

# MOVE

う・ご・く

vol.  
43

MOVEとは、「うごく」という意味のほか、男女がともにより良い社会づくりに向け「行動する」、そして感動するという意味をこめて命名しています。



「練馬区男子料理部」に参加の皆さん（「生涯学習センター」にて）

特集  
コラム

「男女共同参画は料理からくアラサー・アラフォー男子もチャレンジ」  
「戦後の母の子育て」  
「あたりまえを変えることの難しさ」



練馬区

男女共同参画情報紙通刊72号『MOVE』vol.43 平成29年(2017年)10月1日(年2回発行)

●発行 練馬区総務部人権・男女共同参画課 ●練馬区豊玉北6-12-1(3993-1111(代表)、5984-4518(直通))

女性の社会進出が進み、共働き家庭が増加する一方、家事や育児などは、ほとんど女性が担い手になっているのが現実です。

第4次練馬区男女共同参画計画では、男性も仕事だけでなく、家事や地域活動などに携わる時間を増やしていくため「家庭における男性の家事・育児等への平均従事時間（1週間）」を平成27年度の8時間から、平成31年度に16時間とする目標を掲げています。

男女共同参画やワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）を推進するためにも、女性だけでなく男性に対する啓発が必要だと思われます。

そこで、今回の特集では「男女共同参画は料理から」をテーマに「練馬区男子料理部」の参加者と身近なアラサー・アラフォー男子を中心にインタビューをしました。

#### 練馬区男子料理部とは

アラサー・アラフォー世代（おおよそ20～40代）で区内在住・在勤・在学中の男性を対象とした料理教室です。

当日は、練馬区食育推進ボランティアを講師として、練馬産野菜を使い、3ステップ以内で簡単に作れるレシピを6品完成させました。



#### 質問した項目

- ① 男子料理部に参加したきっかけと参加してみた感想を教えてください。
- ② どれくらい料理経験はありますか。
- ③ 家事（育児・介護含）について教えてください。
  - （1）1日の家事に費やす時間はどれくらいですか。
  - （2）家族との分担はどうしていますか。
- ④ 男女の役割意識（男は仕事、女は家庭等）についてどのように考えていますか。
- ⑤ 男性に向けてのメッセージをお願いします。

#### 福田 郁さん

年代：30代 家族構成：妻（共働き）・子ども

① 保育園にチラシがあり、妻がそれを見て教えてくれました。保育園の園長さんから「参加されるんですって?」と言われてしまって…。妻からも「料理は私がやるけれど、たまには作って欲しい」「将来的に母の日に子供と一緒に作ってくれたら嬉しいな」と後押しされ、参加を決めました。

② 独身時代は、自宅にコンロすらなく、妻に啞然とされました（笑）。妻は、料理が得意なのでやってくれていますが、妊娠をきっかけに、私も夕飯やお弁当を作るようになりました。その後、子どもが生まれ落ち着いてからは妻に任せきりになってしまっています。

③（1）朝に30分、夜に1時間。加えて週末に数時間といったところ です。

③（2）妻は、料理と子供のこと、保育園に関することをやっていて、それ以外が私の担当です。掃除・洗濯・



保育園の送り・家計簿などを私が担当しています。私は、妻が料理をしてくれている間は子供と遊んだり、料理の後片付けもしているので、「料理をしていない」という感覚はあまりなく、「分担している」と思っています。

④ 私の会社は、働き方改革で「19時までには帰りましょう」「20時までには絶対帰りましょう」と奨励されており、比較的早く帰ることができるので、「夫は仕事だけ」「妻は家事」という意識はありません。我々の世代は、そう思っている人はあまりいないと思います。親の世代はひどいですが…。家事は妻がやるもの、夫はどーんとしているような考え方があると思います。

⑤ 男性に向けてというよりは、家族全員に向けてのメッセージとなりますが、人には得意不得意があるので、そこを優しくフォローし合っていければいいと思います。例えば、料理でも100パーセントを求められても経験不足で、できないこともあります。細かいところは置いておいて、「料理ができればいいよ」という雰囲気が家庭内にできればいいなと思います。

