

ミューNews

男女がともにいきいきと輝き、
住んでいてよかったと思うまち「おおぶ」
住んでみたいと思うまち「おおぶ」の実現をめざそう

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、現在利用制限と貸館ルールを設け開館しています。
現時点では給湯室、図書コーナー、ロビーは利用できません。

(図書の貸し出し、返却、自販機での飲料の購入、学習コーナーは利用できます。)

また、以下の活動は会館を利用できません。

1. 飲食による感染拡大の危険性がある活動
2. 貸館ルールを守ると活動が困難になる活動
3. その他感染拡大の危険性があると石ヶ瀬会館館長が判断した活動、
または市が定める貸館ルールを遵守できない場合

※接触を伴うスポーツ、または準ずる活動、発声を主とする活動または吹奏楽器による音楽活動、
料理については、個別の感染予防対策を講じることを条件に利用できます。また団体が所属する
組織等の感染拡大防止ガイドライン等を遵守して活動してください。

※不特定多数が参加するイベントの開催は、入場制限や感染防止策を
講じることを条件として利用を許可します。

ご利用の皆様にはご迷惑おかけしますがよろしくお願いします。

貸館ルールの詳細につきましては、石ヶ瀬会館ホームページをご覧ください。



←ミューいしがせ
ホームページは
こちらから

ただ今開講中の講座

大府市主催講座

- ・レディースカレッジ
- ・メンズカレッジ
- ・子育てサロン③頑張る私の自分磨き
- ・自分力UP講座②今必要な知識を学ぶ

NPO主催講座

- ・健康体操Ⅱ

・本年度は11月の「DVシンポジウム」は行いません

講座参加時の注意点

- ・来館前に体温測定や健康チェックを行い、本人または同居家族に発熱や風邪の症状がある場合は来館しないでください。
- ・マスクの着用とともに、講師やほかの受講生との間隔を確保してください。
- ・手指消毒と、講座開始前の検温・チェックシートへの記入をお願いします。
- ・講座は換気をしながら行います。寒暖の調整が可能な服装でお越しください。
- ・万が一講座受講者や会館利用者に新型コロナウイルスの感染の疑いがある場合は、必要に応じて、保健所等の公的機関に感染者名簿を提供させていただきます。

他詳細はお気軽にお問い合わせください。



男性の目線から見る男女共同参画

「男女共同参画」という言葉を聞いて、「ああ、女性の問題だね」と思う方は少なくないと思います。もともと 1999 年に男女共同参画社会基本法が施行され、女子差別撤廃条約の批准からのスタートだったためそのような考えが多かったのですが、じつは男性にとっても多くの問題をはらんでいます。ジェンダーギャップ指数 121 位の男女共同参画後進国の日本は、一見男性有利な社会ではありますが、一体どのような問題があるのでしょうか。



男性の生きづらさ

「男らしい」と聞いて、どんなことを思い浮かべますか？力強い、泣かない、弱音を吐かない、最後までやり遂げる・・・「日本男児」や「男たるもの」という言葉にもあるように、一般的に雄々しく力強いイメージがあり、男性は生まれた時点で「男」の烙印を押されてしまいます。勉学では男は理数系が得意、結婚すれば世帯主は夫、男がPTA会長や町内会の会長をやって当たり前という風潮が、本人の意思とは関係なく存在しています。

働くことしか選択肢としてない

女性の活躍推進が叫ばれる中、女性にはいろいろな道が示されるようになってきました。女性が結婚する・しない、子どもを産む・産まないは度々議論される話ですし、子どもが生まれた後の子育て時期についても仕事をする・しないの選択肢があります。

しかし、男性は結婚して定年まで働くのが「普通」。多くの場合、その 1 本の生き方しか男性の人生として示されてきませんでした。例えばフリーターだったり、適齢期を過ぎて結婚をしていない場合、「普通」のイメージとのギャップに本人は苦しめられ、社会からも「普通ではない」と見られてしまう空気があり、この感覚は高度成長期から変わっていません。



昔から変わらぬ恋愛事情

これと同じく昔から変わらないのが、恋愛は男性がリードするものだという社会的通念。2019 年 2 月に行われたプロポーズについての意識調査では、プロポーズをしたいと思っている男性 88%に対し、プロポーズをされたいと思っている女性は98%。結婚への第一歩は男性に頼りたいという女性がほとんどで、男性は大きな決断を求められることになります。

