

TOKIMEKI ときめき

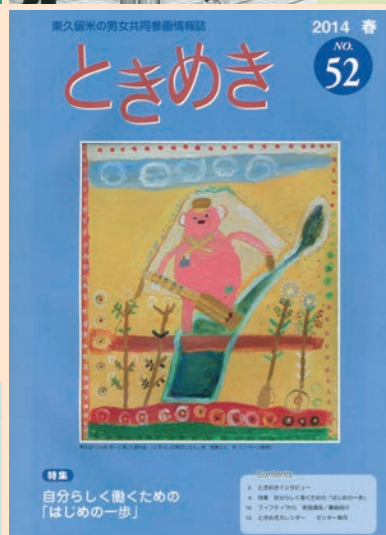
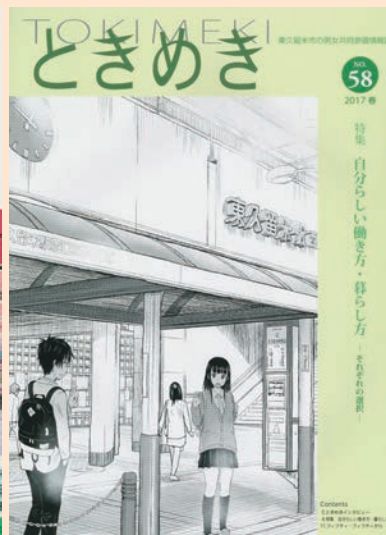
東久留米市の男女共同参画情報誌

NO.
60

2018 春

特集

暮らしの中から見える男女共同参画



Contents

2. 男女共同参画に、ときめいています！
4. 特集 暮らしの中から見える男女共同参画
10. 訪ねてみました！女性起業家さん わたしの防災コトはじめ
11. フィフティ・フィフティから

男女共同参画に、ときめいています！

東久留米市男女平等推進市民会議会長

なとり
名取 はにわさん



ときめき20号と50号でインタビューしていただき、ありがとうございます！

1999年6月、男女共同参画社会基本法が成立しました。私は、この法律の成立を見て男女共同参画室長から異動しましたが、翌年の本市の男女共同参画都市宣言イベントに関わらせていただき、感謝しています。

2003年内閣府男女共同参画局長に就任し、202030（ニーマルニーマルサンマル／年表参照）を盛り込んだ第2次男女共同参画基本計画の閣議決定（2005年）に携わりました。

2014年3月から本市男女平等推進市民会議会長を務めています。審議会の委員の方々の市の行政職員と男女共同参画社会について議論するのは、とても楽しいです。

また、本市教育委員として中学校の教科書を採択した時、全中学公民に男

女共同参画社会基本法が掲載されていることに感激しました。国で男女共同参画の仕事させていただき、今、市民として関わらせていただき、本当に幸せです。ときめいています！

今の社会で男女共同参画は

2016年4月施行された女性活躍推進法は、男女共同参画社会基本法に基づいています。この法律は、女性の権利に目配りしつつ、女性の活躍を応援するものなので、じわじわ効果が出てきていると感じます。

今や世界では、国連主導で2030年までに男女ファイフティ・ファイティを目指しています（日本も賛成しています）。ですから市役所でも、女性幹部が、もっと増えるといいなと思います。

今後の市や市民、「ときめき」には

「ときめき」が、市民にもっと知ってもらえることを望みます。

また2000年、市民によって作られた本市の素晴らしい男女共同参画都市宣言が、若い人々にも共有されることを望みます。

名取 はにわさん

学校法人日本社会事業大学理事長
元内閣府男女共同参画局長

東久留米市 男女共同参画都市宣言

男女共同参画都市宣言

わたしたちは

生まれたときから平等です

性別に関係なく

年齢に関係なく

わたしたちは

互いに人権を尊重し 責任を分かちあいます

家庭でも

学校でも

職場でも

地域でも

「ときめき」
20号
1999年

2000
平成12年

・1999（平成11）年「男女共同参画社会基本法」公布・施行
・2000（平成12）年 東久留米市「男女共同参画都市宣言」

1995
平成7年

休業する権利を「育児」だけでなく「介護」も対象に拡大
・1999（平成11）年「改正育児・介護休業法」施行
男女が対等なパートナーとして社会に参画できることをめざした法律
・1999（平成11）年「男女共同参画社会基本法」公布・施行

1990
平成2年

初めて男性も育児休業が取得可能に
・1992（平成4）年「育児休業法」施行
パートタイムで働く女性を守る
・1993（平成5）年「パートタイム労働法」施行

1985
昭和60年

仕事の上でも男女平等に
・1986（昭和61）年「男女雇用機会均等法」施行
法の上でも実際の暮らしの中でも女性への差別をなくそう
・1985（昭和60）年「女子差別撤廃条約」批准

