

大切な人へ贈りたいお弁当



私の大切な人へ贈るお弁当は日頃の会話から始まります。会話をしていれば、相手は何が食べたいのか?何を望んでいるのか?など、なんとなく感じとることができます。相手に「今日は何が食べたい?」と聞いてみるのも会話のきっかけになります。

気持ちが入っているお弁当はどんなお弁当でも美味しいと思いますし、感謝して食べてくれると思います。私の場合、ケンカした次の日のお弁当はおかずを減らしたり、手を抜いたりと意地悪をしますが、夜ご飯は相手の好きな食事を用意します。そこで、また会話が生まれるのです。

私が大切な人へお弁当を作るとき、会話で相手をリスペクトし、その気持ちをお弁当に詰めてあげるようにしています。(弁当男子より)



お弁当の写真を募集したところ、素敵なお弁当の写真をいただきました。ご応募、ありがとうございました!

編集委員コラム

「自分ごと」の家事

家事に追われて気持ちがスッキリしない人もいれば、「ズボラ」家事で人気を博す YouTuber、子どもの頃から家事や家族の世話に携わることになったヤングケアラー……と、人によって家事への思いや距離感は様々だと感じます。

私といえば、母に任せっきりで、服脱ぎっぱなし、お茶碗置きっぱなしのかなり甘えた子ども時代を過ごしてきましたが、一人暮らしを機に、当然すべてを自分でやらなくてはならなくなりました。

料理は好きだったので、「自炊は得意だろう」と笑って構えていた一人暮らし初期。ハンバーグを作ろうとしてスーパーに行ったら、並んでいるひき肉の種類にびっくりし、「一体どれが我が家のハンバーグのひき肉?」とスーパーで立ち尽くしました。洗濯では、洗剤を入れる量がわからなかったし、干す時もシワを伸ばさないで干して後悔。掃除も妙に気合を入れてやったかと思えば、サボってしまっただけ……と散々な日々でした。

「こんな簡単なこともできなかったの?」と笑われてしまうと思いますが、家事が「自分ごと」でない人にとって、家事とは「やる気になったらなんとなくできてしまうもの」という慢心で捉えられているものなのだと反省し、母の偉大さを痛感しました。私が考えていた実家での「家事」など、すべてお膳立てされた「いいとこ取りの家事」だったので。

少し前に母が怪我をしてしまった際、実家の家事が完全にストップし、家事未経験の父がやらねばならなくなりました。これまた、たまに料理を作っていたから大丈夫だろうと思ったら、「スーパーで何を買えばいいかわからない」といって、ひき肉が買えなかった自分と同じ状態になっていました。しばらく私が家事をこなし、偉大なる母のレクチャーを受けながら、父は家事を習得していきました。そうです、家事は「自分ごと」として習得しなければならないのです。

一方で、父は父なりの器用さや几帳面さを発揮して、今まで手付かずだった部分を掃除したり、こっちの方が楽!というズボラ家事スキルを発見したり、家事に改良が加えられました。

三人寄れば文殊の知恵。家事も、いろいろな人が関わって、それぞれの強みを発揮すれば、一人ひとりの負担が減るばかりでなく、家事そのものも少しだけ楽なものに変えられるかもしれません。

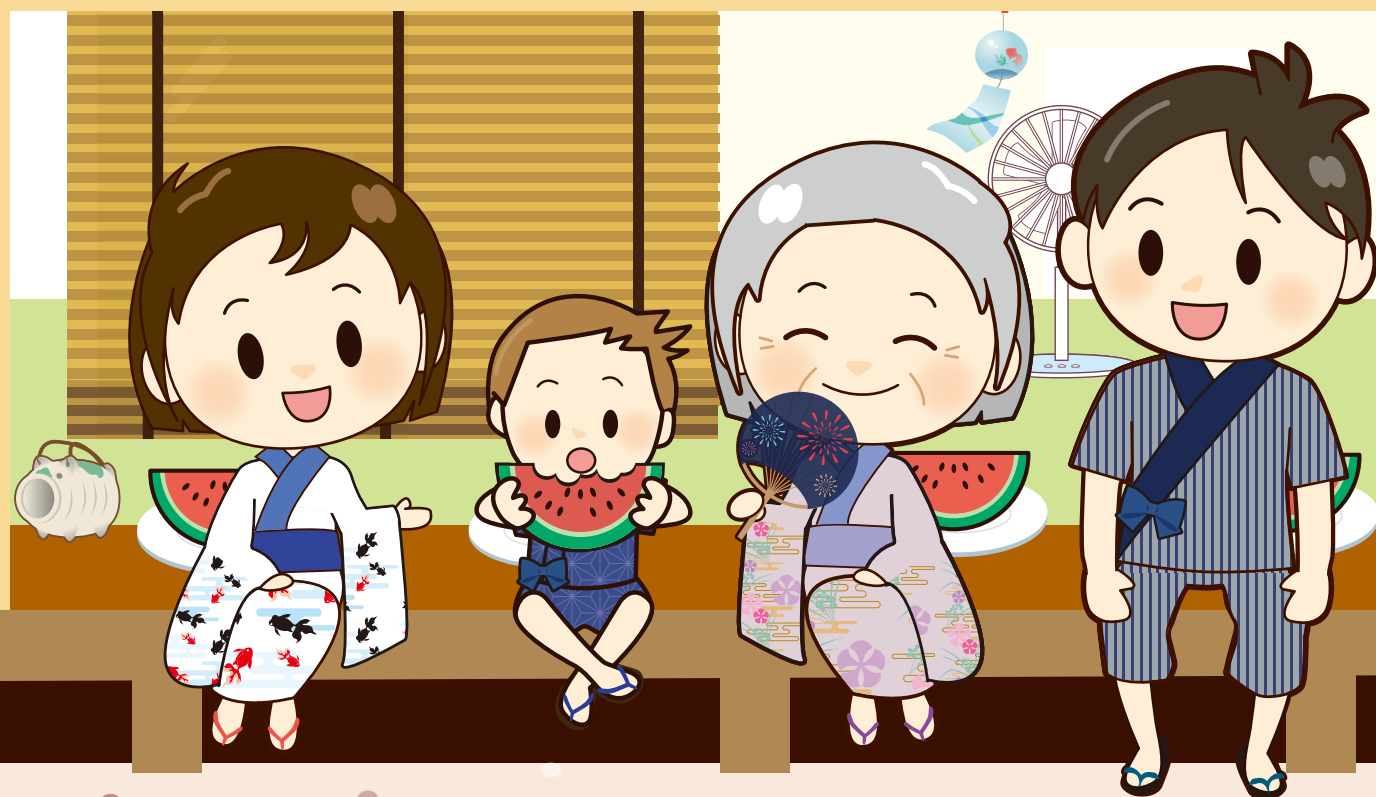
体を傷めていて家事ができない人にはヘルパー、子どもながらに家事に追われている人には社会的なサービスが提供されるなどして、みんなにとって「自分ごと」の家事が家庭だけでなく、社会の中でも共有されるといいなあと思いつつ、今日もトイレをピカピカにして喜んでいる私でした。



