

家事について

一 目 次

ページ

アンケート概要		1
基本情報		
問 1	あなたの性別についてお聞かせください	2
問 2	あなたの年齢は、おいくつですか	2
問 3	現在、あなたは結婚していますか（事実婚や同性パートナーを含む）	3
問 4	あなたの世帯は、共働きですか	3
家事に費やす時間について		
問 5	あなたは普段、以下の家事をどの程度していますか	4~9
問 6	1日のうち、あなたが家事に費やす時間はどれくらいですか。問5の家事だけでなく、すべての家事についてお答えください	10 ~11
問 7	あなたは、家事に費やす時間を長いと感じていますか	12
問 8	コロナ禍で家事の総量は増えましたか	12
家事の負担について		
問 9	あなたは家事をすることにストレスを感じていますか	13
問 10	あなたは家事の負担や、家事に費やす時間を減らしたいと思いますか	14
問 11	あなたが負担や、費やす時間を減らしたい家事は何ですか	15
問 12	家事の負担を減らすことができた場合、何をする時間を増やしたいですか	16
家事の工夫について		
問 13	家事の負担や、家事に費やす時間を減らすためにしている工夫はありますか。また、それぞれの具体的な方法を、ぜひ教えてください	17 ~19
家事の分担や外注について		
問 14	あなたは、家事を夫婦（パートナー）や家族で分担したり協力して取り組んだりすることは、当たり前だと思いますか	20
問 15	あなたと配偶者（パートナー）、その他の家族の家事分担はどのくらいになりますか。	21
問 16	お互いの家事の負担や家事分担について、夫婦（パートナー）で話し合っていますか	22
問 17	家事代行など外部サービスを利用したことがありますか	22
問 18	利用したサービスについて答えられる範囲で教えてください	23 ~24
問 19	外部サービスの利用を検討したことがありますか	25
問 20	検討の結果、利用しなかった理由は何ですか	25

時間の使い方について

問21	あなたは、自分が好きなことをする時間を確保できていますか	26
問22	好きなことをする時間の確保を妨げる要因のうち、家事はどのくらいの割合を占めていますか	26

※ n (number of cases) は、その設問に対する回答者の総数を示しています。

質問によっては複数的回答を得たものがあります。

また、質問によっては、回答がなかった、もしくは、択一選択の質問に複数的回答があったため、総数について整合がとれていない部分があります。

1 アンケート概要

家事について

2 調査目的

板橋区男女平等推進センターでは、性別にとらわれず、いきいきと暮らせる社会をめざして、情報誌「スクエアー・I(あい)」を発行しており、令和3年3月に「家事」についての特集を予定しています。

区民の皆さまの家事に関する意識や家事に関する工夫などを調査し、記事作成に活用することを目的としています。

3 調査対象

(1) いたばし・タウンモニター 49名 (2) いたばし・eモニター 119名

4 調査方法

(1) いたばし・タウンモニター 郵送及びインターネット回答
(2) いたばし・eモニター インターネット回答

5 調査期間

(1) いたばし・タウンモニター

令和3年1月21日（木）から令和3年2月4日（木）まで

(2) いたばし・eモニター

令和3年1月21日（木）から令和3年2月4日（木）まで 23時59分まで

6 アンケート作成部署

総務部男女社会参画課

7 回答結果（回答率）

	回答数（人）	回答率（%）
タウンモニター	39人	79.6%
eモニター	47人	39.5%
計	86人	51.2%

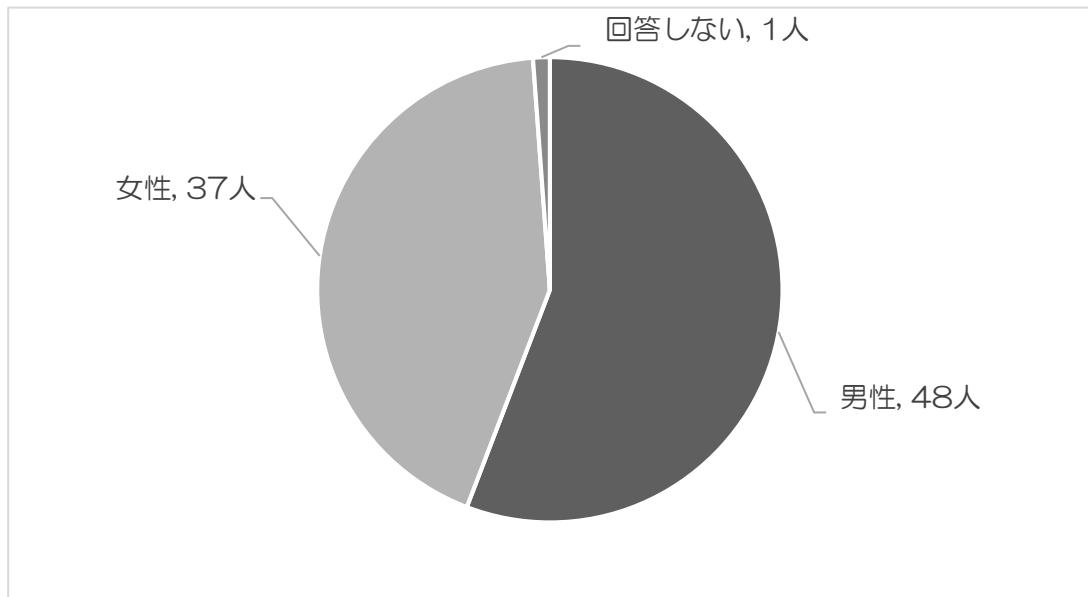
8 その他

紙面の関係上、同様の内容のものについては要約・省略をしているものもあります。また、ご意見・ご要望等で、アンケートに関連のない内容等については、割愛させていただきました。