20号 50号

ときめきインタビュー から振り返る 「男女共同参画」の 歩み

東久留米市の男女共同参画情報誌「ときめき」は1988（昭和63）年に創刊し^{*1}、60号の間に、東久留米市で活躍する延べ90人以上の方々のインタビューを掲載してきました。今号は20号、50号と2度の記念号でご登場いただいた、名取はにわさんのインタビューから、男女共同参画の歩みを振り返ってみました。

20号

1999（平成11）年
ときめき 20号
名取さんインタビューから

正しい道に後もどりはしない 諦めないことが大事

- ・ 私たちの仕事には女性が子どもを産み育てながら働き続ける社会を目指そうというコンセプトがあります。もちろん専業主婦も選択肢のひとつとして当然あり得る社会なんですけれど、仕事をしたいのに子育てのために辞めなくてはならない、ということはないようにしようと。
- ・ 社会全体としては、ぜひ、女の人が女の足を引っ張らないようお願いしたい。ちょっとでも良い位置についた人は女性を引き上げて欲しい。…女性の力を生かすに当たっては今のままだとだめだから、いろいろなことを整備しようということで世界の動きは一貫しています。ようやくそういう動きが日本でも定着してきています。ちょうど追い風になってくるところで、女性に頑張ってもらいたい。あきらめないで。

50号

2013（平成25）年
ときめき 50号
名取さんインタビューから

男女共同参画、 これだけは世界中が争わず、 「横のつながり」を持つことができる

- ・ 男女共同参画を、より促進するための方法はいくつかあります。仕事と生活の調和をはかり、人間らしい働き方をしようとする「ワーク・ライフ・バランス」を実行することもその一つですが、今、力を入れてやっているのは「ポジティブ・アクション^{*2}」を導入し「女性を見える化」しようというものです。男性幹部に「女性を指導的地位につけるためには、女性を探さなくては」と思ってもらうことで初めて女性が見えてくる、それがポジティブ・アクションの狙いです。
- ・ それに加えてトップになった女性がロールモデル^{*3}になって、続く世代の女性を応援することや、行き詰まったときに相談できるメンター制^{*4}などのバックアップもどんどんしていかなければいけないと思っています。
- ・ いろいろな国際研修でも男女共同参画の研修はとても和気あいあいとしたものになるそうです。みんなが一つの方向、男女共同参画社会を目指すことができるからなんですね。

この30年の間に多くの男女共同参画への取り組みが積み重ねられ、まずは社会に出て仕事をしたいという女性たちを応援しよう、という時代から、社会に出た女性たちが活躍できるように応援しよう、と、時代が変化してきた様子がインタビューからも見られます。

これから先も、みんなが力を合わせ、さらに一人ひとりが自分らしく輝ける男女共同参画社会の実現に向けて歩み続けていきましょう。

「ときめき」
50号
2013年

2015
平成27年

2010
平成22年

2005
平成17年

職業生活において女性の個性と能力が十分に発揮できる社会を実現しよう
・ 2016（平成28）年「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）」施行

「2020年30%」の目標
・ 2011（平成23）年 第3次男女共同参画基本計画で「今後取り組むべき喫緊の課題」と位置づけられる

仕事も家庭や生活も充実させよう
・ 2007（平成19）年「ワーク・ライフ・バランス憲章」策定

次代の社会を担う子どもの健やかな生育を図る
・ 2005（平成17）年「次世代育成支援対策推進法」施行
・ 2005（平成17）年 第2次男女共同参画基本計画において「2020年30%（2020年30%）」の目標が明記された

2000（平成12）年10月1日

わたしたちは
さまざまな分野に参画して
個性と能力をいかし
一人ひとりが輝く
差別のない社会をきずきます
わたしたちは
水と緑に恵まれた このまちを受けつぎ
地球の環境をまもり 平和の輪をひろげて
男女がいいきと暮らし社会をつくります

～暮らしの中から見える 男女共同参画～

「ときめき」創刊60号、30年の時を経て、子育て中の女性たちが外に出る機会も増え、共働き世帯数も増加の一途をたどっています。それに伴い私たちの生活も少しずつ変わってきています。

今号の特集では、家族や夫婦、特に男性たちの生き方に目を向けて「本」や「人」、また多様な視点を取り入れたさまざまな「モノ」などから、私たちの身近にある男女共同参画の変化について考えてみました。

「本」から見える 男性の 男女共同参画

晩婚化・晩産化を背景に、育児と親の介護を同時に担う「ダブルケア」問題も深刻化しています。ダブルケアを行う人口は女性が男性の約2倍*であり、その多くが家事負担も担っています。

