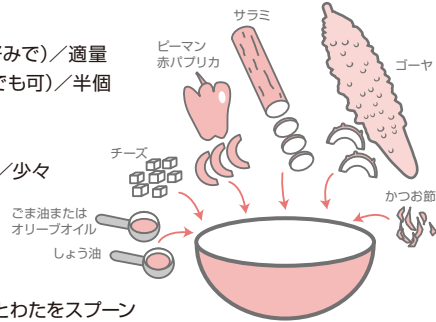


いっしょにつくろ！

●ゴーヤ(苦瓜)とチーズの和風サラダ

■材料(4人分)

ゴーヤ(苦瓜)／1本
チーズ／適量
サラミ(ハム、焼き豚などお好みで)／適量
赤パプリカ(カラーピーマンでも可)／半個
ピーマン／半個
かつお節バック／1袋(5g)
ごま油またはオリーブオイル／少々
しょう油／少々



■下ごしらえ

- ①ゴーヤを縦に半分にし、種とわたをスプーンを使ってとる。
- ②薄く小口切りしたゴーヤを塩少々を加えた熱湯で約1分ゆで冷水で冷やし水気を切る。または、塩もみをしサッと熱湯をかける。
- ③チーズは1cm角に切る。
- ④サラミを適当な大きさに切る。
- ⑤パプリカ、ピーマンを千切りにする。

■作り方

- ①ボールなどにゴーヤ、チーズ、サラミ、かつお節を入れて混ぜる。
- ②ごま油、しょう油をあえる。
- ③彩りにパプリカ、ピーマンを散らす。

ふたりで歩こう「朝里ダム周辺」

国道5号線より朝里IC方面へ向かい朝里川温泉街を過ぎると、自然豊かな風景の中に突如として現れる近代的なループ橋とダム。小樽と札幌国際スキー場や定山溪を結ぶ道路とあって市民のみならず観光客の目に映ることも多いこの景色は絶大なインパクトを誇っています。

朝里ダムは、1979年から7年にわたる工事で作られ、ダムによって出現した人造湖は市民の公募によって「オタルナイ湖」と名付けられました。

建設途中には道道1号線のルートを変更、ダムに上がる高さを稼ぐためにループ橋(通称朝里スカイループ)が作られました。

オタルナイ湖では、春には周囲の山々にコブシやヤマザクラが咲き、初夏からは公園内のアジサイが緑にとってもよく映

えます。特にお勧めなのは秋。紅葉が水面に映るその素晴らしい景色は写真愛好家達の絶好の撮影スポットとして広く知られています。

公園内に建つ朝里ダム記念館にはダムシアターが併設されていて、ダムができるまでを説明した子ども向けのアニメや小樽観光案内などの映像を観ることが出来ます。入館料は無料です。

その後、湖畔園地がオープン。ループ橋のたもとにも駐車場があり、遊具やテニスコートなどの施設が設置されています。ここから長い階段が続き、ダムの上を歩くことも出来ます。オタルナイ湖から噴出するその水音は野鳥や虫の声とあいまって心地よく響きます。

他にもダムを上から見下ろす位置に展望広場があり、ダムの全景はもちろんのこと、遠く日本海も一望出来ます。



この場所は、お弁当を持って一日のんびりと過ごしたくなるような気持ちの良さに包まれています。

INFORMATION

10月30日(日)～11月29日(火)は、「男女平等参画月間」です。この期間に、市では、次の事業を実施します。

◆講演会

日 時：10月30日(日)午後1時30分～3時
会 場：小樽経済センタービル 4階ホール
講 師：気象予報士 菅井 貴子 氏
演 題：「女性の目で見た空もよう
～自然災害から災害時の男女共同参画まで～」

