

ぱるねっと palnet

2014年3月【第24号】



みんなで進めよう!

- ★ **ワーク・ライフ・バランス**
- ★ **STOP! DV** ★ **キラリ☆グループ紹介**
- ★ **第2次小樽市男女共同参画基本計画**
- ★ **「小樽市男女共同参画セミナー」を開催**

ぱるねっと

男性と女性という
枠を越えた仲間がつくる
情報網という意味です。

PAL(仲間)
NET
(ネットワーク)

みんなで進めよう! ワーク・ライフ・バランス

全国では、大手をはじめ中小企業からも、社員の働きがいや成長を実感できる社内環境へと抜本的な取り組みが報告されています。私たちの小樽市では、まだその具体的な取り組みの実例が少ないのが現状です。

そこで、今回は仕事と子育ての両立について、育児休業を取得した男性の体験談と、働きやすい職場環境への取り組みをしている企業の実例に学びながら、皆さんと一緒にワーク・ライフ・バランスについて考えたいと思います。

育児休業経験者からの後押しは とても心強かった

北海道新聞社小樽支社に勤務している、**田子由紀さん**（平成22年に釧路で4か月取得）と、**竹中達哉さん**（平成25年に小樽で1か月取得）に、育児休業取得の体験談をお聞きしました。

○育児休業取得のきっかけなど

田子さん
育児休業の取得を希望する男性の同僚が二人いたため、「同時に取らないで順番に取ろう」と相談して取得しました。

竹中さん
一年間の育児休業を経験した取材先の男性とその奥さんから「子どもが生まれたら育児休業を取得するといよいよ」と勧められ、社内結婚した妻と交替で取得しました。経験者からの後押しは心強かったです。

○育児休業について

田子さん
オムツ替えなど育児や家事全般を担い、首の据わっていない赤ちゃんを抱っこできなかつたのができるようになったり、「二人で子どもの面倒をみているときに何かあったらどうしよう」と不安を経験したことで、妻の大きさがわかり、妻との信頼が深まったと思います。二度と経験できない貴重な時間を過ごし、子どもの人生の一部をしっかり見ることができました。

竹中さん
子どもとの濃密な時間を過ごすことができ、「子どもが寝ている時間しか自分の時間がない」という妻の気持ちがよく分かりました。

女性の力を生かすために男性が育児休業を取ることも選択肢の一つであることを、もっと広めていくべきと考えています。実際に取得する場合は、できるだけ早い段階から職場に話しておくことがポイ

ントです。

自分の経験話すことで、育児休業の取得を考える男性が増えれば、僕たちが取った甲斐があり、小樽にいてその経験が生かされたら嬉しいです。

○育児休業の取得がキャリアに響くという心配はありましたか？

田子さん
キャリアを出世ととらえるか、自分の能力を高めるととらえるかで違います。自分としては取材するに当たって、子どものことやお母さんのことが気になるようになったという点でプラスでした。

竹中さん
男性が育児休業を取得したからといって不利益を被ることはありません。よい仕事をするには家庭も大切です。



竹中 達哉 さん(左) 田子 由紀 さん(右)

一人一人が働きやすい 職場環境を目指して



大野 伸美さん

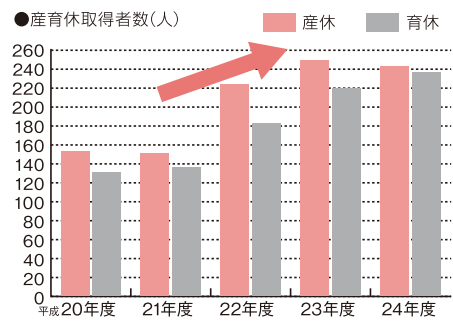
三井住友海上火災保険(株)は、ワーク・ライフ・バランス実現に向け、社員一人一人が働きがいや成長を実感しながら働ける環境を目指して、様々な支援を行っています。

