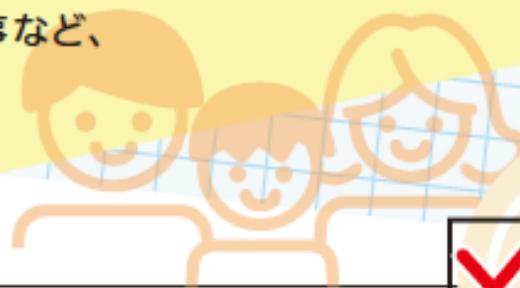


ワーク・ライフ・バランスは私生活から!!

家庭内の何気ない普段の家事仕事など、
主にどちらがやっていますか?
私生活でもバランスが大切です。
互いに協力しあいましょう!



夫・妻
いっしょに
チェック
してみよう!

地域のこと

Residents' association

子ども に関するこ と

Classroom visitation

育児 に関するこ と

Parenting

家事 に関するこ と

Housekeeping

夫 妻

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	自治会役員
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	環境美化活動(河川清掃など)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	自治会の会議等への出席
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	運動会、スポーツ大会への参加
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	自治会や地域で企画したイベントへの参加
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	その他団体の活動

夫 妻

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	学校・保育園行事への参加、P T A 活動など
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	授業参観、個別懇談への出席
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	進路に関わる行事への参加
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	入学式、卒業式への参加
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	保育園(学校)への送迎

夫 妻

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	検診や予防接種などに連れて行く
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	子どもの看病をする(仕事を休む)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	お風呂に入れる
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	寝かしつける

夫 妻

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	料理を作る
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	食料や日用品の買い物をする
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	定期的に家の掃除をする
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ごみ捨てをする(可燃物、不燃物 他)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	洗濯をする
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	食器を洗う
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	風呂そうじをする

合計

夫 _____ 項目

妻 _____ 項目

※一例です

発行:2019年3月