◆男女平等参画パネル展

テーマ：「男女平等参画社会ってなあに」

期 間：11月3日(木)～11月6日(日)午前10時～午後9時
会 場：ウイングベイ小樽5番街 2階 喜久屋書店前

期 間：11月7日(月)～11日(金)午前8時50分～午後5時20分
会 場：市役所 別館1階渡り廊下

期 間：11月26日(土)～29日(火)午前10時～午後9時
会 場：長崎屋1階 公共プラザ

ぱるねっと 第22号

平成23(2011)年10月1日発行

■発行■

小樽市生活環境部男女平等参画課
〒047-0024 小樽市花園2丁目10番18号
TEL0134-22-5904 FAX0134-22-6081

■企画・編集■

男女平等参画情報誌編集委員会
編集委員／青野美代子・平沢 則子
松並 るみ・山田 祐己

3月11日、東北に大地震と大津波が押し寄せました。

自然は恵み深く、喜びや楽しみを与えてくれます。その自然が、時には猛威を振るい、命を奪い、街を破壊する…。それを乗り越えるためには、生きている証として一歩前に進むことがありません。頑張りますよ、ともに!!

今、私はこの悲しみ、苦しみを決して忘れてはいけないとの思いで生きています。命の尊さや絆の大切さを学びました。

世界の女性を取り巻く問題も、発展途上国や紛争地域などを中心に、女性悲惨な状況に置かれ、不当な扱いを受けています。例えば、人身売買、識字率の低さ、妊娠死亡率の高さなど。

