

ユニゾン Unison

No.31 平成29年6月発行

Unisonとは、音楽用語で一つの旋律を全部の音声が歌ったり演奏する意味から、すべての人が性にとらわれず、同じ立場で意見を主張できる社会の実現を願って名付けました。

★もくじ★

男女共同参画週間／在宅ワーカー育成セミナー 他……………	1P
男女共同参画推進活動事業委託報告／女性の活躍って？……	2P
〇〇家作戦会議……………	3P
相談窓口ガイド……………	4P

編集・発行 八潮市企画財政部人権・男女共同参画課
〒340-8588 埼玉県八潮市中央1-2-1
Tel 048-996-2111(☎811)
Fax 048-995-7367
URL <http://www.city.yashio.lg.jp>

まる まる
男で、女で、
共同作業で
にじゅうまる

平成29年度 6/23(金) - 29(木)
男女共同参画週間

男女共同参画推進本部
内閣府男女共同参画局ホームページ
<http://www.gender.go.jp/>
男女共同参画局Facebook
<https://www.facebook.com/danjyokyoosankaku>

男女共同参画パネル

『日本の女性はどう生きてきた?』を展示します。

場所: 市役所駅前出張所
展示期間: 6月21日(水) ~ 27日(火)

八潮市では、政策決定の場への女性の参画割合の目標を**100%**に定めています。

～八潮市の「女性人材リスト」にご登録ください。～

八潮市では、審議会などの委員になっていただける方のデータベース「女性人材リスト」を作成しています。

ご登録いただいた方の中から、活動条件等が合致する方に担当課からご連絡をさせていただいています。リストに登録された方が必ず審議会委員などに登用されるものではありませんが、市の政策決定の場にご興味がある女性の方の登録をお待ちしています。

※詳細は市ホームページでご確認ください。
申込みは随時。

埼玉県女性キャリアセンター出前セミナー in 八潮

在宅ワーカー育成セミナー

入門コース

- 受講料無料 ● 無料託児あり 定員10名
- 要予約・先着順 (〆切: 7/14)
- * 満1歳～小学3年生まで

内容

- 講義「在宅ワークの基本ポイント」
- パネルディスカッション
- 「在宅ワークセミナー活用術!～先輩受講生トークライブ～」
- 今年度の講座、イベント紹介
- * セミナー終了後、希望者を対象にグループ相談会

会場 八潮メセナ・アネックス (八潮駅前マインループ1階)

対象者 在宅ワークに興味のある女性

在宅ワークってなに?
在宅ワークってどんな仕事があるの?
在宅ワークの仕事の時間は?

日時
平成29年
7月21日(金)
10:00～12:00

* 雇用保険受給者の方でご希望の方には、受講証明書を発行します。
* 託児を利用の方は、おむつ・着替え・おしりふき・ハンドタオル・飲料をお持ちください。

申込方法
6月12日(月)から、電話で申し込み。● 八潮市 人権・男女共同参画課
TEL 048-996-2111 (内線 811)
受付時間 8:30～17:15 (土日、祝祭日を除く)

在宅ワークパワーアップ支援事業

男女共同参画推進活動事業委託報告



八潮市の男女共同参画を推進するため、市内で活動する団体から講演会やイベントなどの提案を受けて、事業の実施を委託します。平成28年度は「つながるネットワーク八潮」と「オハナウイ」の2団体に、事業を実施していただきました。

オハナウイ

八潮をもっと楽しく♪モノづくり体験「はっぴ〜はんどⅡ」
平成28年12月3日(土) 八潮メセナアネックスにて開催

起業したくても環境が整っていない。経済的に少し余裕があれば一歩踏み出すことができる。そんな声を形にするため昨年度に引き続き、「はっぴ〜はんど」を開催しました。市内外で活躍する起業ママや高齢者に出展いただき、手工芸体験や赤ちゃんのハイハイレースなどのイベントや、未就学児を持つママのための在宅ワークに関する説明会などを行いました。



