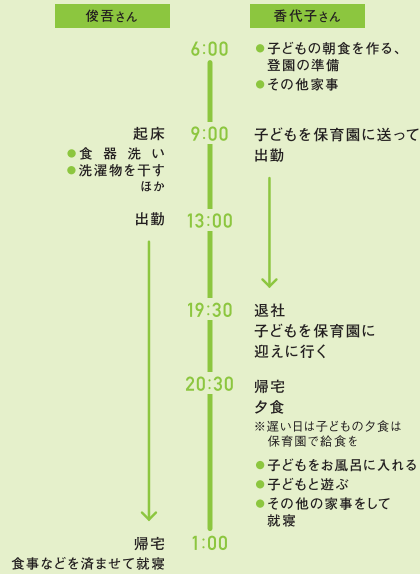
食器は俊吾さんが出勤前にまとめて洗います。「洗い物をしなくていい分、ほかの家事をしたり、娘と過ごす時間が取れるようになりました」(香代子さん)

## 子どもも、自分のことは自分でできる仕組みを作る

「自分のことは自分でする」ルールは子どもも同様。登園前の準備も、「保育園用の服のボックスを作り、その中から服を自分で選んで着てもらおう」「朝食は独力で食べやすいメニューを定番化する」など、子どもも自分のことを自分でする仕組みを作っています



## ある日のタイムスケジュール



## 最初は失敗もあったけど…

洗濯は香代子さんが洗濯機を回して出かけ、終わったものを俊吾さんが干すことが多いとか。日によっては、洗濯機を回すところから俊吾さんが担当することもあります



はじめはカシミアのニットを普通の洗濯モードで洗われて、ショックを受けたことも…。そのつど説明していますが、今もたまたま袖が中に入ったままのことがありますね…(笑)