また、プロが教えるものや、女性向けの料理教室ではなく、今回のように初心者の男性向けのものが増えていけば、料理をやらない男子は減っていくのではないかと思います。

## 小河原 武さん

年代：40代 家族構成：妻（共働き）

① たまたまフェイスブックで見て、無料で参加者の世代も近く、男性限定で面白そうだと思い参加しました。

② 米を炊いたり、味噌汁を作ったり、自己流に肉を焼くぐらいです。

③ (1) 週に3、4日で、1日1時間くらいだと思います。

③ (2) 私の方が妻より早く帰宅するので、洗濯物の取り込みや食器洗いをやっています。掃除もできるときはやるようにしていますが、分担は特に決めずにやれる方がやっています。

④ 共働きなので、そういった意識はありません。2人でやっていくものだと思います。私の周りの友人知人は共働きも多く、男性も料理や掃除をやっています。両親の世代に比べ、家事については、かなりやっていると思います。

⑤ 自分自身、もう少しちゃんとした料理を作れるように家で色々やってみたいと思います。



## ※ご本人の希望により、実名は伏せさせていただきます。

年代：30代 家族構成：妻（専業主婦）・子ども

① 照姫まつりで知りました。思っていたよりも簡単でよかったです。

② あまりやりません。1か月に1、2回、週末にチャーハンを作るぐらいです。材料は、あるもので作ります。

③ (1) 30、40分ぐらいです。





- ③ (2) お着替えと洗い物です。分担はしています。妻が専業主婦なので、必然的にそうなります。
- ④ うちはまだ妻が専業主婦ですが、性別での役割意識はありません。家事については、割とやっている世代だと思います。
- ⑤ 男性も家事に参加もしていかなければいけないと思いますが、妻側の柔軟な考え方も必要だと思います。洗い物の洗い残しや洗濯物の干し方等、「完璧じゃなくてもいいよ」というように女性の意識も変わっていく必要があるのではないかと思います。

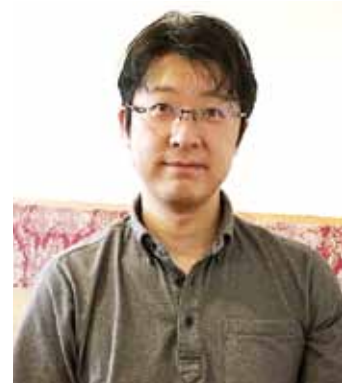
## 質問した項目

- ① 料理をするようになったきっかけを教えてください。
- ② どれくらい料理経験はありますか。
- ③ 家事（育児・介護含）について教えてください。
  - (1) 1日の家事に費やす時間はどれくらいですか。
  - (2) 家族との分担はどうしていますか。
- ④ 男女の役割意識（男は仕事、女は家庭等）についてどのように考えていますか。
- ⑤ 男性に向けてのメッセージをお願いします。

## 伊藤 輝明さん

年代：40代 家族構成：妻（専業主婦）・子ども

- ① 料理や裁縫の類は、小さい頃に母から教わったものがベースになっています。おかげさまで小学校から中学校まで、家庭科は得意科目でした。おもちゃの包丁からはじまり、次に卵焼き等、ナイフで力を入れなくても切れるものを切るところから始めたと思います。ただ、子どもの頃のことなので、料理のレパートリーは限られていました。うどんや素麺などの麺類、ハンバーグや餃子、野菜炒め、牛丼、お好み焼き等、フライパンや鍋一つで作れるメニューがほとんどです。
- ② 子どもの頃から「お手伝い」のレベルで色々やっていたので、小学校のときには一人で作れるようになっていたと思います。その後、中学生になると料理をすることもほとんどなくなりましたが、最低限の料理はできるようになったと思います。今でもメニューによっては、私が作ることもあります。ただし、揚げ物は苦手です。
- ③ (1) 仕事中心の生活をしてしまっているので、多い時でも週に1日、それも数時間程度です。食事の準備、買い物、子どもの相手等をしますが、それほど多くはありません。頼まれたことをやる程度なので、「家事」というよりは、子ども達と同じ「お手伝い」の域を出ていないと思います。おそらく、妻に言わせれば「ほとんどやっていない」と言われるでしょう。
- ③ (2) 料理、買い物が主です。分担を決めているのではなく、妻に頼まれれば手伝うという程度です。ただ、育児が「家事」という認識はありません。これは親子で話し合いながら、一緒に関わっていくべきことだと思っています。
- ④ 男性は仕事だけをしていればいいかとか、女性は家庭に入るべきだとは思っていません。女性の社会進出はもっと進めていくべきですし、女性が結婚後も仕事を続けることには賛成です。もちろん、男性は子