また、日本でも、家事、介護負担の重圧や肉体的、性的暴力などが存在しています。最近では、若い人の間でもデートDVが深刻化しており、今回の特集記事としました。

女性を取り巻く問題の解決は、地道な努力を積み重ねるしかありません。こうした問題の解決へ向けて、私たちは、女性が将来的に自立できるように皆さまとともに支援したいと考えています。

(青野)

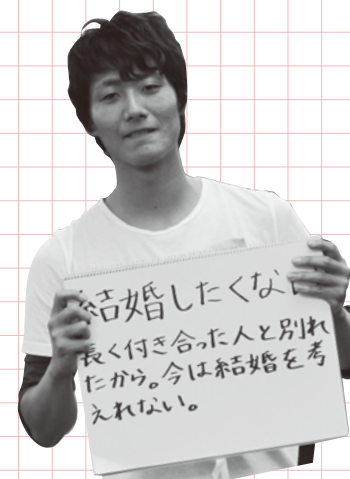
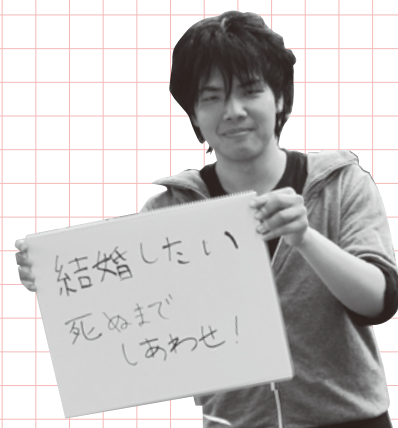
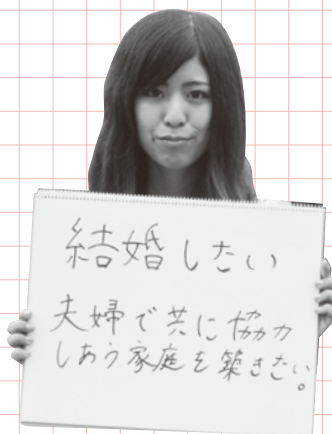
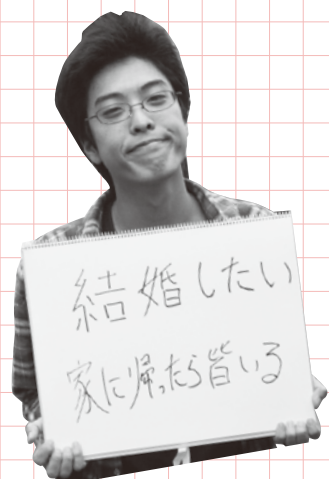
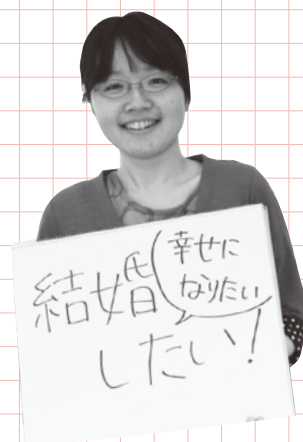
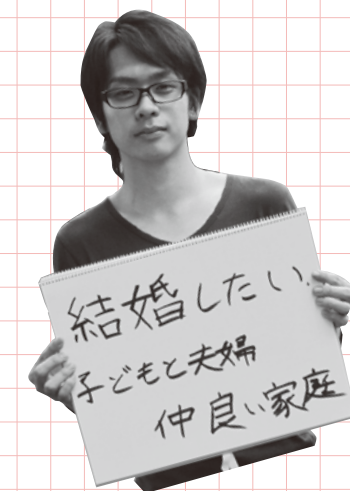
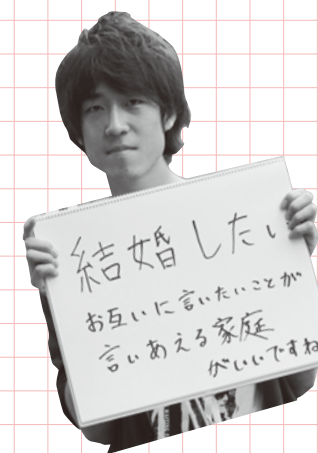
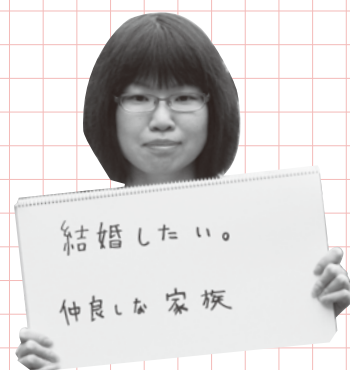
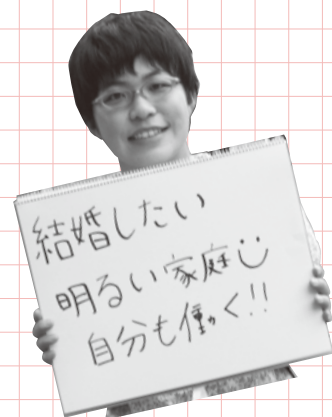
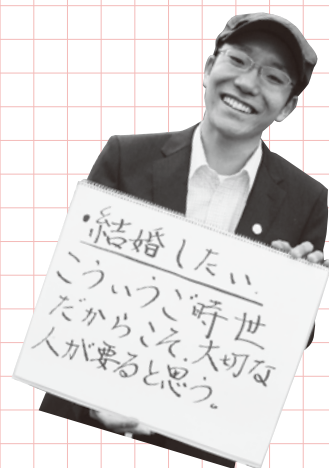
編集長雑感

