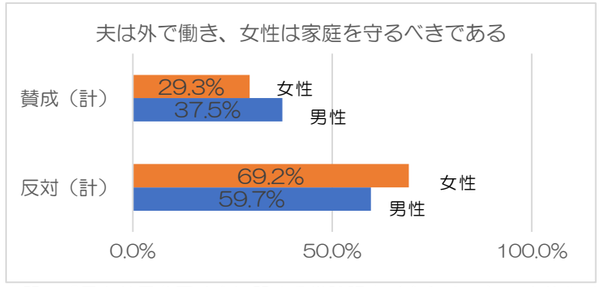
2．女性に家庭内ケア労働が偏る原因

令和６年の内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」によると、「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」という考え方については、「賛成（計）※1」の割合は女性 29.3%、男性 37.5%です。「反対（計）※2」の割合は女性 69.2%、男性 59.7%であり、男女ともに「反対（計）」の割合の方が「賛成（計）」の割合よりも高くなっています。



内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査（令和６年）」より作成
※１　「賛成」と「どちらかといえば賛成」の計
※２　「反対」と「どちらかといえば反対」の計

このように、固定的な性別役割分担意識に「反対」とする男性も６割近くいて意識の変化はうかがえます。

また、令和４年度内閣府委託調査「新しいライフスタイル、新しい働き方を踏まえた男女共同参画推進に関する調査」結果によると、子供がいる男性はどの年代においても、家事・育児時間を「増やしたい」傾向にあり、特に若い世代で家事・育児への参画意欲が強いことがわかります。しかし、男性はいずれの年代においても仕事時間を「減らしたい」と考えており、特に若い世代において「減らしたい」意向が強いことから、労働時間が長いことが特に若年男性の家事・育児への参画を阻んでいると考えられます。

そして、男性は自らが望んで長時間労働を行っているのではなく、長時間労働をせざるを得ない状況にある場合も多いと考えられますが、なかでも 20 代から 30 代の男性は、周囲の目を気にした結果、長時間労働になっている場合が多いと考えられます。

長時間労働は急には無くならず、女性の家庭内ケア労働の偏りの原因となっています。







3．女性が担う見えないケア役割

近年「名もなき家事」という言葉が話題になっています。インターネットで検索すると家事としてやることを細かくリストアップした一覧が表示され、これまで名前さえついていなかった家事が可視化されています。たとえば、玄関で脱ぎっぱなしの靴の片づけ、裏返しに脱いだ衣類をひっくり返す、食事の献立を考えることや食材の管理などがあり、それらは、掃除や洗濯、調理をする前に欠かせない家事です。そして、この「名もなき家事」は、家族の間で役割分担が決められないまま、家事を中心的に担当している人（実際にはほとんどが女性）がすることが日常になっています。大和ハウスが 2017 年に調べた「20 代から 40 代の共働き夫婦の“家事”に関する意識調査」で、一般的にどこの家庭でもやっている家の仕事 30 項目について「家事だと思うか」と聞いたところ、夫は家事だと思っていない「名もなき家事」の存在が明らかになり、「家事の定義」そのものに夫婦のギャップがあることがわかりました。

次に「ケア責任」という言葉も聞かれるようになりました。「ケア責任」とは、家族などにケアが必要な子どもや障がい者、要介護者がいる場合にそのケアを担って責任を負うことです。これまで「女性は気遣いができるからケアに向いている」といったイメージが強く、「女性ならうまくケアができる」と捉えられてきました。一方、男性は「ケアできなくても仕方がない」と思われることも多く、このような性別規範は、ケア負担や責任の不均衡を容認してきました。ILO（国際労働期間）が 2024 年に発表した報告書によると「ケア責任が女性の労働参加に及ぼす影響」として、「ケア責任」が理由で労働市場に参入できていない女性が 45%にいることに対して男性は 5%という結果が発表されています。

このように、女性にはこうした「見えないケア役割」や「見えないケア責任」が求められているのではないでしょうか。

4．男女が共に家庭内ケア労働を無理なく担うためには

女性に家庭内ケア労働が偏ることなく、女性も男性も仕事と家庭内ケア労働をバランスよく担うためには、さらなる固定的性別役割分担意識の変化が求められます。そのためには、「男性は仕事、女性は家事」というアンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）がないかどうかを、今一度ひとりひとりが見直すことが必要です。家事・育児・介護は男女のどちらが担ってもいいですし、担うことができることに気づくことが大切です。

長時間労働の是正としては、2019 年から順次施行された働き方改革において、「残業の上限は、原則として月 45 時間・年 360 時間」という労働基準法の改正がありました。法律の改正も意識を変えることの助けになります。

また、家庭内ケア労働を助けるものとして、外部サービスの利用がありますが、日本においては、家事の外部化はあまり進んでいません。共働き世帯、専業主婦世帯、単独世帯いずれにおいても、１か月の消費支出のうち、「家事サービス」が占める割合は 0.2%であり、共働き世帯の場合、金額にすると 645 円となっている調査結果があります。

外部サービスの利用のうち、「料理代行」「フードデリバリー・出前利用」「ハウスクリーニングの利用」「子供の送迎の外部委託」「キッズ・ベビーシッターの利用」では、若い年代の方が利用経験・意向が高く、外部サービス利用について抵抗が少ない傾向があります。

勤務形態をテレワークにすることも、主に男性の労働時間を減らし、家事・育児時間を増やす効果があることがわかっています。











おわりに

長年家庭内ケア労働を女性が担ってきた状況は、人々の意識の変化や法律の改正、企業の取り組み等も助けとなり、少しずつ改善しつつあります。家庭内では、妻と夫がコミュニケーションを密にして、自分たちの家庭では家庭内ケア労働をどのように担うのかを決めることも必要かもしれません。また、家庭内ケア労働には、可視化できているものと可視化すらできていないものがあります。可視化できていないものにも目を向けて、女性も男性も仕事（有償労働）と家庭内ケア労働（無償労働）の両方を、バランスよく担うためにはどうすればよいのかを、今一度考えてみましょう。

＜参考文献・資料＞

共働き夫婦の「家事」に関する意識調査　第１回　家事への意識の違い編｜家づくりを知る／ダイワハウス
https://www.daiwahouse.co.jp/tryie/column/build/dual_income/
Weblio 辞書　https://www.weblio.jp/content/%E3%82%B1%E3%82%A2%E8%B2%AC%E4%BB%BB
「ケア責任」のため、世界で７億人の女性が労働市場に参入できず(ILO：2024 年 11 月)｜労働政策研究･研修機構
https://www.jil.go.jp/foreign/jihou/2024/11/ilo_01.html
総務省統計局　令和3年社会生活基本調査 P.2
https://www.stat.go.jp/data/shakai/2021/pdf/gaiyoua.pdf
内閣府　男女共同参画局　令和5年度版　男女共同参画白 P.13、P.14、P.18、P.21、P.22、P.23、P.58、P.63、P.74、P.94、P.96
https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/pdf/r05_tokusyu.pdf
内閣府　男女共同参画局　令和６年男女共同参画社会に関する世論調査 P.27
https://survey.gov-online.go.jp/202502/r06/r06-danjo/gairyaku.pdf
内閣府　男女共同参画局　令和7年度版　男女共同参画白書 P.57
https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r07/zentai/pdf/r07_05.pdf
内閣府委託調査　令和4年度　新しいライフスタイル、新しい働き方を踏まえた男女共同参画推進に関する調査報告書
https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/pdf/lifestyle_r04/03.pdf P.39、P.91
厚生労働省　働き方改革
https://www.mhlw.go.jp/content/000474499.pdf P.4