小樽営業支社長の**おの のぶみ**さんにお聞きしました。

三井住友海上火災保険(株)の出産・子育て制度には、①遅刻特認②産前産後休暇③男性育児支援休暇④育児休業⑤短時間勤務⑥看護休暇の6つが設けられ、ライフスタイルに合わせた支援制度になっています。平成24年度は会社全体で出産した女性のうち、84%が育児休業を取得しており、取得者は平成20年度と比べ約2倍に増えています。育児休業を安心して取得しやすい背景には、代替要員を配置するサポートがあります。社員全員が仕事全般を担っているため、代替要員が業務をスムーズに進めることができ、職場に余計な気兼ねをする必要がありません。

このような制度の他にも、「フリー残業デー(オフィスの電

気を午後6時に消灯)」「ゆとり創造強化月間」なども定められ、働く時間や働き方の改革を目指した取り組みにより、仕事と子育て・介護の両立のみならず、新しい業務領域にチャレンジする後押しや、心身の健康を保つサポートもされています。



ワーク・ライフ・バランスとは？

ワーク・ライフ・バランスとは、働く人の「仕事」と、家庭生活、地域活動、健康・休養、学習・趣味などといった「仕事以外の生活」との調和をとり、その両方を充実させる働き方・生き方のことをいいます。

★しかし、現実には…

悩みがたくさんあります。

- 長時間労働による健康不安。
- 家族と過ごす時間が少ない。
- 自分の時間が取れない など。

職場復帰できるかしら？



仕事と介護の両立はできるかなあ？



もっと、家族と一緒に過ごしたいなあ。



現実を変えるためには…

- 子育てや介護制度の充実とともに、働き方のニーズに合わせた企業のきめ細やかなサポートが必要です。
- 従業員が働きやすい環境づくり（長時間労働の見直し、子育て支援、介護支援など）を進めましょう！

ワーク・ライフ・バランス推進の効果は？

従業員のメリット

- 心身の健康が守られる。
- 家族と過ごす時間や自分の時間が増え、生活が充実する。
- 仕事にやりがいを感じる。
- 夫婦で家事や子育て、介護を分担できる。
- 育児や介護と仕事の両立ができる。



企業のメリット

- 限られた時間で仕事をしようとするため、仕事の効率がアップする。
- 生活が充実することで、仕事への意欲が高まる。
- 知識や技術、経験のある人材の離職を防ぎ、有能な人材の確保ができる。



DVの影響

★被害者に与える影響

配偶者からの身体に対する暴力は、あざ、切り傷、骨折などで被害者の身体を傷付け、場合によっては、死に至ることもあります。また、その他の暴力によっても、PTSD(心的外傷後ストレス障害)をはじめ、うつ病、アルコール依存症を引き起こし、心の健康を害してしまう人もいます。

★子どもに与える影響

DVのある家庭の子どもは、いつも暴力におびえ、不安や緊張を持ちながら、生活せざるを得ません。暴力を目撃したことによって、子どもに様々な心身の症状が表れることもあります。児童虐待防止法では、子どもの目の前で配偶者に暴力を振るうことは、児童虐待に当たるとされています。



DVに悩んでいたら？

★DVは犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です。

たとえ相手が、配偶者やパートナーなど身近な関係にあったとしても、暴力は犯罪です。どんな場合でも、どんな間柄でも、暴力は許されません。

★あなたは悪くありません。

相手の暴力を、自分のせいだと思い込んでいませんか？「私が悪いから…」などと自分を責めないでください。

★ひとりで悩まず相談しましょう。

「恥ずかしい」「家族に迷惑がかかる」などと感じて、自分ひとりで解決しようと思い悩んでいませんか？DVについて、様々な相談機関があなたからの相談を待っています。秘密は守られますので、今すぐご相談ください。

人から相談された場合には？

★じっくり話を聞く。

「あなたは悪くない」「よく相談してくれたね」と声をかけて、話を最後までじっくり聞いてください。「どうして殴られたの」「あなたも悪いのでは」などと、被害者を責めるような言葉は言わないでください。

★相談機関に相談する。

DVには、様々な相談機関があることを伝え、そこへ相談するようアドバイスしてください。



DVの相談窓口

相談窓口	電話番号	開設時間
小樽市女性相談室	☎0134-22-6010	平日 9:00 ~ 17:20
小樽警察署	☎0134-27-0110	24時間対応
北海道立女性相談援助センター	☎011-666-9955	平日 9:00 ~ 17:00 夜間相談(水) 17:30 ~ 20:00 一時保護は 24時間対応

暴力に悩んでいませんか？

STOP! DV



DVはNO!

