**はじまりはやざ！**

「手伝うね✋」から「やってみるね👌！」に

〇：常にやってる △：時々はやる ×：全くやらない 該当なし；ー 　男・女　年代　　　代

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No | 内　容 | 自 分 | 家族( ) | 家族( ) |
| 1 | 食材の買い出し |  |  |  |
| 2 | 食事を作る |  |  |  |
| 3 | 食器の片付け |  |  |  |
| 4 | コンロ、レンジ、シンクの掃除 |  |  |  |
| 5 | 洗濯をする |  |  |  |
| 6 | 洗濯物を取り込む、たたむ |  |  |  |
| 7 | 布団カバーの交換 |  |  |  |
| 8 | 掃除機をかける |  |  |  |
| 9 | ゴミの分別、ゴミ捨て |  |  |  |
| 10 | トイレ掃除をする |  |  |  |
| 11 | お風呂掃除をする |  |  |  |
| 12 | 玄関掃除、靴を揃える（片付） |  |  |  |
| 13 | 家庭内消耗品の買い出し |  |  |  |
| 14 | 近所の葬儀に出席する |  |  |  |
| 15 | 学校行事や地域行事への参加 |  |  |  |
| 16 | 家族の送迎（学校、習い事、病院その他） |  |  |  |
| 17 | 車関係（ﾒﾝﾃﾅﾝｽ、ﾀｲﾔ交換,洗車） |  |  |  |
| 18 | ペットの世話、植物の世話 |  |  |  |
| 19 | 家の草取り |  |  |  |
| 20 | 灯油の購入と補充 |  |  |  |
| 〇を数えてみましょう！ | | /20 | /20 | /20 |

家事を「見える化」してあなたのご家庭でも楽しく「」をしてみませんか？

坂井市男女共同参画推進委員会