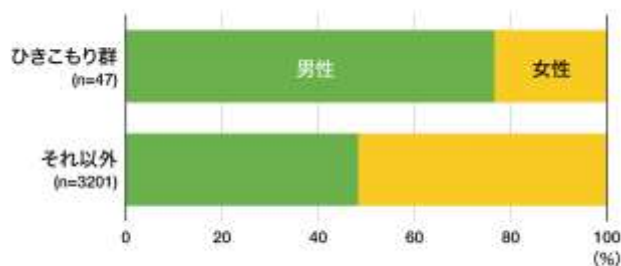
(参照：ジュエリー土屋 プロポーズ意識調査)

引きこもりの実態

内閣府が実施した「生活状況に関する調査」で、国内の引きこもりが推定 100 万人規模に達している可能性が示されました。引きこもりの男女比は、男性が76.6%と圧倒的に多く、引きこもるきっかけ(複数回答)となったのは「退職」が29.1%と最も多く、「人間関係」「病気」「職場になじめなかった」などが続きました。女性に比べて男性の方が、現代社会は適合しにくい仕組みになっているといえるでしょう。

参照：nippon.com(引きこもり 100 万人時代)

男女比率



出所：内閣府「生活状況に関する調査」

調査は 2018 年 12 月に全国の男女 5000 人に調査票を配布、有効回答は 3248 人

nippon.com

男性であるがゆえの職場での問題



年収の男女格差をもたらすもの

ジェンダーギャップにより、日本では女性の賃金は男性の約7割といわれています。つまり、男性が働いた方が家計は潤うため、「残業が多い」ということが問題視されるどころか、歓迎されてしまう状況が生まれている家庭もあります。また、男性より女性が育休を取った方が家計への影響が少ないため、男性の育休取得への一歩を渋らせる一因となっています。

一方で、男性が家事育児へ協力的ではないなどの理由が端を発して、産後クライシス（産後急激に夫婦の仲が冷え切る現象）により離婚へつながったり、定年後の熟年離婚へと発展したりすることもあります。離婚後も女性は低収入での[※]ワンオペ育児（家事）となり、女性や子どもの貧困へつながる負の連鎖の要因にもなっています。

※ワンオペ育児：子育てと家事（+仕事の時もある）の全てを1人でこなさなければならない状況のこと

仕事と自殺との因果関係は？

重労働や長時間労働、過度な心理的負担により結果死に至ることを過労死といい、大半が男性です。また過労死とともに懸念されるのが日本の自殺者の多さです。G7の中でも、若年層で死因の第一位に自殺が来ているのは日本だけです。そしてすべての年代において、女性よりも男性の方が自殺者が多く、全体のおよそ7割が男性となっています。



動機を調べると「家族問題・健康問題・男女問題・学校問題」に男女差はあまり見られないものの、「経済・生活問題」「勤務問題」については男性が女性の7～8倍。現在の職場環境や社会の仕組みが影響していることは間違いありません。

社会で築かれてきた求められるさまざまな男性像と現実とのギャップを埋められずにいるのではないのでしょうか。つまりジェンダーによって、女性と同じく男性もまた、生きづらさを感じている可能性があります。

男女共同参画が男性に与えるメリット

女性の社会進出によるメリット

女性の社会進出が進めば労働力が上がり、男性が担っていた仕事をより多くの人材に分散させることができます。家庭でも一家の大黒柱が2本になれば、もしもの時にも男性ばかりが仕事の重荷を負うということがなくなります。ただ、家事育児の大半を女性が行っているため、女性の社会進出を進めるためには男性の家事育児の参加が不可欠となりますが、家事育児の参加は家庭内の絆を強くするとともに、子どもが幼年期で子育てが大変な時期に良好な夫婦の関係が出来上がると、後の家庭生活に長く良い影響をもたらすと言われてしています。また、家庭に関わる時間を作ることで、仕事以外の活動（地域活動や趣味など）への見通しを現役時代から持つことができ、定年後の社会参加がスムーズになります。

本当に必要なことってなんだろう

男性にとっても、女性にとっても、社会的に作られた性差であるジェンダーによって、自分の意思とは関係なく男らしさ・女らしさに縛られて生きることは苦しいことです。本来持つ「自分らしさ」を表現でき、それぞれの個性を発揮できる、多様な生き方を認め合える社会になるといいですね。



