

子育てフェスティバル in いみず

令和元年8月18日(日)に、大島社会福祉センターにて2019「子育てフェスティバル in いみず」が開催され、私たち男女共同参画推進委員会も準備から当日の運営・ワークショップ並びにステージ発表に関わらせていただきました。

この事業は、射水市内で「子育て・子育て」を応援している15団体による共同事業で開催されており、今年で5年目となりました。

当委員会は、ワークショップで『ペットボトルで楽器づくり』と『牛乳パックでびよんびよんカエル』の親子工作コーナーを出展し、ステージ発表では、昨年当委員会で作った「男と女のなかよしカルタ～推進委員が選ぶ10選～」と題し、市民の方々から募集した、性差別的な言動や行動を見たり聞いたり経験した内容を詠んだ川柳をカルタにまとめたもの、その中から推進委員が特に身近に感じたものを10点選び、紹介しました。

このカルタは、地域サロンや児童クラブなどの各種団体に貸し出し、年齢を問わず色々な団体や様々な人々に遊んでもらうことで、性別にとらわれず子育てや家事を分担し、男女が手を携えて生きていくことの大切さや魅力に気づいてもらうことを目的としています。そして、それがワーク・ライフ・バランスや性別役割分担意識等、男女共同参画社会の形成につながっていくと思っています。

これからも推進委員会という単体の組織だけでなく、他の団体の方々と交流し、多くの方々に男女共同参画社会実現の輪を広げていくことができれば良いと感じました。(M. Y)



活動日誌

8月3日☺ ● オカリナコンサート

オカリナ演奏に加えて、二胡や三味線の方々も一緒に演奏され、どちらも素敵な音色でした。また、リーダーの軽妙で笑いの絶えないトーク、手拍子、鳴子、踊り、歌をみんなで楽しみ、アンコールにも応えていただき、楽しい時間はアツという間に過ぎました。

参加者の皆さんから「来年も演奏や素敵な歌を聞かせて」の声に、オカリナを演奏したかたかごグループから「ぜひ呼んでください。いつでもすぐに飛んできます。」と力強い言葉が返ってきました。今回の皆さんは、日頃から地域社会・住民に密着したボランティア活動として、施設訪問などで活躍していらっしゃいます。



(M. M)

8月30日☺・31日☺ ● おおしまファミリー元気事業



大島地区では8月30日と31日の両日、おおしまファミリー元気事業の共催として「殿様ランチ」公演を開催しました。

「地域住民相互の親睦を図り、活力ある街づくりにしよう」と今年で3回目の地方公演ということで、劇団員一丸となって、所狭しと言わんばかりに動いていました。

時折出る方言、架空の建造物等のネタを交えての場面では“大爆笑”。和やかな雰囲気の中、幕は下りました。

(S. M)

8月31日☺ ● 笑いヨガ教室

『笑いヨガで楽しみましょう』と題し、沼田淑美氏を講師に、笑いヨガ教室を下村体育館研修室にて開催しました。

初めに、腹筋を使って腹の底から声を出す練習を行っていましたが、思うような発声ができず、難しいと感じました。しかし、大きな声でかけ声をかけたり、歌ったり、歩きながら握手をしたりと体全体を使っていくうちに、素敵な笑顔が見られ発声も上手にできるようになりました。複数の動作を連続的に行うことで脳トレにもなりました。

顔だけでなく体全体を使ったことで、すっきりし元気が出たという声がかきかれました。

講師の“幸福だから笑うのではなく、笑うから幸福になる”という言葉が心に残りました。

(S. S)



..... ● 各地区文化祭「男と女のなかよしカルタベスト10」

9月下旬から11月上旬にかけて、櫛田、二口、浅井、大門のコミュニティセンター文化祭に参加しました。会場では、推進委員が選んだ「男と女のなかよしカルタベスト10」を紹介しました。

10枚の中から、特に会場の皆さんからの反応が大きかった4枚を紹介します。



「イク爺が 育てた孫は イクメンに！」
「食っては昼寝 自分に甘く 夫に厳しく」
「職場でも 女の上司 半分に」
「日曜日 ママにもやろう マイタイム」

推進委員もアドリブを入れて紹介したことで、会場が笑いの渦に。「なかよしカルタベスト10」を聞かれて、ワーク・ライフ・バランスや性別役割分担意識等、男女共同参画社会に少しでも興味、関心を持っていただけたと思います。

(Y. K)

魚のさばき方教室 ●.....

