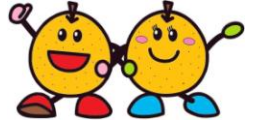
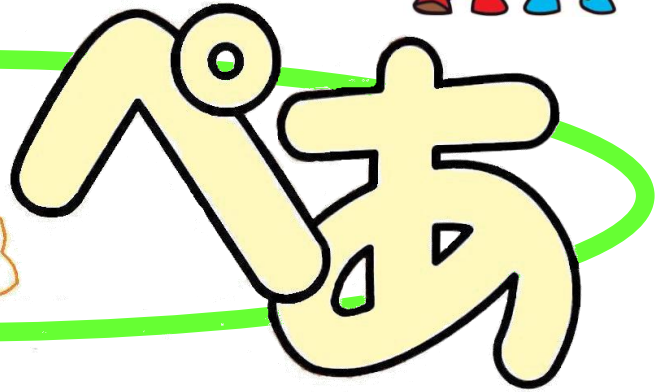


24年度最終号！
来年度もよろしくね♡



男女共同参画だより

No.20 平成25年暮春



みんなで集まると楽しい！

主催講座同窓会「輝く男のセカンドステージ」・パパ&ママ講座



ちょっと足が
しびれてきた…



さすが師匠！みごとなお手前



パパママは、ひと汗流して赤ちゃんはスヤスヤ
終わったあとに、みんなでハイポーズ(^v^)/

1月30日、八千代台東南公民館和室で、「輝く男のセカンドステージ」2期生の同窓会が開かれました。今回は、メンバーの吉垣信義さんが講師となり、茶道をたしなみました。

お招きする人が、おもてなしの気持ちを表すために選んだ生け花や掛け軸、お茶の道具の拝見の仕方、お茶をいただく作法など一連の流れを学びました。メンバーは、茶道の基本を教わることで、お茶の世界への間口が広がった様子。これを機に自治会のお茶会をお手伝いするメンバーも現れ、地域デビューのきっかけとなりました。

3月24日には、パパ&ママ講座の同窓会を行いました。今回は、鈴木ダンススクールの千葉由紀子さん（日本ベビーダンス協会認定インストラクター）を講師に迎え、ベビーダンスをしました。

久しぶりに会うお友達同士「大きくなったね！」と近況報告しあってから、初めてのダンス。パパとママはとまどっていましたが、赤ちゃんは温かい腕の中でゆ～らゆ～ら揺れて、スヤスヤねんね。(ω)zzz...
起きたらご機嫌ニコニコになりました。今回好評だったベビーダンスもある次回のパパ&ママ講座は、5月18日から全3回です。詳細は、4月15日号「広報やちよ」にて！

女性、こころの悩み電話相談
047-485-7333

毎週火・木・金曜日 午前9時～午後4時
(祝日・年末年始[12月27日～1月4日]を除く)
専門の女性相談員がうかがいます

男性のための電話相談
043-285-0231

(問合せ:千葉県男女共同参画センター 043-252-8036)
毎週火・水曜日 午後4時～8時
専門の男性相談員がうかがいます

いきいき暮らせる街を目指して

やちよ男女共同参画プラン懇話会を開きました



さまざまな立場からの意見があり、真剣に話し合いました

1月29日、市民公募委員と学識経験者からなる「やちよ男女共同参画プラン懇話会」を開催しました。

この会議は、毎年1回、男女共同参画社会づくりの推進状況を委員に報告し、それを受けて意見交換を行うため実施しています。

まず、やちよ男女共同参画プランに基づいて昨年度に実施した事業が、男女共同参画社会づくりにどの程度寄与したかということについて、「男女共同参画事業に関する広報活動の場の拡大を図ってほしい。公共施設だけでなく、民間企業や店舗などにポスターや『やちよ ぺあ』を設置するのはどうか。」や、「各事業の所管課に対し、ヒアリングを行い事業の詳細の把握に努めたことは画期的だった。しかし、さらに庁内体制の連携を深め一緒にヒアリングを行うなど、さらなる事業の進み具合の把握に努めてほしい。」などの意見がありました。

また、9月に実施した市職員対象の「男女共同参画に関する職員意識調査」については、「昨年、内閣府が実施した『男女共同参画社会に関する世論調査』では、『夫は外で働き、妻は家庭を守るべきか』という問いに対し、賛成とする人の割合が前回の調査より多くなった。特に若い人が『賛成』とする割合が多いので、女性や若い人の雇用環境が厳しい現状では、働く場が確保されないと根本的な解決にならないのではないか。」や、「この調査でわかった問題点や課題を分析して、市役所が市民のモデルとなるにはどうすれば良いか示していただきたい。」などの意見がありました。

いただいたご意見のうち、『やちよ ぺあ』については、八千代台地区の美容院、歯科医院、カフェ等にご協力いただき、設置しました。今後も、さまざまな場所で読んでいただけるよう設置場所の拡大を図っていきます。