男性は長時間労働に従事することが多く、物理的に時間がとりにくいなどの現状もありますが、実はなかなかどうして！奮闘する男性の姿はいつの時代にもみられます。本を開いて活躍ぶりを覗いてみましょう。(H)

*ダブルケアを行う人口は男性が85,400人、女性が167,500人で女性は、男性の約2倍(1.96倍)となっている。(内閣府調査)

江戸時代生まれの家事男子！

元祖家事男子と言えば幸田露伴？！小説家・随筆家として名高い幸田露伴ですが、家事全般を実母から厳しくしつけられていたため、当時の男性としては珍しく家事の知識が豊富でした。これはその技を伝授された娘の幸田文による随筆。掃除の作法の第一歩は「整頓が第一」。はたきのかけ方、箒の使い方、雑巾の扱い、いずれも能率ばかりでなく所作の美しさも伝授され、思わず身がすくみます。炊事や障子・ふすまの貼り替えのみならず、借金の挨拶や恋

の出入りまで指南。「自然の手引き」と称し、季節の移ろいを子どもと共に愛で、からすに語りかけたり、暖気を含んだ土を手に取り「おてんとう様のおつかいだ」など語る場面は微笑ましく、「叱られなくなって、叱られる仕合せをおもう」の一文に時を越えた思いが巡り目頭が熱くなります。



幸田文 「幸田文 しつけ帖」
(2009年発行)

父親が作る愛情弁当！

「高校3年間、毎日お弁当を作る！」
シングルファーザーが1人息子と交わした約束の軌跡を紹介するフォトエッセイ。挫折を乗り越え進学を決めた息子へのエールを込め、ミュージシャンの渡辺さんは二日酔いの朝も、ツアーで早出の朝も、お弁当を作りました。「力を入れすぎない」をキーワードに、作り始めた頃はレトルトのハンバーグが定番でしたが、中盤以降その位置にはピーラーでスライスした人参をも巻

き込んだ彩り鮮やかな「オクラの肉巻」が鎮座。アーティストの感性でセレクトされたさまざまな曲げわっぱも美しい。お弁当を介し多感な時期の子どもに寄り添うことで、親子の絆が深まる様子が伝わってきます。



渡辺俊美
「461個の弁当は、親父と息子の男の約束。」
(2014年発行)



息子の素敵な介護術！

認知症と診断されて施設で暮らす母を描いた漫画エッセイ「ペコロスの母に会いに行く(2012年)」はベストセラーとなり、翌年には赤木春江さん主演で映画化もされました。この本は離婚後、故郷長崎へ子連れUターンをした岡野さんが自宅介護をされた5年間を中心に、漫画では描ききれなかった本音を綴ったエッセイです。

母が作る味噌汁の味の変化に“ぼけ”の始まりを感じた岡野さん。排泄・入浴・

徘徊などのトラブルや、悪徳業者との攻防戦に疲弊しながらも丁寧に向き合い、家族の“今この時”に流れる豊潤な時間を慈しみます。一方で「プチ親不孝のすすめ」と称し、自分の時間の大切さや「親の年金は天からの送金」としてうまく活用することも提示し、介護の負担を抱え過ぎない術も伝えてくれます。岡野さんを世に知らしめた詩人伊藤比呂美さんとのエピソードも秀逸です。

岡野雄一
「ペコロスのいつか母ちゃんにありがとう」
(2016年発行)

「男性の生き方」 から見える 男女共同参画

仕事中心の生き方が主流で「企業戦士」とも呼ばれていた時代と比べて今の男性たちは、現役世代は仕事だけではなく多岐に渡ってワーク・ライフ・バランスを充実させ、またリタイア後も積極的に地域に関わり、生き生きと暮らす方が増えています。

ここではそれぞれに自分らしいワーク・ライフ・バランスを実践している4人の男性をご紹介します。

仕事も趣味も全力投球、 料理も楽しむ“家事男子”!

よしおか けいち
吉岡 慶一さん

(20代後半・ファーストフード店店長)



私は東久留米市在住の28歳の飲食店店長です。大学卒業後、人の役に立てる仕事がしたくて、アルバイト時代からお世話になっているこのチェーンに、就職を志願しました。入社してからまだ6年の若手ですが、北は宮城、西は京都まで、あらゆる地域での店舗勤務を経験してきました。その行く先々での出会いは、私の人生をより豊かにしてくれましたし、意義のある20代を過ごすことができていると私は感じています。このような仕事と巡り会えたことは、とても幸せだと思います。

また、仕事だけでなく、プライベートも充実させる為に、休日を大切にするように心掛けています。最近では特に、最新の家具や家電に注目していて、家事をすることを楽しく感じています。洗濯や掃除、料理なども、義務感ではなく、些細なことから楽しみを見つけることで、生活に彩りを与えられるものだと考えています。そして、将来家庭を築いたときには、金銭面だけでなく、家族を支える為に、役に立てていきたいです。



さいとう としゆき
斎藤 利之さん
(40代前半・団体職員)

ワーク・ライフ・バランス実践で 充実した毎日!

