

With

ウィズセンター情報誌

2015
Vol.67

特集

仕事と介護を両立するために



家族の介護が始まった!? その時あなたは仕事をどうする?

少子高齢時代を迎え、「大介護時代」ともいわれる昨今、仕事と介護を両立するには何が必要なのでしょうか。「介護離職」を防ぐために働く人と企業側がやるべきことは？ 家族が経済的にも精神的にも安心して介護するには、どうすればいいのでしょうか。

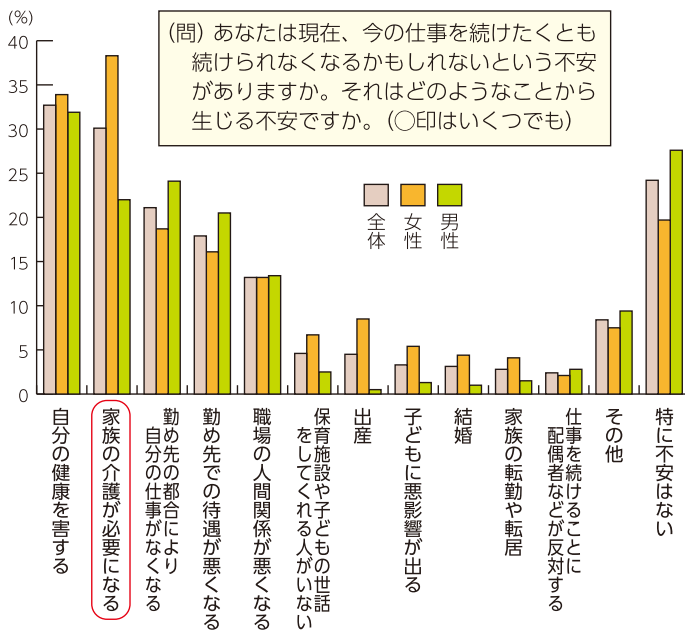
近い将来、家族の介護が必要になる！?

平成26年度に県が実施した「男女共同参画社会に関する県民意識調査」によると、「仕事の継続に対する不安」に関する問いについて、「家族の介護が必要になる(30.1%)」との回答が、「自分の健康を害する(32.7%)」に次いで2番目となっており、男女別にみると、女性で

は38.3%、男性では22%となっています。(図1)

また、男女・年齢別にみると、「家族の介護が必要になる」を最も多く回答したのは、女性は30代から50代で、男性は50代でした。(図2)

(図1) 仕事を続けられなくなる不安



(図2) 男女・年齢別

性別	年齢	回答内容		
		1位	2位	3位
女性	20代	出産 39.5%	職場の人間関係が悪くなる 27.9%	自分の健康を害する 27.9%
	30代	家族の介護が必要になる 28.0%	自分の健康を害する 26.7%	特に不安はない 25.3%
	40代	家族の介護が必要になる 43.0%	自分の健康を害する 35.0%	勤め先の都合により自分の仕事が終わる 26.0%
	50代	家族の介護が必要になる 59.4%	自分の健康を害する 46.5%	勤め先の都合により自分の仕事が終わる 22.8%
	60歳以上	特に不安はない 31.3%	自分の健康を害する 26.6%	家族の介護が必要になる 23.4%
男性	20代	勤め先での待遇が悪くなる 38.7%	職場の人間関係が悪くなる 35.5%	自分の健康を害する 32.3%
	30代	勤め先の都合により自分の仕事が終わる 35.5%	自分の健康を害する 25.8%	特に不安はない 25.8%
	40代	勤め先の都合により自分の仕事が終わる 36.8%	職場の人間関係が悪くなる 27.6%	自分の健康を害する 36.8%
	50代	家族の介護が必要になる 35.2%	自分の健康を害する 29.5%	特に不安はない 27.3%
	60歳以上	自分の健康を害する 34.1%	特に不安はない 31.0%	家族の介護が必要になる 18.3%

