

**令和3年度**  
**「男女共同参画社会」に関する**  
**アンケート調査結果**

**令和4年1月**  
**十和田市 総務課**

## 目 次

I	調査の概要	1
1	調査の目的	
2	調査対象及び方法	
3	調査期間	
4	調査項目	
5	回収結果	
II	回答者の属性	2
III	調査結果	3
IV	調査票	22

### － 調査結果のグラフについて －

1. 単一回答の構成比は、少数点以下第2位で四捨五入しているため、合計が100.0%に過不足する場合があります。
2. 複数回答では、回答割合の合計が100.0%を超えます。

## I 調査の概要

### 1 調査の目的

市では、性別に関わりなく、その個性と能力を十分に発揮することができる「男女共同参画社会」実現に向けて様々な施策に取り組んでおり、今回、「第3次十和田市男女共同参画社会推進計画」を策定するにあたり、市民の男女共同参画社会に関する意識及び実態等を把握し、施策に反映させることを目的に調査を実施した。

### 2 調査対象及び方法

- ・ 調査対象 十和田市在住の20歳～60歳代の男女1,500人
- ・ 抽出方法 令和3年12月23日現在の住民基本台帳から無作為抽出
- ・ 調査方法 調査票を郵送し、専用の返信用封筒によって回収

### 3 調査期間

令和3年12月27日（月）～令和4年1月12日（水）

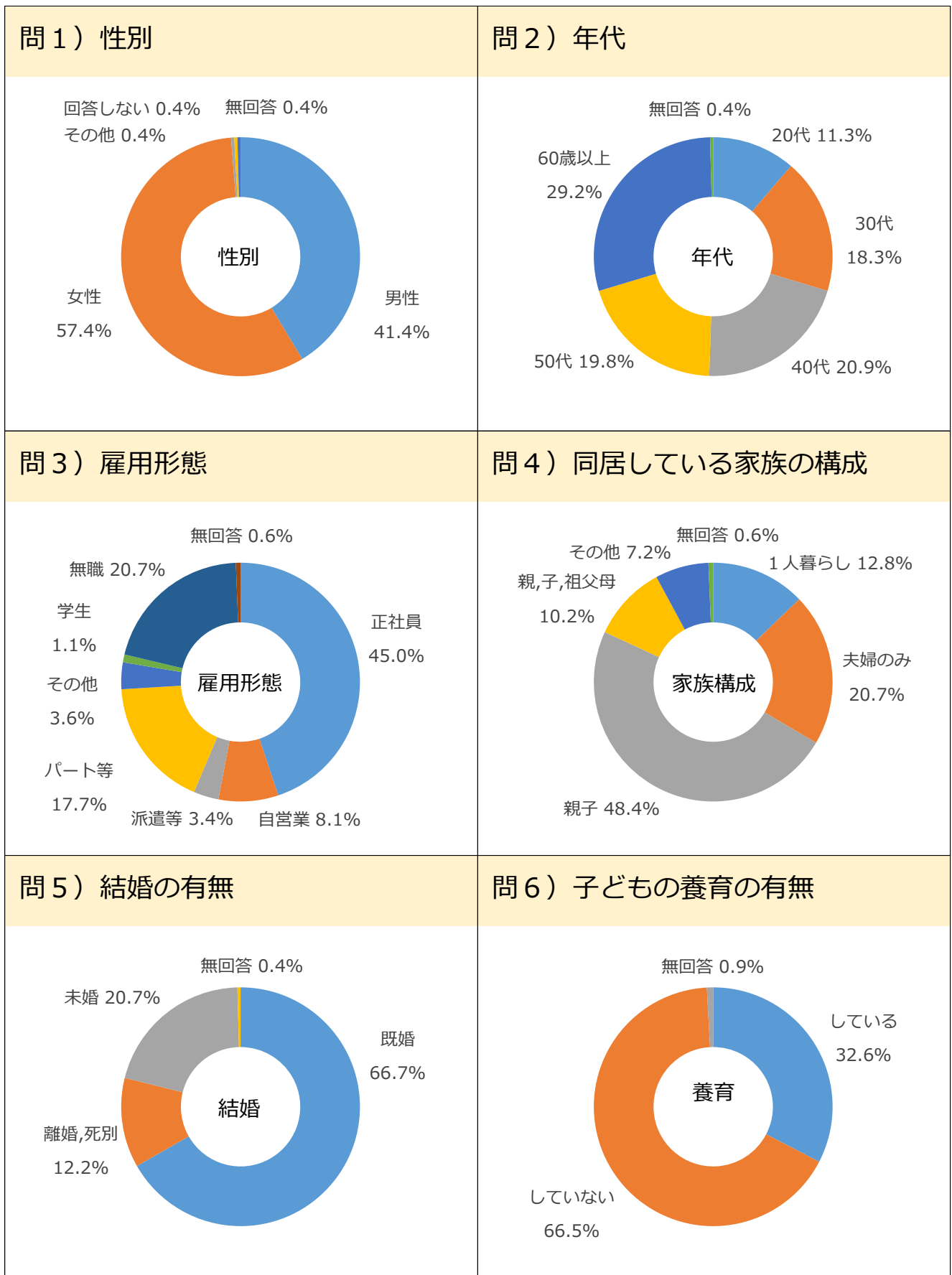
### 4 調査項目

- ・ 男女平等に関する意識について（2問）
- ・ 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）について（7問）
- ・ すべての人がともに担う社会づくりについて（2問）
- ・ 男女共同参画の視点に立った防災について（1問）
- ・ 多様な性に関する意識について（3問）
- ・ パートナーシップ制度について（1問）
- ・ 男女共同参画推進のための取り組みについて（1問）

### 5 回収結果

		標本数（票）	回収数（票）	回収率（%）
全体		1,500	469	31.3
性別	男性	750	194	25.9
	女性	750	269	35.9
	その他	—	2	—
	回答しない	—	2	—
	無回答	—	2	—
年齢別	20～29歳	300	53	17.7
	30～39歳	300	86	28.7
	40～49歳	300	98	32.7
	50～59歳	300	93	31.0
	60～69歳	300	137	45.7
	無回答	—	2	—

