

# すみれだより

平成28年 8月号

## 特集 仕事と子育て両立パパ 応援します！ ～イクメンとワーク・ライフ・バランス～



「仕事も子育ても、どちらも充実させたいし、どちらも楽しみたい！」

そんな価値観を持つ「イクメン」と呼ばれるパパたちが増えてきました。パパの子育てを後押しする仕組みや制度も、近年、次第に拡充されてきており、保育園の送り迎えをするパパ、街中でベビーカーを押すパパ、出産に立ち会うパパも、珍しくありません。

しかし、その一方で、仕事が忙しいなどの理由から育児をしたくてもできない男性も多く、6歳未満の子どもをもつ夫の家事・育児関連に費やす時間は67分と、他の先進国と比べると短時間となっています。

また、平成25年度の男性の育児休業の取得率は、民間企業で2.03%、国家公務員で2.77%となっており、女性（民間企業83.0%、国家公務員98.3%）と比べると、まだまだ低く、男女間で大きな差があります。心の中では育休を取りたいと考えていても、職場に迷惑がかかる、評価に影響するなどと考え、なかなか言い出せずにいる男性は少なくありません。

子育て期の働くパパにとって、「働き盛り」と「子育て盛り」の時期は同時進行。パパのワーク・ライフ・バランスは、ママのワーク・ライフ・バランスでもあります。仕事も子育ても、今しかできないことや、今だからできることがたくさんあります。だからこそ、夫婦で話し合っ、チームプレーで臨み、パパもママも、自分らしい子育て期のワーク・ライフ・バランスをデザインしてみることが大切です。まずは、話し合いから始めてみませんか？



### 「イクボス」を増やせば、「イクメン」も増える？！

いま21時以降に帰宅するお父さんは46.4%。男性の長時間労働を減らして、帰りやすい職場にするためにはどうしたらよいか？ そのために必要なのが「イクボス」です。イクボスとは、職場で共に働く部下・スタッフのワーク・ライフ・バランスを考え、その人のキャリアと人生を応援し、かつ組織の業績も結果も出しつつ、自らも仕事と私生活を楽しむことができる上司のことです。


※データ出展：『男女共同参画白書』（内閣府男女共同参画局）

男女共同参画センター「すみれ」では、パパたちを応援するための講座や情報提供を行っています。図書コーナーでは子育てに関する本の閲覧や貸出を行っています。

# 男女共同参画センターの講座

【講座実施場所】八尾市男女共同参画センター「すみれ」

【申込み・問合せ】TEL 072-923-4940

 マークは、「女性の活躍推進講座」です。

※各講座に一時保育あり。

(各講座開催日の10日前まで。[休所日の場合は、直前の開所日まで。])

定員:各5人(申込順)

(生後3か月～小学4年生まで)

保育料:1人目500円、2人目250円、  
3人目～無料



## パパの子育て応援講座 『パパと一緒にベビーキッズビクス』

9月3日 土曜日

① 9:45～10:30

② 11:00～11:45

子どもへのマッサージやエクササイズは、心を通わせるコミュニケーションにつながります。忙しい生活の中で、ほんの少し「ベビーキッズビクス」を体験してみませんか？

- 講師：<sup>かぜはや</sup>風早 いつみさん（日本マタニティビクス協会認定 ベビービクスインストラクター）
- 対象：①平成27年8月1日生まれ～平成28年2月29日生まれの乳幼児とその男性保護者  
②平成27年2月1日生まれ～7月31日生まれの幼児とその男性保護者
- 定員：①②各25組（申込多数の場合、締切(8/20)後に抽選）

※受講する乳幼児の女性保護者で希望する人は、下記の講座を受講できます。

## ママのためのリフレッシュ講座～すきま時間でできる簡単ストレッチ～

子育てや家事のあいまのちょっとした時間を利用して実践できる、ゆがみのチェックや、首や肩のコリをほぐす簡単ストレッチを学びます。

- 講師：YUKIEさん（SHCC ベーシックトレーナー）
- 定員：①②各25人

## 好感度を上げる カラー活用術 ～色の力で印象UP！～

9月6日(火) 10:30～12:00

パーソナルカラーや色彩心理について学び、自分を引き立てる色を知って、印象UPをめざしましょう！

- 講師：<sup>わきた まきこ</sup>脇田 真紀子さん（カラーリスト）
- 対象：八尾市在住・在勤・在学の方
- 定員：20人（申込順）

## 心が伝わる声の使い方講座

9月9日(金) 10:00～11:30

朗読を取り入れたボイストレーニングで、感情を豊かに伝える声の使い方を学びます。

- 講師：<sup>はしば ゆみこ</sup>橋場 由見子さん（HY教育エンタープライズ代表）
- 対象：八尾市在住・在勤・在学の方
- 定員：20人（申込順）

## ママのためのマネーリテラシー ～暮らしのお金に対する知識と理解を深めよう！～

9月14日(水)

