



もくじ

- 仕事と生活のバランスを考えよう！
男女共同参画プランとは？…………P2
お父さんと一緒にサイコー！
…………P3
相談室だより・インフォメーション…P4

Collaboration(コラボレーション)（共同、協働）と「～しようよ」を組み合わせ、「みんな協働で男女共同参画センターで男女共同参画社会実現にむけて活動しようよ」という意味合いを込めた名称です。



新聞とボールで遊びます。お父さんも楽しそー！



かわいい手！おっきな手！でつくるおにぎり



大人も子どもも絵本の世界へ…



食べるのが楽しめます



両手を横に…リズム体操をやってます

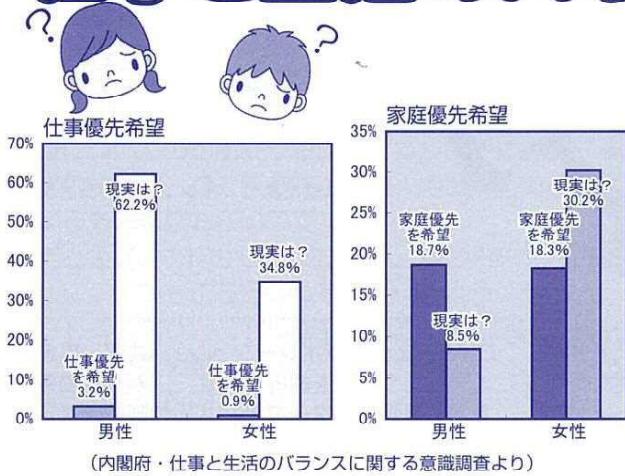


絵本ってすばらしい！

第11号
2009.春

※記事はP3です。

仕事と生活のバランスを考えよう!



高度経済成長期は、男性が働き女性が専業主婦として家庭を守るという考え方の人が多く、少子高齢化の進展とともに、男女ともに仕事と生活のバランスをとった環境づくりが求められています。

内閣府が行った「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）に関する意識調査」（平成20年8月1日～3日実施）をみても生活重視を望んでいても現実は大きく違っている実態が浮き彫りになっています。

さらにワーク・ライフ・バランス度の自己評価では男女の平均は51.2点。男性は48.7点、女性は53.7点で女性のほうが高くなっています。年代別では50代で54点、低かったのは30代で48.7点です。

ワーク・ライフ・バランスが実践された社会にしていくためには、

企業に対して 「無駄な業務・作業をなくする」 ……87.0%

政府に対して 「管理職の意識改革」 ……82.9%

「保育所など子育支援施策の拡充」 ……78.2%

「先進的な企業紹介」 ……70.9%

といった制度への要望が多いようです。

したがってワーク・ライフ・バランス支援については、仕事以外でも充実感を求める社員を支える両立支援が必要で、社員の意欲を高める労働条件を整備していく必要があるでしょう。

結論として、三木市民一人ひとりがやりがいや充実感を持ちながら働き、仕事での責任を果たし、家庭や地域生活等において、子育て期、中高年期などの人生の各ライフステージにおいて多様な生き方を選択し、実現できるよう努める必要があるでしょう。

男女が対等なパートナーとして輝き暮らせるまちをめざして…

平成16年度～平成22年の計画です

		三木市男女共同参画プラン							
		基本目標			基本課題				
V	国際的視点からの男女共同参画の推進	IV	男女の人権を尊重した社会の形成	III	男女が共に築く家庭生活と地域社会づくり	II	男女が働きやすい環境・条件づくり	I	男女共同参画社会をめざす意識づくり
17	国際社会への参画と協力	16 15 14 13 12	メデイアにおける人権尊重 セクシシャル・ハラスメント防止対策の推進 生涯を通じた女性の健康支援	11 10 9 8 7	男女が家庭的責任を果たせる社会づくり 地域活動での男女平等の推進 総合的な子育て支援 高齢化の進展に対応した各種サービスの充実 ひとり親家庭や障害のある人の生活の安定及び自立支援	6 5 4	多様な働き方における就労環境の整備 性別役割分担意識の解消と男女平等に向けての改革 政策方針決定過程への女性の参画の拡大 あらゆる場における男女平等をめざす教育・学習の推進	3 2 1	自営業、農業経営への支援 男女共同参画社会をめざす意識づくり

男性は仕事、女性は家庭と決めつける事なく各家庭の生活状況が違っていると思いますので、家庭の事情で考えて頂ければよいのではと思います。一人ひとりの生活状況は変化があり家事や育児、介護など誰が担当するのがよいかは一律に決めるることは困難だと思います。しかし、仕事をしながら家庭の事をこなす女性が多く負担が大きくなっています。快適な生活を送るのは女性だけの役目でなく家族全員の参加があってこそできるものです。まず、皆で家庭のことを話し合うことから始めていきましょう！

“親子でおにぎりカフェ”に参加してきました!!