回答の比率（%）は、小数点第二位を四捨五入しています。したがって、数値の合計が100%にならない場合があります。

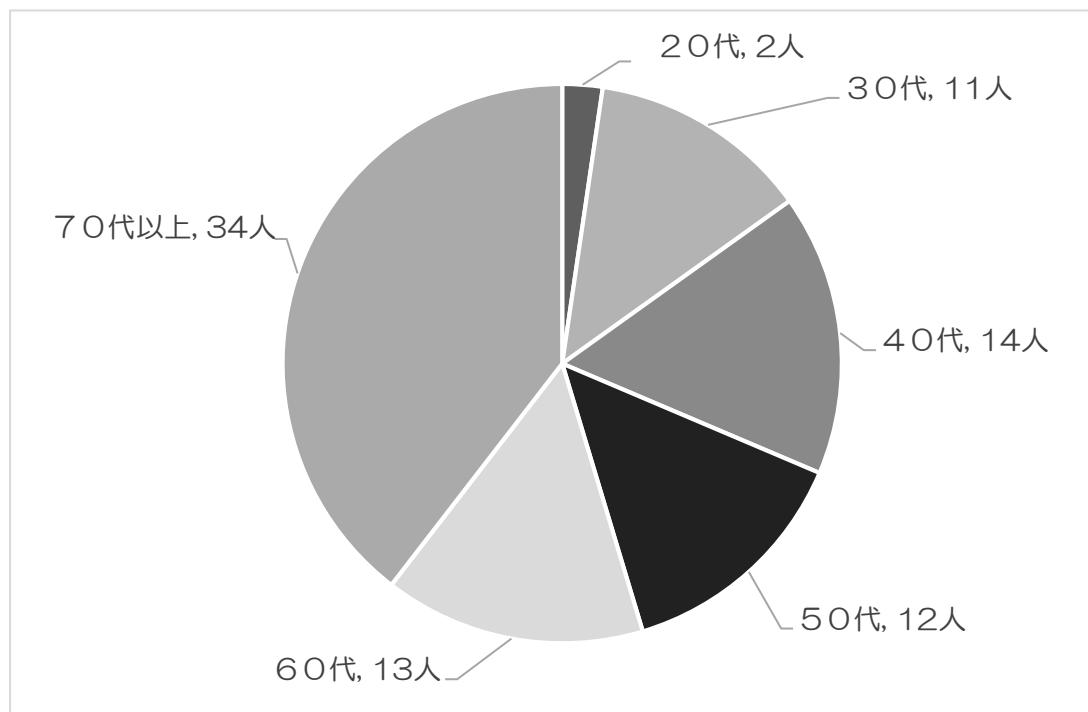
基本情報

問1 あなたの性別についてお聞かせください。



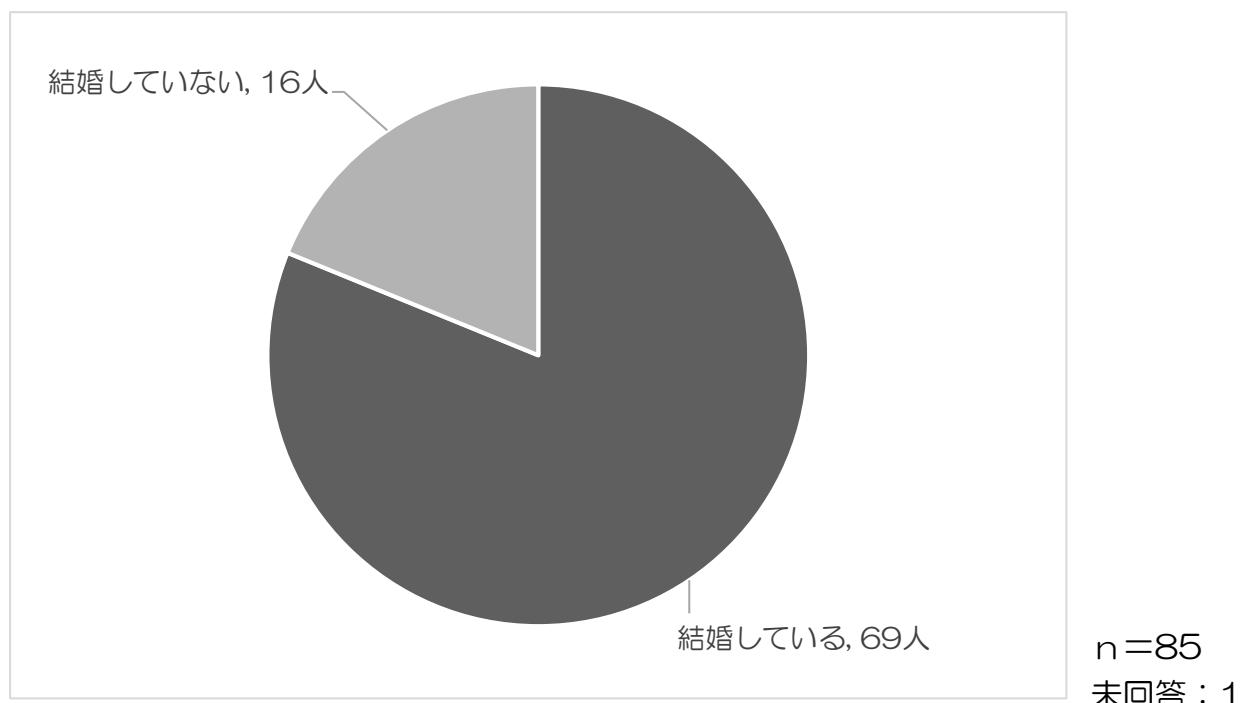
n=86

問2 あなたの年齢は、いくつですか。



n=86

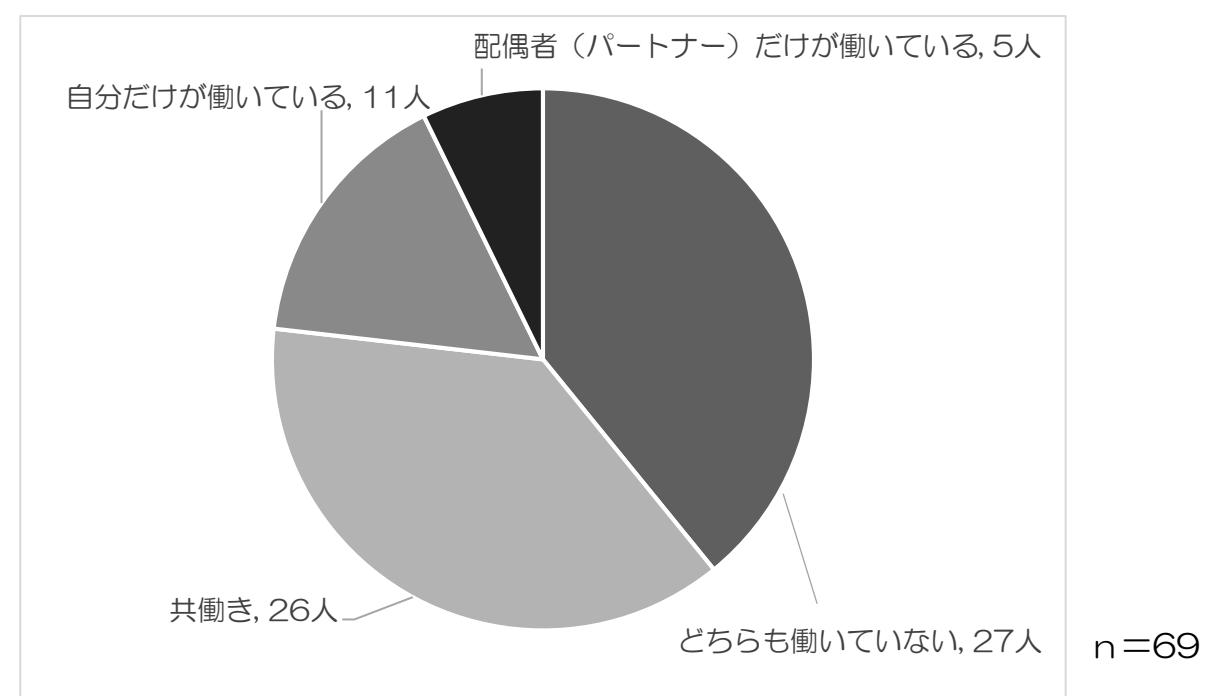
問3 現在、あなたは結婚していますか（事実婚や同性パートナーを含む）。



「結婚している」と回答した人が 69 人 (81.2%) だった。「結婚していない」と回答した人が 16 人 (18.8%) だった。

「結婚している」を選択された方にうかがいます。

問4 あなたの世帯は、共働きですか。

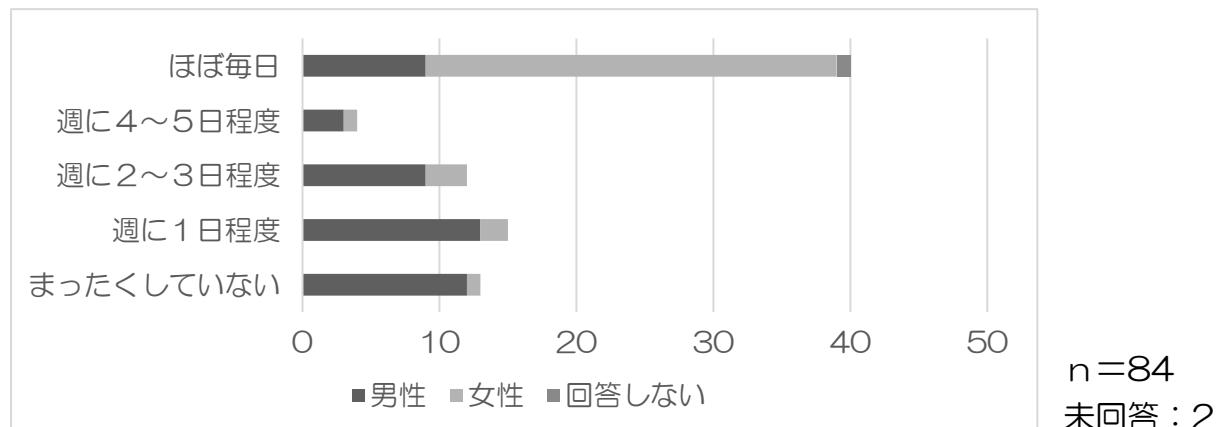


「どちらも働いていない」と回答した人が 27 人 (39.1%) と最も多かった。次いで、「共働き」と回答した人が 26 人 (37.7%) だった。

家事に費やす時間について

問5 あなたは普段、以下の家事をどの程度していますか。

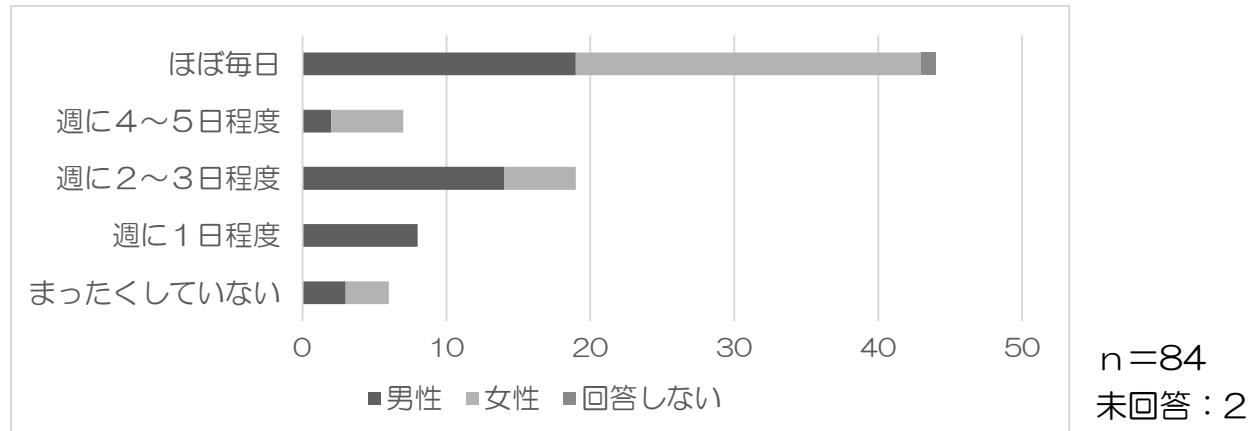
ア 食事づくり



	男性	女性	回答しない	総計
ほぼ毎日	9人	30人	1人	40人
週に4~5日程度	3人	1人	0人	4人
週に2~3日程度	9人	3人	0人	12人
週に1日程度	13人	2人	0人	15人
まったくしていない	12人	1人	0人	13人
総計	46人	37人	1人	84人

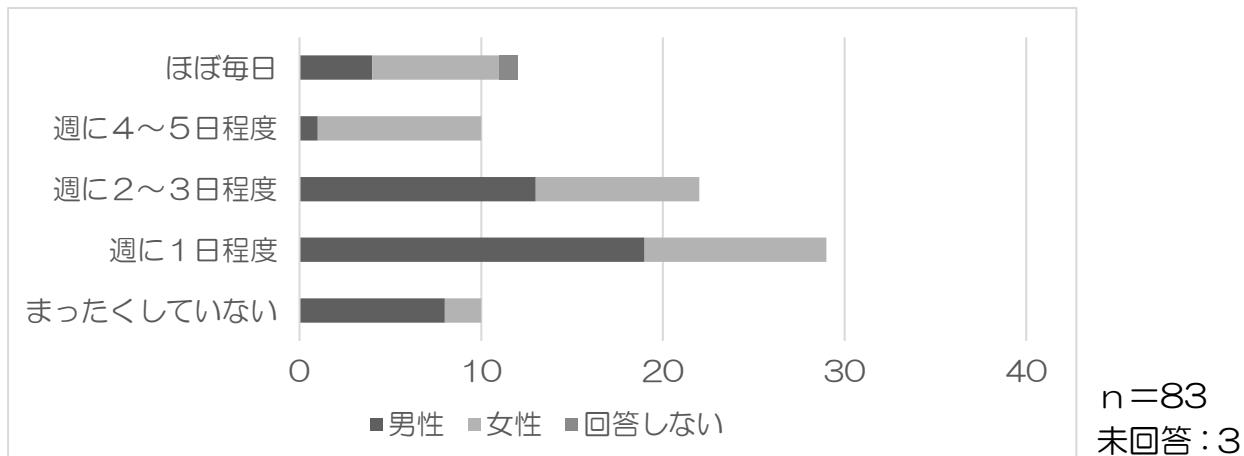
「ほぼ毎日」と回答した人が40人(47.6%)と最も多かった。次いで、「週に1日程度」と回答した人が15人(17.9%)だった。