仕事で多忙な日々を送っていますが、自分の専門性^{*1}（知識や経験）を社会に還元したいとの思いから、地域活動にも積極的に関わっています。その結果、現在は東久留米市が設置する4つの委員会^{*2}に一般公募で申込みをし、委員として参画しています(笑)。

仕事、地域活動、家庭生活と毎日を忙しく過ごしていますが、ワーク・ライフ・バランスという点においては、元々時間を管理することは得意でしたので、バランスを保つことに関しては、特段、意識したことはありません。むしろ、いろいろなことに携わることによってストレスが解消されているかもしれません。

また2人の子ども(7歳娘・5歳息子)の子育てや教育に関しては、スポーツや勉強は私で趣味や習い事などは妻が担当と、夫婦間で得意な分野を分担しています。

今は子育てに熱心なお父さんは増えているとは思いますが、社会参加するお父さんはまだまだ少ないと思いますので、今後は男性の社会活動への参加率UPをめざして頑張りたいと思っています。

*1 スポーツ振興に関わる独立行政法人に勤務、パラリンピックをはじめ障害者スポーツに携わる仕事に従事

*2 スポーツ、子育て、地域活性化、男女平等などに関する各委員会に在籍

妻 いろいろな顔を持っていて正直凄いと思います。睡眠などもしっかりとって、ずっと健康でいて欲しいです。



つかもと ひろと
塚本 浩人さん
(30代半ば・国家公務員)

育児休業取得で得た、 かけがえのない家族との時間

妻の第3子出産に際し約2ヶ月の育児休業を取得しました。3人目ということで妻の負担を減らすことはもちろんですが、一番の理由は長男・長女と過ごす時間を増やしたかったからです。

休暇の取得については妊娠がわかった時点で上司に相談をしました。私の職場では男性の育児参加をフォローする制度があり、上司は仕事の心配をする私を後押ししてくれました。

産後3週間までは妻の母がきてくれていたので、上の子どもたちは保育園を休ませ私が家事や育児をしました。

子どもたちと過ごす時間を増やそうと育児休業を取得しましたが、6歳と2歳の“怪獣”と過ごす一日は想像以上にハードで、自分の自由な時間もなく10日目くらいには「仕事してる方が全然楽だな」と育児の大変さを痛感しました。ただしそれ以上に子どもたちの性格や好き嫌い、できるようになったこと、好きなこと苦手なことなど多くを知ることができ、大変貴重な時間を過ごせました。

2ヵ月後に職場復帰した私にはかなり溜まった仕事と、男性の育児参加に理解がない一部の同僚からの嫌みなどありました。まだまだ男性の育児休業の取得割合も低く、気兼ねなく取れる制度ではありませんが、私は育児休業を取得して本当に良かったと思いましたので、周りに出産を控えた人がいればすすめていと思います。

妻

上の子どもたちの育児や家事をしてくれて、私の精神的、肉体的な負担が減りました。産後の身体を休められてありがたかったです。

いきいきわくわく！ セカンドライフ

たかは おさむ
鷹羽 肅さん

(80代初め 東久留米市シニアクラブ連合会)



退職した現在も予定のない日は月に3日程の忙しい毎日です。スケジュールをこなしていくためにも健康に気を付けていますが、結果的にはそれが元気でいる秘訣かと思っています。

今はシニアクラブ広報部長、わくわく健康プラン推進部会会長を中心にさまざまな活動をしています。活動のきっかけは、趣味のゴルフや囲碁の仲間たちと立ち上げたシニアクラブです。会員数の増強を目標に、徐々に新しい部会を増やしています。また、5年ほど前にシニアの元気をモットーに、カントリーダンス委員会を作り委員長をしています。当初、会員数は20人でしたが、市内各所のシニアクラブから参加するようになって、現在では140人にまで増えました。市や地域の祭りなどでの発表の機会があり、発表の場は参加者の目標や生きがいになっています。私も夫婦でカントリーダンスを楽しんでいます。妻とはそれぞれマイペースに行動していますが、互いの日常を尊重しています。

退職後、北海道旅行をきっかけに再開した水彩画。老人ホームで指導したり、書き溜めた作品を持参し、入所の方々に差し上げています。

他には料理も得意で、20人くらいの集まりで季節の旬な料理を作り交流しています（四季の会）。例えば、新鮮な魚を仕入れてしめさば作りなど。もちろん家の正月料理も作ります。

