

# かがやく

ハーモニーひたちなか

第22号

2017.3発行

編集/発行

ハーモニーひたちなか  
ひたちなか市女性生活課

## 男女共同参画強調月間事業

### テーマ「あなたとわたし 共につくろう 輝く未来」

市は、毎年11月を男女共同参画強調月間と定め、男女共同参画社会の実現に向けて、市民や事業者の方に関心と理解を深めてもらうために様々な事業を実施しています。

平成28年度は「あなたとわたし 共につくろう 輝く未来」をテーマとして、男女共同参画を推進する市民団体のネットワークであるハーモニーひたちなかと協働で趣向を凝らした企画を展開しました。



▲青春会によるコーラス



▲ハーモニーフェスタ 2016 会場の様子



▲コナッツ石井さん



▲みなと源太さん

平成28年11月5日(土) 市総合体育館サ  
ブアリーナで「ハーモニーフェスタ2016」  
を開催しました。当日は、ハーモニーひたち  
なか構成団体の活動を紹介したパネル展示や  
子ども向けの紙芝居、紙工作のほかステージ  
からは音楽や歌声が流れていました。いくつ  
かの構成団体が企画した意識調査や市民から  
応募いただいた男女共同参画に関する写真展  
示も行われ、たくさんの方で賑わいました。  
11月27日(日)には、ワークプラザ勝田  
にて「ハーモニーひたちなかフォーラム」を  
行いました。男女共同参画推進事業所表彰式、  
男女共同参画キヤッチフレーズ作品表彰式  
した後、ノンフィクションライターの中澤まゆみ  
さんから福祉の視点からみた男女共同参画に  
ついて講演がありました。

# 最期まで私らしく

## ～人生100年時代のセーフティネットづくり～

講演会

講師：中澤まゆみさん

講演会は、これからの日本人は「人生100年」と考えて生涯設計を立てることが必要ですと、嬉しいような、ちょっぴり不安なような話から始まりました。

現在の日本は、平成27年度の平均寿命は女性88歳、男性81歳となり、限りなく90歳に近づいています。ひたちなか市でも90歳以上の方が1782人、100歳以上の方も60人います。(平成28年11月1日現在) こうした身近な数字からも、「100年を生きる」を見据えて老後も考える必要があるそうです。

また、講師は次のようにも話されました。団塊の世代が後期高齢者になることで生じる問題は待ったなしです。医療費・介護保険料の値上げはもう現実のものとなっています。働く世代にも負担を強いることになるでしょう。「お金も手間もかからないように、私はピンピンころりで逝くわ」などと心ひそかに思っているあなた、“ピンころ”は死亡者の数パーセントにしすぎないことを忘れないでください。せっかく手に入れた長寿ですから、豊かで楽しく生きましょう。そのためのキーワードとして、自助・共助・公助が大切です。そして、老後を生き抜くための3つの力は自分力・人持ち力・地域力であり、他人まかせにするのではなく「自分ごと」としてとらえることが大切であると結びました。

先日の新聞で高齢者は75歳からと提言された記事を見かけ、まさに実感のある見直しだと感じました。人生100年時代を身を持って考えた講演会でした。

**自助** (自分力) 運動、友達、趣味はもちろんですが、特定健診、予防接種、医療講座などは積極的に受け入れ、

自分の健康状態を知ることです。日常の生活は前向きに、自分のことは自分で決める自立が大切です。

**共助** (人持ち力・地域力) 近所の絆を大切にすることです。ちょっとずつのお節介、出来ることをできるだけ、高齢者だから誰かが手を差しのべてくれるだろうなどと期待してはいけません。孤立こそ高齢者の最大の敵です。講師は、こうした視点から自分の住む世田谷で、仲間を募り、高齢者の資源を活用して「せたカフェ」を立ち上げ、いつでも、誰でも、自由に集まれる場所を作りました。

**公助** 人の手を借りなければ暮らしにくくなった時のために、介護保険の仕組みを知っておくことです。そして、各地域にある「お年より相談センター」の電話番号を毎日目にするところに貼り付けておきましょう。



### 中澤まゆみさんプロフィール

長野県生まれ。雑誌編集者を経てフリーランスに。介護をきっかけに、医療と介護、福祉分野への関心を深め講演活動等を行っている。在住の世田谷区では住民を含めた多職種連携のケアコミュニティカフェ「せたカフェ」も主宰する。

### 参加者の声

- まだ先のことのように思っていたのですが、おひとりさまになった時に、どんな方法があり、どんな心構えが必要なのか、いろいろな事が分かりました。その時になって慌てないように少しずつ考え、準備していかなければならないと思いました。
- 「最期まで私らしく」とても勉強になりました。自分では知っていることと思っていたが、とんでもない！再認識できました。
- 今まで介護なんて他人事のように思っていたので本当に考えねばと思いました。
- 老後の生き方に大変勉強になりました。
- 自分の両親に聞かせてあげたいです。