イベントの目玉企画
「おひるねアート」の
撮影風景



男女共同参画推進活動事業を受託して…

私たち「オハナウイ」は、平成27年度、28年度と男女共同参画委託事業を受託させていただきました。

埼玉県男女共同参画推進センター（WithYouさいたま）で開かれた研修会で出会った市役所の方の「八潮のママたちのために何か新しいことをやってみませんか？」のお誘いで始まった「オハナウイ」ですが、活動3年目に入る今年は「ワークシェア☆企業とママのお仕事マッチング」を始める予定です。

★乳幼児や、介護が必要な家族を抱えていて外に働きに出られないママたちを応援したい！

★例え少額でも、自分で働いてお金を得ることでHAPPYな気持ちになれるようお手伝いしたい！

企業から仕事の依頼を受け、登録されているママに業務を依頼するコーディネーター役をオハナウイが担います。将来は、会社組織にして八潮のママのワーク・ライフ・バランスに貢献していきたいと思っています。

つながるネットワーク八潮

基調講演とワークショップ「子育て・孫育て・他孫育て講座」
平成28年11月23日(水・祝日) やしお生涯学習館にて開催

講師のNPO法人孫育て・ニッポン理事長の棒田明子さんから「今どきの子育て事情」全般について、ゲーム形式で分かりやすく講義いただきました。参加・体験型のワークショップでは、母親・父親と祖父母の役割の違いについて事例を交え多世代で情報交換ができ、地域のシニア世代が連携して子育てを担うことで、薄れがちな地域との関係を、子どもを通じて構築することができることを学びました。



平成29年度 委託団体を募集！

- ◇応募資格 八潮市に活動の主体を置く3人以上の団体
- ◇対象経費 講師料、会場使用料、チラシ作成代など
- ◇委託料 1団体5万円(2団体まで)
- ◇申込み 7月20日(休)までに、所定の申請用紙(市ホームページから入手)を人権・男女共同参画課窓口へ

※詳細は市ホームページをご覧ください。
※書類選考のうえ委託団体を決定します。

地域で豊かに！グループ名簿に登録しましょう。

地域活動に積極的に参加していただくことを目的に、グループ名簿を作成し、市ホームページ等で紹介しています。平成29年度版の作成にあたり、新規登録希望団体を募集します。

- ◇申込み 7月10日(月)までに、所定の用紙(市ホームページから入手)を、窓口、郵送、ファックスまたは電子メールで人権・男女共同参画課へ

◇登録の要件

- ・市内に活動の拠点があり、自主活動を行っていること。
- ・男女共同参画の趣旨に賛同する団体であること。
- ・営利目的や政治、宗教の組織に属していない団体であること。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

女性の活躍って？

※「女性活躍推進法」(「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律」平成27年法律第64号)では、「自らの意思によって職業生活を営み、又は営もうとする女性はその個性と能力を十分に発揮して職業生活において活躍すること」を「女性の職業生活における活躍」とであると定義しています。

女性が輝く社会であるために！ いま働き方を見直す時代が始まっています。

高度成長期、男性は日本経済の担い手として、終身雇用、年功序列という枠組みの中でモーレツに働き、妻は専業主婦として家事、育児、介護を含め家のことを一手に引き受ける家庭が「標準家庭」とされました。その中で「男は仕事、女は家庭」という固定的な性別役割分担意識が強められてきたようです。

近年、時代は変わり、経済構造の変化とともに共働き世帯が一般化していますが、女性の就業形態はパートやアルバイトなどの非正規雇用が高くなっていることから「女性はその個性と能力を十分に発揮して職業生活において活躍する」には、課題が山積していると言っていいでしょう。