## II 回答者の属性

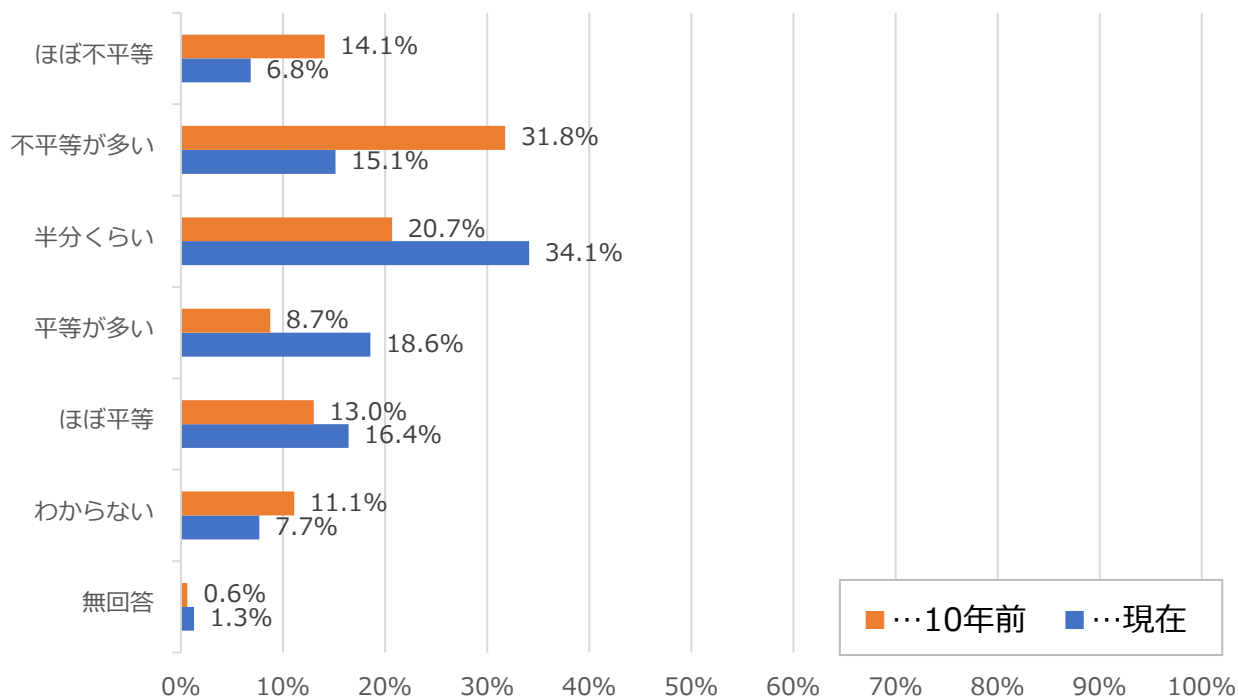


### Ⅲ 調査結果

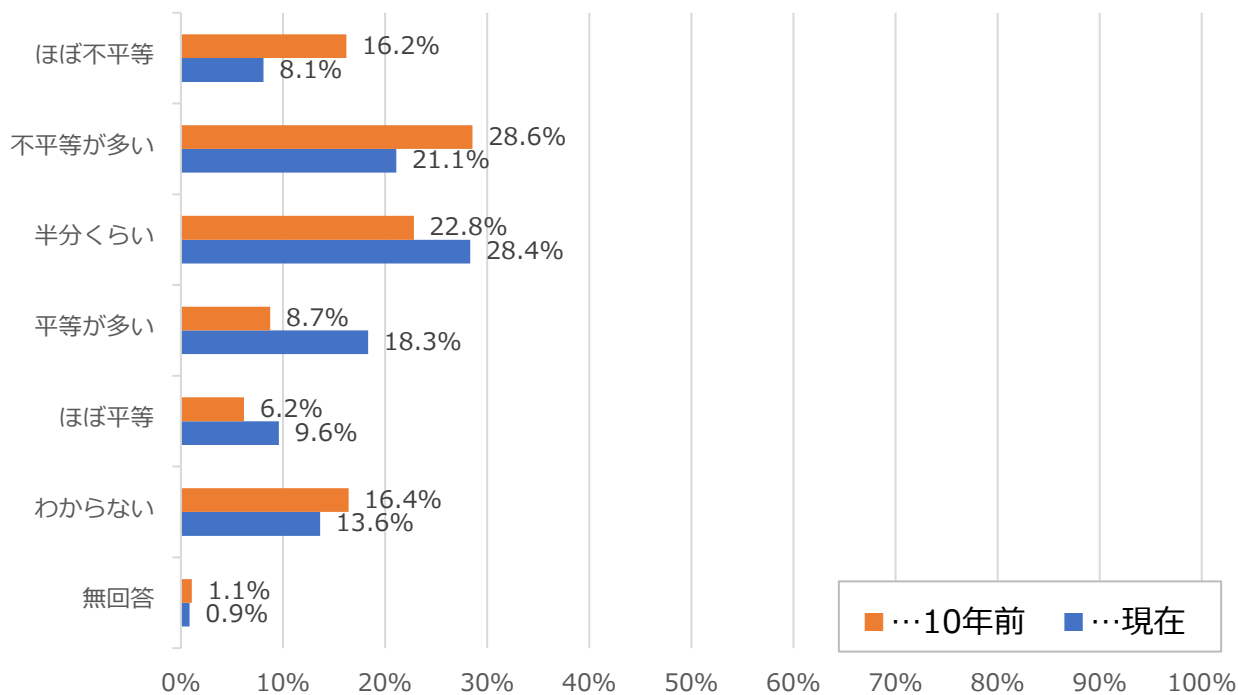
#### ◆男女平等に関する意識について

問7) ①～⑦の分野で男女平等になっていると思いますか。

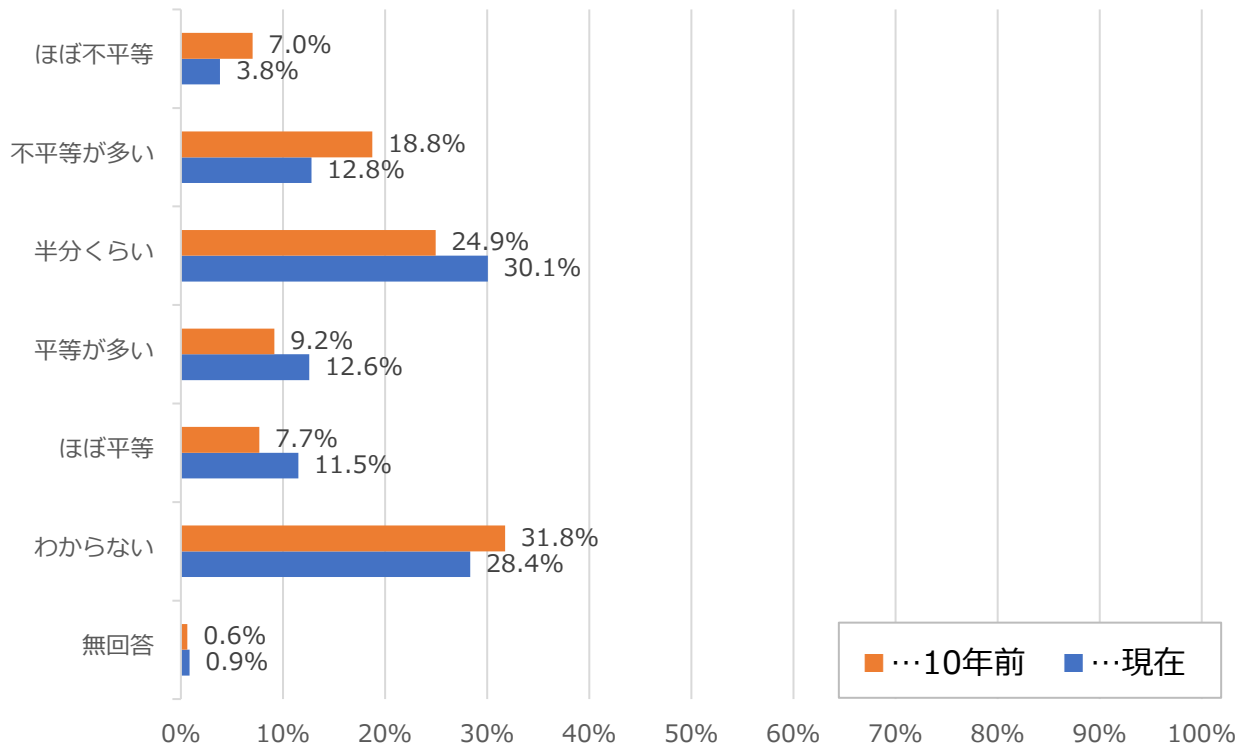
##### ① 家庭生活の場



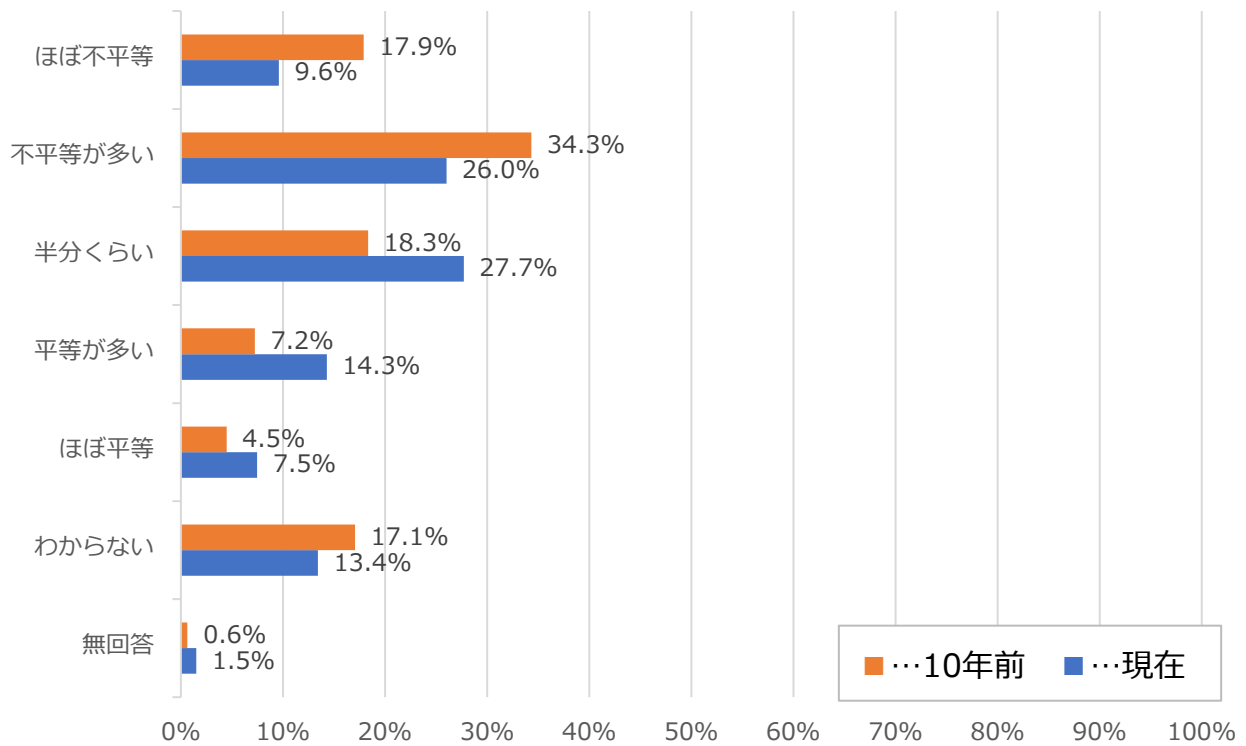
##### ② 職場



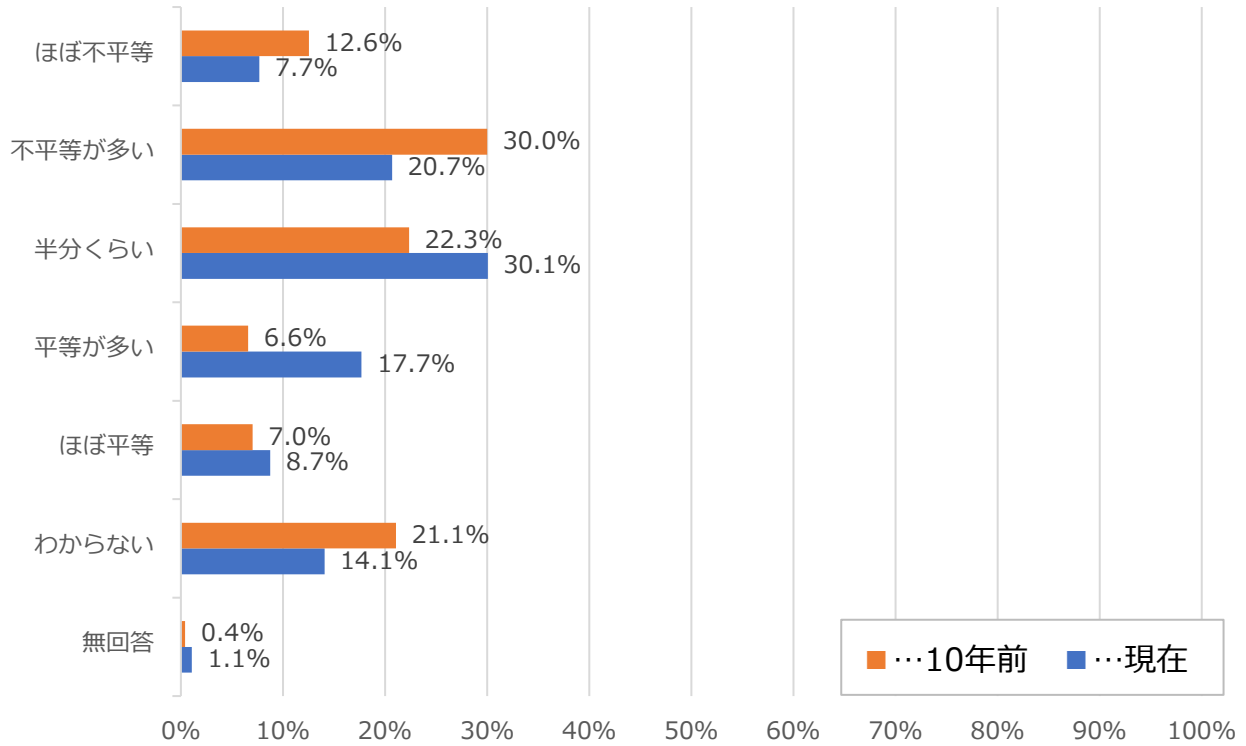
### ③ 地域活動



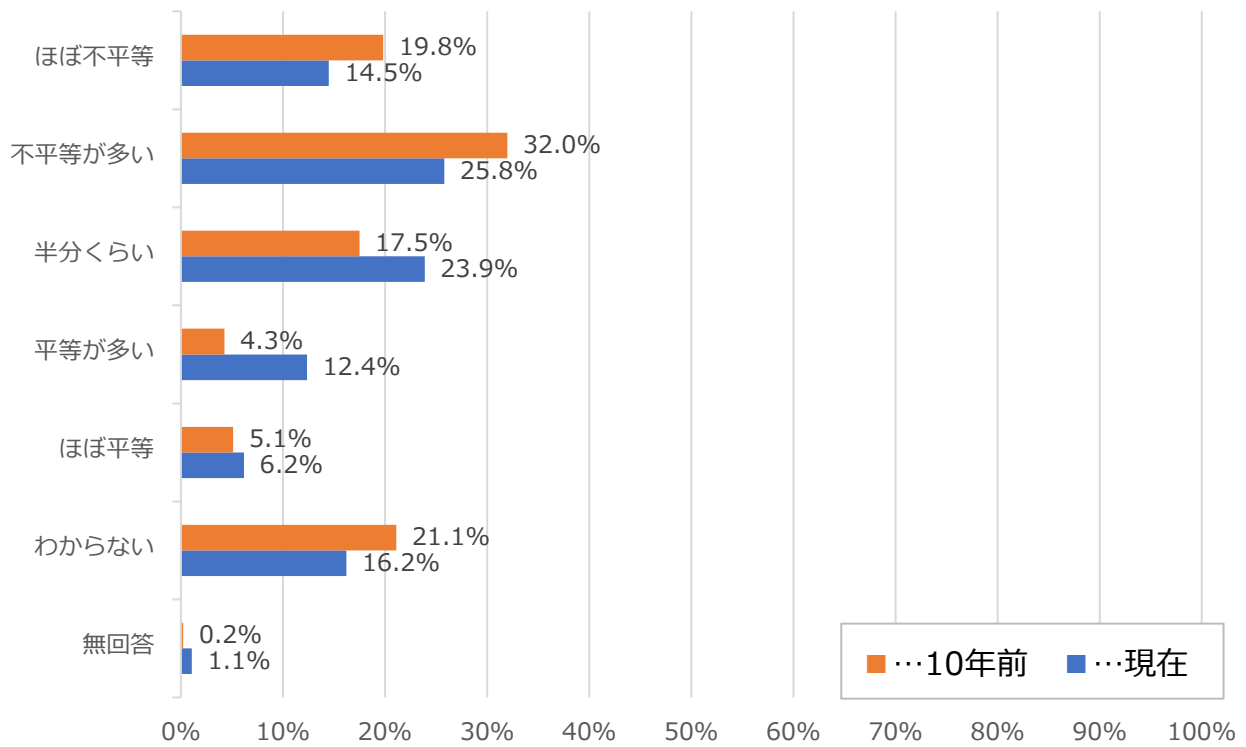
### ④ 社会通念・慣習・しきたりなど



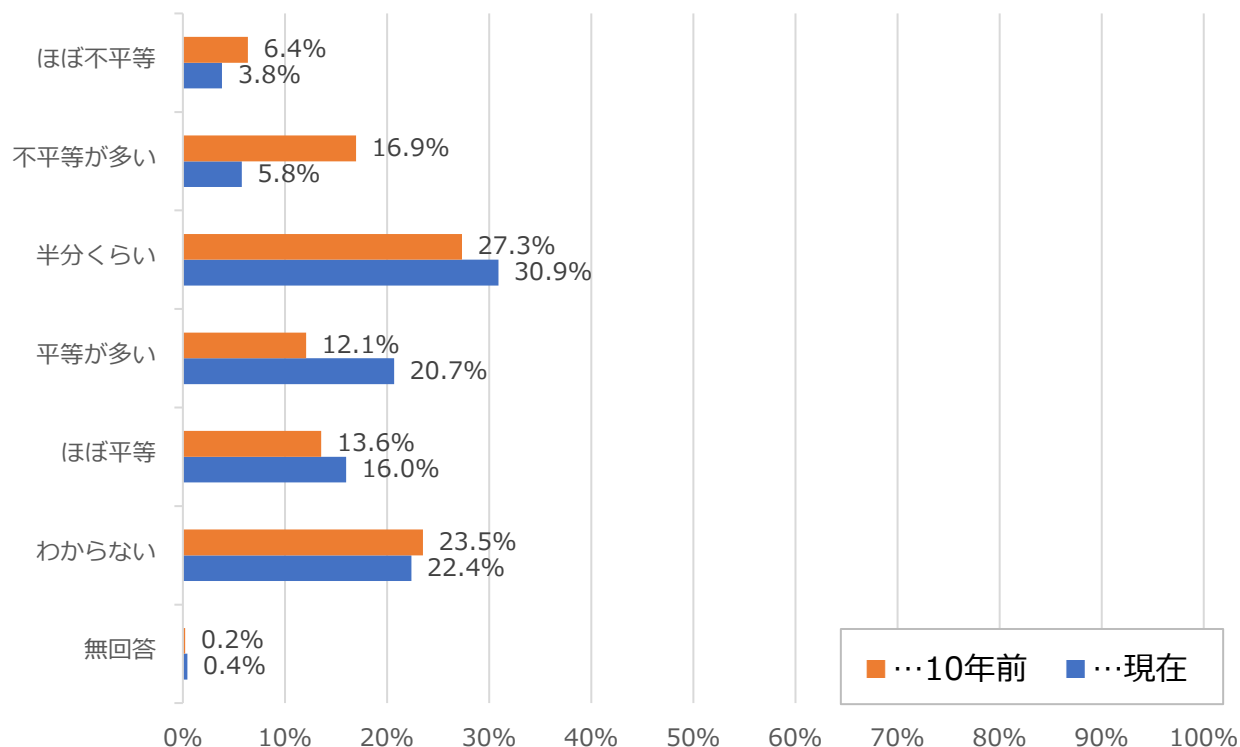
### ⑤ 法律や制度上



### ⑥ 政治の場



## ⑦ 学校教育の場



①～⑦のすべての分野において、10年前と比べ現在の方が「不平等が多い」「ほぼ不平等」と答えた人の割合が減少し、「平等が多い」「ほぼ平等」と答えた人の割合が増えている。

