

家務有哪些？你做過幾項呢？

家務工作並不只是「掃地、洗碗、洗衣服」而已，實際上包含以下各類項目：

1 日常清潔



掃地、拖地、擦桌、清洗廚房與浴室

2 餐飲管理



煮飯、備菜、洗碗、採購食材

3 衣物處理



洗衣、晾曬、摺衣、收納

4 家人照護



照顧孩童、長輩、寵物



繳費、預約、接送、處理家庭雜務

5 生活安排



繳費、預約、接送、處理家庭雜務

許多人認為「幫忙做家務」是一種體貼，但家務從來不是誰「幫」誰，而是每位家庭成員共同的責任。家務，不分性別，也不分年齡。

面對孩子分擔家務時，你是否曾有這些想法？

事實上，越早學會分擔，孩子越能養成責任與自理能力！

不同年齡可以做什麼？



3~6歲：收玩具、擦桌子、幫忙分類衣服

7~9歲：擺餐具、掃地、摺衣服

10歲以上：簡單做飯、整理自己的房間

孩子太小，做不好

做太慢，不如我自己來

以後再教就好

關鍵不是做得多完美，而是「參與」的過程！

家務分工與CEDAW

當家務由全家人一起參與，不僅能減少性別角色的刻板印象，也有助於促進家庭成員之間的理解與合作。從日常生活中實踐分工與相互支持，是邁向性別平等的重要一步。



CEDAW

《消除對婦女一切形式歧視公約》(CEDAW) 第5條

締約各國應採取一切適當措施：

- (a) 改變男女的社會和文化行為模式，以消除基於性別而分尊卑觀念或基於男女任務定型所產生的偏見、習俗和一切其他做法；
- (b) 保證家庭教育應包括正確了解母性的社會功能和確認教養子女是父母的共同責任，當然在任何情況下都應首先考慮子女的利益。