イ 食後の片づけ（食器洗い等）



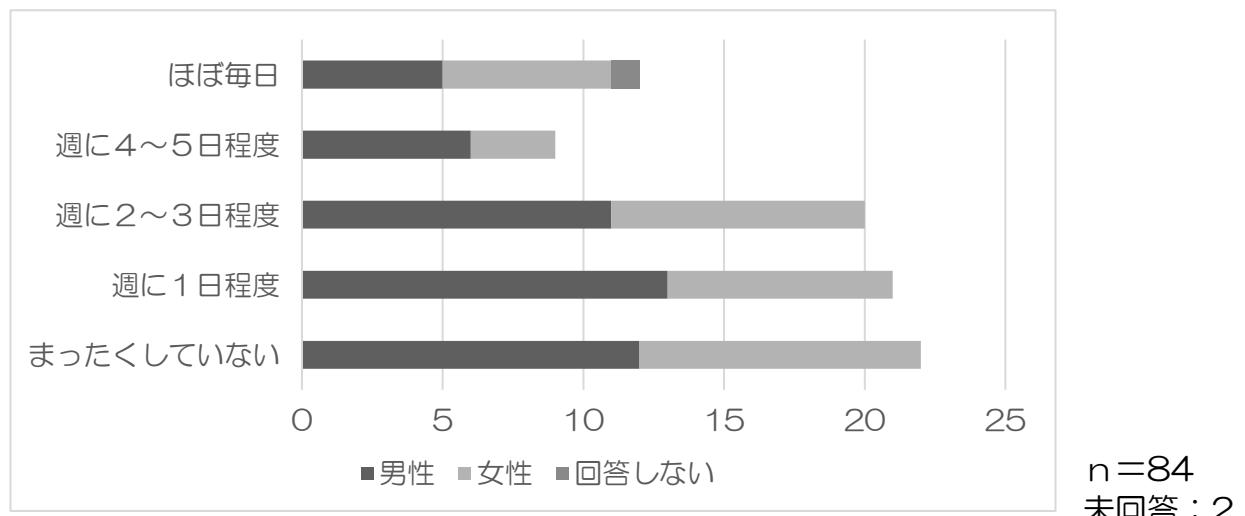
「ほぼ毎日」と回答した人が44人(52.4%)と最も多かった。次いで、「週に2~3日程度」と回答した人が19人(22.6%)だった。

ウ 部屋の掃除（居室・リビング等）



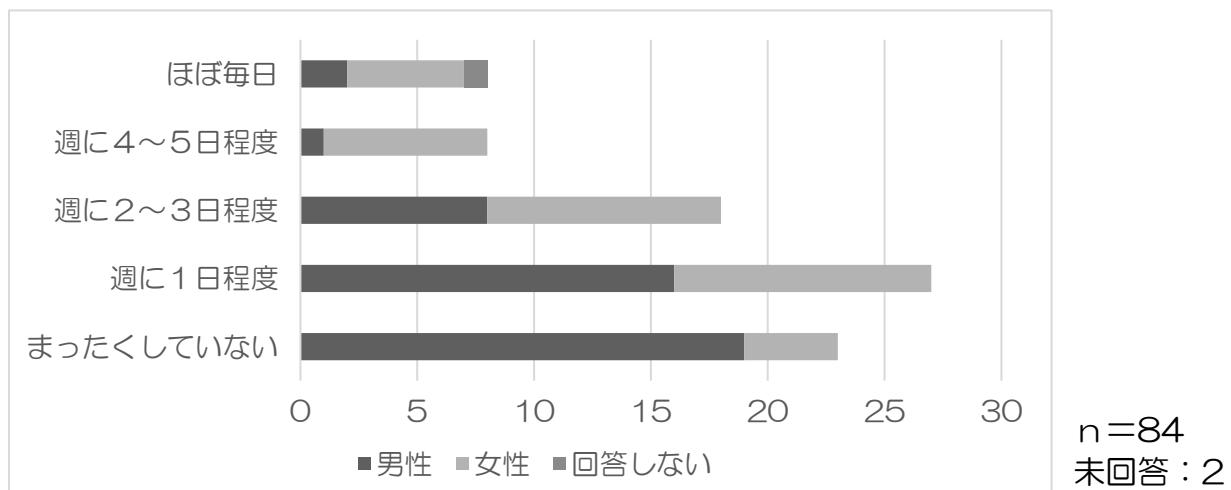
「週に1日程度」と回答した人が29人(34.9%)と最も多かった。次いで、「週に2~3日程度」と回答した人が22人(26.5%)だった。

工 風呂の掃除



「まったくしていない」と回答した人が 22 人 (26.2%) と最も多かった。次いで、「週に1日程度」と回答した人が 21 人 (25.0%) だった。

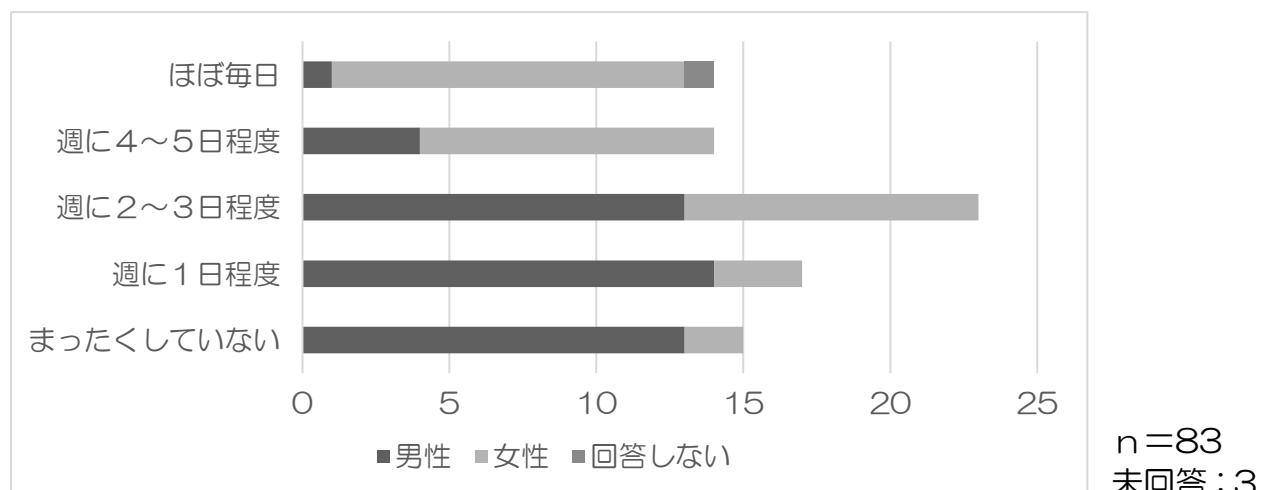
オ トイレの掃除



	男性	女性	回答しない	総計
ほぼ毎日	2人	5人	1人	8人
週に4~5日程度	1人	7人	0人	8人
週に2~3日程度	8人	10人	0人	18人
週に1日程度	16人	11人	0人	27人
まったくしていない	19人	4人	0人	23人
総計	46人	37人	1人	84人

「週に1日程度」と回答した人が27人(32.1%)と最も多かった。次いで、「まったくしていない」と回答した人が23人(27.4%)だった。

力 洗濯、物干し

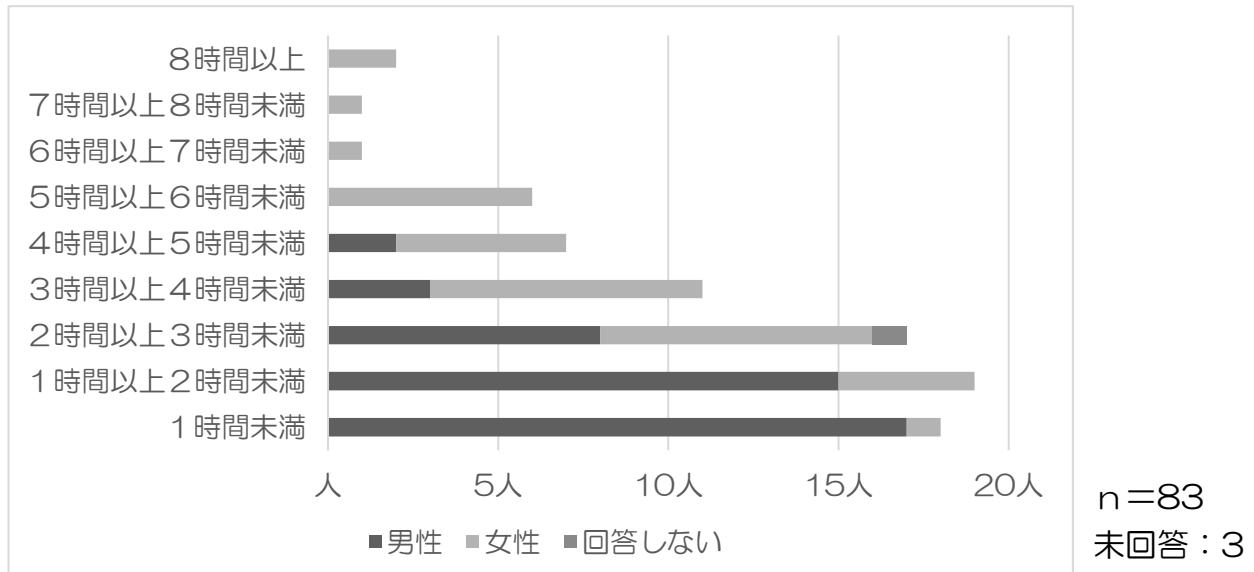


	男性	女性	回答しない	総計
ほぼ毎日	1人	12人	1人	14人
週に4~5日程度	4人	10人	0人	14人
週に2~3日程度	13人	10人	0人	23人
週に1日程度	14人	3人	0人	17人
まったくしていない	13人	2人	0人	15人
総計	45人	37人	1人	83人

