

—男女共同参画社会をめざして—

# パートナー

Partner 第20号

～ひとりひとりが輝いて生きていくために～



第2回男女共同参画セミナー

【掲載内容】

いいことたくさん！男女共同参画！！

オススメ図書（多様な性について考える） 2、3ページ

セミナー開催、パパと一緒にクッキング 4、5ページ

千葉県男女共同出前講座、編集後記 6ページ

いいことたくさん！男女共同参画！！

ガウラ君と一緒に「男女共同参画」について考えてみよう！



今日は、ガウラ君と「男女共同参画」について考えてみようと思うの。  
ちなみにガウラ君は「男女共同参画」って言葉は聞いたことあるかしら？

「男女共同参画」って、最近「女性活躍」という言葉と合わせてよく使われているよね。  
でも、どうなんことかって聞かれると説明できないガウ。



とってもいい機会だから、一緒に考えてみましょう。  
内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」によると、社会全体で見た場合、  
男女の地位について、74.2%の人が「男性の方が優遇されている」って考えて  
いるそうよ。（調査から）



そうなの？  
僕ははっきり、ほとんどの人が男女の区別なく、平等だって考えていると思ってたよ。



そうね。でも、女性は仕事や職場において、採用や昇進、賃金などでも男性より  
不利に扱われがちなの。それは、「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき」という  
固定した性別役割分担意識が残っていることも一因なの。こういう意識が女性の  
社会進出を遅らせる原因にもなっているのよ。

なるほど。でも、やっぱり全ての人が性別に関係なく、仕事や、やりたいことができ  
る世の中になるといいよね。



そのとおりよね。そこで、日本では、男性も女性も対等に参画し、活躍できる社  
会を目指して、1999年に「男女共同参画社会基本法」が制定されたのよ。  
ちなみに「参画」というのは、計画の段階から関わることを言うんだけど、何  
事にも、男女をはじめ、いろいろな立場の人が参画して決めるってことが大  
切だと思うわ。

そうだね。僕もソテリー（妻）と一緒に、家のことや子どものことを考えて決めてい  
るよ。それぞれ考えることや視点が違って、お互いの意見を出し合うと、より良い考  
えにまとまるんだよ。



それは素晴らしい！  
さっきも言ったけど、いろいろな人が参画することで、会社や地域が活性化する  
とも言われているわ。そのためにも、管理職や専門職、地域のリーダーに女性が  
増えていくといいわね。

僕は、ソデリーがやりたいことをやってほしいし、そのために家事や育児も分担してやっているよ。実は、こっそりイクメン目指しているんだ。



ガウラ君、すごいね。実は、去年の男女共同参画セミナーで教えてもらったんだけど、幼児期に父親が育児に参画すると、自尊心が高まり、自信と強い精神力を持てる子になるそうよ。

そうなのか。ますますやる気が出てきたガウ！



男女共同参画の視点を持って取り組むと、家庭も、会社も、地域も、みんなはっぴーになれると思うわ。そのために、市では、第4次男女共同参画はっぴープランを作って男女共同参画社会を実現するために、仕事と育児や介護の両立に向けた環境整備や社会的支援等に取り組んでいるのよ。  
さあ、みなさんも、ガウラ君と一緒に、家事の分担、地域活動への参画など、できることから「男女共同参画」を始めてみましょう！



## 多様性について考える！！おススメの1冊！

司書の方に選んでいただきました。

「スカートはかなきゃダメですか？」

名取 寛人／著 2017年8月刊（理論社）

（中央図書館ジュニアコーナーで所蔵しています。）

ニューヨークを拠点に世界各国で活躍している男性だけのバレエ団、トロカテロ・デ・モンテカルロ。そこで活躍した初の日本人ダンサーの名取 寛人さんは、実は女性でした。幼少期から自分の性に違和感を抱き、中高生時代は制服のスカートが嫌でジャージで登校します。やがて本格的にダンスを学ぶため単身ニューヨークに渡り、ついに念願のトロカテロ・デ・モンテカルロへの入団を果たします。その後の性別適合手術を受けた経緯や日本に帰国してからの活動など、困難な状況でも常に目標を持ち前向きに生きる名取さんの半生が綴られています。