- ★ 見よう 聞こう 知ろう 小樽の今
- ★ 僕たち私たちの本音 ～大学生100人に聞きました～「結婚したい?結婚したくない?」
- ★ デートDVを知っていますか?
- ★ いきいきライフ ★ ベストパートナー

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)



【見よう 聞こう 知ろう 小樽の今】

僕たち私たちの本音

『結婚したい？結婚したくない？』
大学生100人に聞きました。

大学生100人に結婚についてのアンケートを行いました。アンケートは男性58人女性42人に行い、結果は男女ともに9割近い人が結婚を望んでいました。

さらに、結婚したいと答えた人には「どのような家庭にしたいか」、結婚したくないと答えた人には「なぜ結婚したくないのか」を自由記入していただきました。

結果は右のグラフのとおりです。男女ともに一番多かったのは、夫婦の絆に関するものでした。次に幸せな家庭でした。この二つを合わせると7割近くになります。

意外に感じられたのは、男性に「子どもがいる家庭」と答えた人がいましたが、女性にはいなかったことです。

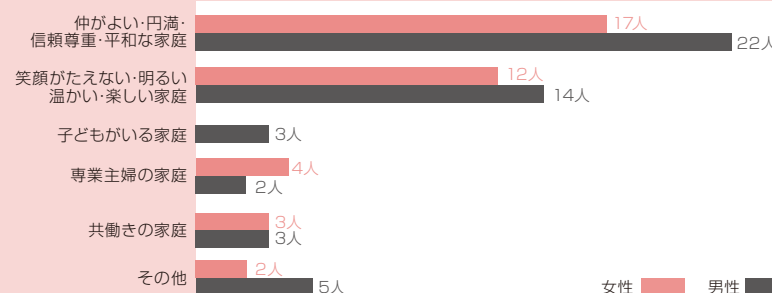
「さて、あなたは？」

●●● 大学生100人に緊急アンケート!! ●●●

Q1. あなたは結婚したいですか？ 結婚したくないですか？



Q2. 結婚したいと答えた方に聞きます。どのような家庭にしたいですか？



Q3. 結婚したくないと答えた方に聞きます。なぜ結婚したくないのですか？



恋人間の暴力 『デートDV』を 知っていますか？

運命の出会いかもしれないけれど…
相手を大切にすることは、言いなりになる／させることはありません。

自分を大事にしてね

同性や異性の友達との付き合いを嫌ったり、自分を最優先しないと不機嫌になる彼(彼女)。でもね、耐えることが「愛」じゃないんだよ。セックスをしたがるのも、おかしいよね。体だけが目的じゃないなら、無理やりにはしません。お互いのことを考えるなら、避妊や性感染症予防について話し合える関係になりたいですね。

友達や子どもたちの様子が 変だなって思ったら…

ひと声掛けてみよう。声掛けが最大の力！
「あなただが我慢すれば、なんとかなるんじゃない？」
「愛されているからいいよ」
「あなたが悪いんじゃないよ」
「いつでも力になるからね」
根気よく、ゆっくりに、じっくり話を聞いてあげてください。
そして、あなたのことを心配していることを伝えましょう。



デートDVかなと思ったら…

加害者のことを悪く言ったり、被害者に別れることを強いたりしないでください。

被害者に「別れなさい」というのは実は禁句なのです。被害者が、「こんなこと続けていちゃいけない。これはホントはいいことじゃない」と気付かない限り、問題解決になってはいかないのです。

身の安全を確保するための計画を一緒に立てて、「連絡をいつでも取っていい」と言ってあげてください。

早めに専門家に相談するのも大切です。

具体的な解決方法は、相談機関の人がアドバイスしてくれるし、秘密はちゃんと守ってくれるから、安心して相談してください。

もし、ケガをしたら…

ちゃんと病院で診てもらいましょう。もしもの時に備えて、**診断書**を取ったり、**写真**に撮っておくのもいいかもしれません。



● 困ったときはご相談ください ●

小樽市女性相談室 ☎ (0134) 22-6010

【受付時間】月～金 9:00～17:20

束縛は愛情？

メールの返信が遅れると怒る。
ほかの子と遊ぶとキレる。
しょっちゅう電話をしてくる…。
こんな恋愛をしている友達や子どもたちが、
あなたの周りにいませんか？
どこまでが恋愛で、どこからがデートDVか？
一緒に考えてみましょう。

これって愛なの？ 思い当たる質問はありませんか？ チェックしていきましょう。

- 殴ったり蹴ったり、髪の毛をひっぱったりする
- 携帯やメールをチェックしたり、アドレスを勝手に削除する
- 自分を最優先しないと、不機嫌になる
- 常に居場所を報告させたり、行動を制限する
- 怒鳴ったり、脅したり、暴言を浴びせる
- 「別れるなら、死ぬ」なんて言う
- 目の前で物を壊して、こわがらせる
- 嫌がってるのに、無理やりセックスをする
- ちゃんと避妊してくれない
- 高価なプレゼントやお金を要求する

本当に好きな相手には、絶対にこんなことしないよ！
二人の関係は、お互いが安心できる関係かな？

— 男女がともに創る豊かな社会を目指して —

小樽市男女平等参画 基本計画

平成22年度進行状況

個人がそれぞれ個性や能力を十分発揮でき、男女がともに支え合う男女平等参画社会を実現するため、平成15年3月に、市が取り組むべき具体的な施策を示す「小樽市男女平等参画基本計画」(計画期間:平成15年～24年)を策定しました。