定年後のセカンドライフと男女共同参画

働いている人に必ずやってくる定年後の生活。

仕事中心だった男性が直面する定年後の 10 万時間。ここでポイントになるのが会社時代に求められていた「効率第一」などの会社の常識から、家庭人、地域人としての意識の変化です。

そのきっかけ作りとして、ミューいしがせでは、20 年以上前から定年前後の男性のための「メンズカレッジ」を開催しています。

生活自立からパートナーシップまで



あなたは料理ができますか？洗濯、掃除はどうでしょうか？
もし、家族が入院となったら、自分のこと、お家のこと、家族の看病、大丈夫ですか？
メンズカレッジでは、「生活自立（料理・家事）」「地域活動」「健康」そして、「定年後のパートナーとのコミュニケーション」など、充実したセカンドライフに必要な学習を仲間と楽しく行います。
家事は妻がやるもの！という意識を捨て、お互いが助け合い、尊重し合い、健康で、イキイキと楽しめる時間を過ごしたいですね。

メンズカレッジ
の活動を紹介



セカンドライフ講座



地域の夏まつりへ参加



美味しい珈琲の淹れ方講座

居場所としての「メンズカレッジ」

今年度はコロナウィルスの影響で、8月末までメンズカレッジの開催ができませんでした。受講生からは、行く場所がなくて家でテレビばかり見ている。体がなまってしまう。など、色々な声が届きました。改めてみんなが集い学べる場所があるということは大切ですね。

久しぶりのメンズでは
育脳講座で脳を活性化！



12月5日(土)開催！若い世代とコラボ企画！

おとこの魅力アップ・おそうじ術講座

男性の生活自立を応援！

若い世代のパパたちが学ぶ「パパカアップ講座」とのコラボ企画で年末大掃除に役立つおそうじ術講座を12月5日に開催します。

H29年度に開催した際には、重曹やくエン酸などを使った環境に優しいおそうじ術を学びました。

重曹で湯飲みの茶渋も
スッキリきれいに！



女性に対する暴力をなくそう

毎年11月12日～25日までの2週間は、「女性に対する暴力をなくす運動」週間です。暴力とは本来、その対象の性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。日本での暴力の現状や社会構造の実態を見ると、特に女性に対する暴力について早急に対応する必要があるのが分かります。女性に対する暴力の根底には、女性の人権の軽視があることから、女性の人権の尊重のための意識啓発や教育の充実が必要です。

男たちのフェアメン宣言

暴力を選ばない・男たちのアクション ホワイトリボンキャンペーン

性暴力、DV、様々なハラスメント・・・暴力をなくしていくカギのひとつとして、暴力を振るわない大多数の人、特にこの問題に「無関係だ」と考えがちな男性たちが、主体的に解決に向けて行動していく必要があるのではないか。そうした思いから始まった取り組みのひとつがカナダの「ホワイトリボンキャンペーン（WRC）」です。日本では2012年に神戸で始まり、2016年には「一般社団法人ホワイトリボンキャンペーン・ジャパン（WRCJ）」が設立されました。

暴力に沈黙せず、対等な相手として尊重する「フェアメン」を増やすべく、全国各地へアクションを広げています。ホワイトリボンキャンペーンができた背景や活動をご紹介します。

ホワイトリボンキャンペーンが始まった背景「モントリオール理工科大学虐殺事件」

1989年12月、モントリオール理工科大学にライフル銃とナイフを持った25歳の男が侵入、女性の権利拡張への反対を叫びながら、女子学生ばかり14人を殺害し、自殺を図りました。

事件の一年後に公開された男の手記には、自分の人生がうまくいかなかった原因を女性の権利拡張に求め、その論者である女性たちを逆恨みする内容が書かれていました。

この事件はカナダ国内に大きなショックを与え、女性に対する暴力とその背景にある女性蔑視の深刻さを、世界中に知らしめることになりました。

この事件を重く受け止めたマイケル・カウフマンを含めたカナダの3人の男性は、「自分たち男性には、女性に対する暴力に反対の声を上げる責任がある」との思いから、行動を起こし、カナダ全国で10万人もの男性の賛同を得て、女性への暴力をなくすための議論を始めました。それがきっかけとなり、ホワイトリボンキャンペーンが行われるようになりました。

Be a Fair Man! 「フェアメン」になろう

「フェアメン」とは

身近な人々に対して、常にフェア(対等)な態度で接し、暴力を決して「振るわない」「許さない」ことを誓い、社会にある暴力に「沈黙しない」ポジティブな生き方を次世代に示し、行動する男性のこと。

フェアメン3カ条

1. 耳を傾ける
2. 暴力に訴えない
3. 相手も自分も大事にする



参照：ホワイトリボンキャンペーン・ジャパン HP

活躍人を紹介!