育てでは母親にかなわない部分はどうしてもあります。それをお互いに理解し、話し合いながら、役割を担っていけばいいと思います。

一方で、男性と女性という視点だけではなく、父親、母親、子どもを含めた役割分担を議論すべき時代だと思っています。保育園や幼稚園、学童保育の拡充など、「子どもをどうするか」という視点を欠いていては、「男女共同参画」と言っても名ばかりに終わるでしょう。

- ⑤ 私自身、特に何か言えるほどのことをしているわけではありません。どちらかという私は仕事人間ですし、好きな仕事をやらせてもらっているながら、家庭のことは妻がやってくれているというのが実状です。仕事も大変ですが、妻がやっている家事も大変だと思います。実際に1日仕事をしているより、妻がいない日に子どもと留守番をしている方が、体力も神経も使います。だから、私は仕事がどれだけ忙しく大変な状況でも、家庭ではなるべく笑顔でいるようにしています。誰にでもできる簡単なことですが、それをやり続けることは意外と難しいです。

一方で、まったく別の観点として、女性がもっと活躍できる社会をつくるためには、男性側の理解と配慮が必要だと思っています。また、公共サービス、セーフティーネットの充実や構築も必要です。ところが、我々の世代は行政や政治への関心が薄いと思います。そういう部分にも積極的に関心を持ち、地域にも関わっていく。そういう努力が、私たち男性には必要だと思っています。

