



pre

わたしのママくらし Vol.3

バルシステム
産直担当 吉田が
レポートします

〈アンケート方法〉
『わたしのくらし』『わたしのママくらし』に登録している中から、オンラインバル登録をしている組合員に8/19(金)～9/2(金)でアンケートを発信。

みんな
どうしてる？プレママ組合員に聞いた！
家事分担事情

『わたしのくらし』『わたしのママくらし』に登録している組合員、980名のアンケート結果を公開！
各家庭に見える、「家事分担」の実態とは！？

Q1.

相手の担当家事は？
(※複数回答)

同率1位

- ごみ集め・ごみ出し
- おふろ掃除
- リビング掃除

体調面でも精神面でも特殊な期間を過ごしているプレママ。ほかのステージとは違い、**夫もすすんで家事を分担している人が目立ちます。**
とくに「ごみ集め・ごみ出し」「おふろ掃除」「リビングの掃除」「休日の買い物」を実践している家庭が多く、**夫の担当家事が多い分、妻の満足度(右表)も高いという結果に。**

家のことリスト

ふだんの「家事」も
書き出すとこんなに…
毎日お疲れさまです。

- ☒ごみ集め・ごみ出し ☐トイレ掃除
☒おふろ掃除 ☐キッチン掃除 ☐玄関掃除
☒リビング掃除 ☐平日の食事の準備(朝、昼、夕)
☐休日の食事の準備(朝、昼、夕) ☐朝食の片付け
☐夕食の片付け ☐洗濯物を干す ☐洗濯物をとりこむ、たたむ、しまう ☐平日の買い物 ☐休日の買い物
☐上の子のおふろ ☐上の子の寝かしつけ
☐休日の上の子の遊び見守り ☐妻が外出(息抜きや友達との約束)するための協力 ☐夫の担当家事はない などなど

POINT

夫の好きなこと、得意なことを
お願いするといいかも。

バルシステムの男性職員にも聞いた
“男性側の想い”とは



垣野

気持ちを上げるでもなく、押しつけるでもなく、**淡々と指示される方がいいです。**家事のクオリティが低くてどうしてもがまんできないときだけ、改善法を端的、明確に伝えてほしいな。できればやわらかい口調で



大塚

「**パパが作った方がおいしい♪**」と言われ、焼きそばとたこ焼きは僕の担当です。そう言われると断れないかな

親や友人、(それか子ども)に自分のことをほめてくれていて、遠まわしに伝わってくると結構うれしかった



奥脇

共働きだけど、家事育児はほとんど妻に任せてしまった。「子どもが無事に育ったのは、9割あなたのおかげ」と伝えたところ、「9割9分ね」と返されました(笑)。感謝の気持ちは常にあります

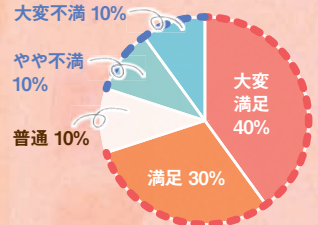


山岸

うちは「家のことリスト」を作り、現状の家事分担を明確にしました。上のように書き出して、プラスでコレとコレをお願い、と視覚的に伝えるとわかりやすいようです。

Q2.

相手の家事への満足度は？



「**大変満足・満足**」が、なんと全体の7割に！キッズ世代、ベビー世代と比べても高いですが、「不満」という人も…

もう少しパートナーに分担してもらえる方法はある？

毎日のことだから、伝えるタイミングがむずかしいかもしれませんが、まずは大掃除から分担を始めてみませんか？



次回1月4回は、くらしの「保障」について、紹介しあいます。経験者の「これがあってよかった」を紹介！



ライフステージを変えたい方へ

わたしのママくらしbaby(0～2歳の子がいるママ向け)▶ 190829

わたしのママくらしkids(3～8歳の子がいるママ向け)▶ 190837

わたしのくらし(ひとり暮らし、夫とふたり暮らしの女性向け)▶ 190802

※引き続きお届けを希望される場合は、記入不要です。

※重複してご登録いただいた場合は[kids]→[baby]→[pre]→

「わたしのくらし」の順で、1種類のみの登録となります。ご了承ください。

※「タベンダ」に切り替えられた場合、チラシが配付されません。ご了承ください。

※配付停止はこちら▶ 190845



みんなの“リアル”を紹介します／

義実家への帰省 どうしてる？

お義母さんの本音、
聞かせてください！

わたしは「お義母さん」の
立場からお話します



T (水産担当)、望月 (生活用品担当)、
いばと 衣鳩 (人事担当)

