

2005
No. 14

特集

こんなストレス感じていませんか？



朝霞市男女平等推進情報紙

もくじ

身近な男性たちにインタビュー
昔VS今 仕事事情あれこれ
朝霞市女性総合相談
いろいろ情報
日本女性会議に参加しました！

朝霞市男女平等推進条例 をご存知ですか？

平成15年3月、市では、男女が平等な社会の構築を目指して、「朝霞市男女平等推進条例」を制定しました。

男女平等ってどういうこと？

条例では、「男女が、性別にかかわらず個人として尊重され、個人として能力を発揮する機会が確保されることにより対等な立場で社会のあらゆる分野における活動に共に参加し、共に責任を担うこと」としています。(第2条第1項)

条例ってなんだか難しい？

条例は、言ってみれば「市の法律」。文面は固い法律的な言い回しですが、実は、私たちの暮らしと密接に結びついている事柄を表しています。

今回の特集「ストレス」と条例で 関係のあるところって？

- ◆「基本理念」では…
 - ・男女の個人としての尊重と性別による差別的取扱いを受けないこと
 - ・性別役割分業意識の解消と自己決定権の確立
 - ・家庭生活や社会生活活動への男女の対等な参画…などが謳われています。(第3条)
- ◆「市民の責務」では…
 - ・市民は、基本理念にのっとり、男女平等に関する理解を深め、家庭、職場、学校、地域の他の社会のあらゆる分野において相互に協力して、男女平等の推進に寄与するよう努めなければならない。…としています。(第5条)
- ◆「事業者の責務」では…
 - ・事業者は、基本理念にのっとり、その事業活動において男女が対等に参画する機会を確保するよう努めなければならない。
 - ・事業者は、職業生活と家庭生活その他の生活とを両立して行うことができる多様な就業形態に配慮した就業環境の改善に努めなければならない。…としています。(第6条)
- ◆「基本的施策」では…
 - ・市は、男女が共に家庭生活と職業生活その他の生活との両立ができるように、子の養育、家族の介護等において必要な支援に努めるものとする。…としています。(第17条)

私たちがより生き生きと暮らせるために制定された市の条例。そこに謳われている事柄を、まずは、自分の身の回りから実践していきたいですね。



みんな ストレス感じていませんか？

悩み多き時代。自分で気づかないうちについついストレスをためてしまいがち。「自分だけが…」と、どこか空回りしてしまうなんていうことも多くあります。家庭で、職場で、社会で、これはごく身近な出来事がテーマです。もしかしたら、あなたも思いあたるところがあるのでは？

毎日の介護、気力も体力も限界です！

- なぜ私ばかりが負担するの？ 誰も協力してくれない。
- 介護サービスを利用したいけれど、近所の目が気になる。
- いつでも気軽に相談できる場所が身近にあれば心強いのに。
- 心身ともに疲れた時、介護を投げ出したくなる。夫は見えて見ぬ振りだし…。
- 自分の健康にも自信が持てなくなってきた。
- 誰も私の苦勞をねぎらってくれない。私の人生はどうなるの？

そう、介護は一人の負担が大きく、介護者はいつも孤独です。また、介護は「ここまで」という先の見通しがつきません。だから大変なんです。肩の力を抜いて、もっと地域にあるサービスをどんどん利用してみませんか。

また、介護は女性だけが負担するものではありません。家族や身内と役割分担をしたり、同じように介護をしている人達と、積極的に交流をしてみませんか。きっと自分だけではないと、元気がもらえますよ。

仕事か…ハア～疲れる！

- 本当にこんな仕事かやりたかったの？ やりがいのある仕事って何だろう。このまま人生を終わりたいくない。
- 家事も仕事も手を抜きたくないけれど、時間的にも体力的にもそれは無理。
- パートと正社員で仕事内容は同じなのに、お給料はどうしてこんなに差があるの？
- どうせパートだから…そう思う自分も嫌だし、まわりも正当に評価してくれない。
- 同じように働いているつもりなのに、男女の格差が出てしまうのは…。