## MOVE編集委員にも聞きました。

### 丸田 勝弘さん

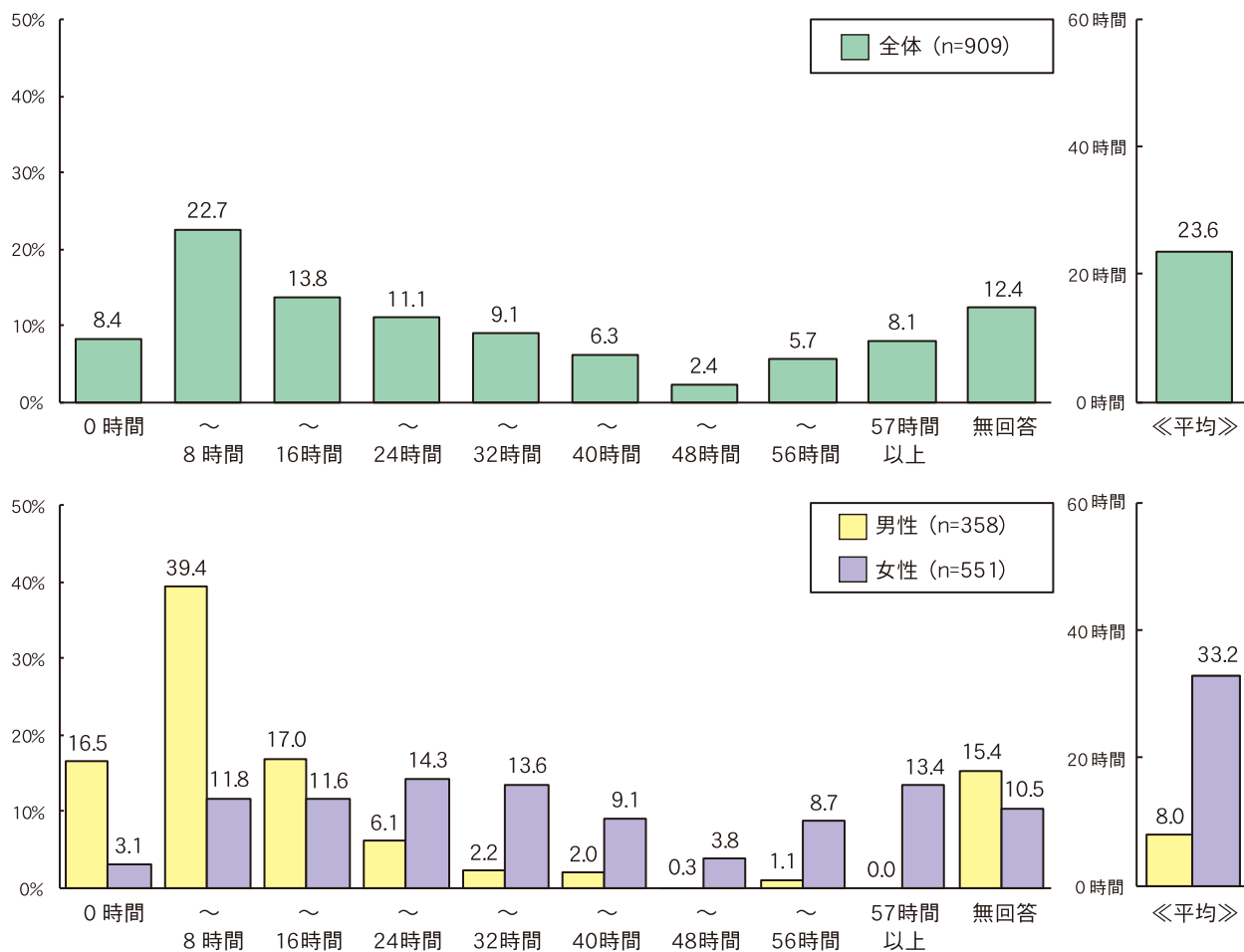
年代：70代 家族構成：妻・母

- ①② 長年会社勤めをしていたこともあり、ほとんど家事らしいことはしておらず週末に妻の手伝いをする程度でした。5年前に退職してからは妻が働いていることもあり、家事をすることになりましたが、一番苦手な家事が食事の準備でした。料理はほとんどしたことがありませんでしたが、50歳の時に退職後の趣味としてそば打ちを習い始め、60歳の時にそば打ち教室を始めました。そば打ちを通して料理をすることの楽しみとそれを人に食べてもらう楽しみを知ることができました。料理をする楽しみは、ある食材を使い何を作るか、どんな段取りで作るか、どんな味付けにするか、どんな盛り付けにするか等だと思います。また、料理は、包丁を使ったり、味付けをしたりと五感を駆使した作業でもあり、全身を使うことで老化防止にも大いに役立つと思います。



- ③ (1) 毎日ではありませんが、母の夕飯も含めて週に2~3回は料理をしています。それに費やす時間は2時間程度です。
- ③ (2) 妻はフルタイムでまだ仕事を続けているので、料理、掃除、洗濯など家事全般を夫婦で都合がつく方が行くことにしています。
- ④ 家事は共同作業でなければならないと思っています。共同作業を行う中で楽しみや喜びを感じることが大切で、男性は仕事、女性は家庭という神話は無用であると思います。
- ⑤ 男性もどんどん家事をするべきだと思います。

## 1週間に家庭内の家事・育児・介護などに費やす時間



【出典】平成27年度男女共同参画に関する意識と労働実態調査（練馬区）

1週間に家庭内の家事・育児・介護などに費やす時間をたずねたところ、全体で「～8時間」（22.7%）が2割を超えて最も多く、次いで「～16時間」（13.8%）、「～24時間」（11.1%）、「～32時間」（9.1%）、「0時間」（8.4%）がそれぞれ1割前後となっています。平均時間は23.6時間となっています。

性別にみると、男性は「～8時間」（39.4%）がほぼ4割と多く、次いで「～16時間」（17.0%）が2割近く、「0時間」（16.5%）が1割半ばとなっています。女性は「～8時間」（11.8%）から「57時間以上」（13.4%）まで1割前後で分散しています。平均時間は男性の8.0時間に対し、女性は33.2時間と女性の方が25.2時間長くなっています。

### ◎終わりに

「練馬区男子料理部」を取材させていただきました。参加者の皆さんがどんな思いで参加されたのか大変関心を持って伺いました。男の料理というと、特に料理に興味のある男性が、素材にこだわったり、凝った料理をハレの日のために創るというような力の入ったものが多かったように思いますが、今回は、普段の食卓に並ぶメニューが中心で、皆さん、日常生活の中で、自分も料理をしたいという方々なので、慣れない調理器具に苦戦しながらも、実に楽しそうに、生き生きと取り組んでいました。家族のために料理を作り、一緒に楽しみたいという気持ちが見てとれました。

最初は硬さも見られましたが、すぐにそれぞれの役割を決め、調理が始まりました。その辺の手順の良さは、組織の中で鍛えられているせいでしょうか。男子厨房に入らずというような男女の役割の固定観念を超えた男性が増えていることを頼もしく感じました。改めて、男女共に仕事と生活を両立できるような働き方の改革、役割分担に関する意識改革を進め、健康で、豊かな生活を送れるよう男女共同参画社会の実現に努める必要があると思いました。