原田 (営業支援担当)

帰省中の「お手伝い」とか
どうしてる？

ふたり暮らし
T

妊娠中は、何をしても
「座って」と大事にしま
もらったので、それに甘
えていました。でも、手
伝うという姿勢はいつも
キープしていました

ベビーママ
衣鳩

キッズママ
望月

お義母さんは家事が完璧なの
で、甘えてばかりです。子ども
が成長して、少し手がからな
くなったからお手伝いしたいな
と思うんだけど、なかなかき
っかけがつかめなくて。子ども
巻き込んでお手伝いしたいな
と思っています

お嫁さんにやってもらってうれしかったの
は、**かまぼこの飾り切り**。ネットで調べて
きてくれて。おせちの詰め方もマンネリ化
しているから、**自分と違うセンス**でやって
もらおうと楽しいわね

原田

かまぼこ飾り切り「祝い」

でき上がり！



- 1 かまぼこを厚さ9mmに切り、2/3まで3mm幅で切り目を入れる。
- 2 真ん中に切り目を入れ、上肩にも切り目を入れる。
- 3 真ん中の切り目に端を差し込む。



キッズママ
望月



ベビーママ
衣鳩



『コア・フード
野付のほたて』

帰省時の「手みやげ」って
どうしていますか？ いつも悩みの種。
日もちしない生菓子を持って行って
食べきれず、失敗したことも…

うちは、毎年ギフトカタログ
に載っている『コア・フード野
付のほたて』。「また食べたい
な」って楽しみにしてくれてい
るから、**帰省に合わせて直送**
しています。**パルシステムでし
か買えないもの**を送っておく
のは、**他とかぶらず**オススメ



ふたり暮らし
T

わたしは、姑として迎える方
だけど、結構迎える方も準備
が大変。だから、**お義母さん
にお年玉やプレゼントをあ
げるのも手**だと思うわ



原田

1年目はモガニにしたいけど、
食べるときに、身を出すの
に夢中で無言になっちゃっ
たから、2年目からは『北
海七宝漬け』に。**おせちと
かぶらないし、見た目が豪
華！** おせちの一品になるも
のって、必ず使えるからい
いわよ



『北海七宝漬け』

実験から聞きました！ 義実家に帰るときのポイント4つ！

その1 帰省日は早めに連絡

お正月は買い物も大変。準備する時間があるとうれしい。

その2 自分の体調を伝える

つわりの時は食べられるものを前もって伝えて。

その3 ほかの家族と

お互いの手土産を確認
兄弟家族なども同時期に帰省す
るときは、手土産を確認してお
く、かぶらなくていいかも。

その4 適度に甘える

遠慮され過ぎも寂しいもの。お義
母さんを司令塔と思って甘えるの
も大事。

年末年始はとくに、その家
ごとの過ごし方があると思
うから、そこに楽しみなが
ら参加する、という気持ち
で来てくれたらうれしいわ



原田

役立つチョイテク

今回紹介した商品の一部や
その他のおすすめはネットでも注文できます。

おせちの一品にもなるものや
日もちするおみやげも！

- ☐ コア・フード野付のほたて
- ☐ 北海七宝漬け
- ☐ 紅白ミニかもめの玉子

※利用には、オンライン
パルへの登録が必要です。

パルシステム 注文 検索

同時配付の「別冊 お正月特集号」も
併せてご覧ください。



大掃除に
必要なグッズも！