「週に2から3日程度」と回答した人が 23 人 (27.7%) と最も多かった。次いで、「週に1日程度」と回答した人が 17 人 (20.5%) だった。

問6 1日のうち、あなたが家事に費やす時間はどれくらいですか。問5の家事だけではなく、すべての家事についてお答えください。

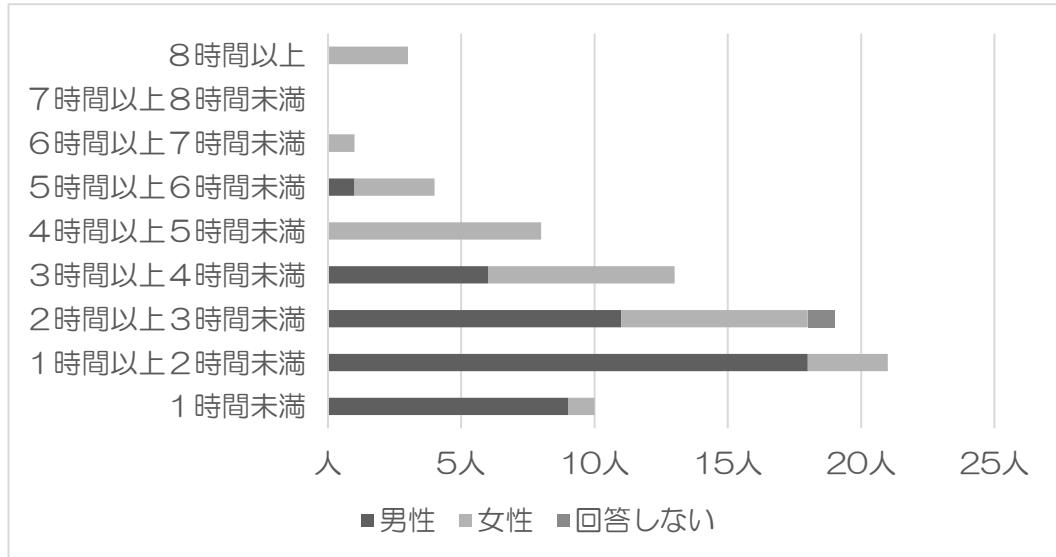
<平日>



平日	男性	女性	回答しない	総計
1時間未満	17人	1人	0人	18人
1時間以上2時間未満	16人	4人	0人	20人
2時間以上3時間未満	8人	8人	1人	17人
3時間以上4時間未満	3人	8人	0人	11人
4時間以上5時間未満	2人	5人	0人	7人
5時間以上6時間未満	0人	6人	0人	6人
6時間以上7時間未満	0人	1人	0人	1人
7時間以上8時間未満	0人	1人	0人	1人
8時間以上	0人	2人	0人	2人
総計	46人	36人	1人	83人

「1時間以上2時間未満」と回答した人が 20 人 (24.1%) と最も多かった。次いで、「1時間未満」と回答した人が 18 人 (21.7%) だった。
平均時間は、約 2 時間 16 分（男性が約 1 時間 17 分、女性が約 3 時間 32 分）だった。

<休日>



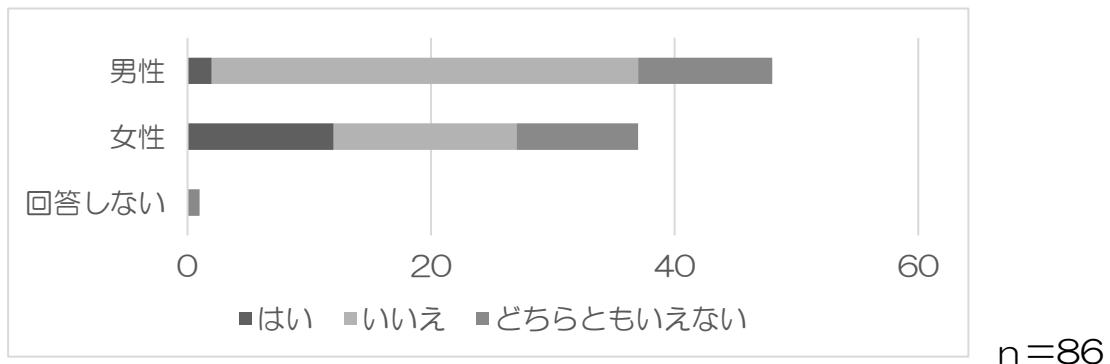
n=79

未回答：7

休日	男性	女性	回答しない	総計
1時間未満	9人	1人	0人	10人
1時間以上2時間未満	18人	3人	0人	21人
2時間以上3時間未満	11人	7人	1人	19人
3時間以上4時間未満	6人	7人	0人	13人
4時間以上5時間未満	0人	8人	0人	8人
5時間以上6時間未満	1人	3人	0人	4人
6時間以上7時間未満	0人	1人	0人	1人
7時間以上8時間未満	0人	0人	0人	0人
8時間以上	0人	3人	0人	3人
総計	45人	33人	1人	79人

「1時間以上2時間未満」と回答した人が 21 人 (26.6%) と最も多かった。次いで、「2時間以上3時間未満」と回答した人が 19 人 (24.1%) だった。
平均時間は、約 2 時間 31 分（男性が約 1 時間 34 分、女性が約 3 時間 50 分）だった。

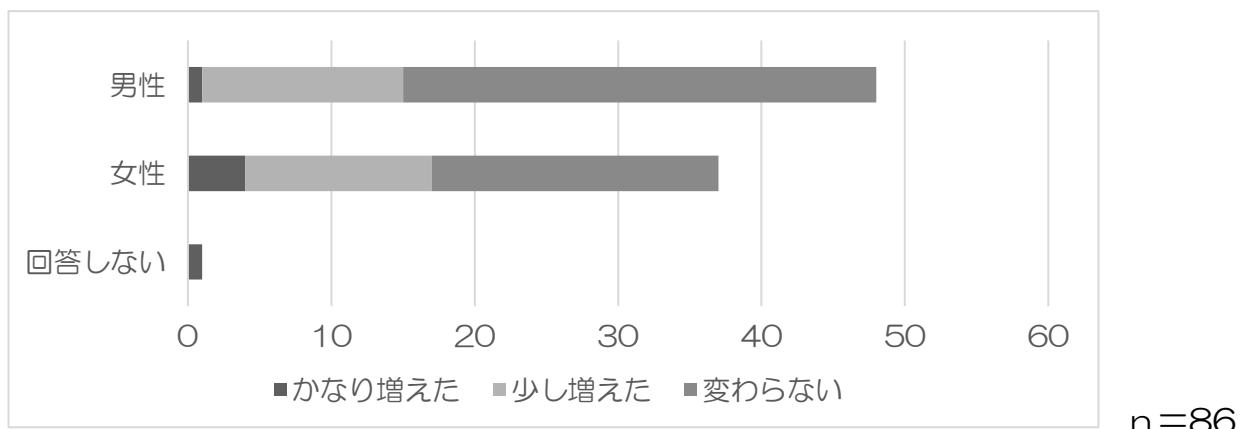
問7 あなたは、家事に費やす時間を長いと感じていますか（〇は1つ）。



	男性	女性	回答しない	総計
はい	2人	12人	0人	14人
いいえ	35人	15人	0人	50人
どちらともいえない	11人	10人	1人	22人
総計	48人	37人	1人	86人

「いいえ」と回答した人が50人(58.1%)で最も多かった。次いで、「どちらともいえない」と回答した人が22人(25.6%)だった。

問8 コロナ禍で家事の総量は増えましたか（〇は1つ）。

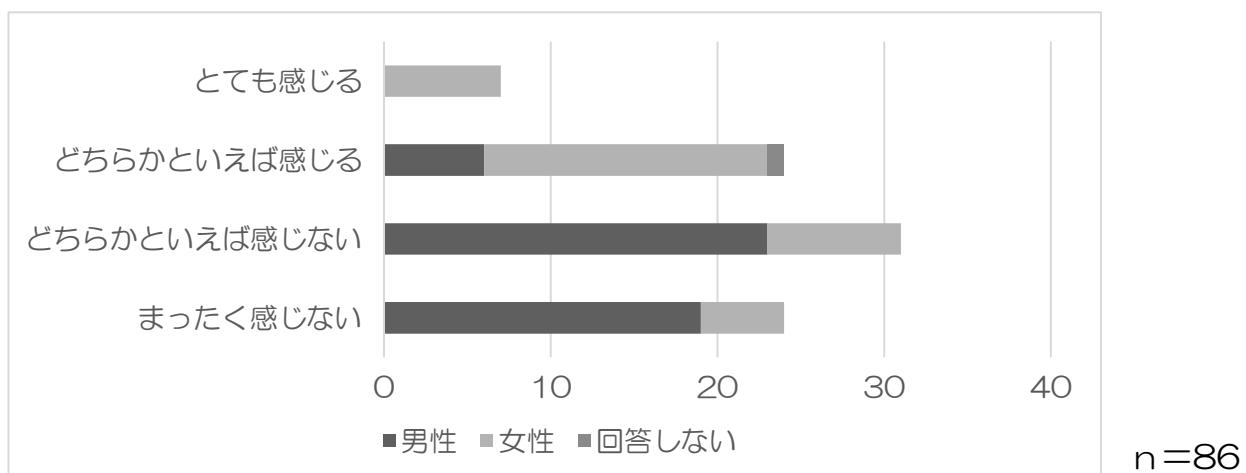


	男性	女性	回答しない	総計
かなり増えた	1人	4人	1人	6人
少し増えた	14人	13人	0人	27人
変わらない	33人	20人	0人	53人
総計	48人	37人	1人	86人