🍀 DV (ドメスティック・バイオレンス) を知っていますか？

ドメスティック・バイオレンス(DV)とは、配偶者やパートナーなど親密な間柄で起こる暴力のことをいいます。どんな事情があったとしても、暴力は決して許される行為ではありません。DV(暴力)のない社会を築くために、まずは、DVのことを知ってください。

🍀 これがDVです。

殴る、けるなどの身体に対する暴力だけが、DVではありません。
パートナーを自分の思いどおりに支配(コントロール)しようとする態度や行動、これがDVです。

精神的暴力

大声で怒鳴る、無視する、
傷つく言葉を言う、
物を破壊して恐怖心を与える
親族や友人との付き合いを
制限する など

身体的暴力

殴る、ける、つねる、たたく、
刃物など凶器をからだに突き付ける、
髪の毛を引っ張る、
首を絞める など

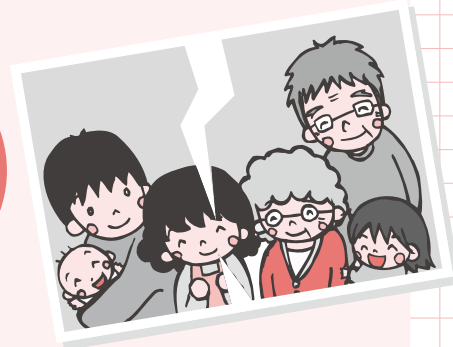
パートナーが大切に
している物を壊して、
恐怖心を与えることも
DVに該当します。

経済的暴力

生活費を渡さない、
外で働くことを禁じる、
家計を厳しく管理する、
仕事を辞めさせたりする
など

性的暴力

性行為を強要する、
避妊に協力しない、
アダルトビデオを無理やり
に見せる など



【DVに関する小樽警察署の対応】

- 110番支援システムの登録
(登録番号で110番通報した際に、事案を早期に把握し、現場へ向かうためのもの)
- 被害者等の身辺警戒や一時避難の措置
- 加害者の行為が犯罪に該当する場合の検挙、逮捕等
- 関係機関(民間シェルター等)への連絡

平成24年に小樽警察署が対応したDV事案数は21件で、被害者は10～70歳代まで全ての年代の女性です。そのうち2件は、地方裁判所から保護命令が発布されました。

キラリ☆グループ紹介

ネットワーク・らん

代表幹事 青野 美代子さん

男女共同参画社会の実現に向けて、様々な分野で活躍する「ネットワーク・らん」の皆さんは、「小樽を元気に」との熱い思いで、性別や世代の壁を越えて活動しています。

女性リーダーの育成を目的とした「小樽市女性国内研修」に参加した女性たちが、男女共同参画社会の実現を目指し、平成7年に設立したのが「ネットワーク・らん」。名称の「らん」は、研修を受けた地、埼玉県比企郡嵐山町にちなんでいます。会員は現在34人で、個々に様々な分野で活動し、日頃感じていることや思いを率直に語る場として、「ネットワーク・らん」

があります。地域に根差したネットワークを作り、小樽に貢献したいという思いで活動を続けています。

最近の大きなテーマは「小樽を元気にしませんか？」で、まちづくりの活性化について取り組んでいます。「高齢化対策」「地域医療」「子育て」の分野に着目し、広く市民の方を対象に講演会を開催したところ、多くの方に関心を持っていただきました。