3月7日(土)10時より男女共同参画センターの主催で、三木南交流センターで行われた“おにぎりカフェ”に参加してきました。当日は開始時刻が近づくにつれて親子連れが集まってきて、始まる前からとても会場は賑やかでした。(募集人数を越える30人超の親子が集まりました)

広報などで、できるだけパパの参加を呼びかけていたこともあり、意欲満々の頬もしい姿も見られ、微笑ましく思いました。ここで、楽しかった当日の様子をご紹介します。

☆リズム体操（運動指導員 大崎富美さん）

明るい笑顔と声の大崎さんに誘われて、少し照れくさそうにしていたパパやママたちも子どもたちと一緒に簡単な脳トレ運動やダンスをしました。リズム遊びをしながら各親子同士の自己紹介で和やかな雰囲気になり自然と笑顔ができました。見ていると簡単そうなダンスも終わる頃には汗をかき、息切れ…そんなときにタイミングよく渡された新聞紙！筒状に丸めて大人が振り回しているところを子どもがジャンプしたり、広げた新聞紙にボールを乗せて遊んだり、そのあとは破って紙吹雪にして子どもたちのテンションは最高潮でした。たっぷり遊んだとの新聞紙はみんなでゴミ袋に片付けます。たくさん詰まったゴミ袋は事前に動物の顔が書いてあって、子どもたちは大喜びでした。

☆絵本タイム（絵本スタッフ 藤原まことさん）

少し休憩したあとは絵本の時間です。この日の企画にぴったりの絵本を5冊選んで読んでいただきました。子どもたちの様子を見ながら、ゆっくりと落ち着いた語り口がとても心地よく、大人も子どもも絵本の世界に引き込まれ、あっという間の時間でした。

☆おにぎりタイム

いよいよおにぎり作りのスタートです。まずはきれいに手洗いして、用意されているご飯入りのどんぶり鉢、塩水、具（梅干、おかか、昆布）出来上がったおにぎりをのせるお皿を各自で取り、自由に作ります。

当日配布されたレシピに添ってきちんと作るパパや普段から作り慣れている手つきのパパ、おなかが空いた子どもを落ち着かせるためにサッサと作っていくママ、その横で手に付いた米粒をおいしそうに食べている子ども、意外にも上手に丸める子ども…色々な親子の様子が見られ、会場は終始楽しい笑い声に包まれていました。

おにぎりが出来上がる頃には温かいお味噌汁も振舞われて、栄養たっぷり、愛情たっぷりのおにぎりカフェを満喫することが出来ました。

☆これからは、お父さんもこれをきっかけにして、お家で、子どもといっしょにおにぎりを作ったり、絵本を読んだりする機会が増えるといいですね。



おいしさに思わずこぼれる笑顔と米粒…

耳寄り図書情報

素直な自分表現のためのバイブルを紹介します



素直な自分表現 「アサーティブ」 相手も自分も尊重するハッピーコミュニケーション

PHP研究所 著者：岩船展子・渋谷武子

アクティブ、ポジティブ、ネガティブ、クリエイティブにエグゼクティブ…なんだか世の中、横文字が増えたなあ。日本語で言ってよお。それはさておき、皆さん、「アサーティブ」という言葉をご存知ですか？相手の気持ちや反応を気にして、自分の気持ちを十分に表現できていない方も多いと思いますが、相手の気持ちを尊重しつつも自分の気持ちを大切にして、十分に自分を表現することを「アサーティブ」といいます。アサーティブに生きると、自分が好きになり、自信が持てるようになる！こんなお話です。ぜひよんでみてください。

