

鐘の音

さいたま市男女共同参画推進センター
パートナーシップさいたま
広報誌vol.12

kane-no-ne

2007.7

特集

悩み 迷い ひとりで抱えこんでいませんか? … 2,3

相談室のご案内・プラス思考習慣を身につけて

- 気軽に利用できます 情報・資料コーナー …… 4
- ただいま活動中 「グループStep.1」
- 市民企画講座が決まりました! …… 5
- Book Navi 図書のご案内
- 施設・相談のご案内 …… 6

コ・ラ・ム・数値

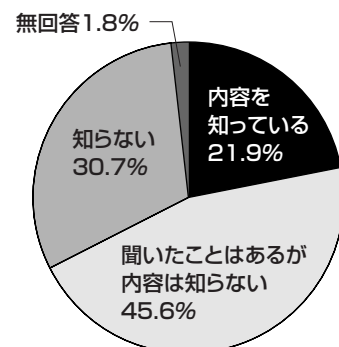
67.5

この数字は、平成18年にさいたま市で行った「男女共同参画に関する市民意識調査」の中で、「男女共同参画社会*という言葉を知っている」「聞いたことはあるが、内容は知らない」と答えた人が「67.5%」であったことを示すものです。

右のグラフからも「聞いたことがある」人の割合が全体の3分の2を超えており、「男女共同参画社会」という言葉自体はかなり知られてきているようです!

*男女共同参画社会：男女が互いにその人権を尊重しつつ責任も分かち合い、性別にとらわれることなく、その個性と能力を十分に発揮できる社会です。

「男女共同参画社会」という言葉の認知度



「平成18年度さいたま市男女共同参画に関する市民意識調査」から

悩み 迷い ひとりで抱えこんでいませんか？

「こんなときどうしたらいいのかしら…」「相談するところがわからない。」「誰かに聴いて欲しい。でも、あまり身近な人には話せないし…」などと、ひとりで思い悩むことはありませんか？

パートナーシップさいたまでは、さまざまな悩みをもった女性のための、女性の相談員による相談を行っています。


秘密は厳守します。また、費用は無料です。


●女性の悩み電話相談 ☎ P6参照


夫のこと、子どものこと、嫁姑、ドメスティック・バイオレンスといった夫婦・家族間の悩みごと、生き方や人間関係の悩みなど電話で相談に応じています。


よせられた事例のいくつかを紹介します。


 どんな相談でもいいのですか？


 はい。どんなことでもお聴きしています。気軽に電話をかけてみてください。


 夫の両親のことで悩んでいます。相談したことが夫にわかってしまうことはないでしょうか？


 秘密は厳守します。その心配はまったくないので、どうぞ安心してください。


 夫のたび重なる暴力に毎日怖くてしかたがありません。でも、もし離婚した場合、子どものことやわたしの経済力を考えれば将来が不安です。どうしたらいいのでしょうか？


 その事情をもう少し詳しく話していただけますか。また、あなたの気持ちを十分お聴きし、今何をしたらいいのかその方法など一緒に考えます。


 夫が離婚だと言って出て行ってしまいました。何をどうしたらいいのかわかりません。


 その前後の様子や今の生活などについてお話ししてみてください。何か糸口がつかめるかもしれません。


 私は専業主婦です。年金法が改正されて離婚時に夫の年金が分割できるそうですが、どこに行けば詳しく教えてもらえますか？

 年金の詳細は社会保険事務所か大宮年金相談センターにお問い合わせください。電話番号は浦和社会保険事務所が「048-831-1611」、大宮社会保険事務所が「048-652-4711」、大宮年金相談センターが「048-647-6721」です。

 母子家庭の母親の就労のためのハローワークってあるのでしょうか？

 マザーズサロン埼玉(大宮区桜木町 ハローワークプラザ大宮内)や埼玉県母子福祉センター(大宮区吉敷町)があります。電話番号を申しあげますので、まずは連絡してみてください。メモをご用意ください。マザーズサロン埼玉は「048-658-1145」、埼玉県母子福祉センターは「048-645-7886(就業相談員直通 048-642-6557)」です。