11月17日◎

昨年に続き、今年もこの教室に参加しました。残念ながら、今年も男性、我一人…。昨年は、魚をさばきましたが、今年はお魚やそれを食べる参加者に申し訳なく、裏方に徹することにしました。が、魚を手際よくさばく男性にはあこがれるなあ～！若い女性が、先生や年配のご婦人に教えを乞う姿は、核家族が主流の今の家庭ではお目にかかれない微笑ましい光景でした。そうして、家庭の味（技）が繋がれてきたのでしょうか。料理に参加した後の握りやアラのみそ汁は格別でした。男性の皆さん！この教室に参加しない手はないですよ！ (A. T)



クリスマスケーキ作り ●.....

12月22日◎



12月22日に法土寺公民館にて、男女共同参画推進委員といきいきサロンの合同でクリスマスケーキ作りの会を行いました。

男性、女性、子どもたちと大勢で楽しくケーキ作りをしました。

お孫さんとケーキ作りを楽しむ人、大好きな生クリームをモリモリとのせる男の子、ケーキ屋さん顔負けのデコレーションをする人など、思い思いのケーキが完成しました。

作ったケーキは一人暮らしの高齢者宅へと届けられ、一足早いクリスマスプレゼントとなりました。 (H. M)

おもしろ健口長生きセミナー ●.....

1月14日◎

健口ホットin高岡の歯科衛生士八幡祐子氏を講師に黒河コミュニティセンターで開催しました。“目から鱗”で皆さんを驚かせたのは、舌のクリーニングと口の中のマッサージでした。虫歯菌や歯周病菌と言えば歯磨きと思いがちですが、実は舌にも細菌がいっぱいいて、タンクリーナーを使って清掃することで70～80%退治できるとのこと。さらに舌のよいマッサージとなり、飲み込みゴックンの舌作りになるそうです。

また、人間の口の中には臓器のツボがたくさんあり、歯ぐきや口の粘膜をマッサージすることで脳へ刺激を与え認知症予防にもなるそうです。先生はこの口腔ケアとマッサージで老人ホームの誤嚥性肺炎の入院を0にされたと聞き、皆さん真剣にお口のマッサージをしました。日頃余り触ることのない口ですが、意外に心地よく、これこそ“自分の健口は自分の手で！”です。 (H. C)



あったか家族のひなまつり ●.....

2月16日◎



新湊コミュニティセンターで、「あったか家族のひなまつり」を開催し、13家族29名が参加されました。桜色の生地をホットプレートの上に乗せて、皮の両面を色よく焼き、丸めたあんこを皮と桜の葉で包みました。できたての桜もちを頬張りながら「手作りの桜もちはおいしいね」と会話ははずみました。

次は、「男と女のなかよしカルタ」大会です。子どもも大人もジャンボカルタ取りを楽しみました。最後にお抹茶をいただき、心も体もぽかぽかになり、家族で楽しいひなまつりを過ごしました。 (N. S)

研修会報告

4月23日 研修会・総会

平成31年4月23日午後7時より、射水市男女共同参画推進委員会研修及び総会を開催しました。

研修会は富山県総合政策局少子化対策・県民活躍課女性活躍・働き方改革推進班榊原明美主査を講師にお迎えし、「富山県における女性活躍と働き方改革の取組みについて」と題して講演していただきました。

あらゆる分野における女性の活躍の推進では、男性中心型労働慣行の見直し、そして長時間労働の是正等々、柔軟で多様な働き方改革の推進事業に取り組むことが必要なこと、優れた取組みを行った企業の顕彰・セミナーの開催・働き方改革サポーター養成研修会開催など、情報共有を図る必要があることなど、課題に取り組んでいる状況説明がありました。

総会は、平成30年度事業報告及び収支決算の承認、平成31年度事業計画及び収支予算の承認を得て、全議事が終了しました。

今後も男女共同参画社会推進への理解をより一層深めていきたいものです。

(S. M)



11月21日 研修会 ～男女が生涯にわたって健康で充実した生活を送るために～

「ロコモティブシンドローム」の演題で、高岡整志会病院の理学療法士赤江要氏を講師に招き開催しました。

骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で起こるロコモ。先生は実際の医療現場から、ロコモの要因となる症状一つ一つをわかりやすく説明され、そろそろ危ないなと感じている参加者はわが身のこととして聞き入っていました。

また予防のための家庭でできる簡単なトレーニングも実際に見せてくださり、先生と一緒に行いました。筋力をつけるには、痛くない範囲でまずは3か月間続けることが大事だそうです。寝たきり要介護にならず、“ぴんぴん長生き、ころりと往生”を目指して頑張っていきたいものです。継続は健康なり！

(H. C)



啓発活動



5月 凧まつり



6月 男女共同参画週間



12月 女性に対する暴力をなくす運動

編集後記

令和最初の『いみずのに拓く14号』は、いかがでしたか。各地区の推進委員が行った活動や研修会を通して、男女共同参画についての理解と意識改革につながるようにと願っています。昨年度作成した「男と女のなかよしカルタ」の活用を、今後も各地区で進めていきたいと思ひます。(S. S)