計画に基づく145項目の事業は、平成18年度ですべて実施済みとなっています。

このため、基本目標四つに沿った継続事業を除き、拡充した事業の内容をお知らせします。

基本目標Ⅰ 男女平等参画社会の実現に向けた意識の改革

勤労女性センターでの生活講座の受講対象に男性も加えることで、平等参画による男女平等に対する意識づくりを推進しました。

保健所において、「産後メンタルヘルス研修会」「発達障がい理解と対応研修会」を開催しました。

また、DV相談カードを作成し市内30施設の女子トイレに配置し、DVで悩んでいる女性のための相談窓口の周知を図りました。

基本目標Ⅱ あらゆる分野への男女平等参画の推進

勤労女性センターの生活講座に男女がともに参加できるようにすることで、男女平等参画施策の拡充を図りました。これにより「そば打ち入門」「ライフ・アンド・マネープラン」などの講座で、男性の参加者が増えました。

基本目標Ⅲ 男女が働きやすい環境づくり

教育部における放課後児童クラブの土曜日開設を通年開設6校と4、5月開設11校としました。

基本目標Ⅳ 男女平等参画社会を可能にする環境整備

住宅改造資金融資制度の対象工事をリフォーム全般に拡充しました。また、児童扶養手当は、8月から父子家庭にも支給することになりました。

がん検診を受けましょう!

小樽市男女平等参画基本計画では、「男女平等参画社会を可能にする環境整備」の中で、がん検診をはじめ各種健康診断の受診率向上を目指しています。

そこで、小樽市保健所を取材しました。

皆さんは、がん検診を受けたことがありますか？日本では、2人に1人ががんに罹患し、3人に1人ががんで亡くなっています。さらに**小樽は、男女共にがん死亡率が全国、全道より高い状況です**(グラフ参照)。

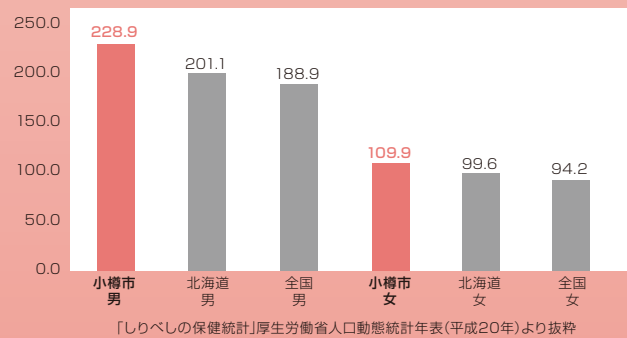
多くのがんは、早期発見によって治療が可能と言われています。しかし、**小樽でのがん検診の受診率は、乳がん・子宮がん以外は、全国、全道より低いのです**。

小樽市では、毎月の広報おたるにがん検診のお知らせを載せています。検診がどうしても二の次になっている市民の皆さんをはじめ、普段、定期的に何かのご病気で医療機関に通院している方にも、がん検診の受診をお勧めします。

市立小樽病院や市内委託医療機関でも、がん検診を受診できるようになっており、**市が補助している検診は、通常の検診よりも安い料金で受けられます。また、子宮がん、乳がんは対象年齢の方に無料で受診できるクーポン券をお送りしています**。早朝の時間帯や土曜・日曜に受診することもできます。様々な検診をまとめて受診できる「バスツアーけんしん」もしています。

がんは知らぬ間に、私たちの体を蝕む病気です。「もっと早く検診に行けばよかった」と後悔しないように、ぜひとも、この機会にがん検診を受けてみてはいかがでしょうか。詳しくは、**小樽市保健所(電話0134-22-3115)**までお問い合わせください。

平成20年度 年齢調整がん死亡率(人口10万対)



かつまた ひでお
勝又 英夫さん

〈プロフィール〉
小樽市蘭島在住。
定年までJAで勤務し5月より現職。自然エネルギーへの取り組みやフラワーマスターの資格を有し多彩に活動中。

「入ってみて驚きました。会員に男性がほとんどいませんから。消費者協会というと女性の団体だと思われているんじゃないかな」と笑う勝又さん。トラブルにあった時の相談窓口ばかりがクローズアップされ、活動も女性を中心となって進められてきました。「それでは広がりがない。男性ならではの視点で現在と未来を考える」をスローガンに「男塾を立ち上げ、パソコン教室や男の料理教室などの講座を企画し、好評を得ています。JA時代に5年間、ふるさとの積丹に勤務しているとき、町おこしの活動にも関わっていました。小樽から通勤していたため「住んでない人に何がわかるの」と言われたこともありましたが、「外からだからこそ見えるものもある」と町中に花を植えたり、雪あかりならぬ「夢あかり」などを仕掛け、町を盛り上げていきました。