「変わらない」と回答した人が53人(61.6%)で最も多かった。次いで、「少し増えた」と回答した人が27人(31.4%)だった。

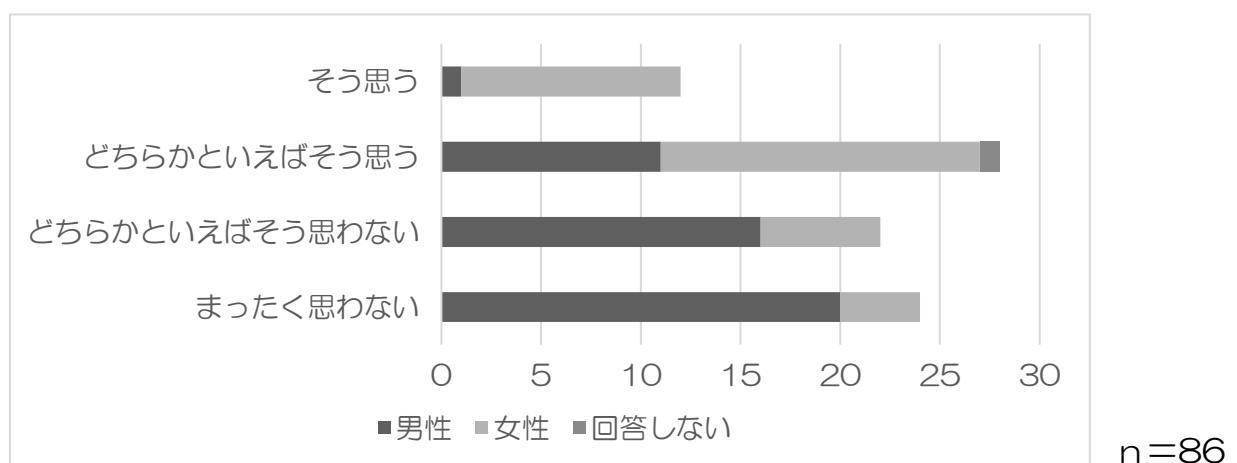
家事の負担について

問9 あなたは家事をすることにストレスを感じていますか（〇は1つ）。



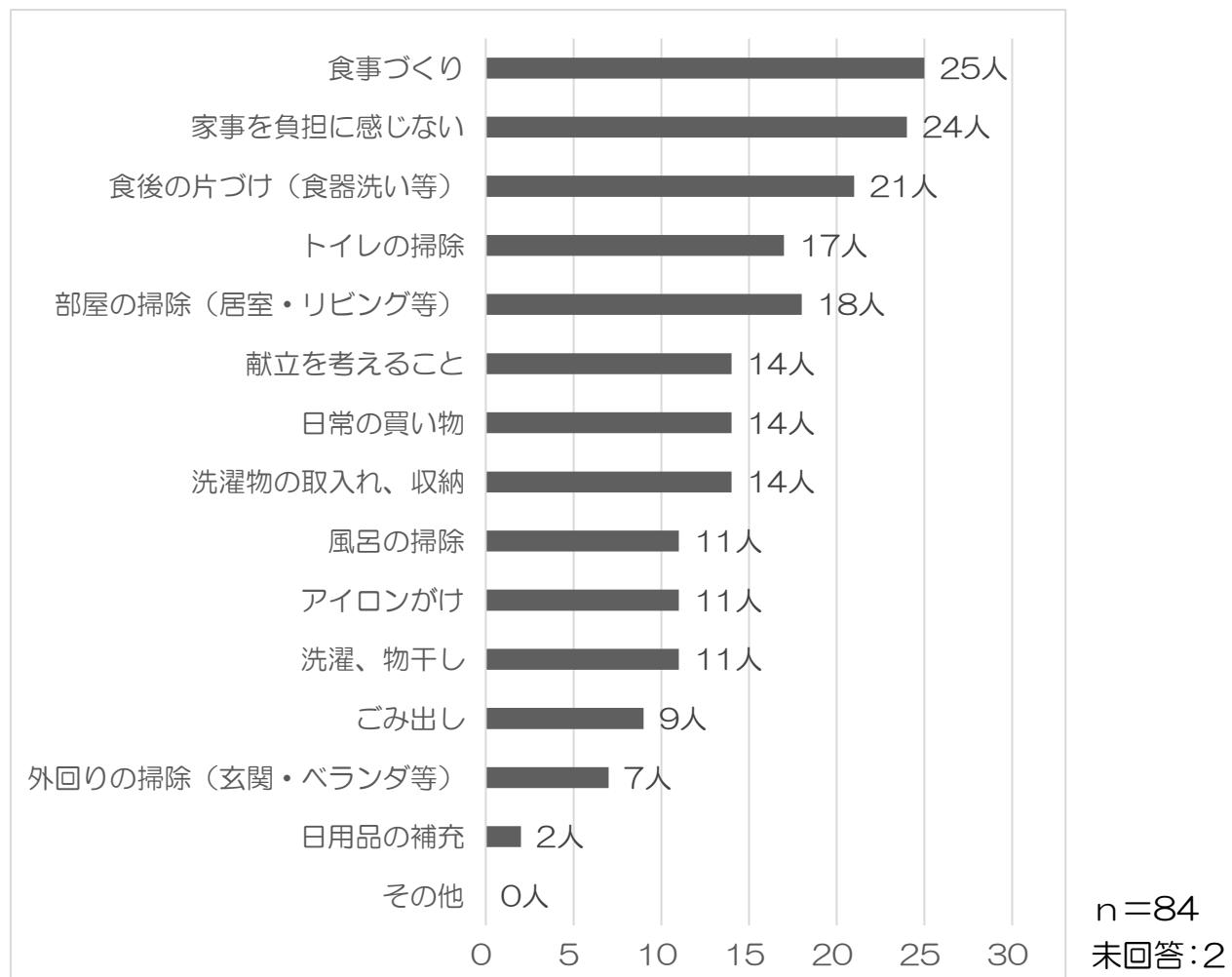
「どちらかといえば感じない」と回答した人が 31 人 (36.0%) で最も多かった。次いで、「どちらかといえば感じる」「まったく感じない」と回答した人が 24 人(27.9%) だった。

問 10 あなたは家事の負担や、家事に費やす時間を減らしたいと思いますか。
(〇は1つ)



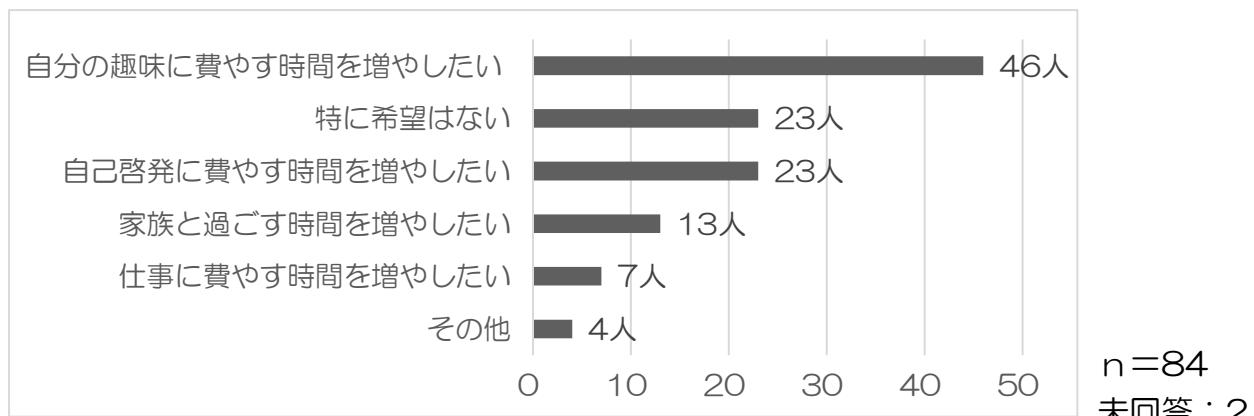
「どちらかといえばそう思う」と回答した人が 28 人 (32.6%) で最も多かった。次いで、「まったく思わない」と回答した人が 24 人 (27.9%) だった。

問 11 あなたが負担や、費やす時間を減らしたい家事は何ですか（〇は3つまで）。



「食事づくり」と回答した人が 25 人 (29.8%) で最も多いかった。次いで、「家事を負担に感じない」と回答した人が 24 人 (28.6%) だった。

問12 家事の負担を減らすことができた場合、何をする時間を増やしたいですか。
(○はいくつでも)