10年前と現在を比較して、「不平等が多い」「ほぼ不平等」と答えた人の割合が最も減少している分野は「①家庭生活の場」、続いて「④社会通念・慣習・しきたりなど」、「②職場」であり、「①家庭生活の場」で男女平等が進んでいると感じている人が多いことが分かる。

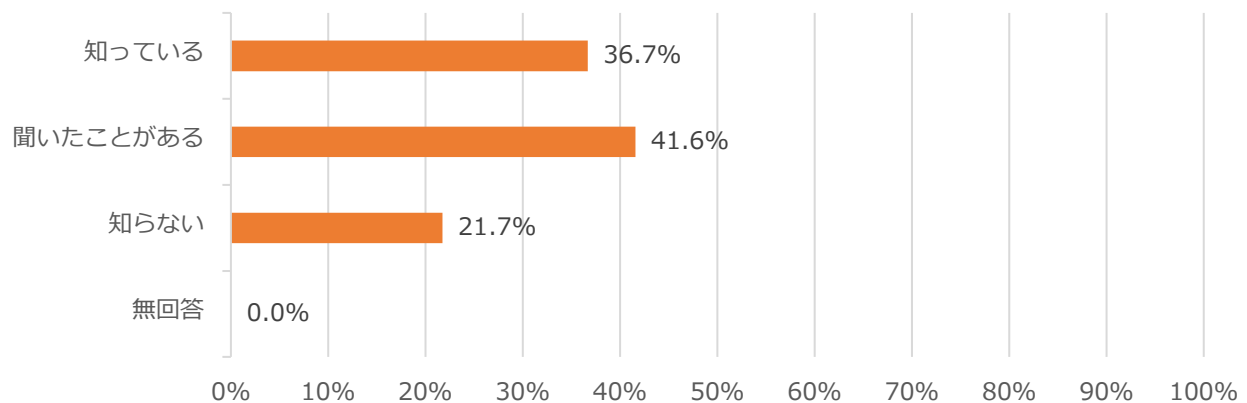
分野で比較すると、「①家庭生活の場」「⑦学校教育の場」が「平等が多い」「ほぼ平等」と答えた人の割合が他の分野より多く、「④社会通念・慣習・しきたりなど」「⑥政治の場」が「不平等が多い」「ほぼ不平等」と答えた人の割合が他の分野より多い。

特に「⑦学校教育の場」は、「不平等が多い」「ほぼ不平等」と答える人の割合が最も少なく、現在の割合は10年前より13.7ポイント減少し9.6%である。

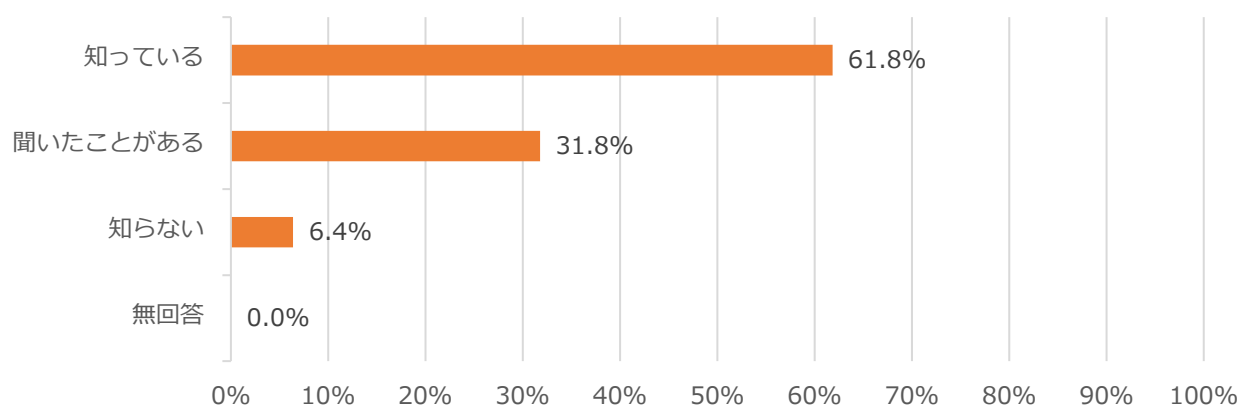


問8) 次の①、②の言葉を知っていますか。

① 「男女共同参画」



② 「性的マイノリティ」



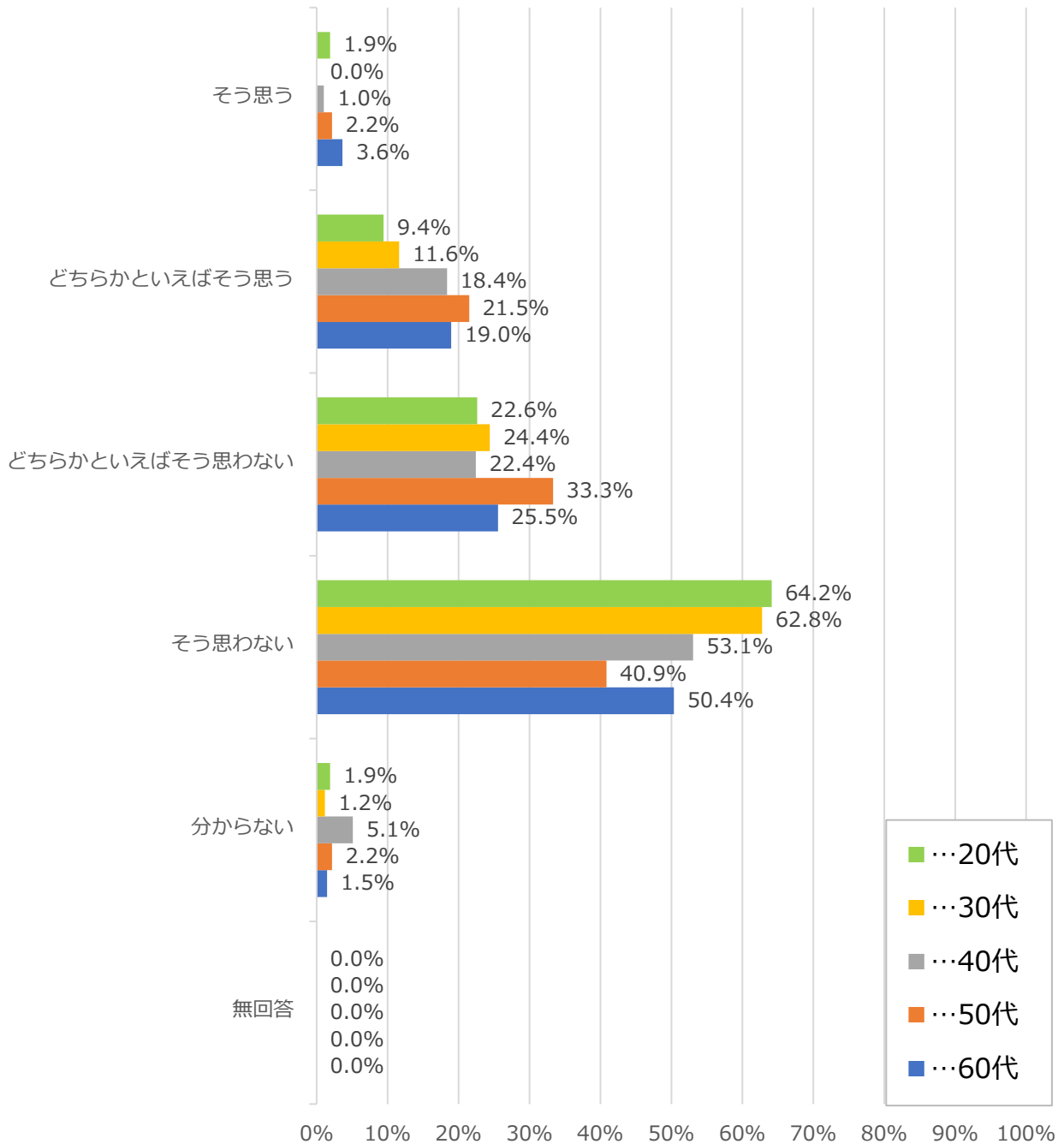
「男女共同参画」という言葉については、「聞いたことがある」と答えた人の割合が41.6%と最も多く、「知っている」「聞いたことがある」と答えた人の割合は78.3%である。

「性的マイノリティ」という言葉については、「知っている」と答えた人の割合が61.8%と最も多く、「知っている」「聞いたことがある」と答えた人の割合は93.6%である。