 子どもが聞き分けがなかったりするといらいらして、いけない思いながらも、つい子どもに手をあげてしまいます。どうしたらいいのでしょうか？

 その気持ちはよくわかります。しかし、手をあげてしまうことは、やはりよくないことですよね。だから、あなたはいつもそのことで悩んでいらっしゃるのですね。今、色々な子育て支援サービスもお母さんのためのサークルもありますから、どんどん利用する道を考えてみましょう。「子育て応援ブック」、「子育て応援マップ」などの情報誌が区役所にありますので、それも参考になるとと思います。

家庭や職場などで生じる解決困難な問題について、女性の弁護士が無料で相談に応じます。

法律相談には次のような問題がよせられています。

- ・離婚問題や慰謝料
- ・子どもの認知や養育費
- ・借金や自己破産
- ・相続や財産分与
- ・セクシュアルハラスメント など

女性のさまざまな問題から生じる心の悩みについて、専門の女性の医師が無料で相談に応じます。

次のような状態が続いていたら、気軽にご相談ください。

- ・気分が落ちこんでいる
- ・やる気がわいてこない
- ・漠然とした不安、イライラ感がある
- ・何に対しても自信がもてない
- ・眠れない など

平成18年度は、およそ4,000件を越す相談が寄せられました。相談内容は、約8割を人間関係が占め、その半数は夫との関係(DV、離婚等)でした。その方々等への支援のひとつとして、パートナーシップさいたまでは、関連講座を開催しています。

- ・「離婚が頭をかすめたら-ヤングミセスのための生き方羅針盤講座」
(6月実施済 概要は下欄参照)
- ・「(仮)女性に対する暴力(DV)を考える講演会」(11月開催予定)
- ・「(仮)離婚の基礎知識」(平成20年2月開催予定)



プラス指向習慣を身につけて



新川 てるえ さん

作家、シングルマザーコメンテーター、
家族問題カウンセラーとして雑誌、
テレビなどに多数出演
2002年 NPO法人Winkを設立、
その代表理事

平成18年の離婚件数は25万8000組、シングルマザーの生活は厳しいです。就業にも35歳という年齢の壁があり、賃金の男女格差もあり、何年頑張っても収入は上がらずに、母子家庭の8割が生活は苦しいと訴えています。さらに養育費については支払い率が2割程度、取り決めても2、3ヶ月で絶える場合もあります。日本は無いところからは取れない主義で、養育費の未払いに泣き寝入りしているシングルマザーが多いのが現状です。

離婚は迷っている時にはしないほうがいいと思います。「離婚したほうが幸せになれる」と確信した時にすることをお奨めします。離婚を決意したら準備が大切です。まず①300万円は貯める②技術職が高収入なので資格をとる③夫の収入・財産を把握しておくなど…。

いま夫婦間関係が破綻し事実離婚の家庭もたくさんあります。人として相手を少しでも尊敬できる場所があれば、子どものためにと割り切って一緒にいる選択もありだと思います。そういう場合にはまず自分の気持ちをマイナスに

おかないことが大切です。

夫婦関係修復を選ぶのか、事実離婚の状態で行くのか、離婚を選択するのか、焦らないで結論にたどりつけばよいと思います。

それでは「夫婦関係を考えるためのカウンセリングシート」を書いてみましょう。「自分の長所、身近な人の長所、夢、今日良かったこと、なりたいイメージ、気分の良くなる行動」これらについて、毎日1枚書いていきます。毎日続けることで自己肯定力が上がり、プラス思考が潜在能力になります。マイナスの気分を選ばない自分になるために、カウンセリングシートを活用してプラス思考習慣を身につけて欲しいと思います。

また、人には行為、思考、感情、生理反応の4つの構成要素があり、それらが連鎖してプラス方向やマイナス方向に動きます。悩んでいる人はすべてがマイナス方向なので、意識してプラス方向に切り替えるために、「行動行為」の切り換えをおすすめします。