## 「戦後の母の子育て」

第18期練馬区男女共同参画推進懇談会委員 佐藤敦子

良妻賢母が女性の理想として育てられた、大正14年生まれの子育ては厳しくも矛盾だらけ、およそ民主主義とは程遠く、特に男女差別がひどかった。

幼少の頃から母は、父親似で目が大きく気弱で優しく可愛い顔した2歳年上の兄と、目が細く負けず嫌いで好戦的性格の私が逆であればと残念がった。小学校入学では、兄は越境入学で名門小学校へ。2年後、幼稚園の卒園式で総代答辞を読み上げた私は、当然、越境入学するものと思っていたが、地元の小学校へ。母は兄の保護者会・学校行事は、何をおいても出かけたが、私の方はほとんどお構いなし。通信簿を「5」のオンパレードで持っていても、学校格差があり、兄の小学校の「3」評価と地元小学校の「5」は同じと。兄は学習塾に通わせ、私はヴィオリン、ピアノの習い事に。習い事をさせるのは、将来外に出て働かなくても家庭で教室を開いて、家計の助けができるようにと。

小学校4年になった頃、外で働くようになった母に代わって、夕飯づくりは私の仕事になった。男は台所に入るものではないと言って、兄には料理を作らせなかったし、もちろん夕飯の買い物、洗濯もさせなかった。家事のなかで、唯一、母が兄にさせたのが掃除。未だに兄の掃除、塵の捨て方は完璧だ。教育勅語を空で唱え、父母に孝行と滅私奉公を当然と考える母は、家や社会のために役に立つ立派な人に子どもを育てようとしていたのだろう。

父のDVでPTSD(心的外傷後ストレス障害)になる寸前まで追い込まれていた母は、金沢の大学に兄が入学して家を出た時に、父と別れた。父の追跡を避け、単身東京に出て、住み込みで電力会社や銀行の社員寮で働き、女に学歴はいらなないと言いつつ私を大学に行かせてくれた。最近、認知が出てきた母から、暴力夫と別れ、自分が行かせてもらえなかった女子大に娘を通わせたその頃が一番嬉しかった。そして、娘がいて良かったと感謝されている。



## 「あたりまえを変えることの難しさ」

第18期練馬区男女共同参画推進懇談会委員 宮川隆史

家庭科の先生になって私がやりたかったことは、前回書いた家庭科の大切さ、家庭科の持っている学際性、総合科学性を実践の中で多くの方々に知っていただくということでした。できれば、おそらく、「家庭科なんて」という感じがより強いであろう進学系の上位校に赴任して「お料理お裁縫だけが家庭科じゃない」ということを知ってもらい、生活者の視点で考える基盤を身につけてもらいたいと目論んでいました。

ところが、と言うより案の上、完全にバイアスのかかった人事配置で、私たち男性陣は皆、指導が困難と思われる高校に配置されました。どうして、と思いましたが、よくよく考えてみると男女共修が始まった時点で世の中の一般的な論調は、『男の子もいずれは一人暮らしをするのだから、ご飯が炊けてポタン付けくらい自分でできるようにならないといけないからね』というようなものでしたから致し方なかったのかとも思います。当時は男子が家庭科を履修することが本当に必要か否かというようなことが平気で議論されていたような気がします。実際、マスコミで取り上げられる場合でも、受験勉強に明け暮れる進学系の男子校の生徒がエプロンをし、喜々として調理実習をしているような場面ばかりが取り上げられていました。女子だけが家庭科を履修していることをあたりまえのこととして続けてきた、そのあたりまえを変えることは簡単なことではなかったのです。

私自身は、下からの改革に取組まざるを得ない状況にあった指導困難校で、類型の一つとして生活福祉類型を立ち上げた学校に『社会科出身の家庭科だから福祉の授業にうってつけ』とおそらく考えられ、もちろん先ほど申し上げた『男性だから』という理由も手伝って迎えられました。福祉のふの字にもほとんど興味のなかった私にとっては思ってもみなかった展開でしたが、ここでゼロから新しいものを創りあげていくことに孤軍奮闘したことがその後の私の教員生活を変えていくことになりました。…つづく