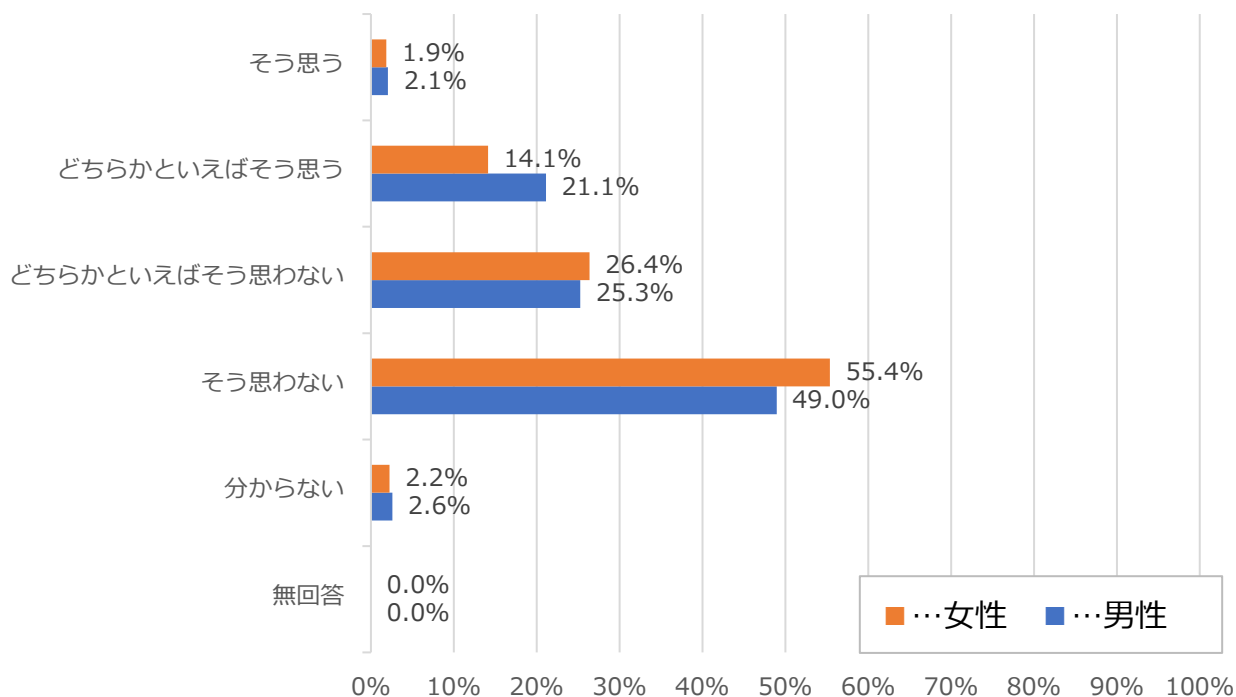
◆仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）について

問9) 「男性は外で働き、女性は家庭を守るべき」という考え方について、どのように思いますか。

【年代別】



## 【男女別】

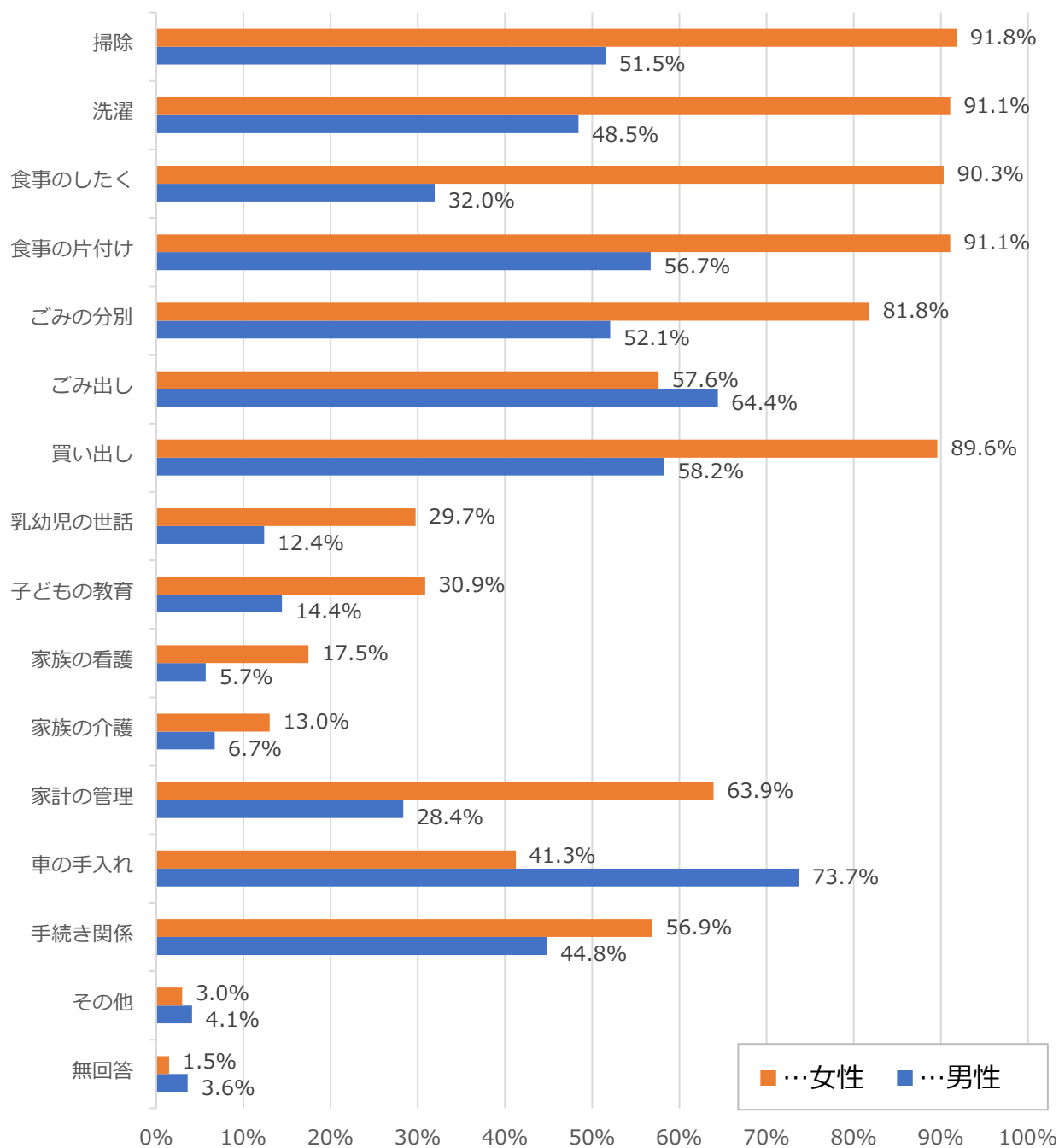


年代別では、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」の割合が、20代：86.8%、30代：87.2%、40代：75.5%、50代：74.2%、60代：75.9%であり、40代以上の年代で80%を下回るが、どの年代でも「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」が高い割合を占めている。

男女別では、「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」の割合が、女性で81.8%、男性で74.3%であり、女性の方が7.5ポイント高いものの、男女ともに「そう思わない」「どちらかといえばそう思わない」が高い割合を占めている。

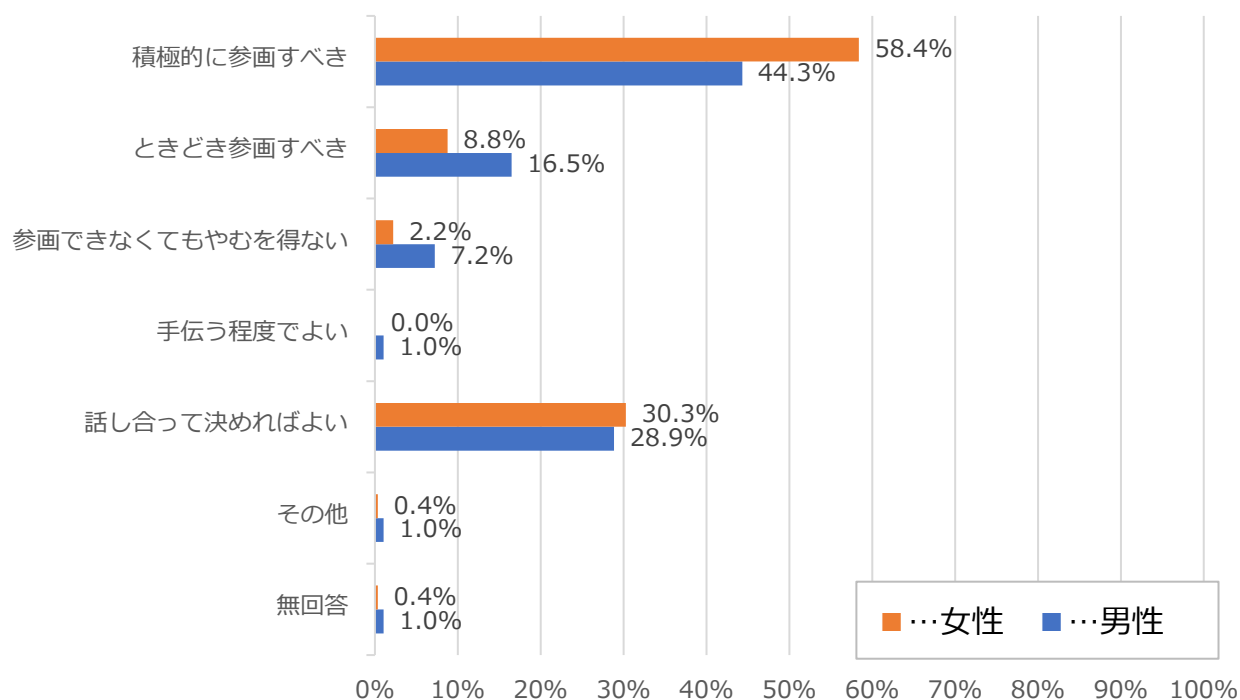
## 問10) 日常的にどのような家事に携わっていますか。

(半分以上携わっているものをすべて選択)

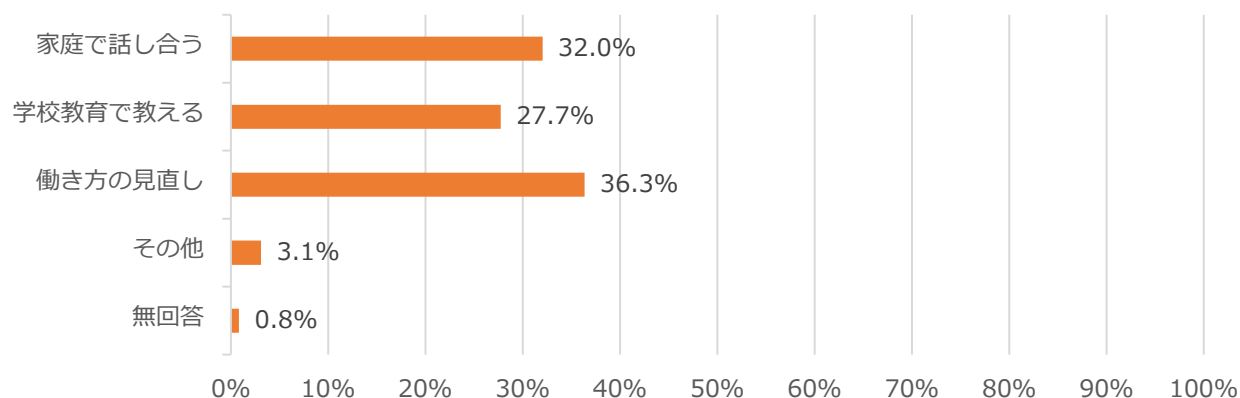


12分野で、携わっていると答えた人の割合は男性より女性が多く、特に「食事のしたく」「家族の看護」では、女性が携わる割合が男性の約3倍である。ただし、「食事の片付け」「ごみの分別」「買い出し」「手続き関係」では男性が携わる割合が比較的多くなり、「ごみ出し」「車の手入れ」では携わっていると答えた人の割合は女性より男性が多い。