また、もうひとつのプラス思考の作り方が言葉の力です。困ったときに心でつぶやく言葉はマイナストークになりがちですが、意識的にプラストークに変えてみましょう。例えば私の場合のセルフトークは「なんとかなるよ、なんとかしてみせる!」です。「離婚したほうがいいでしょうか」と聞く人がいますが、答えは必ず自分の中にあります。離婚後の自分の幸せが描けるかどうかにあると思います。

さいたま市女・男ブラザ主催講座「離婚が頭をかすめたら-ヤングミセスのための生き方羅針盤講座」(6月20日実施)での講義から

気軽に利用できます 情報・資料コーナー

雑誌・新聞

図書

ビデオ・DVD

行政資料

パートナーシップさいたまでは、ジェンダー*の視点に立った図書資料等を収集し、男女共同参画社会の実現のための情報を提供しています。

●私はこのように活用しています

藪田 由美子 さん

私は講座を受けてから、この情報コーナーを知り、施設に来るたびに利用しています。男女共同参画に関する本やビデオがあり、どれも興味深いものばかりです。特に、講座の終了後に作られた学習記録誌の閲覧ができるので、自分が受けたかった講座の記録誌を探しては、目を通してあります。ゆったりとした椅子とテーブルが置いてあり、とても静かな空間で、気持ち良く読むことができます。プラザの女・男プラザも同様です。これからも、もっと利用していきたいと思っています。



▲情報・資料コーナーの様子

平成18年度パートナーシップさいたま 図書貸出しランキング

1. 『妻の離婚』 2004年 SSコミュニケーションズ 五代純子 編
2. 『日経WOMAN』 月刊 日経ホーム出版社
3. 『離婚相談室』 2005年 池田書店 岡野あつこ 共著
4. 『図解よくわかる!「離婚」の
進め方と手続き』 2005年 ナツメ社 西田美樹・黒澤計男 共著
5. 『熟年離婚』 2006年 英知出版 新生活問題研究会 編

●貸出しについて

- さいたま市内に在住・在勤・在学している方が対象です。
- 図書は3冊まで(2週間)ビデオは2本まで(1週間)
- 蔵書1,127冊、ビデオ・DVD65作品、雑誌、行政資料、学習記録誌(女性カレッジ、男性カレッジ、暮らしの女性学、幼児をもつ母親のための講座)などがあります。
- そのほかにも、新聞や他自治体発行の広報誌なども閲覧できます。
- 女・男プラザには蔵書500冊、ビデオ41作品、雑誌があります。

※ジェンダー：人間には生まれつきの生物学的性別(セックス/sex)がある。一方、社会通念や慣習の中には、社会によって作り上げられた「男性像」、「女性像」があり、このような男性、女性の別を「社会的性別」(ジェンダー/gender)という。

今年度は市民企画講座の企画に携わることに
なりました。テーマ
を考える、企画書
を作成する、など初
めの経験ばかりで
すが、講座開講に
むけて準備を進め
ています。「受講す
る側から開催する
側へ」やっと1歩
ずつ前進できるよ
うになったところ
です。

グループStep1代表
(田代 敏子)



▲一緒に学んでいる仲間です

ただいま活動中 グループStep.1

パートナーシップさいたま
女・男プラザの講座から誕生した
自主学習グループを紹介します

グループStep.1
は「1歩ずつでも前進
できるように」との願
いを込めて、平成18
年4月に発足しました。
メンバーは2005年
さいたま市女性カレ
ジの修了生で、記録誌
の作成をするうち、講
座で学んだ女性学は理
解できているのか、もっ

市民企画講座が 決まりました!

さまざまな分野で活動している団体が多様な能力と経験を活かし、企画・開催する市民企画講座は今年で2年目になります。今年度は選考により次の3講座が選ばれました。開催日時等は市報及びホームページでお知らせします。

市民の方の企画による講座にぜひご参加ください。

●「お母さんの『頑張らない講座』」 ～空の巣症候群など女性のうつ病を知ろう～

平成19年11～12月開催予定(全3回)

企画団体:グループStep.1

専業主婦の子育て後の生き方を考えた時、夫婦間のすれ違いから来るストレスetcの問題が。「空の巣症候群」にならないために子育て中の30代～40代の主婦を対象に一緒に考えていきます。