いろいろな活動していますが、その中で特に大切にしているのは人との出会いときずなです。

の変化を 比べてみましょう

60)	→	1,129万世帯 (H28)
60)	→	2,883万人 (H28)
～ H1)	→	53.1% (H22 ～ 26)
(H8)	→	7.34時間 (H28)
(H8)	→	1.23時間 (H28)
(S60)	→	87.14歳 (H28)
(S60)	→	80.98歳 (H28)

- * 1 昭和60年は総務庁「労働力調査特別調査」、平成28年は総務省「労働力調査（詳細集計）」より
 * 2 総務省「労働力調査」より
 * 3 国立社会保障・人口問題研究所「第15回出生動向基本調査（夫婦調査）」より
 * 4 総務省 統計局「社会生活基本調査」より
 （一日当たりの「家事」、「介護・看護」「育児」及び「買い物」）
 * 5 昭和60年「完全生命表」、平成28年「簡易生命表」（厚生労働省）より

2016年の男性の育児休業取得率は3.16%（厚生労働省）

女性が子どもの出産後も仕事を続け、共働き世帯が増えても家事はやはり女性の仕事？

近年は働く主婦の味方として「時短」を売りに開発された家電や料理キットなどをよく見かけます。また、今までは「女性のもの」「男性のもの」と思われていた商品なども、開発に多様な視点が入り入れられたことによって、今では誰にとっても便利なものとして利用されるようになっていきます。

ここでは男女共同参画の変化を「物」から見てみました。

「モノ」から 見える 男女共同参画

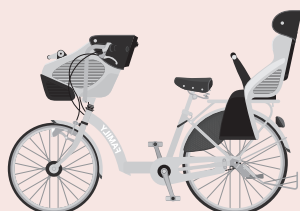
30年前に比べると働く女性が増えたにもかかわらず、今なお家事の多くは女性が担っていることが、左のデータからもわかります。また超高齢社会となり、高齢者のみの世帯や単身世帯も増えてきています。

近年は働く主婦の味方として「時短」を売りに開発された家電や料理キットなどをよく見かけます。また、今までは「女性のもの」「男性のもの」と思われていた商品なども、開発に多様な視点が入り入れられたことによって、今では誰にとっても便利なものとして利用されるようになっていきます。

刊から30年 も暮らしやすい社会へ 取り入れられて～

最近ではスーツ姿でベビーカーを押して、また自転車に子どもを乗せて、保育園に送る男性の姿も珍しくなくなりました。そういった流れを受けて、ベビーカーや自転車、抱っこひもなどにもお父さんが使いやすいものが登場してきています。

育児をする男性が増えるとともに、子育てを「手伝う」ではなく、「楽しむ」お父さんも多くなっているようです。



ベビーカーでの外出も楽に

日本に初めてベビーカーを紹介したのは福沢諭吉で、1987（平成3）年に米国からお土産として持ち帰ったと言われています。その後1949（昭和24）年に日本のメーカーがベビーカーを開発、一般に発売されたのは1970年代後半でした。

東久留米市民の多くが利用する西武鉄道では1999（平成11）年から、また西武バスでは一部車両にベビーカー固定ベルトを設置して2000年代中頃から、「ベビーカーをたたまずに乗車できる」ようになりました。今ではどちらにも「車椅子」マークとあわせて「ベビーカー」マークを掲出している車両が増えてきています。利用者の声を反映して、ベビーカーや車椅子で外出しやすい社会へと変わってきていますが、安全な使用のためには周囲の理解とともに利用者側の配慮も求められます。

ご存じですか、このマーク



ベビーカーマーク

ベビーカー使用者が安心して利用できる場所や設備（エレベーター、鉄道やバスの車両スペースなど）を表しています。

〈ベビーカーを利用する方は〉

- ・周囲の方との接触や通行の妨げなど、ベビーカーの操作に気をつけましょう。
- ・困っているときは遠慮せずに手助けをお願いしてみましょう。



ベビーカー使用禁止マーク

ベビーカーの使用を禁止する場所や設備（エスカレーターなど）を表しています。

〈周囲の方は〉

- ・ベビーカー使用者には、温かい気持ちを持って接し、見守りましょう。
- ・エレベーターがない場所での上り下りなど、手助けを申し出てみましょう。

（国土交通省HPより）

多様な視点を取り入れてヒット！

乗り降りしやすい スライドドア付きコンパクトカー

小さな子どもや足腰の弱った年配の家族にも。
荷物も積み下ろしや乗り降りが楽で
車内も広く、レジャーにもお買い物にも便利。



ノンアルコールビール

当初の目的は
男性の飲酒運転の防止。
女性の視点から妊娠中や
授乳中でも飲めると好評！



コンビニスイーツ

コンビニエンスストアの女性客増加を狙って
企画された「コンビニスイーツ」は、日常的に
コンビニを気軽に利用していた男性客に
“周囲の目を気にせずに購入できる”
と好評で、甘味好き男子を発掘。
「スイーツ男子」を生み出す一因に。