10:30～12:00

子どもの教育費や生活費、自分のための投資など、お金に関する正しい知識と理解を深めてみませんか？

- 講師：<sup>かとう ようこ</sup>加藤 葉子さん（ファイナンシャルプランナー）
- 対象：八尾市在住・在勤・在学の女性
- 定員：20人（申込順）

# 女性の活躍推進情報コーナー

## 八尾市男女共同参画審議会 市民委員を募集します！



八尾市では、男女が一人ひとりの人権を尊重しながら、男女が対等な立場であらゆる分野に参画し、ともに個性と能力を発揮することのできる社会の実現をめざし、男女共同参画施策の推進に関する事項について意見を聴くため、八尾市男女共同参画審議会を設置しています。女性の活躍推進をはじめ、様々な困難を抱えた人々に対する支援、あらゆる暴力の根絶、地域における男女共同参画の推進などに取り組んでいく必要があります。市民のみなさまの意見をいかした、より実効性の高い施策の実施につなげていくために、市民委員を募集します。

- 委員の任期：平成28年11月16日から2年間（期間中4回程度開催）
- 募集人数：2人
- 応募資格：（1）八尾市在住・在勤・在学で20歳以上の者、（2）本市の他の審議会等の公募委員となっていない者、（3）現職の本市市議会議員及び本市職員でない者
- 応募方法：①「八尾市の女性活躍を推進するために必要だと思うこと」をテーマにした800字程度の作文と、②住所（在勤の場合は勤務先所在地も）、③氏名、④生年月日、⑤性別、⑥電話番号、⑦ボランティアなどの活動経験があればその内容、⑧応募理由を記載（様式自由）し、下記の提出先へ、持参、又は郵送、Eメール、ファックスにより提出ください。※選考結果は、可否に関わらず通知します。（応募書類は返却しません。）
- 募集締切：平成28年8月19日（金）必着

【問合せ・申込み】 八尾市人権文化ふれあい部 人権政策課 男女共同参画推進係  
（住所）〒581-0003 八尾市本町一丁目1番1号 （電話）072-924-3894 （FAX）072-924-0175  
（E-mail）jinkenseisaku@city.yao.osaka.jp

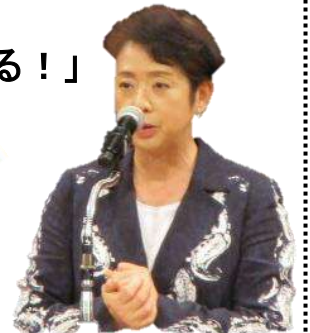
## 事業報告

### 平成28年度 男女共同参画週間講演会

### 「仕事と介護をする中でも 自分らしく生きる！」



日時：平成28年6月29日（水）14:00～15:30  
講師：石川 牧子さん（フリーアナウンサー）  
会場：八尾市文化会館 地下2階 小ホール



講演では、石川さんが父母の遠距離介護（仙台～東京間）を13年間された経験から、感じたこと、今後の介護のあるべき姿について、お話いただきました。

はじめに、進行性難病であるパーキンソン病の母の介護についてお話されました。当時、介護保険制度は導入されておらず、また、父は「妻の介護くらい俺ひとりでするから、仕事は辞めるなよ。」と石川さんに言い、在宅介護を始められました。石川さんは東京にいる間も父母のことが気がかりで、実家近所の人に様子を見てもらうなどサポートを依頼していたそうですが、父は、しだいに介護に疲れてしまいました。

母の介護が終わった頃、父に病気が発覚し、緊急入院することになりました。そして、父も急遽介護が必要となり、石川さんは仕事を続けながら週3回仙台～東京間を往復されました。石川さんは、介護で共倒れになってはいけないという思いから、今度は導入された介護保険制度を使い、ヘルパー等の介護サービスを1日に23.5時間利用されました。その中で父が不満に思うことがないようにと、介護関係者を集め、父の情報共有をしたり、引継ぎノートを作成するなど工夫されたそうです。