●「今を知り、これからを考えたいあなたと共に」 ～それぞれの人生をもっと楽しく!～

平成19年10～11月開催予定(全3回)

企画団体:大宮つげの会(男女共同参画推進グループ)



▲平成18年度に行った「めんどり会議ふぁーすとすてっぷ」の講座の様子です

「男らしさ」「女らしさ」の規範にとらわれて自分で自分の生き方を制限していませんか?男女共同参画を身近なことから学び、社会参加や地域でのネットワークづくりに活かしていきましょう。

●「パソコン使って履歴書OK!!」

平成19年11～12月開催予定(全5回)

企画団体:NPOキャリアプラザ埼玉

出産・育児を機に会社を辞めた女性が再就職を決意した時、求職活動の最大の課題は「職務経歴書をどう書くか」ということ、「パソコンをうまく使えない」ということ。パソコンを使った履歴書の上手な作り方を学ぶ講習とキャリア相談を通し、求職活動を効果的に推進できるよう支援を目的とします。

Book Navi

情報・資料コーナーで貸し出している図書のご案内です。

『シングル化する日本』

伊田広行:著 2003年<洋泉社>

最近の日本はシングルが増える一方、離婚率も増加中。その背景を各種データで検証し、将来への提言が記されたのがこの本だ。

結婚とは著者によればメリットとコストを天秤にかけた上で、決断する行為だという。しかしそのメリットやコストも時代と共に変わりつつある。たとえば昔なら「妻に家事をやってもらうこと」が男性にとってのメリットであり、「夫に養ってもらうこと」が女性にとってのメリットだった。しかし今なら家事は外注できるし、女性も自分で収入を得られる。結婚しなくても入手可能なのだ。

著者は「非婚化・少子化は社会システムのきしみ」と述べる。今後は多様な生き方を受け入れ、それに見合った制度や政策が不可欠だ。シングル単位の社会がどのようになるかシミュレーションしており、新たな見方を示唆してくれる一冊である。

(柴原 早苗)

『女の気持ちW(ウエスト)』

毎日新聞大阪本社 学芸部 2005年<求龍堂>

毎日新聞生活家庭面の女性読者の原稿をまとめたもの。仕事や家事の合間にパラパラと気軽に読める。

投稿の文面からは、時代の風景や女性の本音が伝わってくる。めまぐるしく変化する社会の中で一見穏やかに見える生活の中にもさまざまな葛藤があり、また、しんどい生活の中でもちょっとした喜びをみつけたり……。

新聞の投稿欄は、生活の中の声を吸い上げる貴重な場だと感じた。

「女の気持ち」があるなら「男の気持ち」も吸い上げていくようになっていこう。

女性には身近な内容だが、これから地域デビューされる男性にもちょっと参考になる一冊かもしれない。

(井澤 美恵子)

施設のご案内

	パートナーシップ さいたま	ひとひと 女・男プラザ
場所	大宮区桜木町1-10-18 シーノ大宮センター プラザ3階	緑区中尾1440-8 プラザイースト3階 <small>※浦和駅西口よりバス、「緑区役所入口」下車 又は東浦和駅よりバス、「プラザイースト南」下車</small>
開館 時間	平日 9:00~21:00 土・日・祝日 9:00~17:00	9:00~17:00
休館 日	第4日曜日、年末年始	月曜日、年末年始
施設の利用	男女共同参画の推進を目的とする活動に、ご利用ください。 (パートナーシップさいたまの会議室・プレイルームと 女・男プラザの団体活動室は、利用登録が必要です。)	
情報・資料コーナー、交流コーナー	本や雑誌、行政資料、ビデオなどがあります。 閲覧、貸出しができます。ちょっとした話し合いに利用 できる交流コーナーもあります。	
お問い合わせ	048-642-8107	048-875-9966