平成25年3月26日、ネットワーク・らんの皆さんと

「市長と語る会」

平成25年度のテーマは「まちおこしとしての観光」です。「観光都市宣言」を掲げた小樽。会としてどのように携わることができるのか、市民の視点から考える「観光」を提案したいと考えています。

会員の持つ情報や提言を「市長と語る会」や「市議会議員と語る会」の場で発信しながら、現在は男性会員も加入し、活動の広がりを見せています。様々な視点から柔軟な姿勢で取り組む皆さんの今後の活躍がとても楽しみです。

キラリ☆グループ紹介

キラリ☆グループ紹介

子育て支援ワーカーズ びすけっと

代表 新谷 由美子さん

「びりよくながら すけっとになりたい」との思いが込められた「子育て支援ワーカーズ びすけっと」の活動により、親子の笑顔の輪が小樽で広がっています。

子育てに対して不安や孤独感を抱えながら暮らしている親が多くなってきています。「地域の中で子育て中の親に寄り添い、安心して楽しく子育てができるよう手助けしたい」と思う仲間が集まって、平成24年3月に「子育て支援ワーカーズ びすけっと」を設立。地域に根付いて活動できるよう、事業として立ち上げました。現在、10人のメンバーで活動中です。集団保育、個人保育、産前産後の身の回りの簡単なお手伝い、親子ひろばの開催などの事業を行っています。

「ほっとびすけっと」と名付けました。平成25年9月にはNPO法人北海道子育て支援ワーカーズの構成団体として「おもちゃフォーラム in おたる」を開催しました。直径2メートルの木の砂場をメインにぬくもりのある木のおもちゃなど、たくさんのおもちゃを用意して100名を超える来場があり、親子の笑顔があふれていました。



おもちゃフォーラム in おたる

「小樽で子育てできてよかった」と思ってもらえるように活動を続けています。

（連絡先）子育て支援ワーカーズ びすけっと
0660-70567・12003

臨時ゴミの収集運搬は お気軽にご相談ください

事業系一般廃棄物 産業廃棄物

引越しのときに 出る粗大ゴミ

大掃除のときに 出る粗大ゴミ

家具・建具などの 処分

小樽市許可第17号収集運搬業者

(株)クリーンサービス 33-2633 FAX33-8937 小樽市天神2-8-1

大切なあのひとへの贈り物に。

—ロマンの街に「おいしさの歴史」を刻みます—

洋菓子・喫茶の おまとう

本店 小樽市稲穂2-16-18(都通のアーケード街) ☎(0134) 22-3942

運河店 小樽市色内1-1-12(中央バス運河ターミナル内) ☎(0134) 31-0141

札幌店 札幌市中央区大通西3(大通ピッセ1F) ☎(011) 233-1777

小樽サブレ マロンコロシ

「小樽市男女共同参画セミナー」を開催!

『自分力を高め、一步を踏み出そう!』

1・2回

平成25年9月13・20日 (延41名参加)

テーマ:「地域や政策決定における男女の協力に向けて」

講師:安田 睦子 さん (南インタラクシオン研究所代表)

1回目は「気づきと理解」、2回目は「行動に向けて」という内容で、グループに分かれ「小樽の良い点とこれからの課題」について「ワークショップ形式」で話し合われました。

高齢者の除雪や買い物の問題、車社会の良さや悪さなど様々な課題が各グループから出され、解決策について議論を交わしました。

身近な地域の課題を解決するための具体的なノウハウを分かりやすく学ぶことで、参加者それぞれがスキルアップでき、一步を踏み出すきっかけとなるセミナーでした。



3・4回

平成25年10月4・11日 (延37名参加)

テーマ:「妻が僕を変えた日」～ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)のすずめ～

講師:広岡 守穂 さん (中央大学法学部教授)