職場でも家庭でも中途半端だと感じて、自分にイライラしていませんか。仕事って一体何でしょう。外に出てお金を稼ぐことも家事も、両方生きていくのに必要なこと。時には手を抜いたり、家族で話し合い、分担し合い、支え合っていけたらいいですね。

誰もがやりがいのある仕事に、都合よくめぐり会えるわけではありません。いろんな仕事のとらえ方、評価のされ方があっていいし、生き方は人それぞれでいいですよ。

子育てと家事もう大変！

- 毎日同じことの繰り返し。社会から取り残されそうで不安。
- 子どもの悩み、夫に相談したいのに、毎日帰りが遅くて…。
- 時々子どもを愛せなくなる。どう接したらいいの？
- わかっているのに、ついつい他の子と比べてしまう。
- たまには子育てや家事から解放されて、自分の時間を楽しみたい。働きたいけど、子育てと家事で一杯。

子育ては親の理想どおりにはいきませんね。家事だってきりがなく、すべて自分だけで抱え込んでいては疲れてしまいます。

子育てや家事は、女性だけの仕事ではありません。夫や家族に積極的に参加してもらい、自分のための時間をもっと作りましょう。公民館や児童館などの地域の活動に参加するのもいいかもしれません。いろいろな情報も得られますよ。

～ティータイム～ ほっと一息つきませか？

- 大声で歌ってみる
- 湯の底から笑ってみる
- 思いっきり泣いてみる
- 身体を動かしてみる
- 散歩をしてみる
- 新しいことにチャレンジしてみる
- 休日には思いっきりぐうたらしてみる
- 誰で自分の顔を見る (「気持ちい」と言ってみる)



いのではない。家庭の中で、お互いの向き不向きに合わせて、役割を果たしていければ良いと思っています。

村上 和男さん
妻が脳梗塞で倒れ、このまま寝たきりになっては自分も困る、との強い思いから退職し、介護に専念するようになりました。介護で得たことは、相手が望むことをしてあげられる喜びです。これは長年共に暮らして、理解し合った結果でしかありません。全てを完璧にやろうとせず、介護される者とする者が互いに理解し、努力し合うことが大切。よりよい介護とは、される者の立場となって考えなければ、実現できないと思っています。

プロフィール

本町在住。妻と2人暮らし。
4年ほど前から自宅で妻の介護に当たる。71歳

身近な 朝霞市ライフハック

自分らしく、子育て・家事・介護！



井上 豊さん

仕事の基盤が朝霞に移ったこともあり、妻も仕事と育児の両立が大変です。子育てしながら、一緒に子育てしていきま。子育てする中で良かったことは、保育園仲間と交流があり、色々な話ができることです。子育ては楽しい反面、子どもが言う事を聞かないなど大変なことも多く、一人ではつらいと思います。子どもと接する時は無理せず自然体で向き合うのが一番。この価値観に偏らない、子育てをしたいと思っています。

プロフィール

朝霞市在住。妻、小学2年生と保育園年長のお子さんと4人暮らし。
オーダーメイドデザイナーとして、独立10年。42歳



竹本 美知敬さん

妻がフルタイムで働いており、自分は俳優という職業柄、あまり時間に拘束されないため、結婚当初から家事や子育てに常に携わってきました。今ではそれが習慣となっていて、料理や洗濯等の家事をすることや、学校行事への参加が全く苦にならない。家庭のあり方は様々なので、無理に世間の常識に合わせる必要はない

プロフィール

西原市在住。妻と小学5年生のお子さんと3人暮らし。
所属演劇団に所属する舞台俳優。54歳

仕事事情 あれこれ



女性の社会進出が話題になったのはいつだったでしょう。男女を問わず自由に職業を選べるようになってきたのは、つい最近のことです。結婚以外に女性が生きていく術がなかった時代が長く続いたせいでしょうか。その一つ前の江戸時代は、庶民にとっても自由だったらしいと知ることは驚きであり、女性にとって嬉しいことです。