関西大学教授・WRCJ 共同代表

多賀 太さん



ホワイトリボンキャンペーンの活動に参加しようと思ったきっかけは?

WRCを立ち上げたカウフマンさんの印象的な次の言葉がきっかけです。
 「暴力を振るわない男性であるあなたが、暴力を振るう男性の代わりに罪の意識を感じる必要はない。しかし、女性に対する暴力をなくすために、あなたにもできることがあるのに何もしていないとしたら、そのことは問い直してほしい。」暴力を振るわない男性にも、いや、暴力を振るわない男性だからこそできることを、みんなで見つけ合って取り組んでいきたいと思っています。

私たちにできることを考えてみよう

例えば会社でハラスメントを受けている人がいることをあなたが知った時、あなたは何か行動ができるだろうか? 電車で痴漢行為を見つけた時、手助けをすることができるだろうか?

暴力とは、加害者と被害者だけの問題ではなく、周りにいる人が本気で暴力や性犯罪、ハラスメントのない社会にしよう意識し、行動していくことだと思います。前ページでご紹介した「フェアメン宣言」にあるように、一人ひとりが暴力を「見て見ぬふりをしない」を意識し、環境をよくしていく努力が必要です。

この意識の変化が、あらゆる暴力、性犯罪、ハラスメントを減らしていきます。一人ひとりの「私たちにできること」を行動していきましょう。



ミューいしがせ女性の悩みごと相談室 ひとりで悩んでいませんか

女性の悩みごと電話相談

電話番号: **0562-44-9117**

女性が直面する様々な悩みについて、相談員が解決のための一歩を踏み出す応援をしています。ひとりで悩まず気軽にお電話下さい。

専門相談員による女性のための面接相談日

月	月曜日	木曜日
11月	2日 16日	12日 26日
12月	7日 21日	3日 17日
1月	5日(火) 18日	14日 28日
2月	1日 15日	18日 25日

弁護士による女性のための法律相談日

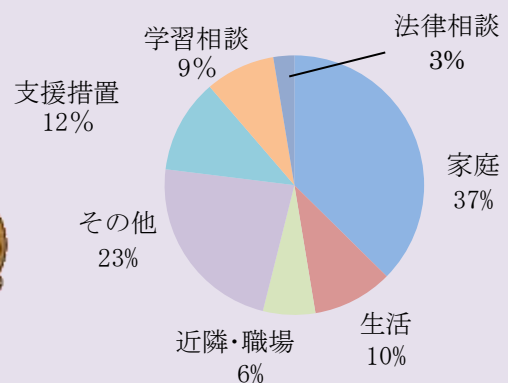
11月11日(水) 1月13日(水)

※面接相談・法律相談は予約制です。

令和元年度のミューいしがせの 相談件数と相談内容

	6月	7月	8月	9月
電話	39	54	41	44
面接	21	19	11	9
その他	0	1	0	0

相談件数 (230件 内 DV87件)



日本の

秋ごはん



毎年大好評のNPOの「男性のための生活自立の講座」。
今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、残念ながらまだ開催のめどがたっていません。
昨年の秋に講座で作った、講師の岡本先生考案のメニューをご紹介します。
秋にぴったりの和食メニューです。ぜひ皆さんも作ってみてくださいね。
食事の面から健康に気を使って、寒い冬に備えましょう！

秋鮭みそ漬けのホイル焼き

【材料(4~6人分)】

- 鮭・・・・・・・・・・4~6切れ
(約1切れ80g)
- 塩・・・・・・・・・・適宜
- A { 味噌・・・・・・・・大さじ3
- オリゴ糖・・・・・・・・大さじ1
- 酒・・・・・・・・・・大さじ1
- カット野菜・・・・1~2袋
- とろけるチーズ・4~6枚
- アルミホイル・・4~6枚
(20cm×30cm)