相談のご案内

● 女性の悩み電話相談

女性の生き方、夫婦、親子の問題、職場や近隣の人間関係などの相談に応じます。

パートナーシップさいたま	☎ 048-643-5813
月~金/10:00~20:00 土・日・祝/10:00~16:00	
ひとひと 女・男プラザ	☎ 048-875-9653
金/10:00~17:00	
浦和区役所 女性の相談室	☎ 048-829-6129
月・火・水・金/10:00~17:00	
中央区役所 女性の相談室	☎ 048-840-6132
月・水/10:00~17:00	
岩槻区役所 女性の相談室	☎ 048-790-0158
月・水/10:00~17:00	

● 法律相談(予約制) 女性の弁護士が相談に応じます。

パートナーシップさいたま	☎ 048-642-8107
第2・第4水曜日/13:00~15:30	
ひとひと 女・男プラザ	☎ 048-875-9966
第1・第3火曜日/13:00~15:30	

● 心の健康相談(予約制)

専門の女性の医師が相談に応じます。

パートナーシップさいたま	☎ 048-642-8107
第3月曜日/13:30~16:30	

◆相談は無料です。◆秘密は厳守します。

編集後記

2007年問題即ち約700万人と言われる団塊世代の方々が大量退職の時期を迎え、その社会に与えるさまざまな影響が懸念されている。日本経済を牽引し、また企業戦士として家庭をある程度犠牲にしてきた時間もあったと思う。定年になり、いきなり生き甲斐とも言える「仕事」を急に取上げられた時、社会に取り残された寂しさを感し、戸惑いを覚える人も少なくないと考えられる。

団塊世代の方々の少しばかりの先輩として、家に閉じこもることなく、精神的に若々しい気持ちを持ち続け、社会と離反することなく、新しい生き甲斐を見つけ、生き生きと社会にとけ込んで生きていってほしいと願わねばならない。

(岡本 精文)

温暖化が進んでいる。水も電気もガスもガソリンもその他何でも必要だからと使い放題。節約をしたり工夫をしたりして生活する習慣がないように思う。

もちろん、工夫をして生活している人もたくさんいるだろう。リサイクル活動もしているだろう。私はわずかに「ゴミの分別や物を買うときには本当に必要かよく考えてから買うようにして」を心がけた。

これからエアコンを使う日が多くなるが窓を開けたりして工夫したいと思う。電気だけでなく水や他の物も大切に使い、子どもにもそんな習慣がつくようお手本を見せていこうと思ってる。

(浅見 靖子)

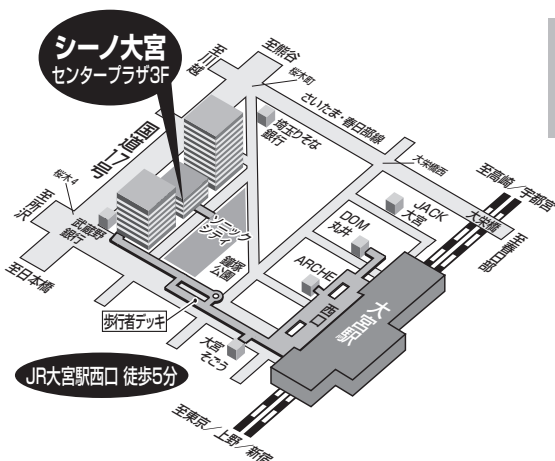
広報誌「鐘の音」のご感想、ご意見をお寄せください。
郵便、FAX、E-mailでパートナーシップさいたままで
お願いします。

《誌名「鐘の音」》

大宮の古い地名「鐘塚」に建てられた「パートナーシップさいたま」から、男女共同参画推進の鐘の音を響かせたい、その願いを込めて名づけました。

パートナーシップさいたま広報誌「鐘の音」vol.12 2007年7月25日発行
＜編集・発行＞

さいたま市男女共同参画推進センター パートナーシップさいたま
編集員/浅見靖子・井澤美恵子・岡本精文・柴原早苗・藪田由美子
〒330-0854さいたま市大宮区桜木町1-10-18シーノ大宮センタープラザ3階
電話 048-642-8107 FAX 048-643-5801
E-mail: danjo-kyodo-sankaku@city.saitama.lg.jp
7・11・3月発行(年3回)



この印刷物は古紙の配合100%の再生紙を使用しています