のりかえ便利マップ

駅のホームの出口やエレベーター
に近い位置などが一目でわかる。
幼い子供をベビーカーに乗せて、
駅でエレベーターや出口を
探し回った主婦が考案！



30年前と今、世の中 数字で

・共働き世帯数 ^{*1}	722万世帯 (S)
・女性の就業人数 ^{*2}	2,367万人 (S)
・第1子出産後の就業継続 ^{*3}	39.2% (S60)
・6歳未満の子供を持つ 夫・妻の家事関連時間 ^{*4} (夫婦と子供の世帯)	妻 7.38時間 夫 0.38時間
・平均寿命 ^{*5}	女 80.48歳 男 74.78歳

高齢社会から超高齢社会へ。
シニアの活躍にも期待が！

ときめき創

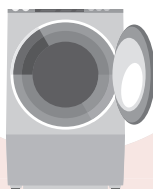
2018年 誰にとって

～多様な視点が

時短家電 — 時間を短縮・手間を省く —

洗濯機・乾燥機

洗濯物を干す・取り込む時間の
短縮、静音になり時間帯を選ばず
洗濯ができる



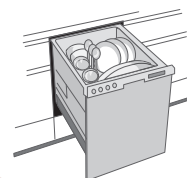
冷蔵庫

まとめ買い、作り置きなどで
食事の準備が時短



食洗機

片付け時間の短縮



ロボット掃除機・ ハンディ・スティック掃除機

不在の間やスキマ時間に手軽に
掃除ができる



時短家電は、以前に比べれば、価格も多少安くなっていますが、まだ誰もが手軽に購入できる物ではないところが難点です。しかし家事の時間を短縮したり、手間を省いたりできることから、働く女性にとって便利だけでなく、男性やシニア、障害のある方たちの家事参加への助けにもなっています。

働きながら子育てをする人、高齢者の一人暮らしなどが増えてきた現在、男性・女性・シニアなど、さまざまな目線で暮らしやすさへのアイデアが生まれています。数字による30年前と現在の变化では、男女共同参画の進歩はゆるやかですが、誰にとっても暮らしやすい社会に向けていることが、今号の特集から少しずつ見えてきています。

訪ねてみました！女性起業家さん

沿線3市(清瀬・東久留米・西東京)の男女共同参画連携事業として、2016年秋に“女性起業家応援フェスタ2016”が開催され、『ときめき』59号では東久留米市からフェスタに参加された女性起業家の皆さんに表紙を飾っていただきました。今回はその中のお一人で雑穀・野菜料理を中心とした料理教室と、季節を感じる手作り(味噌作り、こんにゃく作りなど)を楽しむ“おうちサロン”を営む「ひなcafe」さんにお邪魔しました。



ひなcafeは東久留米駅から徒歩10分ほどの静かな住宅街の中にあります。庭にはいろいろな花が咲き、果物の木は美味しそうな実をつけていました。

オーナーの杉本寧子^{やすこ}さんは、地域の方たちに交流の場を提供したいというコンセプトの下、ご両親の住む実家のキッチン改装して、楽しくおしゃべりのできる場所を作り上げたそうです。

「手前みそ作り」「生芋こんにゃく作り」の後に、それらの手作り品を使ったベジ料理やベジスイーツを中心としたランチをその場で楽しめると好評だそうです。「人とのつながりが広がって、心が豊かになれることがお店の財産」と、二人三脚でお店を運営されているお母さんと顔を見合わせ、「お客様と一緒に時間を私たちも楽しんでいます」と声を揃えられました。

昨年は、イタリアンレストランの店長をしていた夫の純さんがキッチンカーで独立されたため、その手伝いで「ひなcafe」の営業を中断していましたが、今年からは活動を再開されているそうです。お客様参加型の、季節を感じる手作りイベントがメインですが、お食事をするだけでもOKとのこと。終始、アットホームな雰囲気で進んだことが印象的なインタビューでした。(U)

ひなcafe <https://ja-jp.facebook.com/hinacafe5656/>

沿線3市男女共同参画連携事業2017「防災と男女共同参画」わたしの防災コトはじめ



西武池袋線の隣り合う3つの駅を最寄り駅とした、清瀬市、東久留米市、西東京市の3市の男女共同参画/男女平等推進センター(男女共同参画の拠点施設)の男女共同参画担当者が手を携え、男女共同参画施策推進での共通課題を解決するため、平成27年に「沿線3市男女共同参画連携事業実行委員会」を立ち上げました。