女性のための相談室

～「他人の目」私はどう思われているか?～

相談室の電話・面接相談には、ドメスティック・バイオレンス（夫・恋人からの暴力）や離婚・別居についてのご相談が多いのですが、その他の相談の中には、ご近所のこと（他人の目）で悩んでいる方の相談も多いのです。

たとえば、お向かいの奥さんが、窓のカーテン越しに、いつもこちらの私を見ているように思い、自分も気になり、こちらも度々見てしまうというような悩みの相談。

また、ご近所の方が2、3人寄るといつも私の噂話をされているように思う。なぜなら私がそばを通りかかると、ピタッと話をやめてじっと通りすぎるのを待って、またおしゃべりがはじまる。きっと自分の噂にまちがいないと思う。自分では、話の内容は聞いたことも、確かめたこともない。自分は、噂をするような人は好きではなく、軽蔑もしているから、関わりたくない。だけど、自分がその人たちの話のタネになっていること思うと許せないなど。

相談室では、ちょっとした悩みの相談でもお聞きしています。

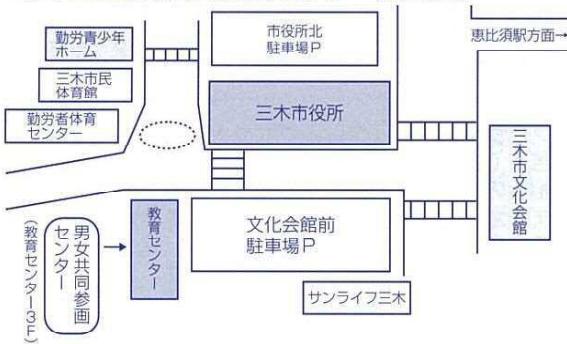
女性のための相談室

- 相談は無料で、秘密は固く守ります。
安心してお気軽にご相談ください。

電話相談	面接相談
火曜日/10:00～12:00	火曜日/13:00～16:00
木曜日/13:00～16:00	木曜日/10:00～12:00
TEL.0794-89-2354	(要予約)月～金受付 TEL.0794-89-2331

《住所》〒673-0433 三木市福井1933の12
《電話/FAX》0794-89-2331
《開館時間》9:00～17:00
《休館日》土・日・祝日・年末年始

〈三木市男女共同参画センター案内図〉



このような相談者は、「自分は、近所のお付き合いが苦手で、孤立している」とか、「自分が仲間はそれにされているのではないか」と思い込んでおられるようです。

いつも「他人の目」を意識して、「他人からどう見られているか」、「どう思われているか」という不安がある反面、自分はその人たちとは違うという、自尊心が強く、仲間に入ることも苦手なのです。決して自分の失敗を許せない。人に失敗を見られたくないと思い込みが強いのかもしれません。

このような相談者の共通点は、ずーっと「良い子」「良い女性」そして「良い妻・母・嫁」を演じている人、そうあらねばならぬと努力している人達です。幼い頃より「周りの人から笑われないように」とか「そんなことしたら笑われますよ」と育てられたのかもしれません。「他人の目」を常に意識した日常生活はしんどいですね。

「私は、こう思う」「私はこうしたい」と自分の主体性を出せるように、考え方の方向転換ができるらしいのにという思いで、対応させていただいている。どんなことでもお気軽にご相談ください。

(相談員からの一言)

意識改革のためのサークル活動をしているぐるーぶ“RAKU”です

毎回テーマを決め感情や情緒を語り合います。共感の支えあいのなかでりこまれている女らしさを自覚しそこから自由になる。自分の悩みは個人的なものでなく、社会の問題に通じることに気づきます。

開催日時等のお問い合わせ先

ファシリテーター
ぐるーぶRAKU TEL 0794-83-2781

これからのお講座…

順次、広報、HP、チラシ、でお知らせしますのでご覧下さい。

編集後記

○M…『育児セミナーにパパ初参加！』子どもの距離が縮まりました。共同参画は考えるよりまず行動！だと感じました。

○ゆーみん…定額給付金の使い道は旅行に決定した我が家。残ったお金は私が贅沢しようかな。

○五百尾…三木市は県の人口重心地が存する都市であります。この度、8人が編集委員に任せられ、楽しく、また、ときには激しく議論しながらまとめて上げました。

○福島…多くの三木市民の方に「こらぼーよ」春情報誌を読んで頂いて嬉しい限りです。毎日の生活に密着した情報誌を届けたいです。