



## 家庭運営マネージャーの職務要約 ～主婦業のリアルディスクリプション～



『家庭運営マネージャーの職務要約』をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。日々当たり前のようにこなしてきた家庭の仕事を、あらためて「見えるかたち」にするためにまとめたものです。再就職を目指すとき、自己理解を深めたいとき、または誰かに自分の経験を伝えたいとき——このディスクリプションが「あなたの言葉の代わり」となり、背中をそっと押せる存在になれたらと願っています。決して、全てに当てはまらなければならないわけではありません。これを全部やっています！という方がいらしたら、本当に尊敬です。ご自分を責めたり、落ち込んだりする材料にしないでください。

一つひとつの家事、家族への気づかい、そして自分との対話。  
それらはすべて、未来のあなたの力になります。  
このディスクリプションが、あなたの新たな一步の支えになりますように。

不安があるとき、意見や情報がほしい時は、キャリア相談や専門家のサポートの活用もご検討ください。あなたの「キャリアづくり」を心より応援しています。

協力キャリアコンサルタント kumiko mitsuhashi

## 職務名・ミッション

職務名	家庭運営マネージャー（家庭運営責任者）
ミッション	家庭という組織の運営を総合的にマネジメントし、家族全員が健康で快適に過ごせる環境を整えながら、自分自身も成長や気づきを得て、視野や可能性を広げる。

# 主な業務内容

❶ 食事・栄養管理	献立計画、栄養調整、食材在庫管理、買い物リスト作成・買い出し、食材保存・下ごしらえ、調理、盛り付け、片付け、冷蔵庫整理、食費管理
❷ 衣類・身の回り管理	洗濯、干す・取り込み、アイロン、たたみ・収納、衣替え、補修、靴手入れ、バッグ・小物手入れ、不要衣類処分、購入管理
❸ 住まいの環境維持	床掃除、拭き掃除、窓・カーテン清掃、キッチン水回り清掃、浴室・洗面所清掃、トイレ清掃、家具家電メンテナンス、ごみ分別・排出、消耗品補充、照明・換気管理
❹ 家計・資産管理	家計簿記録、予算計画、光熱費支払い、銀行・カード管理、教育費計画、保険見直し、税金年金管理、節約、投資・貯蓄、收支見直し
❺ 子ども関連サポート	健康管理、持ち物準備（日々）、入学・進学の持ち物準備、提出物管理、宿題・勉強サポート、習い事準備、習い事サポート、送迎、生活習慣しつけ、進路情報収集、進路に関する相談、行事演出、病気時対応
❻ 高齢者サポート	健康チェック、服薬管理、通院付き添い、家事支援、食事支援、介護用品管理、緊急対応、手続き代行、趣味支援、安否確認
❼ スケジュール・情報管理	家族予定調整、カレンダー管理、行事準備、医療・学校予約、書類管理、アカウント管理、情報共有、行政手続代行、見直し調整、家族会議
❽ 対外対応・コミュニティ活動	PTA参加、地域活動、近隣挨拶、親戚連絡、贈答手配、ボランティア、お祝い・弔事対応、地域情報収集、苦情対応、外部ネットワーク構築
❾ 心理的サポート・家族調整	相談役、ストレス気づき、夫婦調整、子ども情緒支援、高齢者ケア、衝突仲裁、安心感づくり、自己ケア、リフレッシュ確保、励まし
❿ リスク・緊急対応	急病対応、防災備え、連絡網確認、避難ルート準備、火災防止、災害訓練、保険確認、非常食確保、緊急資金確保、マニュアル作成

# 必要なスキル・経験他

必要なスキル・経験	<ul style="list-style-type: none"><li>・タイムマネジメント力・計画力</li><li>・マルチタスク能力・問題解決力</li><li>・コミュニケーション力・対人調整力</li><li>・基本的な家事・育児・介護知識と実務経験</li><li>・家計・リスクマネジメントに関する理解</li><li>・ITリテラシー（デジタルツールの活用）</li><li>・ストレス管理・自己管理能力</li><li>・観察力・洞察力・柔軟性・適応力</li><li>・教育力・コーチング力・交渉力・説得力</li><li>・創造力・改善提案力</li></ul>
歓迎条件	<ul style="list-style-type: none"><li>・教育、栄養士、介護、育児関連資格</li><li>・医療・福祉分野での知識や経験</li><li>・地域活動やボランティアの豊富な経験</li><li>・多文化理解や語学スキル</li><li>・防災士などリスクマネジメントに関する資格</li></ul>
勤務時間	<ul style="list-style-type: none"><li>・原則フルタイム、柔軟な対応が求められる</li><li>・家族の生活サイクルに合わせ、休日・夜間対応が発生する場合あり</li><li>・効率化により休息や自己研鑽の時間を確保することも可能</li></ul>
責任の範囲	<ul style="list-style-type: none"><li>・家族全員の健康・安全・幸福度の維持と向上</li><li>・家計の持続可能性と将来リスクへの備え</li><li>・家庭内外の秩序と良好な関係性の維持</li><li>・家庭運営における課題解決・改善の提案と実行</li></ul>