夫婦のすれ違いを少なくするためには、しっかりコミュニケーションをとることが必要で、特に相手の言ったことを「傾聴する」ことが大切とのことでした。

また、女性は、子育てによって一時的に人間関係や社会との繋がりが断たれてしまうことがあるため、外との繋がりを持つことをサポートしてあげることが重要で、「良き夫とは、家事や子育てを手伝うことだけでなく、『妻の自分育て』をバックアップしてあげられる夫だ」という言葉に参加者も感銘を受けていました。

まずは夫婦がお互いのことをよく見つめ直すことが大切であると感ずるセミナーでした。また、今回のセミナーには男性参加者が少なかったため、もっと多くの男性に聞いてほしい内容でした。

第2次 小樽市男女共同参画 基本計画

計画期間:平成25年度～34年度

この計画は、男性も女性もそれぞれの人権が尊重され、自分らしく生き生きと暮らせる男女共同参画社会の実現を目指す、10年間の行動プログラムです。

「小樽市男女共同参画推進市民会議」からの意見を基に、市民、企業、民間団体、市が連携を図りながら協働でこの計画を推進します。



計画の体系

- 基本目標Ⅰ 男女の人権の尊重と男女共同参画の意識づくり
- 基本目標Ⅱ あらゆる分野への男女共同参画の推進
- 基本目標Ⅲ 男女が多様な生き方を選択できる環境づくり

計画において強調する視点

計画を推進するに当たり、次の4点を**強調する視点**とします。

1. 男性にとっての男女共同参画
2. 子どもにとっての男女共同参画
3. あらゆる暴力の根絶に向けた取組
4. 市民等との協働による男女共同参画の推進

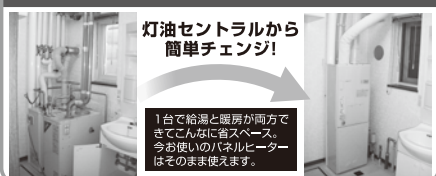
成果指標

計画を推進するため、成果指標**【平成34年度目標値】**を設定

1. 市の審議会等における女性登用率 **【45 %】**
2. 男女共同参画推進講演会の参加者数 **【120人】**と男性の参加割合 **【30 %】**
3. 男女平等となっていると思う人の割合 **【家庭:50 %】 【地域社会:50 %】 【職場:40 %】**
4. 男性が育児休業や介護休業を取ることは家族として当然であると思う人の割合 **【育児休業:50 %】 【介護休業:50 %】**
5. 用語等の周知度(認知度) **【ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和):50 %】 【男女共同参画社会:100 %】 【配偶者暴力防止法:100 %】**

天然ガスのECOジョーズ®に替える人が増えてます。

サイズがとってもコンパクト!



灯油セントラルから
簡単チェンジ!

1台で給湯と暖房が両方で
できるのに給気スペースも
少ないのでパナルヒーテーター
はそのまま使えます。

ガス料金メニューがおトク!

ゆめく24ネオ
(家庭用セントラルヒーティング契約料金)

「ガスが高い」は一昔前。
天然ガスのECOジョーズなら
こんなに経済的です。 **お得!!**

年間
約**35%ダウン**

※年間ガス使用量1,472㎡(46,04655MJ)/㎡(11,000kcal/㎡)の当社モデルにより試算
※当社従来料金と家庭用セントラルヒーティング契約料金「ゆめく24ネオ」との比較(2010年4月現在)

お問い合わせは下記までお気軽にどうぞ

北のくらし、もっとできること
KITAGAS

北海道ガス(株)小樽支店
TEL.0134-24-0556
〒047-0021 小樽市入船4丁目33番1号
FAX.0134-29-2207



いっしょにつくろ!

●簡単りんごのケーキ

■材料(2枚分)

【市販のアルミ皿(19cm)2枚分】
(パイ皿、浅い耐熱皿でも可)

- りんご / 2個
- たまご / 3個
- 砂糖 / 1カップ
- ヨーグルト / 1カップ
- 薄力粉 / 1カップ
- サラダ油 / 1/2カップ
- ※1カップ=200ml

■作り方

- ①オーブンを180度で予熱しておく
- ②りんごをいちょう切りにして皿に敷く
- ③サラダ油以外の材料を混ぜ合わせる
- ④最後にサラダ油を入れて混ぜ合わせ、りんごの上にかける。
- ⑤オーブンで30分焼いて出来上がり~!