介護は長期化することがあるため、介護者はできる限り普段の生活に近い状態で介護を行い、決して、閉鎖的にならず、ご近所・地域・福祉サービスを活用しながら介護をすべきであると話されました。また、今後、施設待機者は増え、介護施設の数やマンパワー等は不足することが予測されるため、家族の中でワークシェアリングをするなど、男性も女性も共に手を取り合って支えあう必要があると述べられました。

最後に、父母の介護やアナウンサーとしての経験から、言葉の大切さについてお話されました。「すみません」「ありがとう」「こんにちは」「こんばんは」「またきてね」「またこんど」などの5文字を話すのにかかる時間は1秒であり、その1秒を大切に、相手に伝える工夫をしながら、介護を苦に思わず乗り越えてほしいと話され、講演を終えられました。





# 男女共同参画センター

## すみれの図書コーナー



### 今月の1冊

「子どもを伸ばすお片づけ」 辰巳 渚／著 岩崎書店

お片づけは、単に「整理整頓」でなく、豊かに生きる基礎を身につける上で大切なことであると著者は説きます。子どもがお片づけする気になるための、「物をしまおう定位置を決める」「ちょうどいい量を決める」などのコツを紹介。シンプルに書かれていてお片づけの苦手な大人にもお薦めの本です。



《図書コーナー》  
開所時間中は、読書や学習にご利用いただけます。  
貸出もおこなっています。

\*申込書に記入すると、一度の3冊の本を、2週間借りることができます。

## 女性相談

あなた自身の気持ちを素直に表現して、いま悩んでいることと向き合ってみませんか？  
人づきあいや生き方、性格や仕事に関すること、夫や子どものことなど、女性の抱える悩みを女性相談員が傾聴し、問題解決に必要な情報提供や心を整理するお手伝いをします。  
ひとりりで悩まず、お気軽にご相談ください。



【予約・問合せ】TEL 072-923-4940

午前9時～午後5時（日・月曜日、祝日、年末年始を除く）

| 8月 |    |     |    |     |    |     |
|----|----|-----|----|-----|----|-----|
| 日  | 月  | 火   | 水  | 木   | 金  | 土   |
|    | 1  | 2   | 3★ | 4   | 5  | 6   |
| 7  | 8  | 9◆  | 10 | 11  | 12 | 13☆ |
| 14 | 15 | 16  | 17 | 18☆ | 19 | 20  |
| 21 | 22 | 23◆ | 24 | 25  | 26 | 27★ |
| 28 | 29 | 30  | 31 |     |    |     |

| 9月 |    |     |    |     |    |     |
|----|----|-----|----|-----|----|-----|
| 日  | 月  | 火   | 水  | 木   | 金  | 土   |
|    |    |     |    | 1   | 2  | 3   |
| 4  | 5  | 6   | 7★ | 8   | 9  | 10☆ |
| 11 | 12 | 13◆ | 14 | 15☆ | 16 | 17  |
| 18 | 19 | 20  | 21 | 22  | 23 | 24★ |
| 25 | 26 | 27◆ | 28 | 29  | 30 |     |

- 開所時間 午前9時～午後5時
  - 休所日 日曜日、月曜日、祝日  
ただし、月曜が祝日の場合は、その翌日以降の直近の平日も休所。  
年末年始（12月29日～1月3日）
  - 女性相談実施日
    - ★ 第1水曜日、第4土曜日 午後1時～午後5時
    - ☆ 第2土曜日、第3木曜日 正午～午後4時
    - ◆ 第2・第4火曜日 午前10時～午後1時
- ※相談日が祝日の場合及び生涯学習センターが休所日の場合は、相談日を変更しています。

## 八尾市男女共同参画センター「すみれ」

〒581-0833 八尾市旭ヶ丘 5-85-16  
八尾市生涯学習センター「かがやき」学習プラザ4階  
TEL/FAX 072-923-4940

（開所時間）午前9時～午後5時  
休所日は、日・月曜日、祝日、年末年始。ただし、月曜日が祝日の場合は、その翌日以降の直近の平日も休所。

（アクセス）【徒歩】約15分 近鉄八尾駅より北へ進み（アリオ八尾方面）、光町交差点右折、3つめの信号右折  
【バス利用】近鉄八尾駅より、高砂住宅行き「緑ヶ丘」下車すぐ  
【駐車場】40台（30分を超え2時間まで300円。以降30分毎に100円）生涯学習センター「かがやき」の駐車場です。

### アクセス