事業者には、労働環境の改善と育児・介護等の休暇制度の整備を。パートナーには「男は仕事、女は家事・育児」といった固定的役割分担意識の改善を進めて行きましょう。

女性が働きやすい環境は、男性の幸せにつながっています。

チェックシート

家事・育児の夫婦の分担を「見える化」してみましょう。
我が家にとっての大切なものが見えるかもしれません。

夫婦が本音で話せる魔法のシート

〇〇家 作戦会議

最近夫婦で会話していますか？
自分の気持ちを上手く相手に伝えられず、モヤモヤしていませんか？
このシートを使うとあら不思議、すんなり話ができて2人の仲も深まります。
さあ、楽しく真剣に、これからの2人のこと・家族のことを話してみましょう。

PART.1 素直な気持ちを伝えてみよう

自分がどんな暮らしをしているのか、日々どんなことを思っているのか。
下の空欄を埋めて、パートナーとシェアしましょう。

私の1日は、(楽しい・忙しい・充実している・辛い・ゆったり・疲れる)。
_____ には満足している。
でも本当はもっと _____ (したい・やってみたい)。
夫・妻には _____ に感謝しています。
欲を言えばもっと、(家事に関わってくると・仕事を頑張ってくると・
育児に関わってくると・二人の時間が持てると・ _____) 嬉しい。

5MIN 書いた内容を読みあげましょう。
10MIN 聞いてみて意外だったところ・知らなかったところ等、感想を伝えましょう。

PART.3 「家のこと」のシェアの仕方考えよう

2人の理想の暮らしを実現するために、日々の暮らしをどのように営むか？特に家事・育児は2人の協力が不可欠です。下のシートを使って、具体的な協力体制を考えてみましょう。

● 2人の関わる家事・育児について、理想の割合は？ :

1 家族にとって重要だと思う家事を10個書き出しましょう。

2 現在の分担割合について、目盛りグラフを使って確認してみましょう。
(例: 家事10分・育児10分・洗濯5分・掃除5分)

3 書き出した家事の中で、以下にチェックをつけて下さい。
・負担に感じている家事(負担マーク)
・相手に助けてほしい家事(HELPマーク)

項目	夫	妻	負担	HELP
朝ごはん	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			
	10 5 0 5 10			

15MIN 目盛りグラフやチェックをつけた項目を参考に、あなたの家庭にあった理想の家事・育児のシェアを考えましょう。
・お互いのシートを照らし合わせて、足りないものを空欄に書き足し項目を一致させましょう。
2人だけで負担するのは荷が重い…。そんな方は第3者の手を借りたり有料サービスを受けたり、思い切ってその家事はやめる、などの選択肢も視野にいれましょう。

「言われる前にやる」で信頼は急上昇!
「わざわざ言わないとやってくれない」家事シェアをする際の代表的なストレスを軽減しています。遠くにいると、専断して動くだけで信頼は急上昇! たとえ小さな家事でも、その心遣いに相手は救われるんですよ。

意外なレスキューワード「子どもと遊びに行くね」
子どもの相手×家事 = 超ヘビーワーク! この2つが分担できるだけで、ぐっすりな気持ちになります。思い切って自分子どもを連れてお出かけすると、パートナーは喜ぶかもしれません。

他人と比べない
ついつい他人の家庭がまよしくみえがち。けれど、本当の家族の幸福なんて外から見ても分からないものです。他者を引き合いに出すのは夫婦間の大きな亀裂を生みます。気をつけましょう!

PART.2 2人の今を再確認!

今の暮らしをふりかえりながら、自分の理想の暮らしについて考えてみましょう。
①「現在」と書いてあるグラフに、定番の時間の使い方を記入してみましょう。
②「本当はこんな暮らしがしたい」という理想の時間の使い方を、その下に示してみましょう。
*理想を実現するためには、あまり遠い未来ではなく、1年先くらいの近い未来を想像して書くのがポイントです。
*あまり厳密にならなくてOK! 自分の感じているままに記入してみましょう。

EXAMPLE グラフに書き込む項目例→仕事・家事・子どもとの時間・社会活動・勉強etc...

