

～市民がつくる～  
三木市男女共同参画センター情報誌

# こらぼーよ

こらぼーよとは  
Collaboration  
コラボレーション  
(共同・協働)と  
～しようよの組合せ

第73号  
2025・夏

夏号のテーマ

新しいプランができたよ。読んでね！

主夫日記Ⅵ「三木市男女共同参画プラン(第4次)を読んで」

「僕の子育て体験記①」

「脳に男女の違いはない！我が家のリケジョ(理系女子)」

「自分らしく安心して暮らせるまちづくり」



誰もがいきいきと輝けるジェンダー平等のまち三木をめざし、2025年3月に「三木市男女共同参画プラン(第4次)」が策定されました。

「第73号 2025・夏」のこらぼーよはこのプランを読んで編集委員が感じたことをまとめました。

「三木市男女共同参画プラン(第4次)」はホームページに掲載しています。ぜひご一読ください。



HPはこちら

## 主夫日記 VI 「第4次の男女共同参画プランを読んで」

いつも主夫日記にお付き合いいただきありがとうございます。

新年度になって、少しだけアルバイトを始めました。アルバイト先での昼食、最初は自分で作った簡単なお弁当を持って行っていたのですが、ある日妻が自分の分のついでに僕のお弁当も作ってくれました。しばらくは妻に作ってもらっていたのですが、最近、一緒に作るようにしました。一緒に作って彩りや、冷凍食品の上手な使い方、簡単なおかずの作り方など、毎日自分で作っている人のやり方をよく見るのはとても大切なことですね。

さて、今回の主夫日記は「三木市男女共同参画プラン(第4次)を読んで」ということでお届けします。



### 三木市の男女共同参画プランについて

三木市男女共同参画プランは 2004 年に男女共同参画社会の実現に向けて総合的かつ計画的に施策を推進するための最初のプランとして策定されました。

その後、プランは 7 年ごとに見直され、一昨年に行われた「三木市男女共同参画に関する市民意識調査」の結果を踏まえ、今回の第4次プランが策定されました。

このプランは「男女共同参画社会基本法」「DV 防止法」「女性活躍推進法」「困難女性支援法」で規定している推進計画・基本計画を兼ねるものになっています。



### なぜ男女共同参画が必要なの？

家族のかたちや女性の働き方は、昭和の時代と令和の時代で大きく変わっていますが、男女の役割(ジェンダー規範)はあまり変わってないように思います。

例えば、男性の長時間労働が解消されないために、家事・育児に関われず家族と過ごす機会が奪われたり、共働きでも女性がほぼ全ての家事と育児をしなければならず、女性の負担が重くなったりすることが問題として取り上げられます。

男女の役割分担をこれからの時代に合わせたものにしていくには、誰もが役割分担について考えることが必要です。

さらに、社会の仕組みや制度も変わっていく必要があります。そのためには、社会の仕組みを考える意思決定の場に女性が参画することが必要です。



### 私たちの男女共同参画

かなり昔のことですが、僕の関わっている地域団体では、会長や本部役員が決めたことを、主に専業主婦の「年度替わりの役員さん」にやらせる方法で行事を開催していました。

新しいアイデアは替わったばかりの役員さんからは出にくいし、主体的に関わってくださる方も現れにくい状況でした。

コロナ禍をきっかけに、活動を見直す中、現役世代の女性から多くの意見を聞くことで、現実的で将来も継続可能な形に少しずつ変えていますが、まだまだ現在活動の見直し途中です。

私たちのまちを「すべての人にとって暮らしやすいまち」にするには、さまざまな人の意見を聞いて、さまざまな意見を取り入れることも必要になります。

みんなの意見を大切にして、より良い社会を一緒に作っていきましょう！

(編集委員:I)







# 『ぼくの育児体験記 ①』



現在6か月間育休を取得中の男性です。私が育休を取ろうと思った理由は、新卒で入った会社の最終面接で「最後に質問はありますか？」と聞かれ、「この会社では育児休業は取れますか？」と質問したときの社長と人事部長の回答です。

「もちろん取れますよ。最近では男性でも取得する方がいますよ」と答えてくださいました。これは、この会社に就職する決め手の1つにもなりました。

育休を取る前に上司から「働き盛りの30代で半年いなくなるとは、浦島太郎状態になるで」と言われる一方で「小さい子どもの成長は今しか見られない」という意見もあり、両方の気持ちが痛いほどわかりました。考えた結果、子どもの成長する姿は今しか見られないので6か月間は夫婦で協力して育児をしていこうと思いました。

12月上旬に子どもが生まれ2か月間妻は里帰りをしました。その時は妻から育児の話を他人事のように聞いており、大変さが分かりませんでした。

2月上旬に2人が帰ってきて親子3人の生活が始まり、そこからドタバタの日々でした。初めの頃は仕事をしていて、朝が早いので早く寝たいのに赤ちゃんは泣いているし、なんで泣いているのかわからないし。初めての赤ちゃん、初めての育児は本当に大変なことだらけでした。

自己満足ですがパパの育児日記を毎日書くようにしています。

内容はその日あった出来事や天気、気温などで、将来子どもに見せる時が楽しみで継続しています。

子どもと生活して思うのは、やはり夫婦2人の時は必要のなかった事をするようになり思ったよりも時間がかかることです。

例えば、ミルクを作ったり、哺乳瓶を洗ったり、寝かしつけたり、オムツを替えたり…他にも外出時など、例をあげれば多岐にわたりますが、本当に一日の時間管理が大切だと感じています。