更年期を快適に過ごす

「メノポーズカウンセラーと学ぶ更年期障害の実態と最新の対処法」

2月2日、総合生涯学習プラザと男女共同参画センターの共催で、女性の健康応援講座「メノポーズカウンセラーと学ぶ更年期障害の実態と最新の対処法」と題して、糸山利生さん（メノポーズカウンセラー）に更年期の快適な過ごし方をお話ししていただきました。

メノポーズカウンセラーは、更年期の健康についてのアドバイスを行うカウンセラーで、まだ全国で285人しかいない新しい資格です。

糸山さんから、「年齢とともに女性ホルモンが減少し、エストロゲンが急激に低下するこ

とが更年期障害の主な要因。症状の改善には、バランスの良い食事や適度な運動も効果的ですが、更年期障害と紛らわしい別の病気の可能性もあるので、不安があれば自己判断せず、専門病院で受診することが大事。女性ホルモン補充療法や漢方薬を摂るなど、個々の症状に合った対処が必要となる。」と丁寧な解説をいただき、受講者は思い当たることがあると、そのつど、うなずいていました。

また症状の程度を自己チェックして、自分の現状を評価基準に照らして、確認してみました。症状としては、肩こりがトップ、次いで疲労感、のぼせ、頭痛・腰痛、発汗などと聞いて、受講者は「肩こりが一番多いって意外！」という表情でした。「更年期症状は人によって様々で、生活に支障が出る場合もあれば、そうかもしれないという程度のもので、200～300種類あると言われている。正しい知識を身につけて、毎日を快適に過ごしていただきたい。」と話されていました。



講師の糸山利生さん

日頃の生活を見直そう

生活習慣病予防講演会「脂質異常症と動脈硬化」

2月27日、保健センターで、生活習慣病予防講演会「脂質異常症と動脈硬化」と題して、西出敏雄先生（にしで内科クリニック院長）を講師にお招きして講演会が行われました。

「日本人の死因で、がんに次いで多いのが心疾患や脳血管疾患などの血管の病気。血管の断面図の写真をみると、健康な人に比べ、心筋梗塞の人の血管は脂肪がたまって、血液の通り道が非常に細くなっている。」と講師が話すと、受講者はより真剣な表情に。

「血圧が高いと血管が硬くなり、糖尿病があると脂肪がたまりやすくリスクが高くなる。動脈硬化の原因は加齢・喫煙・家族歴・肥満

などいろいろある。加齢は止められないが、他は自分でコントロールできる。脂質やアルコールの摂取に気をつけ、食物繊維をしっかり摂るなど食生活を改善し、きついと感じない程度に運動することが大切。」と、話されていました。

受講者からは「今後の健康管理に役立てたい」という声が聞かれました。



講師の西出敏雄さん

地域交流で進める男女共同参画

◇千葉県男女共同参画センター登録民間団体交流会

2月5日、千葉県男女共同参画センターにおいて、「千葉県男女共同参画センター登録民間団体交流会」が行われました。

県男女共同参画センターへの団体登録は、県内の男女共同参画に関する団体同士の交流やネット

ワークづくり、情報収集に役立つよう設けられたもので、現在39団体が登録しています。交流会には16団体が出席し、八千代市からは、市の男女共同参画センター支援団体「らいてうの会」の2名が参加しました。

らいてうの会は、平成13年の主催講座「平塚らいてうの歩んだ道から今を読む」の参加者が立ち上げた自主活動グループで、近代・近世の女性史を学んでいます。この日は、昨年11月に行い好評を博した一般公開講座「新島八重の生涯」の報告や、日ごろの活動についてお話ししました。

後半は、新規加入の会員を増やすための工夫や、DVへの取組み、県男女共同参画センターの取組みなど、団体間の意見交換を行い、交流を深めました。地域の団体が協力し合って、男女共同参画を進めています。



◇農業における男女共同参画活動交流会

2月24日、農業研修センターで、「一男女共同参画発展のための一活動交流会～地域と農業を元気にする いろいろな場所でのいろいろな参画～」と題して、農業における男女共同参画を進めるための事例発表と講演会を行いました。

事例発表では、八千代市から、農産物活用マイスターを代表して山田さん、やちよ村代表の平田さんから、ご自身の活動についてお話いただきました。

講演会では、講師に中道仁美教授（愛媛大学農学部）をお迎えし、「農村における男女共同参画の実態と農村女性への期待」と題し、「激減する農業人口、農村従事者の高齢化は、深刻な問題であり、2010年の70歳以上の農業従事者は、50歳未満の全農業従事者よりも多く、現在の農業は、「定年後」の高齢者が担っている。農業に従事する女性の数も1990年3,403人が2010年には1,300人と大きく減少している。男性1人で経営する農家が多く、その1人に何かあると農業をやめてしまう。農業のノウハウを引き継ぐべき女性農業者の育成が必要である。」と日本の農業が危機的状況にあると熱く語られました。



発行：八千代市

男女共同参画課 ☎047-485-7088

男女共同参画センター ☎047-485-6505

住所：八千代市八千代台南1-11-6