# 『オトコの暮らし力アップ』 に挑戦しませんか?!

だれもが生きていく上で必要な“衣・食・住”を日常的に調整・管理する能力は「暮らし力」です。えーるでは、これまで主に女性に求められてきたさまざまな「暮らし力」のスキルを、男性だけで学ぶ講座（身の回りの整理整頓、簡単で栄養豊富な料理、ボタン付けやズボンの裾上げなどの簡単な針仕事）を、ただ今準備中です。



**えーる**

各種施設の利用方法や、講座・イベントの詳細は、ホームページなどでお知らせしています。

<http://www.nerima-yell.com/>

〈工事のお知らせ〉  
平成29年10月から12月まで、館内トイレ工事を行っています。ご利用にあたって、ご不便ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

## 相談室

03-3996-9050

- 総合相談（予約不要）  
毎日・午前9時～午後7時 祝休日は午後5時まで  
第3土曜日は性的マイノリティ相談ができます。
- 心の相談（要予約）  
月～土曜日・午前10時～午後7時 祝休日は午後5時まで
- 法律相談（要予約）  
祝休日を除く毎週土曜日 午後1時～午後4時
- 配偶者等の暴力に対する（DV）専門相談（要予約）  
月曜日 午前9時～午後5時  
水曜日・金曜日（第一を除く） 午前10時～午後7時  
（祝休日の場合は午後5時まで）  
（\*第一金曜日は練馬区民相談所で実施午前9時～午後5時）

## 図書・資料室

男女共同参画、女性論、男性論、生き方、心の問題、家族の問題、再就職に役立つ本など、多数そろえてお待ちしております。  
ぜひ、ご活用ください。

- 練馬区内に在住・在勤・在学の方が利用できます。
- 6冊まで4週間借りられます。

## アクセス

〒177-0041 練馬区石神井町8-1-10  
電話：03-3996-9005 / FAX：03-3996-9010  
西武池袋線「石神井公園駅」西口下車6分



※お車での来所は、混雑したため（お体の不自由な方はご相談ください）。

# ワーク・ライフ・バランスセミナー

「働き方改革によるワーク・ライフ・バランスの推進+わかる!健康な職場の作り方」

**第一部 働き方改革によるワーク・ライフ・バランスの推進**  
～社員のモチベーションアップによるやりがいのある職場～

【講師】特定社会保険労務士/加治 直樹

【内容】ワーク・ライフ・バランスについて、最近の労働相談の事例や傾向を踏まえつつ、取組事例などを紹介しながら会社・社員にとってのメリットについてお話しします。

**第二部 わかる!健康な職場の作り方**  
～健康経営とヘルスリテラシー～

【講師】医師/福田 洋(順天堂大学医学部総合診療科 准教授)

【内容】従業員の健康管理を経営の視点で考え戦略的に推進していく手法「健康経営」と、健康経営の鍵となる社員と組織の健康情報力「ヘルスリテラシー」について、予防医学・産業保健の専門医が事例をまじえお話しします。

日時：11月13日(月)  
午後6時30分～8時30分（開場午後6時）

会場：ココネリ3階（練馬1-17-1）  
練馬駅北口徒歩1分

対象：企業・事業者の雇用主および人事労務担当者等  
およびテーマに関心のある方

定員：60人(事前申込・先着順・10月11日(水)から電話またはメール、FAXにて受付)  
一時保育（1歳～未就学児）・手話通訳をご利用の方は、10月31日(火)までに併せてお申し込みください。

申込先：練馬区総務部人権・男女共同参画課（下記編集後記参照）

男女共同参画に関する情報を発信

## すすめよう!男女共同参画 (男女共同参画応援コーナー)

練馬区のホームページ上に開設しています。  
今後も充実させていきます。  
ぜひご覧ください。

すすめよう男女共同参画

検索



## 編集後記

本紙は、練馬区男女共同参画推進懇談会委員（佐藤委員、田村委員、藤多委員、丸田委員、宮川委員）のご協力をいただき企画・編集しています。取材にご協力いただいた関係機関・関係者に感謝申し上げます（事務局）。

練馬区総務部人権・男女共同参画課  
〒176-8501 練馬区豊玉北6-12-1  
電話 5984-4518(直通) FAX 3993-6512  
Eメール jinkendanjo@city.nerima.tokyo.jp