13人に1人が自分の性に違和感を持っているといわれる現代。  
性同一性障害に悩みながらもハンデを乗り越え前向きに生きる著者の姿が共感を呼び、LGBTへの理解につながっていくと思います。



—図書館おすすめ男女共同参画社会関連図書リストの紹介と入手方法—

毎年6月23日から29日まで実施されている「男女共同参画週間」にあわせ、図書館では「図書館おすすめ男女共同参画社会関連図書リスト」を作成し、中央図書館、長浦おかのうえ図書館及び平川図書館の「特設コーナー」で配布をしています。このリストは、図書館ホームページにも掲載するほか、市民活動支援課でも配布しています。この機会にどうぞご覧ください。

## 男女共同参画セミナーを開催しました

### 第1回セミナー

「地域を元気にする自治会活動！」を開催しました。

日時 令和元年6月23日（日） 13時30分から15時30分

場所 長浦おかのうえ図書館 視聴覚室

講師 佐藤 良子さん（立川市大山自治会前会長 現相談役）

演題 「大山自治会の活動について～住民に必要とされる自治会づくり～」

内容 「住民に必要とされる自治会活動とは何か？」を考えるため、まず、NHK 地域アーカイブスで放送された映像を見させていただきました。

自治会主催の夏祭り、みんなが集まるイベントを積極的に開催することによって、人も、顔も、名前も覚えられ、多くの人と出会って仲間を作っていくことが大切であること、孤独死を防ぐための「向こう三軒両隣」なつかしい言葉をスローガンに、隣近所の付き合いの大切さを教えていただきました。

また、自治会の活動には、団地葬、ママさんサポートセンター、防災ウォークラリー、サークル活動、コミュニティビジネス、24時間対応の相談窓口等があり、どれもユニークな取組で、お互いを助け合うことの大切さと、このことによって活性化が図れると教えていただきました。

最後に、「自治会組織には女性を入れた方が良い。女性が入ることによって和やかな雰囲気になるし、気が付くところが違う。女性の視点と男性の視点がミックスされていい活動ができる。」という力強い言葉をいただきました！



人間みんな、徳とか損ということで物事を考えると、一理あるけれど、ボランティア（正に自治会活動は無償）には、たくさんの方がいます。思いやり、助け合いの社会です。人間一人では生きてはいけません。特に災害や非常時のことは常に考えておかなければなりません。

とにかく、ここの地に縁あって居を構えたのです。ここに住んで良かった、ここで子どもを育て、ここで死ぬことができて良かった、そう思えるようなまちを、一人ひとり心をひとつにし、仲間みんなで作りあげることが自治会ではないかと思えます。人助けのできる社会、行政に頼らない自治組織を私は社会的発明と呼んでいます。人を助け、人に助けられる自治会でありたいです。（一部省略）

大山自治会



男女共同参画セミナーは、年2回開催しています。男女共同参画に関する様々なテーマの中から、推進員みんなで考えて企画をしています。皆さんも是非ご参加ください！

## 第2回セミナー

### 「毎日リフレッシュ！疲労回復セミナー」を開催しました！

日時 令和2年1月18日(土)午後1時30分から

場所 長浦おかのおえ図書館視聴覚室

講師 小久保 晴代さん(フリーアナウンサー、健康・防災・安全管理アドバイザー)

演題 「これからの健康管理～その日の疲れは、その日のうちに解消～」

内容 ストレスが溜まると、少なからず精神や肉体に影響が出てくるため、ストレスに打ち勝ち、自分の体を守っていくためにどうしたらよいかを、実技を交えながら教えていただきました。

最初に、ストレスの原因と体の不快症状について、次に精神や肉体疲労を回復するために必要なこと(血液循環の必要性(静脈と動脈の役割や心臓との関係)や運動など)を教えてくださいました。

これからの健康のためにやっておきたいこととして、

- ① 朝起きたら、コップ1杯の水を飲んで深呼吸をする。「息を吸う」「吐く」をそれぞれ8カウントずつ行う。
- ② 活動の合間に、体の部位(首や肩、足など)に合わせ、簡単な運動(肩まわし、ふくらはぎのばしなど)をする。

