

子育てをしながら働くママにとって、「仕事と家庭の両立」には不安がつきまとうものです。そこで今回は、働く女性が仕事と家庭を両立させるための方法についてお話します。



◆家事は夫婦で助け合おう

働く女性が無理なく仕事と家庭を両立させるためには、夫婦の助け合いが不可欠です。ママ一人で頑張りすぎてしまうと、体調を崩して寝込んでしまうことにもなりかねません。まずは夫婦で家事の役割分担と進め方をしっかりと共有し、頼れる部分は夫に頼って家事のバランスを整えましょう。

援する仕組みです。夫婦で頑張っても手が足りない時は、ファミリーサポートも上手に利用して家事・育児の負担を分散させ、心の負担を少しでも減らしましょう。

◆子供と触れ合う時間は量より質

1日の中で、子供と触れ合う時間を組み込んでおきましょう。長い時間である必要はありません。量より質と考えると、「ながら」ではなく、しっかり子供に向き合ってみてください。毎日決まった時間に触れ合えることで、子供側の不安も解消されるでしょう。

自治体によって、子育て支援サービスは違います。また、子供の医療費の負担も変わってくるので、住む場所を選ぶ時には必ず調べておきましょう。

◆地域の子育て支援サービスを頼る

保育園や学童保育なども、預け先によってはいろいろなサービスを行っています。その中に、厚生労働省が運営する「ファミリーサポート」という支援サービスがあります。この「ファミリーサポート」とは、まさに「昔ながらの助け合い」を各自治体で組織化し、支援を受けたい人と支援したい人をつないで子育てを支

たのしいこどもLife

ママ友ルール



これからの季節、進学、進級で新しい環境が変わっていくのは、子供だけではなくママも一緒。ママにとっては子供の様子はもちろんのことママ同士の関係も気になります。いい出会いにするために、気を付けなくてはいけないルールを考えてみましょう。

◆急激に距離を縮めない

自分の家庭のこと、収入や、過去の職歴などあまりにも自分のプライベートなことなどを、いきなり話し込まないほうが良いでしょう。仲良くなったつもりでも、付き合いはじめはお互いに知らない部分が多いことを心にとめておくことが肝心です。相手に対しても出身大学や勤務先など、個人情報をあれこれ詮索するのはマナー違反です。

◆自分の子供の言うことだけを信じ込まない

子供同士のケンカなどで、自分の子供の言い分だけを聞いていると、トラブルになりかねません。相手の話も聞いたり、先生や周りで見ている人に確認して、謝罪しなければいけない状況ならば、なるべく早く相手に伝えましょう。

◆子供の自慢はしない

自分の子供の話ばかりしていても、相手は面白くありません。我が子が普通にできることでも、周りの子供はできないと悩んでいるたりするものです。相手の子供の良い部分を見つけて話してみると好意的な印象になります。会話の量もバランスが大切です。

ママ友は「子供の友達のお母さん」ということを、しっかりと認識しておきましょう。合わない人ともこういう考え方もあるのだな、と学びの場にしててください。ママ友との付き合いは決して怖いものではないですし、本音が言い合えて強い味方になってくれる出会いもあります。新しい出会いの中で、ゆっくり良い関係が作れたらいいですね。



2024年2月号 | 特集：洗面所のお手入れ



毎日使う洗面所。ちょっとお掃除をサボるとすぐに汚れてしまいます。いつもピカピカしておきたいものですね。どうしたらいつもきれいに使うことができるのでしょうか。

<用意するもの>

ストッキング、スチールウール、洗濯用漂白剤、割ばし



◆汚れがひどい時には

石けん付スチールウールに水をつけてこすると、汚れが落ちて一気にきれいになります。また、それを適当な大きさに切り、いらなくなったストッキングを切ってその中に入れるとこすりやすく、適度に石けんも出て使いやすくなります。



◆蛇口の付け根の頑固な汚れには

蛇口の付け根の頑固な汚れには、スチールウールを1cm角に切り、割ばしでおさえて根気よくこすると落とすことができます。



◆水が落ちる所が茶色のシミになったら

蛇口から水が落ちて茶色いシミになってしまったら、50度くらいのお湯をかけた後、洗濯用の漂白剤を振りかけて15~20分おきます。その後、布やストッキングなどでこするとシミが落とせます。

洗面所を使った後に、こまめに水分を拭いておくことも、きれいを保つ秘訣です。日頃から水分を拭いておけば、お掃除も楽になりますよ。

- ・会社名 有限会社 山口建築工業
- ・提供できるもの 新築・リフォーム工事(省エネ健康住宅が得意です) その他、解体工事などお家に関することは何でもお任せ!!
- ・モットー 人にやさしい健康住宅
- ・会社の場所 新潟県南魚沼市二日町88
- ・連絡先 電話 025-770-2369 Fax 025-770-0014
- ・ホームページ 山口建築工業 で検索!!

※山口建築工業では土地探し~敷地調査~プラン作成~ お見積り~ お悩み相談まで無料です!お気軽にご相談下さい。