子どもが2月に帰ってきた時は首が座ってなくてハイローチェア\*で寝転がっていましたが、今は上手に寝返りやすければいもできるようになり、ハイローチェアの上にいることはほとんどありません。

5月から離乳食も始まり、初めは食べてくれるかな？と心配していましたが、毎食完食！もっと欲しいという仕草もするようになり食にも興味がでてきました。離乳食を作るのは簡単そうで難しく、品数も多くなってきて大変です。

4月から育休を取るにあたりルールを決めました。月に2回お互いにひとりの時間を設けること。長期間夫婦が一緒なのでこうした我が家ルールも大事なことです。

この育休中は子どもとたくさん関わり子どもと共に夫婦も成長できる6か月間にしていきたいです。(編集委員：N)

\*新生児から使える簡易ベッドとベビーチェアの2つの機能が一体になったベビー用品

## 脳に男女の違いはない～我が家のリケジョ(理系女子)～

「理科や算数は男子のほうが得意」と言われていた時代がありました。女子が理系の進学先を選ぶと「女の子だけど理系に行くんだ」と言われたことも。

しかし時代は変化しており、我が家の大学生の娘は理系の学部に進学していますが周りに「女子なのに」と言われたことはないようです。

「男性と女性は生まれつき脳の構造が異なるため、得意・不得意が分かれている。だからこそ、役割分担をして社会を支えるべきだ」といった考え方がありますが、これは科学的に裏付けられたものではありません。

近年、脳科学の研究でも「男女の脳には本質的な能力差はない」とされるようになってきました。得意・不得意には個人差があるものの、それが性別による決定的な差とは言えないのです。好きな進路に進み、自分が就きたい就職先をめざして頑張る娘の姿を見ていると、能力の差と性別は関係ないと実感します。

とはいえ、学校・学部によって違いがあるものの、理系学部の中の男女比率はまだ男子の方が多いようです。理系の分野に進む女子が増えることは、多様な視点や発想が科学や技術の発展に活かされるという点でも、社会にとって大きな力となります。文系・理系共に、個々のあらゆる才能が性別に関係なく発揮される未来は、より豊かで持続可能な社会を築くための大きな財産です。

「男だから」「女だから」といった先入観ではなく、「その子らしさ」を大切に、あらゆる分野への女性の参画を拡大できる社会であってほしいと思います。

(編集委員:O)



今後の男女共同参画  
センター主催の講座

ジェンダーの心理学  
～男女の思いこみを科学する～  
講師:土肥伊都子さん

8月22日(金)10時～11時30分  
自由が丘公民館  
申込み不要・どなたでもどうぞ

今年はおにぎらずだよ!

パパと一緒に作っちゃおう!

講師:NPO法人ファザーリングジャパン関西  
8月24日(日)9時～12時30分  
三木市総合保健福祉センター  
●申込み期限 8月8日(先着10組)

## ＜編集後記＞

三木市男女共同参画プラン(第4次)の基本目標Ⅱの中に「男性の家庭参画の促進」という項目があります。

私は実家暮らしですが、母に「自分の事は自分でさせた方が良いと思う」と、父に対する思いを伝えると「お父さんがそんなのするわけないでしょ」と一蹴されます。

男性の育児休暇取得増加など、少しずつ社会は変化してきていますが、性別・年代問わず、男女共同参画に向けた意識の改革はまだまだ必要なのかな、と思う今日この頃です。

(編集委員:F)

## ～支え合い協力し合って～自分らしく安心して暮らすために

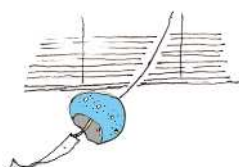
少子高齢化によりさまざまな社会問題が起こっています。老老介護、育児と介護を同時に行うダブルケア、マンパワー不足等々、不安はつきません。

世代間でライフスタイルの違いはあって当然のことですが、自分らしく安心して暮らすためには、生活や健康など、自分自身のことについて主体的な行動を意識して日々過ごすことが大切です。

私の父は、高齢で寝たきり状態となり、主に母が老老介護をしました。私自身も各種手続きや通院等のサポートをしていましたが、父が健康な時には気づくことのなかった不便さや、不安を多く経験しました。「自分の力でできたら、いろんな人に迷惑かけんでもいいのに」と気に病む母の言葉を聞いて、私も同じ立場だったらそう感じるだろうなと思いました。

そんな時、病院関係、介護保険関連等の専門家の方たちのサポートがあり、入院中だった父は大好きな自宅に戻ることができました。

身近な人の支え合いや、協力体制のおかげで、日々を大切に過ごすことができるありがたさを実感します。

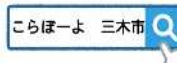


「男女共同参画プラン(第4次)」を手にとって見ると、気づきの機会になるような内容がたくさんありました。気持ちの支えになるかもしれませんね。(編集委員:T)

企画・編集・情報誌こらぼーよ編集グループ  
発行:三木市男女共同参画センター



ホームページからも  
ご覧いただけます



三木市福井 1933-12 教育センター3階  
TEL:0794-89-2331 FAX:0794-82-8120  
開館日時:月曜～金曜 9時～17時(祝日を除く)