3年目となる平成29年度は「防災と男女共同参画」をテーマに、3市それぞれにイベントと連続3回講座を開催。全12講座で延べ約420名にご参加いただきました。1月には3市合同のパネルディスカッションと連続講座参加者交流会を行いました。

今回の講座の内容、成果、次のアクションにつなげる情報や参加者の声をまとめた記録集ができました。

講座 参加者の声

- 「想像力」が大切、問題解決にはスピードが勝負、さらに地域づくりの中で必要な事など考えさせられました。(40代女性)
- 障害を持つ方、病人、小さい子どもをかかえる人、外国人の方、地域の中には様々な人が住んでいる。その中で感じる事を共有する。必要な事を考える事が大事だと思いました。(60代女性)
- 「災害が起きた時、その地域で平時より準備している以上のことはできない」は重いコトバです。日頃からの地域のつながりが大切だと改めて思った。(40代女性)
- 男女共同参画の必要性が具体的によくわかった。(70代男性)



開催
しました!

わたしの防災コトはじめ

イベント いまだからできる!

「防災 自助・共助の基本のき」

～地域に暮らす多様な人々の安心・安全のために～

連続講座(3回) 一東久留米コース

- ① いつ起こっても大丈夫! 住民主体でつくる、いのちを守るまちづくり
- ② わたしと地域がつながる防災
- ③ 絶対気になる!!トイレのはなし～トイレもんだいから考える災害時の安全と衛生～

※記録集は市のホームページや男女平等推進センターで閲覧できます。

このコーナーでは、フィフティ・フィフティの所蔵書籍、主催講座・講演会などを紹介しています。

書籍紹介



わたしのからだだよ！

いやな ふれあい だいきらい

ロリー・フリーマン 著

ビデオ・ドック／1990年／30頁

読了後、7歳の娘は「わあ、すっきりさっぱり！言えなかった嫌な気持ちを掃除機で吸い取ってもらった気分！」と嬌声をあげました。この絵本は「わたしのからだはわたしだけのもの」という非常にシンプルで当たり前の事実を、子ども自身の言葉で語りかけてきます。小学校低学年の娘に強い共感を呼び起こすのは、社会的な“ちいさきもの”として自分のからだを脅かされる不安を抱えているゆえかもしれません。

幼い子どもたちは身体的接触において自ら「なかよくした

くない」と感じて、なすすべなく黙り込んでしまい、事態が深刻化してしまうケースが多いのです。そして自分を守りたくて“心を閉ざす”という誤った対処をしがちですが、それは防御ではなく、おぞましい「性的虐待」を隠ぺいしてしまいます。

それを予防し、身を守るために、自分の身体に主体性と責任を持つ方法がこの本では提示されています。不快なからだのさわられ方をした場合には声をあげることが大切！

「さあ、こんどは あなたのばんよ！」と主人公に促され、娘は声を張り上げました。「さわらないで（さわりたくない）！わたしはそんなこときらい！」。“反射的に、相手の目を見て、しっかりと伝えること”も教えておくべきでしょう。子どもたちがこのセリフを言わずに済むことを願うばかりですが、いざというときのための備えは肝要です。(H)

フィフティ・フィフティの蔵書は1人2冊2週間まで貸し出しをしています。東久留米市図書館のHP (<https://www.lib.city.higashikurume.lg.jp/>)でも検索できます。

さらに自分を護るさまざまな方法は、フィフティ・フィフティ主催講座Wen-Doの講師、橋本明子さん(Wen-Doインストラクター)の著書「セルフ・ディフェンス あなたは、正しい！」に紹介されています。どちらも、何度も繰り返し読み、自分を大切にする方法を身に付けておくことをお勧めします。

フィフティ・フィフティ主催講座

自分の力で自分をまもる 女性のための護身術 Wen-Do



『Wen-Do (ウェンドー)』。耳慣れない言葉ですが、1972年にカナダの武道家が考えた、女性のための護身術です。WenはWomenの「女性」、Doは武道の「道(ドー)」を意味し、さまざまな武道の型を効果的に取り入れています。目的は敵を倒すことではなく、安全を確保して逃げることにあります。

女性を狙う暴力には、痴漢やレイプなどの性暴力やDVのみならず、言葉や態度で精神的な傷を負わされることも含まれます。どんな暴力にも始まりがありますので、不快な感覚や何かおかしいと気づいたら、その危険な状況を避けましょう。それでも回避できないときにはすみやかに護身術を活用し行動します。

講座では二人組になり、座布団を加害者に見立てて実戦指導を受けました。手をハンマーのように用いる「ハンマーパンチ」、鷹の爪のように指先を使い、威嚇効果も大きい「イーグルクロウ」など、勇ましい名前の護身術の数々。会場には加害者を罵倒する言葉が響きますが、橋本さんのユーモア溢れる指導に笑い声が絶えず、終始和やかな雰囲気でした。スト

