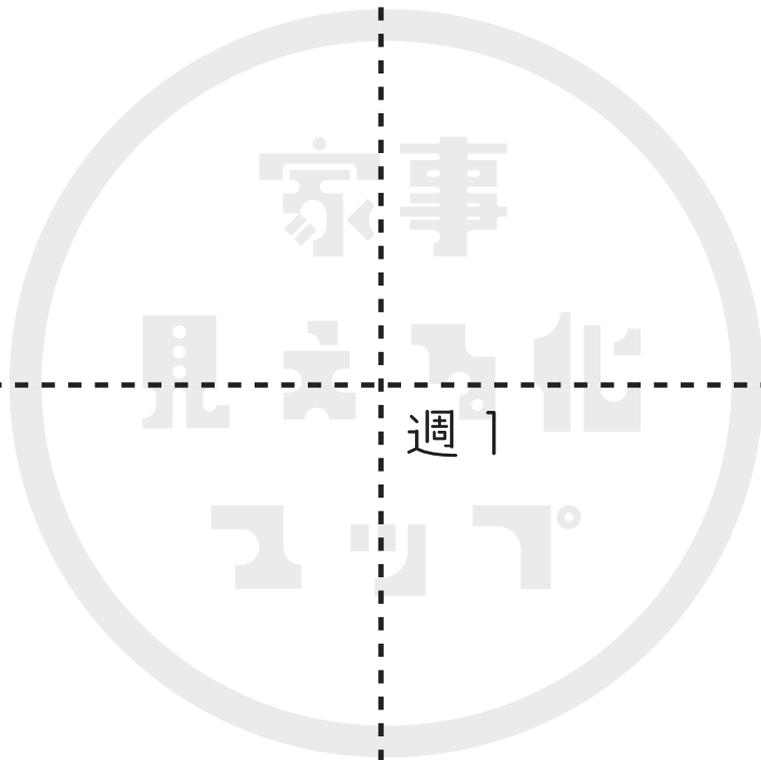


毎日



週 1

月 1



夫



妻

ゴミ袋セッティング	リビング掃除機かけ	浴槽掃除	シミ、皮脂汚れ取り	テレビの画面を拭く
ゴミ捨て	キッチンの掃除機かけ	お風呂タイル掃除	洗濯機掃除	テレビ台片付け
空き缶つぶし	シンク洗い	お風呂用具掃除	洗剤補充	テレビ台・棚掃除
ペットボトルつぶし	コンロ・グリル掃除	トイレ便器掃除	トイレトーパー補充	ラグ掃除、洗濯
各部屋ゴミ回収	レンジフード掃除	トイレマット交換	ティッシュ補充	寝具の取り外し
献立検討	水切りラック掃除	トイレ室内掃除	日用品補充	寝具の洗濯
食材買い物	電子レンジ掃除	洗面所の掃除	日用品買い出し	タオル類の洗濯
朝ごはん作り	食洗器掃除	マット類洗濯	日用品交換	布団干し
昼ご飯作り	炊飯器掃除	洗濯仕分け	日用品チェック	下駄箱掃除
夜ご飯作り	電気ポット掃除	衣類洗濯	クーラー掃除・管理	玄関掃除
休日ご飯作り	換気扇掃除	靴洗い	暖房掃除・管理	不要靴の処分、整頓
お弁当作り	排水溝掃除	洗濯干し	冷蔵庫管理・掃除	廊下掃除
食器・調理器具洗い	窓ふき	洗濯乾燥物仕分け	ソファの手入れ	郵便物仕分け
食器・調理器具片付け	床拭き掃除	洗濯物をたたむ	共通使用筆記用具整頓	玄関マットの手入れ
不要物ゴミ捨て	棚上等のホコリとり	アイロンをかける	照明の掃除	ベランダ掃除
リビングの片付け	窓サッシ掃除	必要なら手洗いする	薬の整理	ガレージの整理整頓

子ども身の回りの世話	子ども予定管理・調整	通帳・印鑑管理	観葉植物の世話
子ども歯みがき仕上げ	子ども病気対応	クレジットカード管理	季節行事の準備・片付け
子どもお風呂サポート	子ども定期通院管理	貯蓄管理	回覧板まわす
子ども宿題確認	介護施設同行	各種保険の管理	倉庫・物置の整理整頓
子ども習い事送り(平日)	介護施設やり取り	収納ラベリング	押入れの整理整頓
子ども習い事お迎え(平日)	介護施設送迎	収納用具整理	ガレージの掃除
子ども習い事送り(休日)	介護食事作成	壊れた家具などの修理	倉庫・物置の掃除
子ども習い事お迎え(休日)	介護食事介助	電池交換	防災用品管理
子ども衣類管理、購入	介護入浴介助	電球交換	ローリングストック品管理・補充
子ども小物管理、購入	介護トイレ介助	庭の掃除	傘立ての掃除
園・学校とのやり取り	介護作業介助	庭の手入れ	共用パソコンの掃除
園・学校行事参加	介護外出付き添い	町内会参加	加湿器掃除
子ども食事介助	家計管理	親戚付き合いの予定調整	空気清浄器掃除
子ども食事準備	引落とし口座への入金	ペットの散歩	掃除機掃除
子ども爪切り	不動産資産の管理	ペットの世話	
子ども散髪	金融資産の管理	新入学の準備	