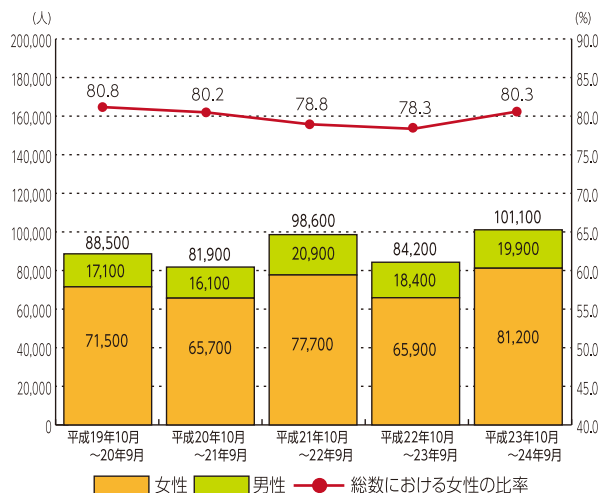
離職・転職する人は女性が多い！

家族の介護や看護を理由とした離職・転職者数は、平成23年10月から24年9月の1年間で101,100人でした。そのうち女性の離職・転職者は、81,200人で、

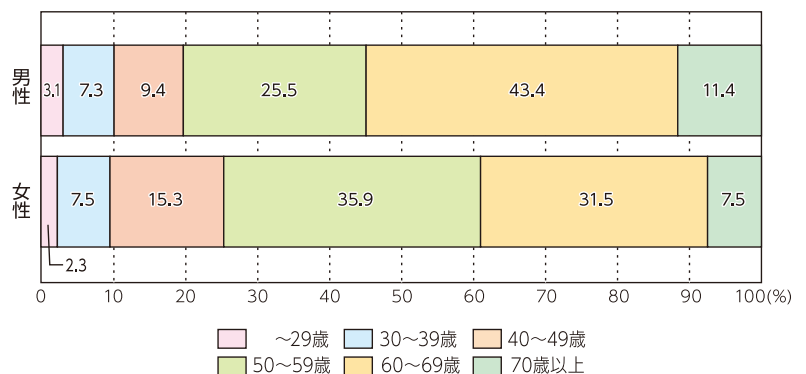
全体の80.3%を占めています。(図3)

また、男女・年齢別にみると、男女ともに50代及び60代の離職・転職が約7割を占めています。(図4)

(図3) 介護・看護を理由に離職・転職した人数



(図4) 介護・看護を理由に離職・転職した人の年齢構成割合 (平成19年10月～24年9月に離職・転職した人)



(注)端数処理のため合計が100%とならない場合がある

男女で学ぶ介護講座 『仕事と介護の両立の道は?』

いのうえ
井上 きよみさん (NPO法人 介護ん 理事長)

認知症のお母様の介護をしながら、株式会社とNPOを設立して活躍中の井上さん。仕事と介護のバランスをどのように取っているのでしょうか。経験を基に語られる言葉にたくさんのヒントがありました。

両立への道～私の経験より～

東京でIT系の会社を経営していた時、父が急逝。母の在宅介護のため岡山へ戻ることを即決しました。高校を卒業してから母とは離れての生活が長かったので、あの時やっておけばよかったという後悔をしないように、親孝行したいとの思いが強かったからです。

認知症の母と暮らしながらも、私が東京出張等で家を空けることがあるため、例えば、薬ポケットの横には日めくりカレンダーを置き、出張時には帰宅日時を書いてあちこちの壁に貼りました。自転車は、置き忘れてもすぐ探せるように名前を書き、写真に撮っておきました。遠隔操作できるWebカメラや、警備会社と契約して人感センサーを設置することで、私自身が安心して外に出られ、ストレスや時間の無駄を減らしました。