問11) 男性の家事・育児・介護への参画について、どのように考えていますか。



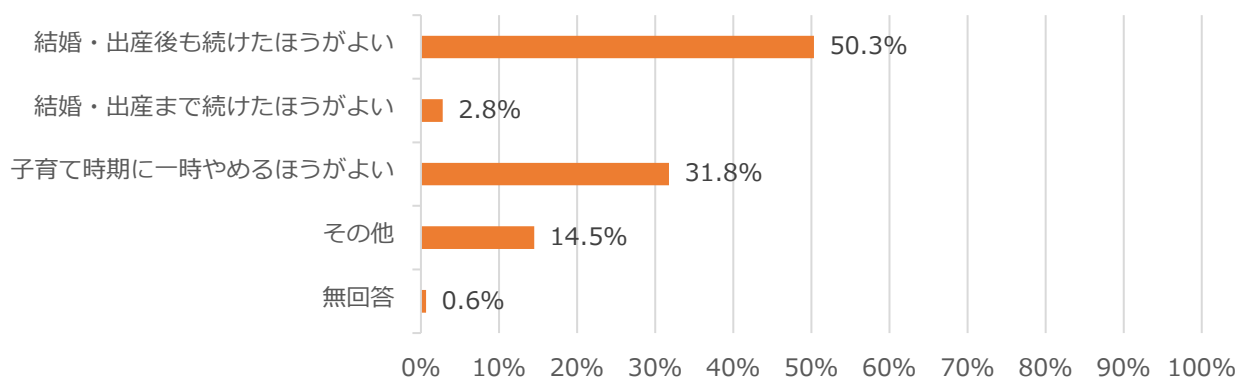
問12) 男性の家事・育児・介護への参画をすすめるためには、啓発活動のほか、どのようなことが必要だと思いますか。



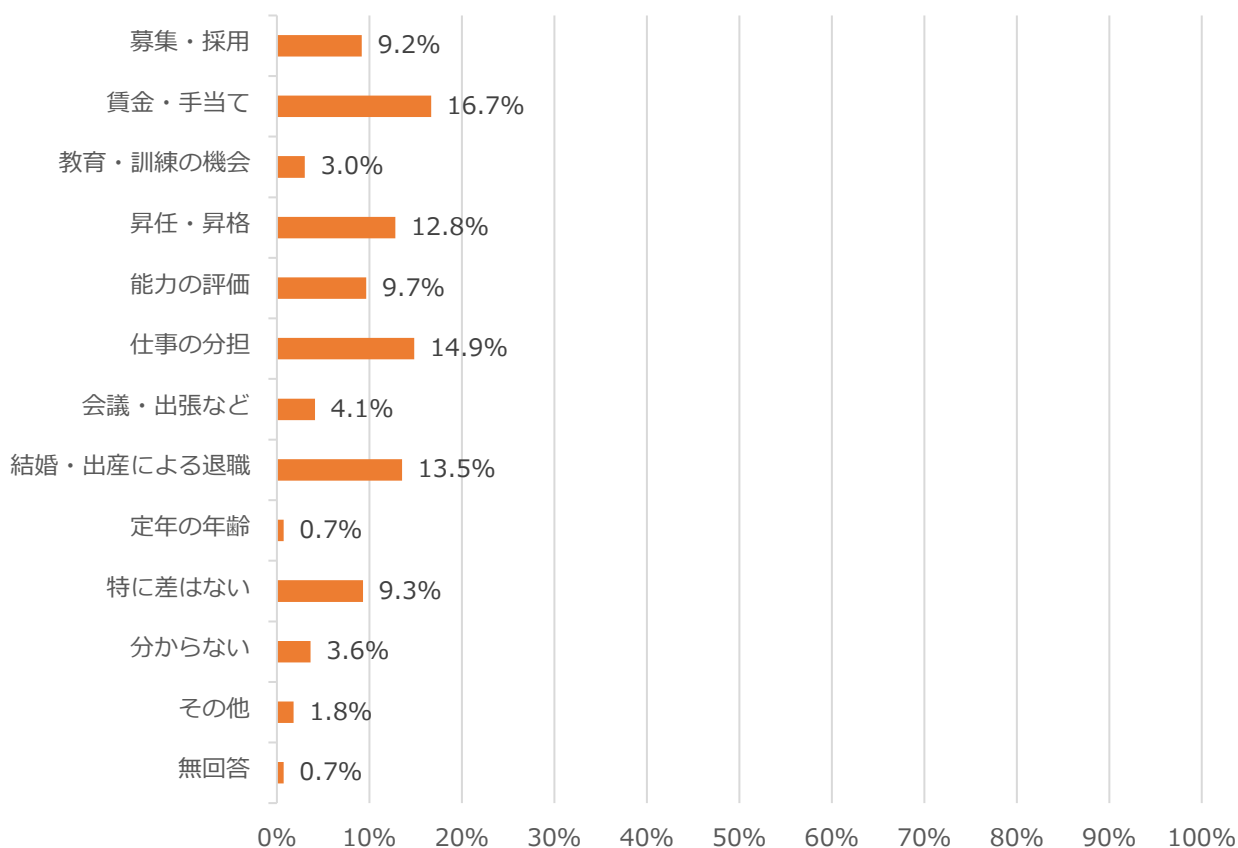
問11) では、男女ともに「積極的に参画すべき」と答えた人の割合が最も多く、特に女性は男性より14.1ポイント高い58.4%である。

問12) では、「働き方の見直し」と答えた人の割合が36.3%と最も多く、次いで「家庭で話し合う」が32.0%、「学校教育で教える」が27.7%である。

### 問13) 女性と仕事（職業）の関係について、どのように考えていますか。



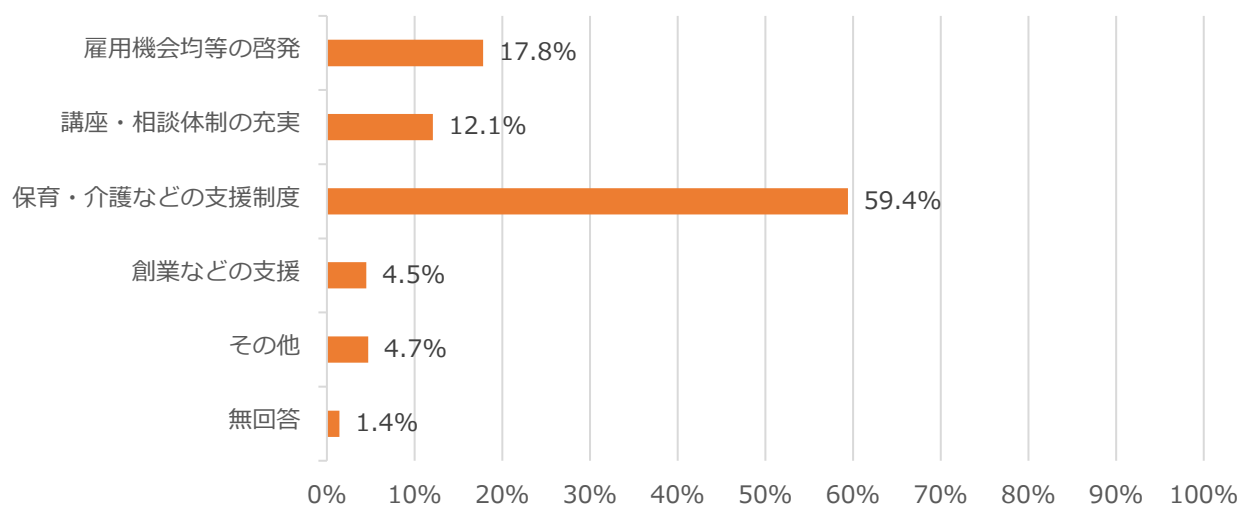
### 問14) 職場での扱いについて、性別などで差があると思うことは何ですか。



問13) では、「結婚・出産後も続けたほうがよい」と答えた人の割合が50.3%と最も多く、次いで「子育て時期に一時やめるほうがよい」が31.8%である。

問14) では、「特に差はない」と答えた人の割合が9.3%であることに對し、何らかの差を感じる人の割合の合計は84.6%を占めている。

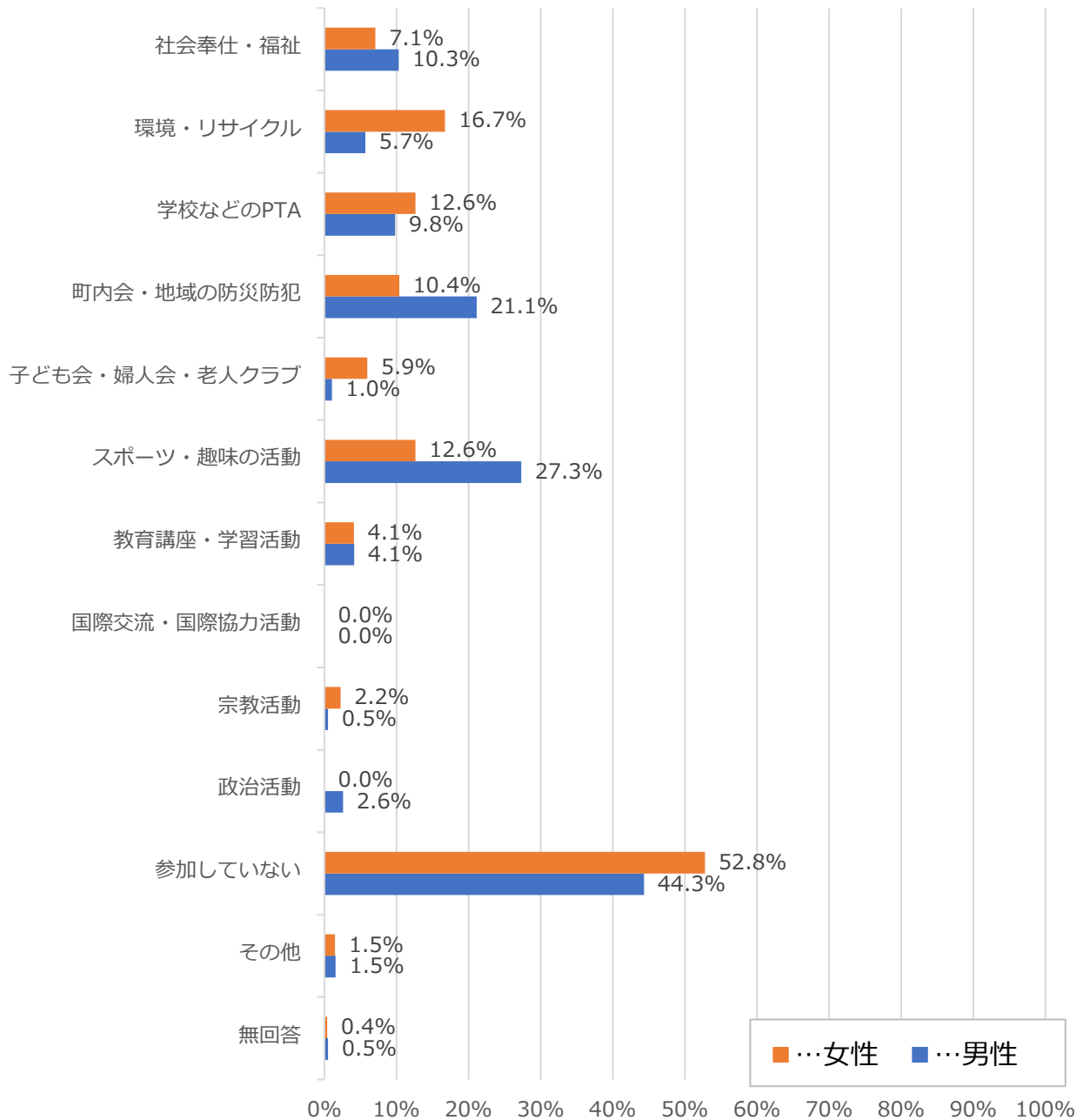
問15) 性別などに関わりなく、就職しやすいようにするためには、どのような取り組みが必要だと思いますか。



家庭への支援である「保育・介護などの支援制度」が必要だと答えた人が59.4%と高い割合であり、直接就職に関わる取り組みである「雇用機会均等の啓発」「講座・相談体制の充実」「創業などの支援」と答えた人の合計割合34.4%よりも多い。

◆すべての人がともに担う社会づくりについて

問16) どのような社会活動に参加していますか。(すべて選択)