ポイント やれる範囲で良いので、自分の体がポカポカしてくるくらい(血液循環が良くなるよう)、負荷をかけながら行うといいそうです！

などなど。これらを毎日続けていくことで、ストレスに負けない体づくりができるそうです。

また、精神的な疲れには運動も効果的ですが、副交感神経を休ませる(リラックスする)ために、自分の好きな香りや音楽を楽しむ、その他、カラオケや映画鑑賞(涙を流す)なども効果的であるとのことでした。

最後に、これから起こる災害に備え、事前準備の必要性和、災害時のストレス発散に今日のセミナーを活用してくださいとお話がありました。

参加者の皆さんには笑顔が見られ、楽しいセミナーとなりました。軽そうに思える運動でも身体の使い方により、しっかり運動しているのと同じくらいの成果を上げることができることや、実際に体を動かしてみると体力の低下がよくわかり、実技で体験したことの一つでも取り入れて続けてみようと思いました。皆さんも、自分に合ったストレス解消法を見つけて、毎日リフレッシュしましょう！

★★

### パパといっしょにクッキング －おやつサンドー



栄養満点でとっても簡単なおやつです。  
ぜひ、お子さんと作ってみてください！

- <材 料(2人分)>
- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| ビスケット 4枚        | さつまいも 20g |
| 牛乳 4g           | 三温糖 2g    |
| 生クリーム(ホイップ済) 4g |           |
| レーズン 3g         |           |

保育課の栄養士さんに  
教えていただきました！

#### <作り方>

- ① さつまいもの皮をむき、茹でる。(レンジの場合は、一口大に切って水にさらした後、耐熱皿にのせ、ラップをかけて500Wで40秒加熱。一度取り出し、裏返して再度40秒加熱する。)
- ① 茹で上がったさつまいもに牛乳、三温糖を加えながらつぶす。
- ② 粗熱がとれたら、②に生クリームとレーズンを混ぜ合わせる。
- ④ ③の生地を2枚のビスケットにはさんで出来上がり。

## 千葉県男女共同参画地域推進員による出前講座が開催されました！



県の地域推進員による  
出前講座「蔵波中学校  
劇事業」を見学させてい  
ただきました。

【日時】令和元年11月22日(金)午後1時25分～  
午後2時15分

【場所】袖ヶ浦市立蔵波中学校 体育館

【主催】千葉県男女共同参画地域推進員(南房総地域)

【参加者】蔵波中学校 3年生及び袖ヶ浦市男女共同参画推進員

【テーマ】ありませんが、あなたのまわりでこんなこと～身近な  
男女共同参画を考えよう～

#### 【内容及び感想】

始めに「男女共同参画社会」、「男女共同参画社会基本法」、「男女共同参画社会を実現するための5つの基本理念」についての説明があり、その後、基本理念をみんなで声を出しながら読みました。そして、身近なテーマの寸劇を鑑賞し、「ピンクと水色」の紙を使って生徒の意見を聞きながら男女共同参画について考えました。

セミナー開始時にはほとんどの生徒が「男女共同参画」という言葉の意味を知らない状態でしたが、説明を聞くことで何となく男女の在り方として、何が正しいのか、社会で何が求められているのかを知ることができました。

寸劇は身近なテーマであり、内容がわかりやすく、また学校の先生方にご協力頂いたことで、参加者がより深く興味を持つことができ、とても楽しく参加できていたように見えました。

これから、自身の自立、進路、恋愛を考える中学3年生を対象に行ったことはとても意味があるセミナー開催だったと思います。生徒の皆さんが、それぞれのタイミングで、今回のセミナーの内容を思い出し、意思決定を行い、行動する日がくると思います。

また、このようなセミナーを学生に向けて行うことで「男女共同参画」が浸透していくのではないかと思います。



#### 男女共同参画推進員から

昨年は、平成から令和に年号が変わり、時代の節目を迎えました。令和最初のパートナーです。  
令和の時代に合ったセミナーや情報の発信を企画していきたいと思います。

令和2年3月 編集 袖ヶ浦市男女共同参画推進員

発行 〒299-0292 袖ヶ浦市坂戸市場1-1 袖ヶ浦市役所 市民活動支援課 0438-62-3102