女性の仕事、職業は、当時武家の奉公人か下働きの下女、あるいは遊女くらいなものと思っていました。これは私たちが一般的に「仕事」＝企業に雇用されるサラリーマンをイメージするところからきた間違いでしょう。江戸の庶民は、その日暮らしの超零細個人営業の行商人や職人が、圧倒的に多かったんですね。男女を問わずみんなができることをして生活を支えていた。当時の風俗が

うかがえる絵を見ると、たくさん女性の生き生きと働く姿が描かれています。

物光りには女性が多かったです。すし、着物の仕立てや洗い張り、商家の下働き、質仕事、乳母や子守りなども女性の仕事としてあったようです。また住み込みの奉公人ばかりでなく、隙間産業とでもいえる肉職的な家事代行サービス業も需要がたくさんあったらしい。食べていくための収入は女性でも稼ぐことができたそうです。

おかみさんは「山の神」大事にされたらしく、おかみさんをいつもニコニコさせておくのが男の甲斐性と言われたそう。うらやましい気がしますねえ。

文明開花で得たものはたくさんあったでしょうが、失ったものもまたたくさんあったようです。男女の区別なくおおらかに暮らしていた江戸庶民に学ぶことで、もう一度今の私たちの暮らしを見直してみませんか。*今回で「昔vs今」江戸の庶民シリーズはお終いです。

江戸の仕事つくし
竹内誠 監修 学研
江戸事情 生活選
NHKデータ情報選編 雄山閣
江戸庶民の暮らし
田村栄太郎 雄山閣

あさか女と男セミナーを開催しました！

「なぜ女も男も生きにくいのだろう？」



平成17年1月から2月にかけて、5回の連続講座を中央公民館・コミュニティセンターにて開催しました。内容は、第1回「どう生きる？女と男」講師：内田典子さん（埼玉大学非常勤講師）・第2回「パートナーとの関係って？」講師：石崎節子さん（民間女性の地位協会理事）・第3回「自分を解かせるために」講師：野口やよいさん（フリーライター）・第4回「老後をなくそう」講師：高柳美知子さん（人間と性教育研究所所長）・第5回「わいわいトーク」講師：内田典子さんで、女と男の関わりや社会のあり方など、現在の生きにくさの背景にある問題点を見つめ、のびやかな生き方をめざすことを学ぶセミナーとなりました。
*このセミナーは、「あさか女と男フアン推進委員会」セミナー企画・運営担当委員の皆さんが企画・運営したものです。委員の皆さん、2年間、ありがとうございました。
阿部哲子、銀林 実、金子良子、川野紀代美、木村晶代、村上徳子、戸高早智子、春野真徳、吉田雅代、綿谷厚子

朝霞市女性総合相談

悩める女性のために



相談日 毎週木曜日
(祝・休日にあたる場合は前日)
時間 午前10時～午後3時

家族間のもめごとや対人関係の悩み、暴力や虐待、離婚問題などあなたの悩みや問題などに対して経験豊かな専門家がご相談をお受けします。

場所 市役所1階 市民相談室
問合せ 市民生活課女性政策係
電話 048-463-2697 (直通)

- 個人の秘密は守ります。
- 相談は無料です。



日本は社会福祉に参加しました！

＜参加した一般公募の市民と市職員＞
昨年10月22日～23日の2日間、愛媛県松山市で行われた第21回会議に、朝霞市から6名が参加し、男女共同参画社会等について学びました。（*日本女性会議報告書を市庁舎に掲示しています。ぜひ、ご覧ください。）

編集後記

2年間、ありがとうございました。
秋山和子、栗島佳織、茂木静枝、横田節子

あたりまえの幸せ、あたりまえの豊かさ、そのあたりまえって一体何なんでしょうね。制度、慣習、歴史、こうしていろいろ考えることは結構あるモノです。ちやほほもがらの風邪予備軍とも思われています。小さなささくれが大きな痛みにならないよう、できるだけたくさんのお言葉を贈らせてあげては……。