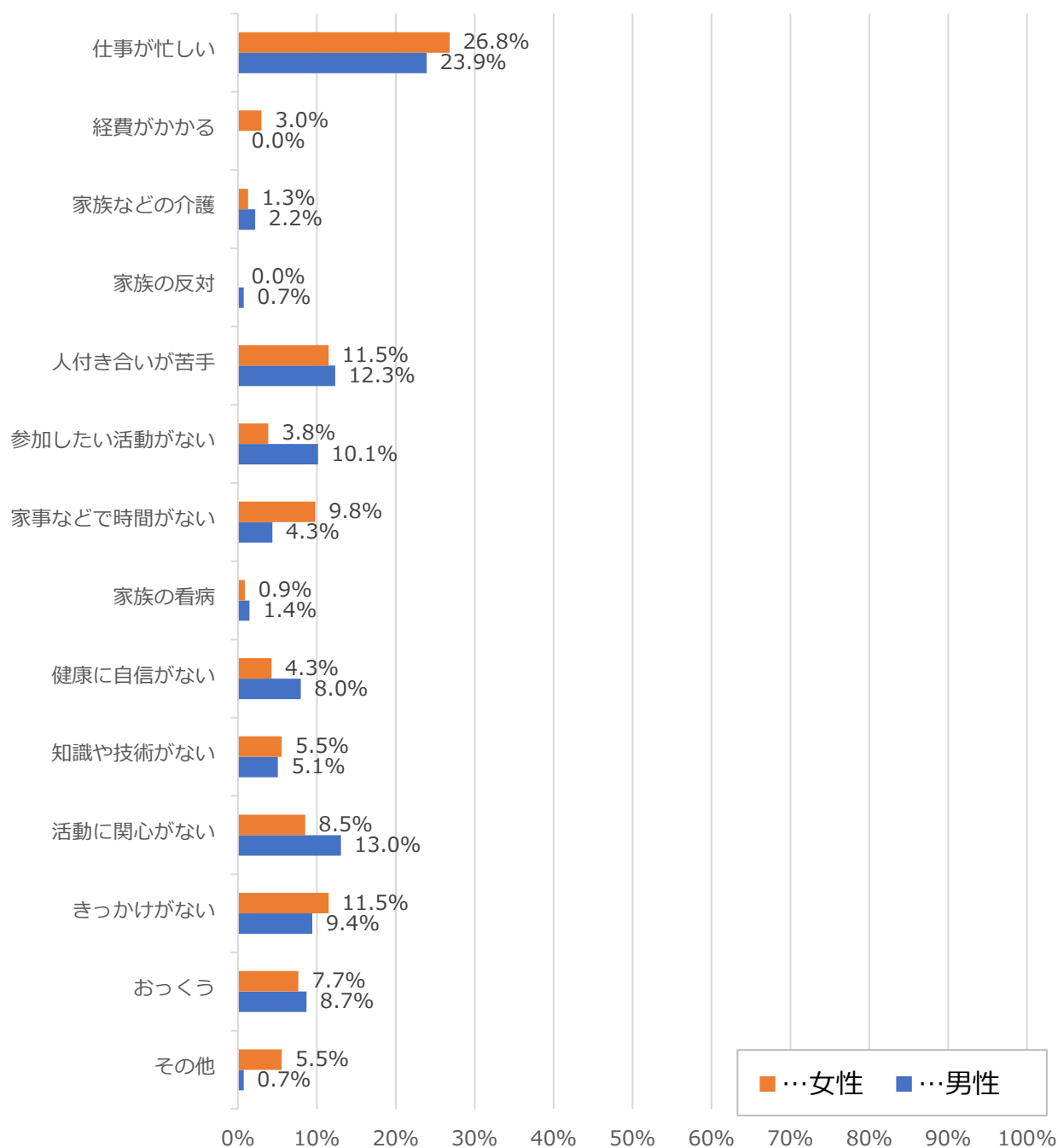


「参加していない」と答えた人の割合が男女ともに最も多く、女性が52.8%、男性が44.3%である。

また、参加している人の中で最も多い活動は、女性は「環境・リサイクル」で16.7%、男性は「スポーツ・趣味の活動」で27.3%である。



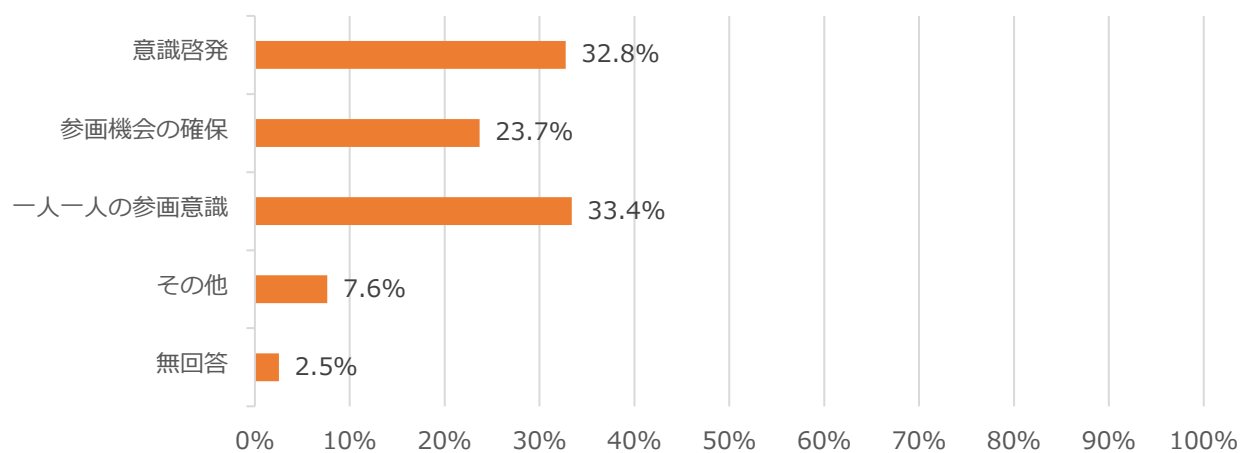
【問16で「参加していない」を選んだ方にお聞きします。】  
 社会活動に参加しないのはなぜですか。（2つまで選択）



社会活動に参加していない理由として最も多い理由は、男女ともに「仕事が忙しい」で、女性が26.8%、男性が23.9%である。

「家事などで時間がない」と答えた人の割合は、女性が9.8%であり、男性より5.3ポイント多い。

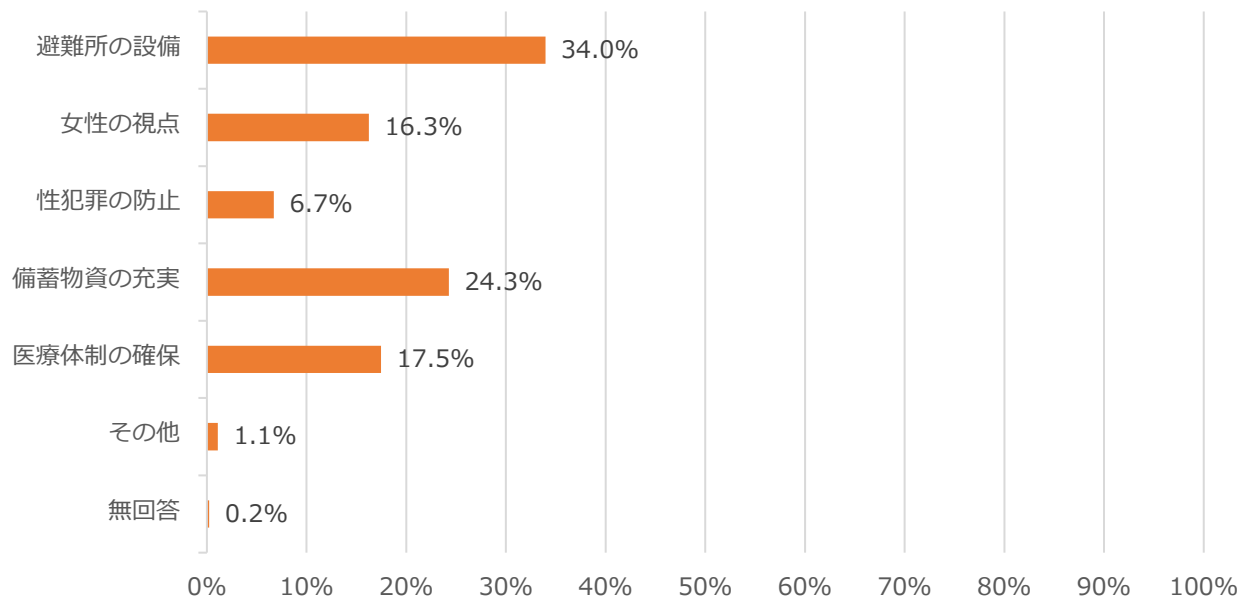
問17) 今後、多様な視点を地域に取り入れるためには、どのようなことが必要だと思いますか。



「一人一人の参画意識」が必要だと答えた人の割合が33.4%と最も多く、次いで「意識啓発」が32.8%、「参画機会の確保」が23.7%である。

## ◆男女共同参画の視点に立った防災について

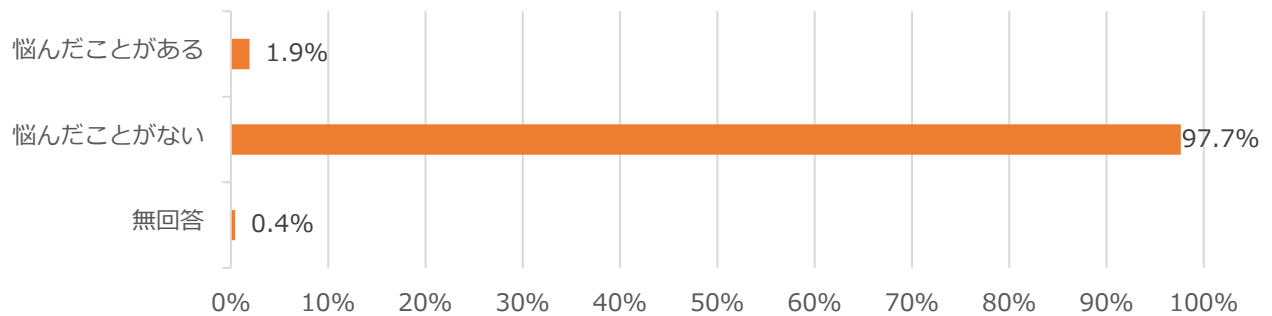
問18) 災害時に男女共同参画の視点を取り入れた避難所を設置するためには、どのようなことが必要だと思いますか。



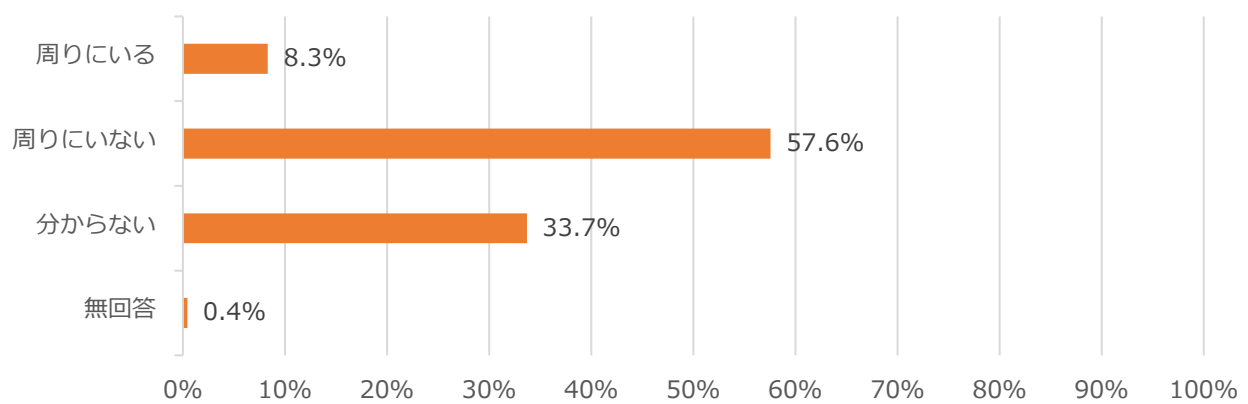
「避難所の設備」が必要だと答えた人の割合が34.0%と最も多く、続いて「備蓄物資の充実」が24.3%、「医療体制の確保」が17.5%、「女性の視点」が16.3%、「性犯罪の防止」が6.7%である。