<その他の回答>

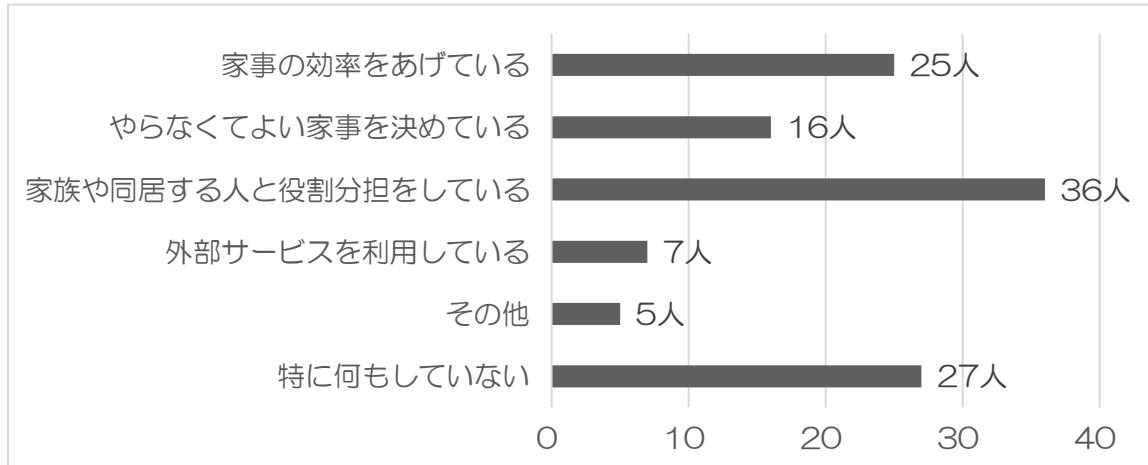
- ・休憩
- ・今は家事よりも育児で手一杯
- ・何もせずに過ごしたい
- ・テレビを見ていたい

「自分の趣味に費やす時間を増やしたい」と回答した人が 46 人 (54.8%) で最も多かった。次いで、「自己啓発に費やす時間を増やしたい」「特に希望はない」と回答した人が 23 人 (27.4%) だった。

家事の工夫について

問 13 家事の負担や、家事に費やす時間を減らすためにしている工夫はありますか。

また、それぞれの具体的な方法を、ぜひ教えてください（〇はいくつでも）。



n=85 未回答：1

1 家事の効率をあげている 回答：25人 (29.4%)

〈効率をあげた方法を教えてください〉

- ・休日におかずの作り置きや野菜の下ごしらえ等をする。
- ・野菜を冷凍するか、冷凍野菜を使用して調理時間を短縮する。
- ・「だし」はわざわざ昆布からとらず、白だしを使う。
- ・生協などのミールキットを活用（冷蔵庫を大容量に）し、省力化。
- ・ネットスーパーを利用して買い物の時間を削減。
- ・買い物はメモを持参する。家にあるものを使い切るようにしてから、買い物に行く。
- ・買い物の回数を減らす。
- ・朝食メニューの固定化。
- ・畳まずにハンガー収納で省力化。
- ・掃除・洗濯は必要最小限で行っている。
- ・アイロン掛けが不要な服を買う。
- ・家電の購入(食洗機、ドラム式洗濯機、ロボット掃除機など)。
- ・洋服（特に肌着や靴下）は同じものを複数購入。
- ・月や日ごとの計画表を作る。手順を考えながらしている。
- ・家事はバラバラにやるのではなく、まとまった時間でする。
- ・トイレ掃除を毎日のルーティーン（2分くらい）にして「大掃除」を不要にした。
- ・入浴時に風呂の壁も床も掃除して出るなど、ながら家事をするように心がけている。
- ・家族で役割分担。

2 やらなくてよい家事を決めている 回答：16人 (18.8%)

〈やらないことにした家事は何ですか〉

- ・休日についていた下ごしらえや作り置き。
- ・余裕がない時はテイクアウト等を利用して食を作らない。
- ・昼食の準備。

- ・食事（おかず）づくり。スーパーで総菜を買っている。
- ・掃除。回数を減らしている。
- ・料理、買い物は週に1回程度。
- ・アイロン掛け。
- ・ごみ出し、風呂掃除、食後の食器洗い。
- ・掃除機を毎日はかけない。
- ・ふろの湯の入れ替えは一日おき。

3 家族や同居する人と役割分担をしている 回答：36人（42.4%）

〈どのように役割分担をしましたか〉

(1) 役割分担の決定方法

- ・在宅勤務する方が基本家事を担当する。
- ・先に仕事が終わった方が家事をする。
- ・特に具体的な分担は決めていないが、早く仕事から帰宅した方が料理、もう一方が食器洗いといったように暗黙の分担はある。
- ・手が空いているほうが「出来る家事」をする。
- ・お互いできることをする。
- ・自然になった。
- ・入院をきっかけに家族で家事内容を、分担するようになった。比率は妻の負担が大きいが。今はともに仕事がないので、以前に比べると分担が進んだ。
- ・日用品補充やごみ出しの前のごみ集めも含め、家事の大小を問わずポストイットに書き出して、A4タテの紙に夫がする家事、妻がする家事、週末一緒にやる家事と3分割した表に見える化しながら分担を決める。年に一度くらいふたりで眺めながら見直し。
- ・できることを話し合った。

(2) 役割分担の内容

- ・ごみ出し、風呂掃除、その他曜日別役割分担あり。
- ・家族で分担を決めている。
- ・献立を考え、食事を作ることと洗濯は妻。他は夫。
- ・食事づくりに関係することが妻。洗濯に関係することは夫。
- ・食事づくりを分担。食後の片付けを分担。
- ・妻：夕食の支度、洗濯、1階掃除、買い物担当、夫：朝食の支度、ごみ出し、風呂掃除、2階掃除、買い物担当。
- ・妻：料理、買い物、洗濯。夫：掃除（トイレ・風呂含む）、食器洗い。
- ・洗い物（食器）は夫。
- ・配偶者が休日の時は、食事づくりをする。同居する子どもが主に洗濯・物干しをする。
- ・子どもの遊び相手や勉強を母親がみている間に父親が家事をすませる。
- ・食材や大きな日用品の買い出し。ただし、自分が食べたいものは自分で買う。
- ・日によって洗濯、洗い物、掃除機等々。
- ・食事の片づけはできるだけする。

- ・ごみ出し、部屋の掃除。
- ・力が必要な作業。
- ・家族でそれぞれが得意とすることを担当する。
- ・食事づくり、適度に交代でつくる。トイレ掃除は妻に任せている。
- ・家事労働にも、休日は必要なので、夫が休みの日は夫が家事をするが、妻は嫌がる。
- ・得意料理を作るようしている。
- ・買い物（材料）仕入れ。おかず類（出来上がりのもの）
- ・食料品の買い物、布団の上げ下げ等は妻の役割と決めている。
- ・掃除のエリア分担。
- ・育児、掃除と料理。

4 外部サービスを利用している 回答：7人（8.2%）

〈どこに、何を依頼しましたか〉

- ・ダイキンにキッチン換気扇掃除。
- ・生協で買い物行動（届けてくれる）と食材下処理（ミールキットや冷食）をアウトソースしている。ただ、使いきるには冷蔵庫・冷凍庫の大型化が必要。
- ・換気扇の清掃を業者に依頼。綺麗になる。素人では無理だと感じている。
- ・生協の配達ができる限り利用（主に食品）。衣類は通販。
- ・年に一回お風呂掃除を集中的に業者にお願いし、普段の掃除は簡単にしている。
- ・過去に家事代行サービスに水回りの掃除を3週間に1度程度依頼あり。

5 その他 回答：5人（5.9%）

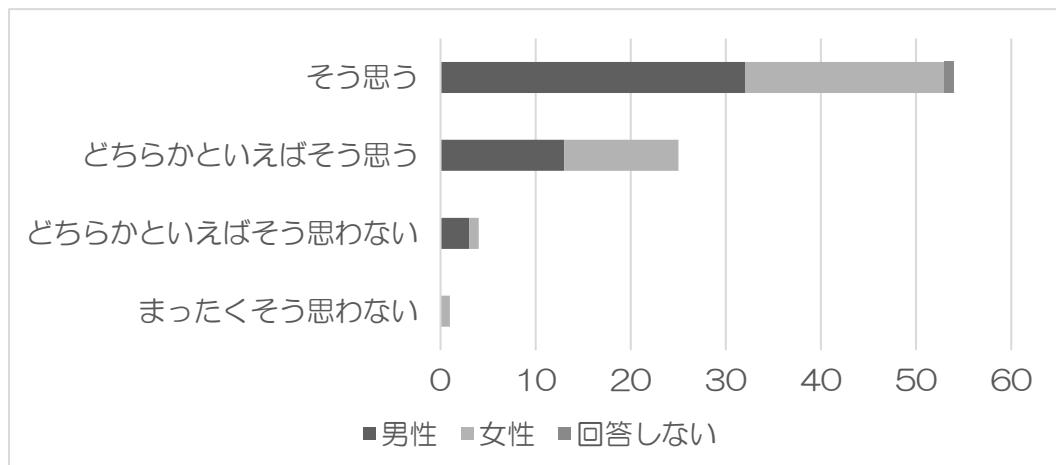
〈具体的に〉

- ・自分が快適になるから掃除をすると思いこむ。誰のためではなく、自分のため。自分本位にする。無理はしない。
- ・さぼる。
- ・このような時代だからこそ家族みんなで家族のことを話し合ってほしい。
- ・汚れが酸性かアルカリ性かをよく理解して効果的な洗剤を使い分けている。
- ・家事をいやいやととらえるのではなく、前向きに取り組んでいるうちに栄養・料理、片付け等の知識も増え、月日を重ねるうちに苦ではなく、むしろ楽しいものにかわってくることを学んだ。