## 今の生活に満足ですか？ 男女共同参画意識度チェック！

ハーモニーフェスタ 2016 の会場では、ご来場いただいた方にシールアンケートに参加してもらい、男女共同参画に関する意識調査を行いました。



### ●今の生活に満足？不満足？

「はい」が多かったのは女性。  
割合では男性の方が不満ありそう。  
年金や労働時間への不満、通勤に時間かかる不満も。

### ●育児休業あった方が良いか？

圧倒的にあった方が良い。  
でも実情は取れないとか、男性も取った方が良いとの意見も。

### ●我が家の家計管理、誰がしている？

女性の方が多かった。  
中には夫の方がしっかりしているとのコメントも。  
二人でやりくりという家庭も。男女の真ん中に貼られたシールも結構ありました。



来場した子どもたちには、家でしているお手伝いを書いてもらいました。みんな良くやっていました。



## 男女共同参画推進事業所表彰

男女が共に働きやすい職場環境づくりに取組んでいる2事業所が表彰を受けました。(50音順)

### <株式会社 エムシー> (東石川)

男性の育児休業取得者が3名いることや、ワーク・ライフ・バランスを多く実践し、働きやすい職場環境づくりを推進しています。

### <株式会社 シード> (東石川)

女性の再雇用を積極的に行い、子育て中の女性でも勤務がしやすい職場環境づくりを推進しています。



## 男女共同参画に関する作品表彰

一人ひとりが個性や能力を発揮できる社会をイメージした826作品の応募があり、その中から次の6名の方が入賞しました。最優秀作品は次年度の男女共同参画強調月間のテーマとして啓発に使用します。

<最優秀作> 「つくろうよ 自分らしく 生きる社会」 大内 香凜さん

<優秀作> 「認め合い 分かち合えたら 輝く未来」 清水 梨那さん

「責任を 男女で担う 街づくり」 佐藤 来美さん

<佳作> 「気付き合う 男女の絆 第一歩」 浅野 紗輝さん

「お互いの 個性輝く 新時代」 黒澤 芽生さん

「あなたもわたしも参画し

共に作ろう 住み良い社会」 長谷川 茂さん



# 素敵な暮らし方 ～シリーズわたしのワーク・ライフ・バランス～ ④

今回は、共働きで二児の子育てに奮闘する20代の人見雄三さん（馬渡在住）からご寄稿いただきました。

子育てがんばっています。

希望する保育所に子どもを預けるには大変な現状の中、希望する保育所に日中はお願いしながら、共働きをしています。去年二人目が誕生し、子育ての大変さを実感しています。負担が偏らないように家の仕事は夫婦で分担してやっています。例えば現在は妻が産休中なので朝食の準備は一日おきの交代制。その他、弁当作り、食事の後片付け、洗濯の片付け、お風呂の掃除、娘と風呂に入る、娘の保育所の送迎といろいろ受け持っています。職場の理解によって、育児時間が作

れています。休みの日には一週間分の食材などを買うためのメニュー作りと買い出し、子どもは休みの日でも体を動かして遊ばないと一日の生活リズムが狂うので、散歩や外遊びに付合います。目いっぱい生活を継続するコツは子どもと一緒に早く寝ること、休みの日にはお昼寝も付合うことでしょうか。現在の悩みは下の子の夜泣き…でも必ず終わりはあると、子どもの成長を楽しみにしています。



## ハーモニー茶話会

日にち 平成28年9月29日(休) 午前10時  
ところ 男女共同参画センター

第二回目になるハーモニー茶話会。ハーモニーひたちなか会員や市民の方が参加し、身近な男女共同参画に関わる内容で話し合いました。

ハーモニーひたちなか顧問の松本さんから70歳の女性の話がありました。その方は30代まで専業主婦でしたが、管理栄養士の資格を生かして、頑張って働くうち特別養護老人ホームと有料老人ホームの経営に関わる役職につきました。

60代になって娘家族と同居することになりました。玄関のみ共有で、一階を自分達、二階を娘家族の完全二世帯住宅です。夫亡き後、なんとなく二階の家族の

笑い声に疎外感がいっぱいになり淋しさを感じるようになったというのです。

その女性の体験について、参加者からは「長い間働いてきて人生それなりの充実感はずっとあったはずだが、何でも手に入れることはできない」「娘家族と同居していても淋しさは埋められない」や、「一人暮らしになった女性はがんばって生き抜ける」「老後の暮らしには覚悟が必要である」などの話がでました。

### ハーモニー茶話会って？

ハーモニー茶話会は、お菓子を持ち寄りお茶を飲みながら、男女共同参画について気軽に話をするハーモニーひたちなかの事業のひとつです。会員以外の方にも参加していただき、いろいろな方との交流の場になっています。



### 編集後記

「今は子育てに男もかわるんだね」、「時代が違うね」という男性からの感想を、ハーモニー写真展の後から聞いた。

子育ては男性もやれるし、楽しいし役立つよ。マルチタスクの訓練や物わかりの悪い相手に自分の意図を伝え動かす体験ができるよ。

写真展の会場では、子育てをする若い父親の写真に温かい応援メッセージがコメントされていた。

時代は変えられるはずと密かに思った。

※マルチタスク…同時に複数の仕事をすること。

(M・K)



問合せ先

男女共同参画センター

笹野町2丁目8番2号

TEL・FAX 354-0167