



夢を形に・・・MIタウン企画部/岩城建築設計事務所
ああ、感動の古民家再生！

家事能力

～幸せな一生を送るために！～

こんにちわ。多くのみなさんは、お盆休みに入られるのではないのでしょうか。ご家族と一緒に顔を揃えて、近況を報告し合い、家族のきずなや先祖を供養することで、一層深めあう良い機会です。しかし近年の経済不況のあおりで、職場環境も年々厳しくなって生活環境にもろに影響が出始めている様です。

こんな時こそ、お互いが助け合うとか、万一熟年を一人で暮らしていかなくてはならない時にこそ、必要なのが、この家事能力なのです。

ヒューマンコミュニケーション研究所長の渡邊 嘉子さんは、家事についてこのように言っています。

『「家事」は、人間らしく清潔に暮らし、健康的・文化的な人生を過ごすために、すべての人が身につけておくべき生活技術だ』というのです。

他人事ではないのですが、人生の最後に、一人暮らしを長くつづける人が増え、男女ともに幸せな一生を送るためには、欠かせない能力が、家事能力だというのです。

お家の手入れや、家具の修理掃除や洗濯、こうして生活の中でお互いが役割分担をして、快適な住空間を作っていくことこそ、充実した家族の団らんの場となって行くものかもしれません。

これからの時代は、男性も女性も「仕事と生活のバランス」を大切にしていかなければならない時代です。男女ともに家事能力を身につけておくことの大切さを訴えられています。

家事は、慣れるまでは時間もエネルギーもかかり、面倒に感じるようですが、慣れてしまえば自然にこなせるようになるようです。ですから、少しでも早く慣れておかれる方は後の人生をととても効率的にするようです。

その家事と言っても、色々あります。食事の支度、洗濯、掃除、衣類の手入れ、分類整理収納、住居や家具の修理など・・・数多くあります。

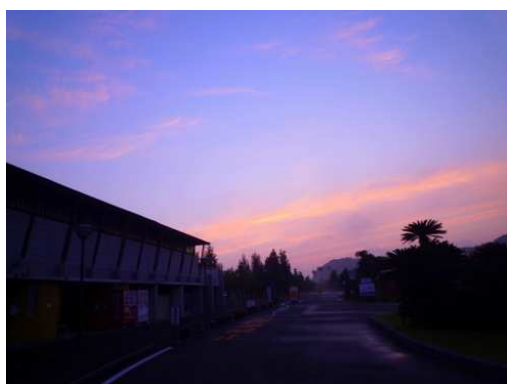
夫婦や親子で、楽しく工夫して分担すると、作業もはかどり、良い気分転換にもなります。ある働くミセスの家庭では、「夫と子供が料理をする日」を作っているようです。

「すがすがしい音楽を聴きながら掃除をする」「洗いものはストレスを洗い流す気持ちですとリフレッシュできる」など、さまざまな工夫をしているようです。

大切な事は、「お互いに感謝して、ほめ合う事。」と、渡邊氏は述べていました。

早速私も、家事能力をしっかりと高め、物や道具、自然や自然のめぐみにも感謝をしてまいりたいと思います。・・・幸せな一生を送るために・・・。

ハッピーライフ！ 片岡 正治



MIタウン企画部

岩城建築設計事務所

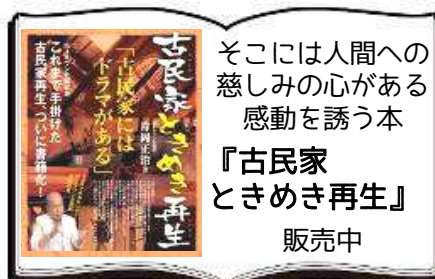
〒781-5213香南市野市町東野1936-3

0120-093-090

<http://www.iwaki-mitown.jp/>

古民家を活用して、デイサービスも行っております（土佐山田店・南国店）

高知県経営革新認定企業 高知県指令19高商振第304号 平成21年度経営革新支援事業費助成金交付決定21高産振第5号



そこには人間への
慈しみの心がある
感動を誘う本
『古民家
ときめき再生』
販売中

昔の活力を取り戻してもらいたい♡!!



南国店 088-865-5215
土佐山田店 0887-52-9119