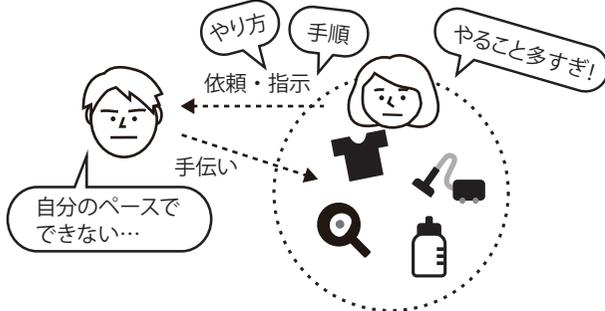


家事分担方法 プロジェクトスタイルがおすすめ!

プロジェクトスタイルはお互いのストレスが少ないのがおすすめ。
自分たちが快適なやり方を中心にいくつかのスタイルを組み合わせるのもいいですね。

手伝いスタイル

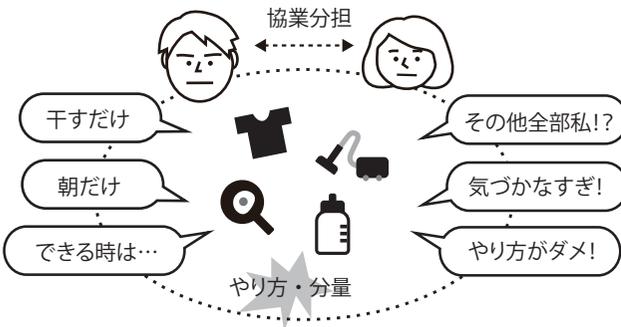
ママ流 & ママクオリティの家事ができるのがメリット



- ママの精神的負担が減らない
- 育児家事負担が大きい時期や緊急時にまわらなくなる
- パパは家事の家事技術とやる気が上がりにくい
- 収入のないママが遠慮してしまいやすい

部分担当スタイル

フレキシブルにその時その状況に対応できるのがメリット



- お互いのやり方の違いが気になり口を出したくなる
- パパが細かいところに気づかずママがあとでフォロー
- 分担量の違いが不公平感を生みやすい
- 収入差と家事量を意識してしまいやすい

プロジェクトスタイル

家事の種別にプロジェクト化して全ての工程を常時担当。自分の裁量で進める。

大きすぎる家事は細かく分けてプロジェクト化。
お互い得意なものを優先的に担当しあう。

時間の少ないパパは小さいものからでOK。1日10分でできる家事はいくらでもあります!



プロジェクトリーダー

例えば...



- 自分のペース、手法で進められる
- 家庭内の仕事に自分の居場所ができる
- 技術と知識が上がり家庭で能力を生かせる



プロジェクトリーダー

最低限のクオリティのみ合意
やり方はそれぞれの自由

各自に裁量権あり

スケジュール



手順



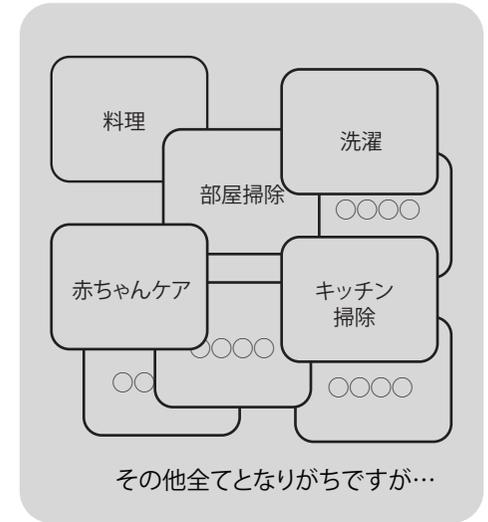
予算・道具



こんなことに気づきます!

- 家事の終わりのなさ
- 長期的な視点
- 互いの家事への感謝

たまには一緒に手をぬいて
楽しようという発想も!



- パパ担当がはっきりしてママの納得感が上がる
- 小さい単位でもママが完全に解放されて負担が減る
- ママクオリティをいい意味で捨てられる

ふたりは同時に親になる

patomato