## ◆多様な性に関する意識について

問19) 性的指向や性自認について、悩んだことはありますか。

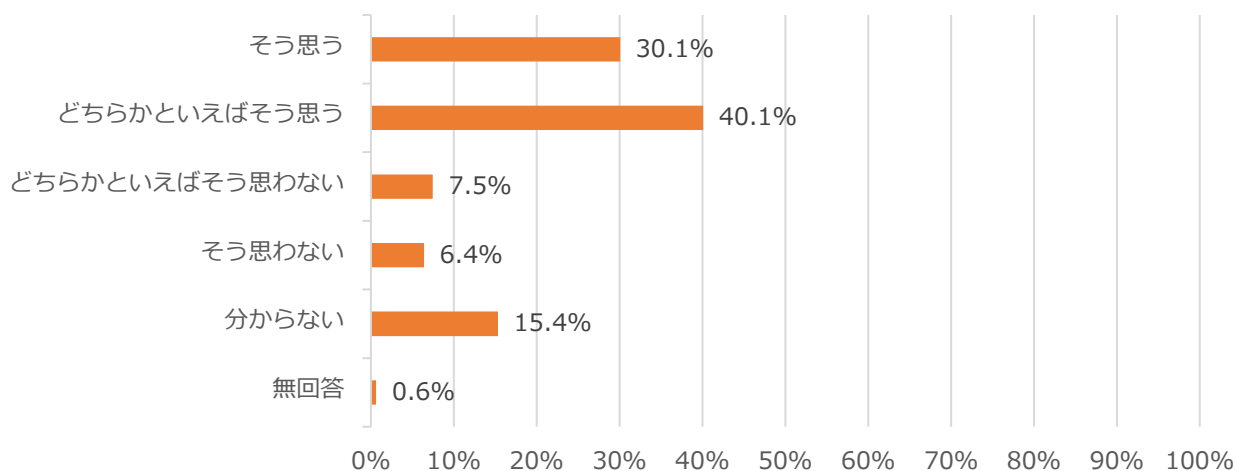


周りで悩んだ（悩んでいる）人がいますか。

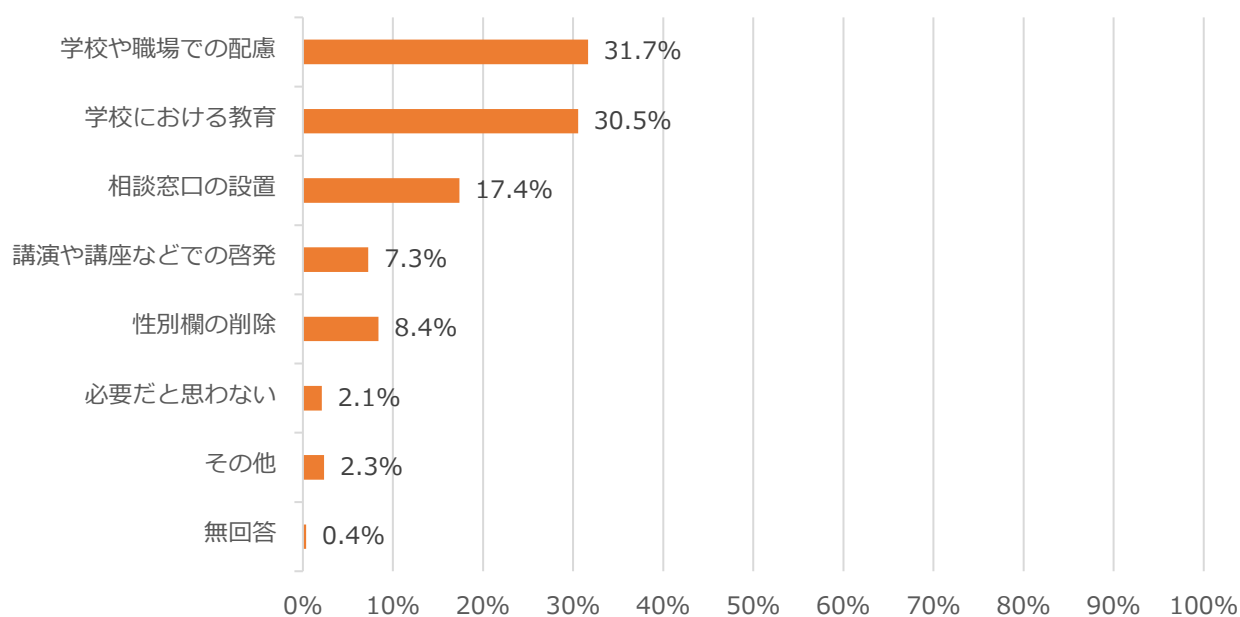


「悩んだことがある」と答えた人の割合が1.9%であり、「周りに悩んだ（悩んでいる）人がいる」と答えた人の割合は8.3%である。

問20) 性的指向や性自認に悩む方にとって、偏見や差別により生活しづらい社会だと思いませんか。



問21) 性的指向や性自認に悩む方が生活しやすくしていくために、どのような取り組みが必要だと思いませんか。

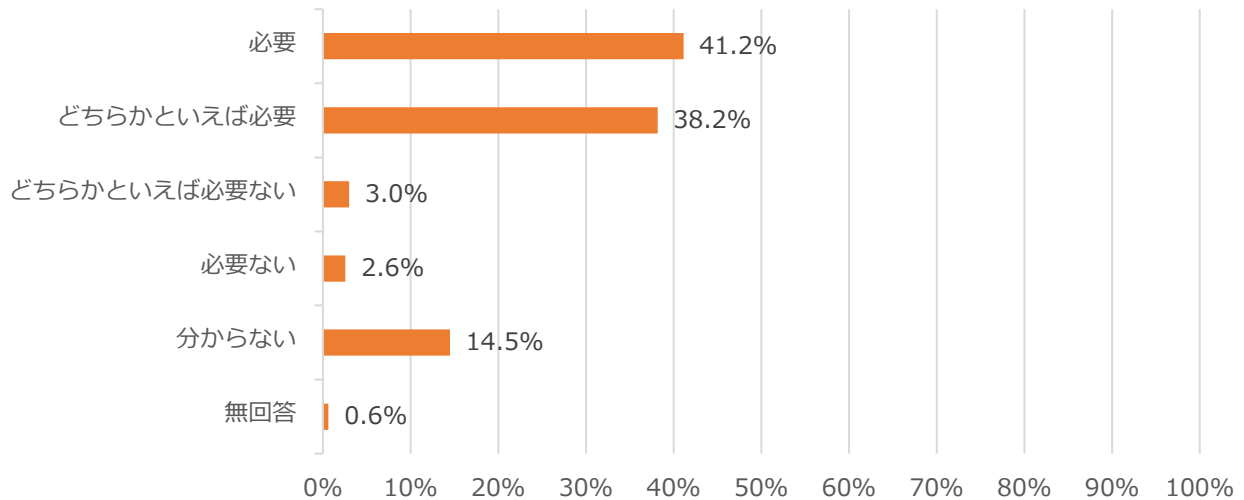


問20) では、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」答えた人の割合が70.2%である。

問21) では、「学校や職場での配慮」と答えた人の割合が31.7%、次いで「学校における教育」と答えた人の割合が30.5%と高い割合を占めている。

## ◆パートナーシップ制度について

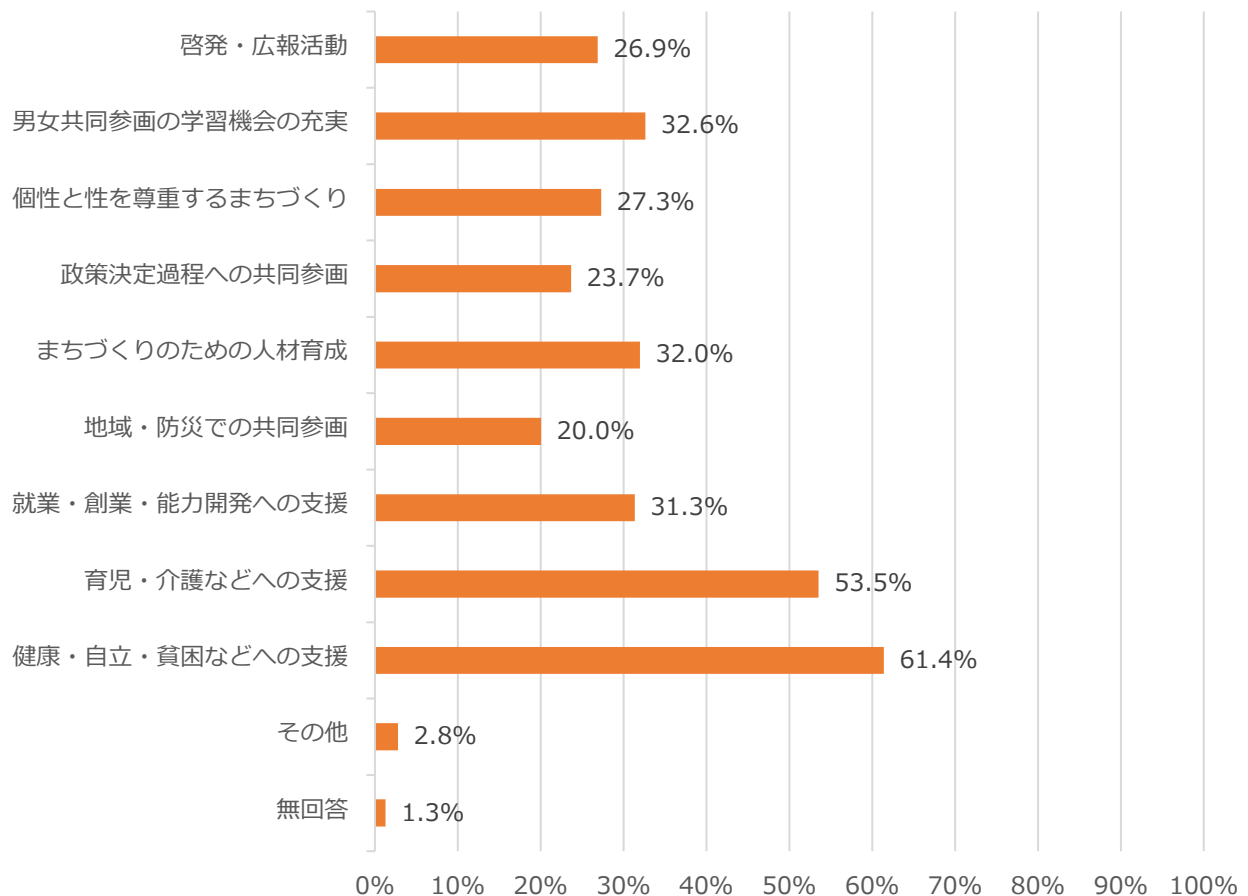
問22) パートナーシップ制度について、どのように思いますか。



「必要」「どちらかといえば必要」と答えた人の割合が79.4%であり、「分からない」と答えた人の割合が14.5%、「必要ない」「どちらかといえば必要ない」と答えた人の割合が5.6%である。

## ◆男女共同参画推進のための取り組みについて

問23) 男女共同参画社会の実現に向け、今後十和田市ではどのような取り組みが必要だと思いますか。（すべて選択）



安心して暮らせる環境づくりに必要な取り組みである「健康・自立・貧困などへの支援」と答えた人の割合が61.4%と最も多く、次いで「育児・介護などへの支援」が53.5%であるほか、すべての項目において20%以上の人が必要だと回答した。

## IV 調査票

# 「男女共同参画社会」に関するアンケート

### アンケートのお願い

市民の皆さまには、日頃より市政について、多大なるご理解とご協力をいただき深く感謝申し上げます。

さて、このたび十和田市では令和4年度からの「第3次十和田市男女共同参画社会推進計画」の策定に向け、「男女共同参画社会」に関するアンケートを実施することにいたしました。

このアンケートは、市内にお住まいの20歳以上の方から無作為に選ばせていただいた1,500の方を対象に男女共同参画に対するお考えを伺うものです。

皆様からのご回答は統計処理され、男女共同参画施策の基礎資料とするもので、他の目的には一切使用いたしません。つきましては、ご自身のことや、日頃お感じになっていることなどをご記入いただければ幸いです。