現在	仕事	家事	趣味	勉強	その他
理想	もう少し仕事を増やして	資格のための勉強がしたい			6時間は眠りたい!
現在					
理想					

10MIN 15MIN お互いの今・理想の時間の使い方、ギャップについても話をしてみましょう。
新しく発見したこと・意外なことがあれば、相手に伝えてみましょう。

理想の暮らしに近づくために…

● パートナーにお願いしたい・伝えたいことはありますか? (どれか1つに好きな文章をご記入ください。)
例) 早く家に帰ってきて欲しい、奥さんにも仕事をして欲しい、週末は夫婦でビールを飲む時間を作りたい等

もっと _____ に時間を使いたい!
もっと _____ して欲しい!
実は _____ してみたい!

*相手にお願いされたことについて違和感がある・疑問がある人は、それについて話し合ってみよう。

2人で「バラレル家事」
2人が同時に別の家事をこなす「バラレル(同時並行)家事」は、超効率的。レギュラーの組み合わせ(例: 料理×食卓準備、掃除×お風呂)を決めておくでスイスイ片付きます。一方が家事、もう一方がタラタラはなるべく避けましょう!

余分な家事は「断捨離」
立派な料理が作れなくても、余分な家事を減らすことも大切なこと。靴下の脱ぎっぱなし、テーブルの物置に、ボウルのゴミ。日々の暮らしをチェックし、減らせるものを考えてみましょう。

PART.4 3年後の自分たちを想像してみよう

3年後の未来について思い描いてみましょう。仕事は? 子育ては? 趣味の時間は…? こうありたい姿を具体的に想像しながら、家族のこれからについて2人で会話してみてください。しっくりくるものがない場合は、空白のカードを使って自分に合うカードを作ってください。

仕事	CAREER ENHANCEMENT キャリアアップ	CAREER CHANGE 転職	START BUSINESS 起業	PART-TIME WORK パート・バイト	FREELANCE フリーランス
	HOMEMAKER 専業主婦	HELP FAMILY BUSINESS 家業手伝い			
家	PLAY WITH KIDS 子どもと遊ぶ	TIME WITH PARENTS 親との時間	TIME WITH PARTNER 夫婦の時間	ALONE TIME ひとりの時間	BUY A HOME 家を買う
	HOUSEWORK 家事	ENTRANCE EXAM 子どもの受験	BIRTH 出産		
活動	STUDENT 学生	VOLUNTEER WORK ボランティア	GET QUALIFICATION 資格取得	SPORTS スポーツ	TRAVELLING 旅行
	TIME WITH FRIENDS 友人との時間	SHOPPING 買い物			



相談窓口ガイド ~ひとりで悩むより、まず相談を~

八潮市

●女性相談

平成29年4月から「女性相談」が増えました。

女性相談では、女性が抱えるさまざまな悩みに対し、臨床心理士やカウンセラー等の資格を持つ女性相談員がお話をよく伺いながら、気持ちの整理をお手伝いします。また、法律の手続き・福祉サービス・子育て・医療情報など、必要な機関をご紹介しますとともに、解決方法を一緒に考えます。相談は無料です。



相談日: 毎週 火～木曜日 (祝日・年末年始は休み)
午前10時～正午、午後1時～4時 (1人50分 事前予約制)
場 所: 駅前出張所内相談室
予 約: 人権・男女共同参画課 996-2159

●DV相談

DVは配偶者等からの暴力のことを言い、殴る、蹴るなどの身体を傷つける暴力だけではなく、大声でどなる、大切な物を壊す、性的行為を強要する、生活費を渡さない、子どもを利用して脅すなどの行為もDVにあたります。親しい間柄でも決して暴力は許されるものではありません。DVでお困りの方は、DV相談支援室にご相談ください。相談は無料です。