そんな中、原発に反対する市民の力で浜頓別日本初の風車が建てられたことを知ります。2号機設置を周囲に働きかけ「設置期成会」を設立。諸々の事情で結果として建設はできなかったものの、「大きなものを動かす面白さ」に触れました。その後、銭函のドリームビーチ周辺に市民風車を建設する運動に取り組んでいます。そんな中で参加した消費者協会主催の講座において協会が取り組んでいる環境問題に対する姿勢に賛同し入会を決めました。小樽でも20年以上「フラワーマスター」として市のあちこちに花を植える運動を続けています。一つの視点にとらわれず、周りのみんなを盛り上げて積極的に関わっていくこうとする勝又さん。これからの活動に期待が集まります。

ベストパートナー



やすかわ しずか 安川 静香さん
やすかわ まさみ 安川 眞美さん

「いつも一緒に二人力を合わせて」

住宅街にひっそりとたたずむ洋食店を営まれている安川眞美さんと静香さんご夫妻。「けんかをして5分と続かない」というお二人にはお互いの役割を認め合い、信頼しあっている様子が伺えます。

お二人の営まれる「いぐれっく5.3」は地獄坂で15年を経て、現在の富岡に移転し今年で10年目を迎えます。クラシックの流れる店内では、静香さんがすみずみまで細やかに接客。道産牛や後志産の野菜は、眞美さんの素材を生かすプロの技でひととき輝き、味覚にも価格にも厳しい小樽の人びとに長年愛され続けています。ともに小樽出身のお二人の出会いのきっかけは、銀行員だった静香さんがランチによく利用していた洋食店で眞美さんがアルバイトを始めたことでした。「客も店員も一緒になって盛り上がる古き良き時代の小樽でした」とそろって目を細めます。「30歳で店を持つ」との目標を実現し、地獄坂に出店。一男一女もつけた直後でした。「二人だけの力で、マイナスから始めて、今でもまだちょっとマ

イナスぐらい」と笑う静香さんが財務面を全て仕切っています。「この店が持っているのは奥さんのおかげだねとよく言われます」と眞美さん。それでも「うちは夫が一番、子どもたちが二番なの」と静香さん。眞美さんの腕への尊敬と信頼が伺えました。毎週の定休日にも食材を求めてお二人そろって遠出。以前は評判のお店を食べ歩いていたそうですが、徐々に「どこも同じ」と感じるようになり「感動しないということとは感動させられないということだから」。それならおいしい食材を訪ね歩き、出会った感動を伝えたいと最近では仕入れの時間を大切にしています。「趣味を持つ時間も元氣も残らないですよ」と笑うお二人。「いぐれっく5.3」の凜とした、それでいて居心地の良い空間はそんなお二人の自信と愛情が作り出しているのかもしれない。

エコジョーズのお宅が、ぐーんと増えてます!

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!

灯油セントラル暖房機

1台で給湯と暖房が両方できてこんなに省スペース。今お使いのバネルヒーターはそのまま使えます。

ガス料金メニューがおトク!

「ガスが高い」は一言前。天然ガスのエコ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1,472m³(46,046,55MJ/m³(11,000kcal/m³))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(9ヶ月・24台)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

KITAGAS
フレアスト小樽
北ガスフレアスト小樽
TEL.0134-23-2010
〒047-0021 小樽市入船4丁目33番1号
北ガス小樽支店内2階 FAX.0134-23-2020



臨時ゴミの収集運搬は おまかせください

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

お気軽にご相談ください

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 **あまとう**

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

通利店 小樽市色内1-1-12(中央バス通河ターミナル内) ☎(0134) 31-0141

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

小樽サブレ マロンコロソ