*レーズン、シナモン、ラム酒などお好みで加えてもgood!です



ふたりで歩こう「天狗山」

春の新緑、秋の紅葉、雪化粧など四季折々に変化する姿を現し、私たちの目を楽しませてくれる標高532mの天狗山は、小樽市民にとって親しみのある山です。

昭和27年に北海道で初めてスキーリゾートが設置され、道内で最も歴史のある小樽天狗山スキー場は、これまでに多くのオリンピック選手を輩出しています。昼は市街地や小樽港を、夜は北海道三大夜景(天狗山、函館山、藻岩山)の一つを見渡しながら滑ることができ、世界でも珍しいスキー場です。

天狗山登山は、50分位で山頂に着くことができ、小学校の遠足やハイキング感覚で登る人も多く、6月の山開きの日には世界環境デーに合わせて清掃

登山が行われます。

山頂まではロープウェイで約4分、また、車で行くこともできます。山頂には、天狗山の一本桜「天狗桜」をはじめ四季折々の花々が彩り、「小樽スキー資料館」、スリル満点の草原ボブスレー「天狗山スライダー」、日本各地の天狗の面を集めた「天狗の館」、餌やりを楽しめる「シマリス公園」などがあり、恰好のレジャースポットです。最近、パワースポットとして注目を集めている「鼻なで天狗さん」は天狗山神社の前に鎮座しています。

晴れた日には、頂上から石狩湾や増毛連山まで望むことができ、その美しい風景と心地よい風が私たちの心をなごませてくれます。



男女共同参画推進講演会を開催

○講演: 『家事を楽しむ〜主夫のつづやき〜』

○講師: 佐川 光晴 さん(作家)

平成25年10月19日(94名参加、うち男性21名)



作家をしながら主夫をしている佐川さんから、家事を楽しむコツについてお話しいただきました。毎日の料理の献立を考えるのが苦痛に感じてしまうときは、「子どもたちのためなら頑張

れる。自分がおいしいものを食べたいために頑張る。妻がそれをつまみ食いしてくる」そんな風に気持ちを切り替えると、負担に感じなくなるそうです。

また、「家事をしている時間は、作成中の文章を反芻するのにとってもよい」と、気分転換をしながら、時間を上手に利用しているそうです。

何事も考え方や気持ちの持ち方次第で、よくも悪くも感じることが分かる心温まる講演でした。

編集後記

この度の編集に当たり、お父さん方が書かれた育児書に目を通しました。かつては、育児書といえはお母さんに向けたアドバイスばかりだったと思うのですが、それらは「今、若いお父さんたちがこんなにも具体的に何とかがしろうとしている」と心打たれる内容の一つ一つでした。なんとこの間に時代はこんなにも変わっていたのかと驚き、感動いたしました。

「男は外で、女は家」家事や育児は全部母親がして当たり前だった時代から、今のお父さんたちは育児の根本に、妻とのよいコミュニケーションこそが解決の鍵、妻と仲良くやっていきたいということに行き着いていました。

心痛む報道が尽きない時代ではありますが、世の中捨てたものではないかと、ここには希望がありました。希望の灯りが消えることなくどこまでも明るく灯っていてほしい。お父さん、お母さん、子どもたちを支え合える社会づくりに、私たちも少しでも貢献していきたいと改めて思いました。

(平沢)

「ぱるねっと」に関するご意見・ご感想をお寄せください。

平成26(2014)年3月1日発行

■発行■

小樽市生活環境部男女共同参画課
〒047-0024 小樽市花園2丁目10番18号
TEL0134-22-5904 FAX0134-22-6081
Email:kyodo-sankaku@city.otaru.lg.jp

■企画・編集■

男女共同参画情報誌編集委員会
編集委員 / 平沢 則子・岡島 正幸
星 功・松並るみ