<専門の相談員が対応する日時>
相談日: 毎週 月・金曜日 (祝日・年末年始は休み)
午前10時～正午、午後1時～4時
場 所: DV相談支援室 (人権・男女共同参画課内)
専用電話: 996-3955
※面談を希望される場合は、事前に電話予約のうえお越しください。

●女性サロン

毎月第1木曜日の午前中は、駅前出張所内相談室を女性の方に開放しています。
ひとりでちょっと寂しいとき、誰かとお話をしたいとき、女性サロンへお越しください。明るい雰囲気の中、女性同士でのおしゃべりの場を提供します。予約は不要です。お気軽にお越しください。また、女性サロンでは、男女共同参画に関する図書の見学ができます。

日 時: 毎月第1木曜日
午前10時～正午
場 所: 駅前出張所内相談室



(本年度購入した書籍です)

●ピアカウンセリング

ピアカウンセリングは、ご参加いただいた皆さまが対等な立場で話し合い、共感し合い、仲間同士で支えあう集団で行うカウンセリングです。ご希望の方は「女性相談」を受けていただいた際、相談員にカウンセリングの希望をお伝えください。



日 時: 毎月第1木曜日 午後1時～午後4時
場 所: 駅前出張所内相談室

女性相談室から

●増えるカサンドラ症候群

近頃相談室に来られる方に、パートナーの次のような行動に「困っている」といった相談が増えています。

・目の前で子どもが泣いていても、構わず自分の用事をする。
・テレビを見ている時、笑いのツボが違い過ぎる。
・雑談ができない。一人になりたがる。
・周囲が萎縮するほどキレたのに、翌朝は忘れている。
・いくらお願いしても間際にならないと動いてくれない。
・人の気持ちがわからない

相談者のパートナーは、大人の発達障がいかもしれません。会社では優秀だと言われる人も多く、友人・知人に相談しても理解してもらえないことが多いのが特徴で、相談者は「自分の考えがおかしいのかな」と混乱した状態(カサンドラ症候群)になって来所します。長く我慢を続けていると、自尊心が低下し、怒りや不安、無気力などの心の不調や、頭痛や体重の増減、婦人病の悪化など身体的不調も生じます。

このようなときは、「女性相談」に来てみませんか。専門の相談員があなたの心に寄り添ってお話を伺います。
★「カサンドラ」とは、ギリシャ神話の中の予言を信じてもらえなくなった女性の名に由来します。「カサンドラ症候群」は病名ではないため、精神科にかかるとうつやパニック障がいなどと診断されることが多いようです。

埼玉県

～市内で相談するのはちょっと、という方のために～

埼玉県男女共同参画推進センター (愛称: With Youさいたま)

●DV相談
日 時: 毎週 月～土曜日 午前10時～午後8時30分 (祝日、第3木、年末年始、臨時休館日を除く)
受付電話: 048-600-3800

●専門相談
女性弁護士による女性のための無料法律相談です。(面接・事前予約制)
原則としてご利用は年度につき1回、相談時間は45分程度です。
日 時: 毎週 月～土曜日 午前10時～午後8時30分
受付電話: 048-600-3800

●男性のための電話相談
With Youさいたまでは、男性臨床心理士による男性のための電話相談を実施しています。「つらいことがあっても誰にも相談できない」と思っている男性は、ぜひご利用ください。県内在住、在勤の男性(性認識が男性の方を含む)の相談をお受けします。
日 時: 毎月第4日曜日(6月のみ第3日曜日) 午前11時～午後3時
専用電話: 048-601-2175



●インターネット相談
「埼玉県電子申請・届出サービス」を利用した相談です。年齢や性別を問わず相談でき、24時間受け付けが可能です。

With Youさいたま 検索

利用方法: ①検索エンジンで「With Youさいたま」を検索!
②「With Youさいたま」のホームページから「電子申請システム」に入ります。