シェアリング 第28号 2022.8

~わかちあい~

シェアリングでは、20代以上の39名に、「家事や大切な人への感謝の思い」についてアンケートを実施しました。皆さんは家事について大変だなあと感じることはありますか。アンケートの結果、どのような意見が集まったのか、見てみましょう。もしかすると新たな気づきがあるかもしれません。そして、あなたを支えてくれる大切な人に「ありがとう」と伝えてみませんか。



もしかして…これも家事?

アンケート内容

- 問1 あなたが思う「やってくれたら助かっちゃう家事」はありますか。
- 問2 あなたが大変だと思う「名もなき家事(特に名前は無いが、家事に含まれるもの)」はありますか。
- 問3 普段の生活の中で、感謝を伝えたい人はいますか。どんな言葉をかけますか。

以上の質問についてご回答いただきました。アンケートへのご協力ありがとうございました!

企画・編集 下野市男女共同参画情報紙編集委員会 (飯野文夫/萩原敏美/九鬼真澄/松嶋淑恵/八木橋祐香子)

発行・事務局 下野市総合政策部市民協働推進課

〒329-0492 下野市笹原 26 番地 ☎0285-32-8887

FAX 0285-32-8606 ✉ shiminkyoudousuishin@city.shimotsuke.lg.jp

タイトル由来 みんなが“わかちあう”大切さを持って、男女が協力しながら、男女共同参画社会をつくっていったらとの願いが込められています。

やってくれたら 助かっちゃう家事!



家事をするにあたって、少しでも手伝ってほしいなと思うことはありませんか？
ご意見を募集したところ、さまざまな声をいただきました。

自分でやろうと思っても、あと少し余裕がなくて手を借りたいもの（洗濯物をたたむなどの片付け）、ひとつ済ましておいてもらえたら後がスムーズというもの（ゴミの分別）。庭仕事では、力のある人の手を借りたいという回答もみられました。

「それも家事なんだ！」と気付いたら挑戦してみてください。それが誰かのありがとにつながります。

• あなたが思う「やってくれたら助かっちゃう家事」はありますか？

(例) 自分の作るご飯に飽きてしまったので、週に1・2回夕食を作ってもらえると嬉しい。

「名もなき家事」 ってなに？



「名もなき家事」とは、その名のとおりに、名前はないけれど、家事に含まれる細々とした作業のことを言います。

募集した意見の中には、排水溝の掃除、シャンプーやトイレトーパーといった日用品の補充、ペットボトルを洗ってラベルとキャップを外す……といったゴミの分別に関する回答がみられました。

「やってもらってあたりまえ。」「やってもらって感謝!!」

同じ家事をやってもらっても、人それぞれ、受けとめ方や感じ方は違います。

家事は幅の広い終着点のない仕事だと思いますが、できるだけ楽しくこなせるように工夫していきたいですね。

• あなたが大変だと思う名もなき家事はありますか？

(例) 使ったものを元の場所・状態にもどす、ゴミ出し前に段ボールをまとめる

大切な人への感謝のメッセージ

- 帰る場所をつくってくれてありがとうございます
(家族へ)
- 健康で元気に成長してくれてありがとうございます
(子ども達へ)
- 毎日のいやしの時間をありがとうございます
(ペット達へ)
- どんな時も支えてくれてありがとうございます
尊敬しています。
(父へ)
- 一人暮らしを経験して、日頃やらないといけない
家事がたくさんあると実感しました。
(両親へ)
- いつも家族の為にありがとうございます
安心して仕事に行くことができます。
(妻へ)

- いつもありがとうございます
(家族へ)
- みんな元気に
お仕事、勉強していてくれて
ありがとうございます。
今の生活が出来ているのは
みんなのおかげです。
(夫と子ども達へ)
- いつも孫の相手をして
くれてありがとうございます
(父母へ)
- 一人暮らしを始めて
ありがたさに気付きました。
いつもありがとう
と、伝えたいです。
(母へ)