年末年始のお忙しい時季ではありますが、ご協力のほどよろしく申し上げます。

令和3年12月27日

十和田市長 小山田 久



## ご回答いただく際の注意点

- 1 この調査票は、無記名式です。
- 2 回答は、対象になった方ご自身がお答えください。
- 3 質問をお読みになり、あてはまる項目を選んでください。
- 4 あてはまる答えがないとき、あるいは選べないときは「その他（ ）」の欄にご記入ください。
- 5 記入が終わりましたら、令和4年1月12日（水）までに同封の封筒にてそのままご返送願います（切手は不要です）。

回答する上で、ご不明な点がありましたらお問い合わせください。

【お問い合わせ先】十和田市総務課 広報男女参画係

電話 0176-51-6702（直通）

（令和3年12月29日～令和4年1月3日はお休みです）

男女共同参画社会とは・・・男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、ともに責任を担うべき社会。

（男女共同参画社会基本法第2条第1項第1号より）



## ◆男女平等に関する意識について

男女共同参画社会の推進・実現のためには、男女平等に向けた意識改革が重要です。

市では、家庭や学校、職場、地域社会等における男女平等に向けた意識の啓発と情報の提供、学習の場の提供に努め、地域生活や家庭生活における男女共同参画を推進しています。

問7) ①～⑦の分野で男女平等になっていると思いますか。

10年前と現在、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○で囲んでください。

分 野		ほぼ平等 が多い 平等と感じる割合 が半分くらい 不平等と感じる割合 が多い ほぼ不平等					わからない
		1	2	3	4	5	
① 家庭生活の場	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
② 職場	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
③ 地域活動	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
④ 社会通念・慣習・しきたりなど	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
⑤ 法律や制度上	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
⑥ 政治の場	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6
⑦ 学校教育の場	10年前	1	2	3	4	5	6
	現在	1	2	3	4	5	6

問8) 次の①、②の言葉を知っていますか。

それぞれあてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

①「男女共同参画社会」

「男女共同参画社会」とは、男女が社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、ともに責任を担うべき社会。

言葉も内容もおおむね知っている     言葉を聞いたことがある     知らない

②「性的マイノリティ」

「性的マイノリティ」とは、L - レズビアン（女性の同性愛者）やG - ゲイ（男性の同性愛者）、B - バイセクシュアル（両性愛者）、T - トランスジェンダー（体と心の性に違和感がある人）といった性的少数者を表した言葉。

言葉も内容もおおむね知っている     言葉を聞いたことがある     知らない

---

---

◆仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）について

---

---

現在の社会には、仕事に追われ健康を害しかねない、仕事と子育てや老親の介護との両立に悩むなど、仕事と生活の間での問題を抱える人が多く見られます。そこで、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の実現が、必要不可欠とされています。

問9)「男性は外で働き、女性は家庭を守るべき」という考え方について、どのように思いますか。  
あてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

そう思う     どちらかといえばそう思う     どちらかといえばそう思わない  
 そう思わない     わからない

問 10) 現在、日常的にどのような家事に携わっていますか。  
半分以上携わっているものをすべて選んで□に✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 掃除	<input type="checkbox"/> 洗濯	<input type="checkbox"/> 食事のしたく	<input type="checkbox"/> 食事の後片付け	<input type="checkbox"/> ごみの分別
<input type="checkbox"/> ごみ出し	<input type="checkbox"/> 食材、日用品の買い出し	<input type="checkbox"/> 乳幼児の世話（子・孫など）		
<input type="checkbox"/> 子どもの教育	<input type="checkbox"/> 家族の看護	<input type="checkbox"/> 家族の介護	<input type="checkbox"/> 家計の管理	
<input type="checkbox"/> 車の手入れ・洗車	<input type="checkbox"/> 各種手続き関係			
<input type="checkbox"/> その他（				）

問 11) 男性の家事・育児・介護への参画について、どのように考えていますか。  
あてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 積極的に参画すべきである	<input type="checkbox"/> ときどき参画すべきである
<input type="checkbox"/> 仕事があるため、参画できなくてもやむを得ない	
<input type="checkbox"/> 女性がすることなので、手伝う程度でよい	<input type="checkbox"/> 話し合っ決めればよい
<input type="checkbox"/> その他（	）

問 12) 男性の家事・育児・介護への参画をすすめるためには、行政等が行う啓発活動のほか、どのようなことが必要だと思いますか。  
特に重要だと思うものを1つ選んで□に✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 家庭などで家事・育児・介護の分担について十分に話し合う	
<input type="checkbox"/> 学校教育で、家事・育児・介護に携わることの大切さを教える	
<input type="checkbox"/> 職場で働き方を見直し、家庭での生活時間にゆとりをもたせる	
<input type="checkbox"/> その他（	）



---

---

## ◆すべての人がともに担う社会づくりについて

---

---

社会のあらゆる分野で共同参画を進めていくためには、性別などに関わらず、すべての人が積極的に政策・方針決定の場に参画していくことが重要です。

そのために市では、特に女性の組織・団体等における意思決定の場への参画を促進しています。

問 16) 現在、どのような社会活動に参加していますか。

あてはまるものをすべて選んで□に✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 社会奉仕・福祉	<input type="checkbox"/> 環境保護・リサイクル	<input type="checkbox"/> 学校などのPTA
<input type="checkbox"/> 町内会・地域の防災防犯	<input type="checkbox"/> 子ども会・婦人会・老人クラブ	
<input type="checkbox"/> スポーツ・趣味の活動	<input type="checkbox"/> 教育講座・学習活動	<input type="checkbox"/> 国際交流・国際協力活動
<input type="checkbox"/> 宗教活動	<input type="checkbox"/> 政治活動	<input type="checkbox"/> 何も参加していない
<input type="checkbox"/> その他 (		)

【 問 16) で「何も参加していない」を選んだ方にお聞きします 】

社会活動に参加していないのはなぜですか。

あてはまるものを最大2つまで選んで□に✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 仕事が忙しい	<input type="checkbox"/> 活動のために経費がかかる	<input type="checkbox"/> 介護を必要とする人がいる
<input type="checkbox"/> 家族が反対する	<input type="checkbox"/> 人と付き合うのが苦手	<input type="checkbox"/> 参加したい活動がない
<input type="checkbox"/> 家事や子どもの世話で時間がない	<input type="checkbox"/> 家族の看病がある	
<input type="checkbox"/> 健康に自信がない	<input type="checkbox"/> 活動する知識や技術がない	<input type="checkbox"/> 活動に関心がない
<input type="checkbox"/> 参加したい気持ちはあるが、きっかけがない	<input type="checkbox"/> 活動するのがおっくうだ	
<input type="checkbox"/> その他 (		)

問 17) 現在、町内会など地域団体における代表者は男性の割合が高い状況にあります。今後、多様な視点を地域に取り入れるためには、どのようなことが必要だと思いますか。特に重要だと思うものを1つ選んで□に✓を付けてください。

- 性別に関わりなく、社会づくりにおいて対等な立場となるよう意識啓発をはかる
- 役員に女性を配置するなど、方針の決定に参画できる機会を確保する
- 一人一人が積極的に地域活動などに参画する意識をもつ
- その他 ( )

---

### ◆男女共同参画の視点に立った防災について

---

大規模災害はすべての人の生活を脅かしますが、とりわけ、女性・子ども・高齢者・障がい者などの、脆弱な状況にある人が、より多くの影響を受けるといわれています。

また、性差や年齢、障がいの有無などにより必要になる物資や設備がそれぞれ異なる場合があります。

このため、防災に関して男女共同参画の視点が必要だと考えられています。

問 18) 災害時に男女共同参画の視点を取り入れた避難所を設置するためには、どのようなことが必要だと思いますか。

特に重要だと思うものを最大2つまで選んで□に✓を付けてください。

- 避難所の設備（男女別トイレ・更衣室、防犯対策等）
- 避難所運営の責任者に女性が配置され、被災者対応に女性の視点が入ること
- 避難所等での性犯罪の防止
- 乳幼児、高齢者、障がい者、病人、女性などに対する備蓄物資の充実
- 災害時の救援医療体制（診察・治療体制、妊産婦への対応）
- その他 ( )



## ◆多様な性に関する意識について

性的指向や性自認（※）に関して、性的マイノリティ（性的少数者）に対し根強い偏見や差別があり苦しんでいる方々があります。市では、そのような性的指向や性自認を理由とする偏見や差別をなくすため啓発活動に取り組み、多様性を尊重するまちづくりを推進しています。

（※）性的指向…どのような性別の人を好きになるか

- Ⓕ Lesbian…レズビアン：心の性が女性で恋愛対象も女性
- Ⓖ Gay…ゲイ：心の性が男性で恋愛対象も男性
- Ⓑ Bisexual…バイセクシュアル：恋愛対象が女性にも男性にも向いている

性自認…自分の性をどのように認識しているか

- Ⓓ Transgender…トランスジェンダー：身体の性と心の性が一致しないため、身体の性に違和感を持つ人

問 19) 性的指向や性自認について、悩んだことがありますか。また、周りで悩んだ（悩んでいる）人がいますか。

それぞれあてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

【自身】  悩んだことがある  悩んだことがない

【周囲】  周りにいる  周りにいない  わからない

問 20) 現在、性的指向や性自認に悩む方にとって、偏見や差別により生活しづらい社会だと思いますか。

あてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

- そう思う  どちらかといえばそう思う  どちらかといえばそう思わない
- そう思わない  わからない

問 21) 性的指向や性自認に悩む方が生活しやすくしていくためには、どのような取り組みが必要だと思いますか。

特にあてはまるものを最大2つまで選んで□に✓を付けてください。

- 学校や職場での配慮（制服や更衣室、トイレの配慮など）  学校における教育
- 専門の相談窓口の設置  広報や講演会、講座などによる啓発
- 申請書等の性別記載欄の削除  取り組みが必要だとは思わない
- その他（  ）

---

---

## ◆パートナーシップ制度について

---

---

市では、すべての人が性別に関わりなく、お互いに一人の人間として人権を尊重し、互いに多様な価値観を認め合いながら自分らしく生きられるまちづくりのため、「パートナーシップ制度」の導入を検討しています。

この制度は、同性同士のカップルを婚姻に相当する関係と認め公的に証明するもので、すでに導入している自治体では、医療の提供に係る同意や公営住宅への入居など、家族関係にある人と同様の権利の一部を認めている場合もあります。

この制度を導入することで、性的マイノリティ（性的少数者）の方への理解と共感が広がり、多様性を尊重するまちづくりがより一層推進されると考えられます。

問 22) パートナーシップ制度について、どのように思いますか。

あてはまるものを1つ選んで□に✓を付けてください。

- |   |   |                                |
|---|---|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 必要だと思う           | <input type="checkbox"/> どちらかといえば必要だと思う |                                |
| <input type="checkbox"/> どちらかといえば必要だと思わない | <input type="checkbox"/> 必要だと思わない       | <input type="checkbox"/> わからない |

---

---

## ◆男女共同参画推進のための取り組みについて

---

---

問 23) 男女共同参画社会の実現に向け、今後十和田市ではどのような取り組みが必要だと思いますか。

必要だと思うものをすべて選んで□に✓を付けてください。

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 啓発・広報活動の推進                 | <input type="checkbox"/> 男女共同参画に関する学習の機会の充実 |
| <input type="checkbox"/> 個性と性を尊重するまちづくり             | <input type="checkbox"/> 政策・方針決定過程への共同参画の推進 |
| <input type="checkbox"/> 活力あるまちづくりのための人材育成          | <input type="checkbox"/> 地域・防災における共同参画      |
| <input type="checkbox"/> 就業や創業、能力開発への支援             | <input type="checkbox"/> 育児や介護など家庭への支援の充実   |
| <input type="checkbox"/> 安心して暮らすための健康・自立・貧困等への支援の充実 |   |
| <input type="checkbox"/> その他（                       | ）   |

---

---

◆男女共同参画推進に関する意見について

---

---

問 24) 男女共同参画について、ご意見などがありましたらご記入ください。

質問は以上です。ご協力いただき、誠にありがとうございました。  
ご記入いただいたアンケート調査票は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れ、  
令和4年1月12日（水）までに郵便ポストに投函してください。