6 特に何もしていない 回答：27人（31.8%）

家事の分担や外注について

問14 あなたは、家事を夫婦（パートナー）や家族で分担したり協力して取り組んだりすることは、当たり前だと思いますか（○は1つ）。



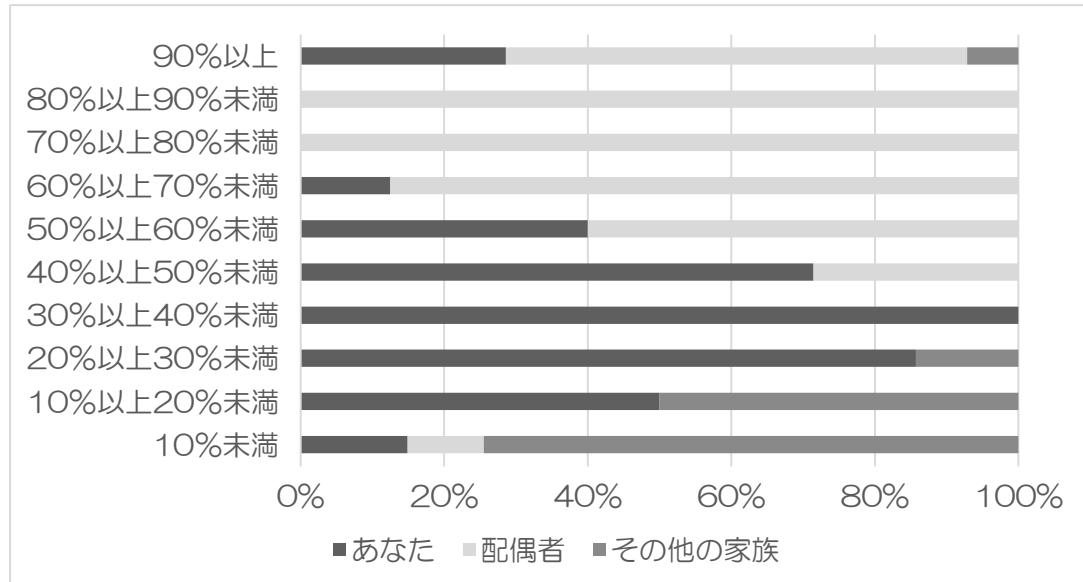
「そう思う」と回答した人が54人（64.3%）で最も多かった。次いで、「どちらかといえばそう思う」と回答した人が25人（29.8%）だった。

問 15 あなたと配偶者（パートナー）、その他の家族の家事分担はどのくらいになりますか。※すべての家事を 100%とした場合

n=70 (うち男性 40、女性 30、回答しない 0)

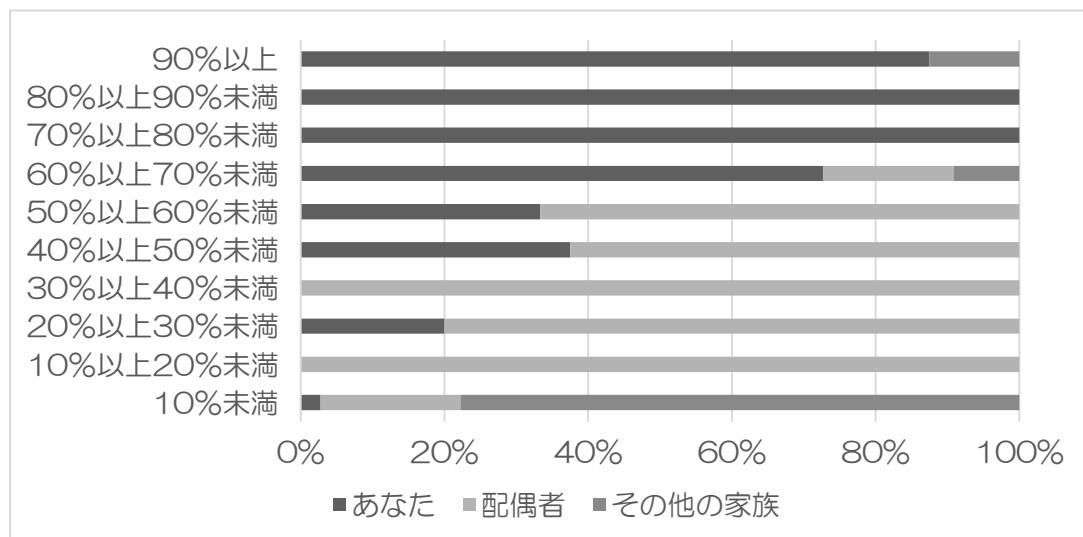
未回答：16

<男性>家事分担の割合



男性は、自分の家事分担が 50%未満だと答えた人数は、31 人 (77.5%) だった。また、配偶者が 50%以上だと答えた人数は、33 人 (82.5%) だった。

<女性>家事分担の割合

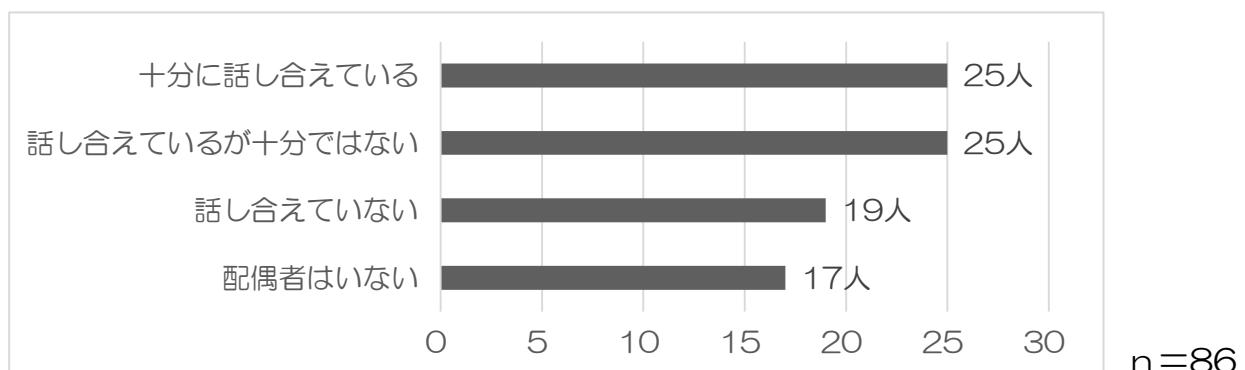


女性は、自分の家事分担が 50%以上だと答えた人数は、25 人 (83.3%) だった。また、配偶者が 50%未満だと答えた人数は、26 人 (86.7%) だった。

<回答しない>

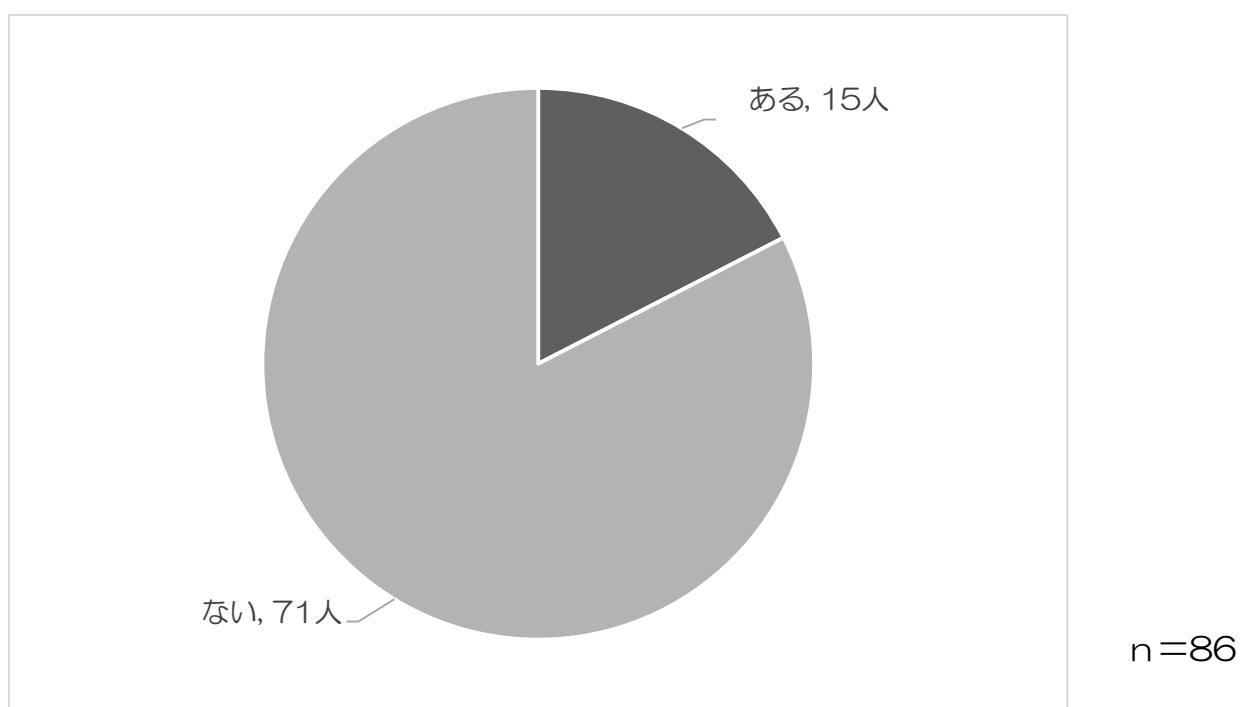
• 0 人

問 16 お互いの家事の負担や家事分担について、夫婦（パートナー）で話し合えていますか（〇は1つ）。



「十分に話し合えている」「話し合えているが十分ではない」と回答した人が 25 人 (29.1%) で最も多かった。次いで、「話し合えていない」と回答した人が 19 人 (22.1%) だった。

問 17 家事代行など外部サービスを利用したことがありますか（〇は1つ）。



「ある」と回答した人が 15 人(17.4%)だった。「ない」と回答した人が 71 人(82.6%)だった。

問17で「ある」を選択された方にうかがいます。

問18 利用したサービスについて答えられる範囲で教えてください。

利用した会社等の名前	おそうじ本舗
利用した内容	リビング天井の掃除、風呂場の掃除、エアコンの掃除
利用の頻度	数年に1回
利用金額	1回あたり数万円

利用した会社等の名前	ダスキン
利用した内容	浴室の掃除、台所の掃除
利用の頻度	2年に1回
利用金額	10,000円

利用した会社等の名前	ダイキン
利用した内容	キッチン換気扇掃除
利用の頻度	隔月1回
利用金額	1回2,000円

利用した会社等の名前	ダスキン
利用した内容	エアコンの掃除
利用の頻度	年に一度
利用金額	9,000～10,000円ぐらい

利用した会社等の名前	サニクリーン
利用した内容	台所の掃除（ガスレンジフード、床、棚等）
利用の頻度	過去に1度だけ
利用金額	3時間10,000円程度（昔のことで覚えていない）