【作り方】

- ① 鮭に塩をふり 10分おく。軽く洗い水分をキッチンペーパーでふき取る。
- ② ボウルにAを入れてよく混ぜ、①の両面をまんべんなくつける。冷蔵庫に入れ3時間以上置く。
- ③ 一枚のアルミホイルにカット野菜を敷き、②の味噌を取り除き鮭とチーズをのせたらアルミホイルを閉じ、フライパンに並べて、中火で色が変わるまで15分程蒸し焼きをする。

秋野菜の焼き浸し

【材料(4~6人分)】

- A { レンコン・・・・100g (皮をむき5mm幅に切り酢水につける)
- なす・・・・・・・・1本 (120~150g) (1~2cm幅に切る)
- 南瓜・・・・・・・・1/8個 (100g) (1~2cm幅に切る)
- 赤パプリカ・・1/2個 (100g) (ヘタを取りひと口大に切る)
- 黄パプリカ・・1/2個 (100g) (//)
- 緑ピーマン・・中1個 (40g) (//)
- オリーブ油・・大さじ2

岡本 桂子先生
(管理栄養士)

【作り方】

- B { 昆布水・・・・200ml (昆布は細切り)
 - しょうゆ・・・・大さじ2~3
 - 酒・・・・・・・・・・大さじ2
 - オリゴ糖・・・・大さじ2
 - 酢・・・・・・・・・・大さじ2
- ① ボウルにBの調味料を入れておく。
 - ② 鍋に油を入れ熱し、Aを上から順に炒める。
 - ③ 油がまわったら、①を加え、中火にかけ、煮立ったら弱火にして10分程煮る。
 - ④ 最後に酢を加えて、軽く混ぜ、火を止める。
 - ⑤ 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。

秋が旬の食材は、夏の暑さで弱った胃腸を回復し、体を温めてくれる効果があり、ビタミンや食物繊維など嬉しい栄養素もたっぷり含まれています。



＊ふれあい広場 ～みんなが集う、学ぶ、語り合う場 ミューいしがせ～

ミューいしがせの図書コーナーの雑誌が貸し出しできるようになりました！最新号については館内閲覧のみとなりますが、バックナンバーは貸し出しできますので、ぜひご利用ください。また新刊もぞくぞく入庫しています。



扉の中にバックナンバーが入っています。

- 貸出可能な雑誌
- ・きょうの健康
 - ・婦人公論
 - ・オレンジページ
 - ・日経WOMAN
 - ・明日の友
 - ・かぞくのじかん
 - ・シネマジャーナル

＊新着図書紹介



「性暴力被害の実際」

「望まない性交」を経験した当事者にその経験を聞き、同意のない性交が起こるプロセス、同意のない性交が被害当事者の人生に及ぼす影響や回復への道のりなどをまとめ、分析した一冊。

齋藤 梓・大竹 裕子/編集
金剛出版



「主婦をサラリーマンにたとえたら想像以上にヤバくなった件」

子どもを部下に置き換えてみたら…想像をはるかに超えるヤバさだった!!元サラリーマン主夫が家事・育児の大変さをリアルに語る。家事とは生きるために必要な仕事なのだから、家族全員で取り組むべきとのメッセージが突き刺さる。

河内 瞬/著
主婦の友社

「お母さん！ 学校では防犯もSEXも 避妊も教えてくれませんか！」

3～10歳でたのしく性教育！性犯罪の防ぎ方、セックスや命の誕生、子ども達の心の変化から、今すぐできる性教育まで、親子でニュートラルに楽しく性について学べる方法を紹介する。

のじま なみ/著
辰巳出版



会員の皆様へ

本年度は新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、正会員の特典であるシフォンケーキの配布を見合わせておりましたが、11月以降にお届けできる運びとなりました。もうしばらくお待ちください。



NPO法人

ミューぷらん・おおぶ

問合せ先

〒474-0035

大府市江端町4-1 石ヶ瀬会館内

TEL: (0562) 48-0588

FAX: (0562) 44-9144

HPアドレス: <http://www.medias.ne.jp/~myuplan/>

Eメール: misigase@ma.medias.ne.jp

ご意見・ご感想を

ミューぷらん・おおぶまで
お寄せ下さい。

問合せ先のTEL・

FAX・メールでどうぞ！