レス発散も兼ねながら？！身体への負荷が少なく、効果のある技を教わりました。

後半では、「サークルズプログラム」というカラフルな6層の同心円グラフを用い、人間関係の境界について考えました。中心は常に自分であり、たとえ恋人や家族でも、不可侵の領域です。身近な人による暴力も少なくないのが現状ですが、他者との適切な距離を保つことは未然に暴力から身を守ることに繋がります。自分の身を自分で守れるという自信は、暴力を遠ざけますし、お互いの尊厳を大切にしたい関係において、暴力は生まれません。

最後には講師の「Who is your boss?」に「I am!」(あなたのボスは？ 自分自身！)と参加者全員で締めくくりました。

詳しくは橋本明子「セルフ・ディフェンス」を参照ください。(H)

セルフ・ディフェンス あなたは、正しい！
(三五館／2004年)



平成29年
11月26日
開催

その契約
大丈夫？

危ない!! JKビジネス

そのアルバイト
大丈夫？

相談無料 秘密厳守

■フィフティ・フィフティ 専門相談のご案内

女性問題に理解が深い女性弁護士や専門のカウンセラーが悩み解決のお手伝いをします。相談してみること、一人では気づかなかった解決法が見つかるかもしれません。

女性弁護士による法律相談 予定表 /9:30 ~ 12:30					
4月	5月	6月	7月	8月	9月
6日(金)	11日(金)	1日(金)	6日(金)	3日(金)	7日(金)

女性の悩みごと相談 予定表						
	10:00~13:00			13:30 ~ 16:30		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月
2日(月)	9日(月)	16日(月)	23日(月)	27日(金)		
10日(木)	14日(月)	21日(月)	28日(月)			
4日(月)	11日(月)	18日(月)	25日(月)			
2日(月)	9日(月)	20日(金)	23日(月)	30日(月)		
6日(月)	16日(木)	20日(月)	27日(月)			
3日(月)	10日(月)	21日(金)	27日(木)			

*どちらの相談も1日3名までの予約制(先着順)です。予約のご案内は毎月15日号の広報ひがしくるめをご覧ください。

男女平等推進センター (フィフティ・フィフティ)

■所在地

〒203-8555

東久留米市本町三丁目3番1号(市役所2階)

TEL:042-472-0061

FAX:042-472-1131

メール: fifty2@city.higashikurume.lg.jp

■開館時間

午前9時~午後5時

■休館日

土曜日・日曜日・祝日

年末年始(12月29日~翌年1月3日)

■事業内容

講座開催/情報提供/専門相談

男女共同参画情報誌「ときめき」の発行

図書コーナー/交流スペース



フィフティ・フィフティ



内閣府男女共同参画局 女性に対する暴力をなくす運動の描きおろし漫画 © 西原理恵子

JKビジネス(J=女子、K=高校生)、AV出演強要

☆悩んだときには、まず相談!! 秘密厳守。安心してご相談ください

警視庁総合相談センター 03-3581-4321

警察相談専用電話 #9110

性犯罪被害相談電話 #8103(ハートさん)

*詳しくは
コチラ→



JKビジネス

編集後記

- ときめき創刊から30年たち、男女とも仕事への関わり方が大きく変化しました。家事に便利な家電もたくさん増えました。30年前は仕事を退職し育児中だった私。時を経て、昨年からときめき編集委員になりました。(S)
- 「ときめき」もついに(号数ですが)選層!スマホ等が情報源の昨今、紙媒体の持つ「深み・味わい・手触り…」侮れません!「ときめき」や紹介した書籍、堪能してください!^_^ (H)
- 今回初めて記事の編集に参加しました。質問事項を先方に送り返信をまとめましたが、思いのほかやり取りがスムーズに進みました。先方のご協力に感謝しています。(T)
- 戦後70年を過ぎてもなお「男女平等推進」が求められています。60号を迎えた「ときめき」の編集委員として私はこれからも、このテーマに全力を挙げて取り組んでいきたいと思っています。(U)

「ときめき」は、年2回発行。公募の市民による編集委員6人が企画編集しています。内容についてのご意見・ご感想は市民部生活文化課、またはフィフティ・フィフティ宛にお寄せください。

「ときめき」はフィフティ・フィフティ、市役所、東久留米駅、図書館および生涯学習センターほか、市内各所で入手できます。最新号とバックナンバーは市のHPでもご覧いただけます。



ときめき

今号の表紙 「男女共同参画シンボルマーク(内閣府男女共同参画局)」を中心に、フィフティ・フィフティと「ときめき」のQRコード、「ときめき」50号から59号の表紙で構成しました。