利用した会社等の名前	個人に頼んだ
利用した内容	リビング、玄関、風呂場の掃除など
利用の頻度	—
利用金額	—

利用した会社等の名前	地元の会社
利用した内容	エアコン、窓
利用の頻度	数年に1回
利用金額	1回10,000円程度

利用した会社等の名前	ダスキンメリーメイド
利用した内容	風呂と洗面所の掃除、換気扇の掃除
利用の頻度	3年に1回程度
利用金額	20,000円

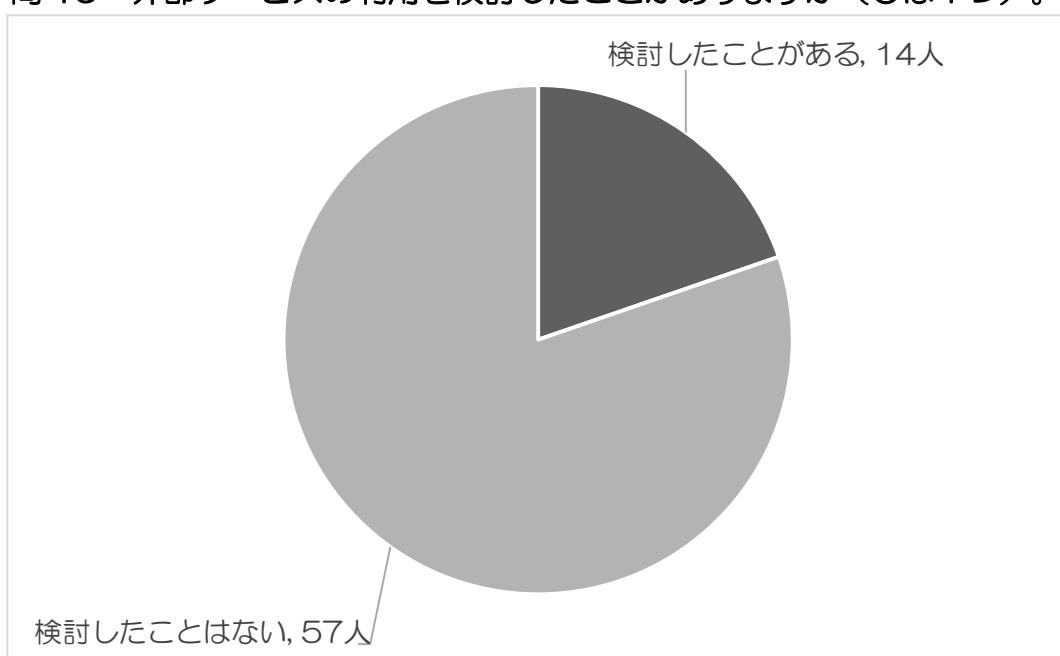
利用した会社等の名前	白洋舎
利用した内容	お風呂掃除
利用の頻度	年に1回
利用金額	1回 10,000円程度

利用した会社等の名前	ダスキン
利用した内容	エアコン掃除、風呂掃除
利用の頻度	年1回
利用金額	—

利用した会社等の名前	Casy
利用した内容	キッチン、トイレ、お風呂、洗面所の掃除。
利用の頻度	3週間に1回程度
利用金額	1時間当たり3,500円程度

問 17 で、外部サービスを利用したことが「2 ない」を選択された方にうかがいます。

問 19 外部サービスの利用を検討したことがありますか（○は1つ）。



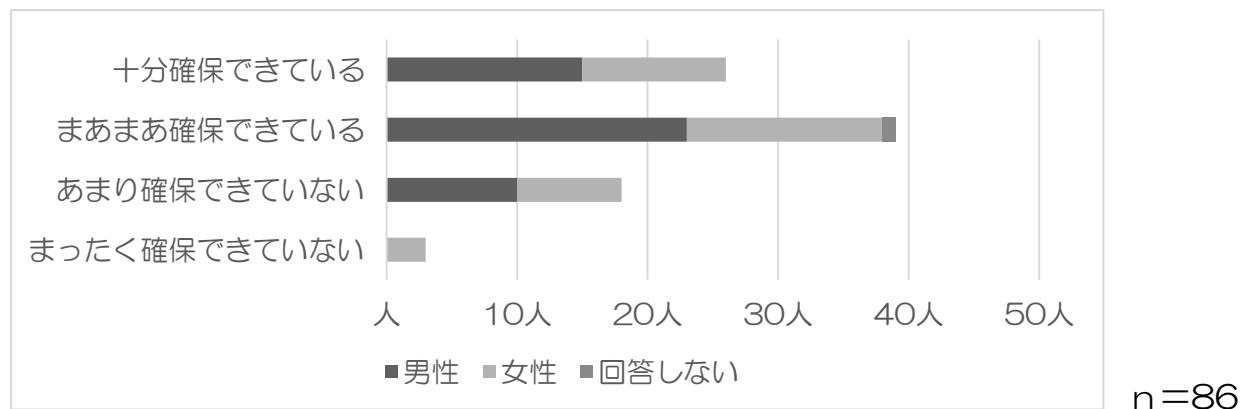
「検討したことがある」と回答した人が 14 人 (19.7%) だった。「検討したことがない」と回答した人が 57 人 (80.3%) だった。

問 20 検討の結果、利用しなかった理由は何ですか。

- ・お金がかかるから。
- ・費用がどのくらいするのか知りたかったため検討した。
- ・各社、料金がバラバラでどこに依頼したらよいか迷ってしまっているうちに時間が過ぎてしまった。
- ・外部の作り置きサービスを検討するも、全部食べたいメニューではなく、安くなかつたため。
- ・掃除に来てくれる人が本当にプロなのか不安であることも頼めなかった要因でもある。
- ・今のところ必要ないため。
- ・まだ自分でできている。できなくなったら考える。
- ・家事は家族でやるべきことだと考えているため。
- ・今まで利用しないでできていたため。自分たちでできるため。
- ・他人を家に入れる事に抵抗がある。
- ・知らない人を家に入れたくない。家が散らかりすぎて呼べない。
- ・コロナウイルスが流行しているので、自宅に他人を招くことに抵抗があった。

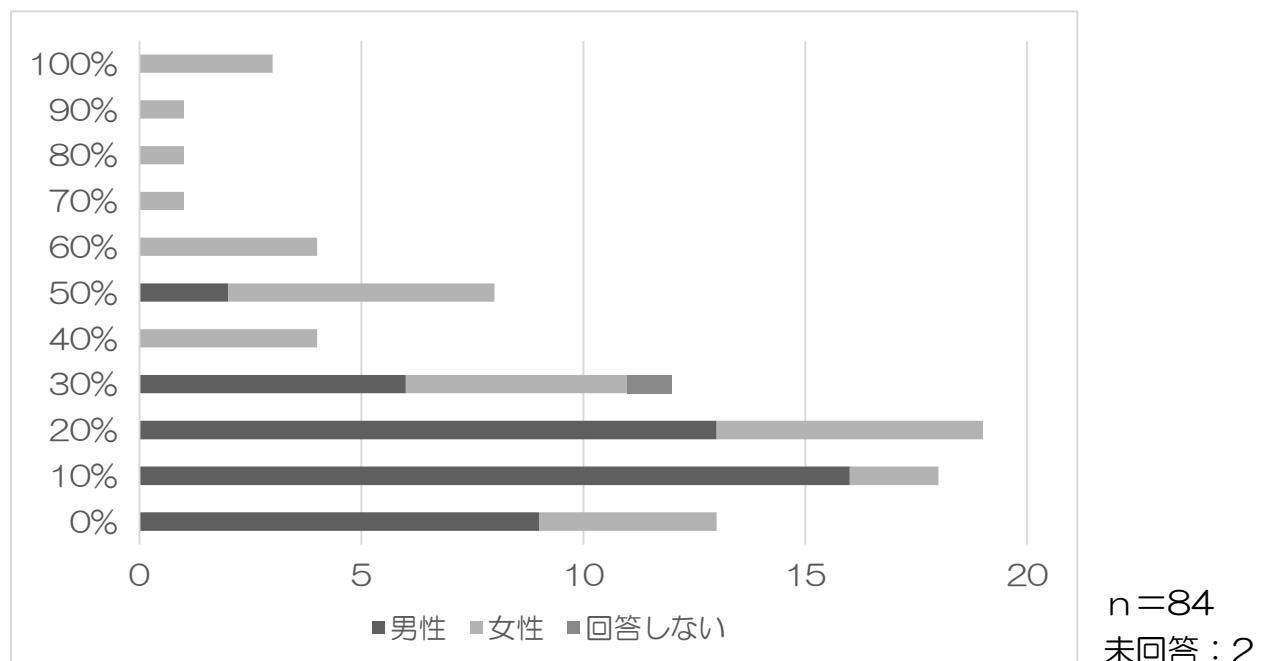
時間の使い方について

問21 あなたは、自分が好きなことをする時間を確保できていますか（〇は1つ）。



「まあまあ確保できている」と回答した人が 39 人 (45.3%) で最も多い。次いで、「十分に確保できている」と回答した人が 26 人 (30.2%) だった。

問22 好きなことをする時間の確保を妨げる要因のうち、家事はどのくらいの割合を占めていますか。



「20%」と回答した人が 19 人 (22.6%) で最も多い。次いで、「10%」と回答した人が 18 人 (21.4%) だった。



いたばし・タウンモニター いたばし・eモニター 令和2年度 第6回アンケート報告書
家事について

令和3年3月発行
板橋区政策経営部 広聴広報課 (3579)2024

刊行物番号
R02-133