介護保険制度を効果的に利用するには

相談機関に行って数時間話しても、何に困っているのかが分からないと具体的な支援ができません。「いつ、どこで、誰が、何を、なぜ、どうして、いくらお金がかかる?」という「5W2H」を明確にしてから相談すると解決が早いです。介護者の置かれている環境などを把握するための『働く介護者アセスメントシート』のようなツールを活用して、「わからないことは何か」を知ることが第一です。

介護保険制度は複雑で難しいですが、基本的な利用の流れを知るととても大切。車いすやベッドなど、安価で借りられるものがあっても、制度を知らなければ自費で買うことにもなりかねません。この制度は利用者側が選べる制度なので、介護施設やヘルパーさん等に

対して、何か困ったことがあれば、事態が悪くなる前にケアマネジャーや地域包括支援センターへ相談して欲しいと思います。



笑顔で生活するために

介護離職は年間10万人を超えているとも言われ、今後ますます増えることが予想されています。仕事との両立の大変さをひた隠し、がまんを積み重ねて、ある日突然辞めてしまう人も少なくありません。でも、仕事はできれば辞めないで欲しいです。収入がゼロになり、社会とのつながりが無くなると、精神的に追い詰められることもあり、要介護者への暴力や虐待につながることもあります。また、仕事に出かけることで気持ちの切り替えができるのもよい点です。まずは、会社の就業規則や労働契約を確認して、早めに相談することで仕事を続ける道を探しましょう。

介護者は、自分や他の家族のことは二の次で、要介護者中心に動いてしまいがちです。その結果、家族関係がうまくいかなくなることも。介護はやってもやってもキリがなく、いつ終わるかがわからないものです。「介護うつ」等に追い込まれないためにも、まずは自分自身の健康や仕事のことを中心に据えて考えてみてください。自分がしかめ面だと相手もしかめ面になるものです。少しでも笑顔になれる生活を心がけてみましょう。仕事も介護もバランスが大事です。

『仕事と介護の両立のための5つのポイント』

1 **職場に「家族等の介護を行っている」ことを伝え、必要に応じて勤務先の「仕事と介護の両立支援制度」を利用する。**

遅刻や休暇は介護を理由としたものだと上司や同僚が分かれば、協力も得られやすくなります。勤務先には育児・介護休業法に基づいた介護休業や介護休暇などが整備されていますので、上手に利用していきましょう。

2 **介護保険サービスを利用し、自分で「介護しすぎない」。**

介護のプロに任せられるものは任せることで、自身が精神的に追い詰められることもなく、これまでどおり働き続けることができるでしょう。

3 **ケアマネジャーに何でも相談する。**

ケアマネジャーは介護者との会話を通じて、介護者の悩みや不安を発見することも仕事の一つです。会話の内容自体は介護とは関係なくても、解決策を介護サービスに見出せることもあるのです。

4 **日ごろから「家族と良好な関係」を築く。**

介護はいつ始まるか分かりません。このため、介護に直面した場合にどうするかを、自身や配偶者の父母が元気なうちから話し合っておくことが重要です。

5 **介護を深刻に捉えずに、「自分の時間を確保」する。**

介護者はまず、自身の健康を第一に考える必要があります。介護はいつ始まるかだけでなく、いつ終わるかも分かりません。時には息抜きのために、介護保険サービスを利用したり、家族に任せる選択肢もあります。

(出典) 厚生労働省「平成25年度仕事と介護の両立モデル 介護離職を防ぐために」

男女で学ぶ介護講座「家庭で役立つやさしい介護～介護技術入門～」

講師：江里 美代子さん他2名

(日本赤十字社岡山県支部健康生活支援講習指導員)

介護のコツや災害時に役立つ技術を学びました。リラクゼーションのワークショップでは、参加されたみなさんが自然と歌を口ずさむなど、会場に笑顔の輪が広がりました。



一番大切なことはエンジェルスマイル



衣服着脱の介助も車いすの介助も、まず天使の笑顔で斜め前から声をかけましょう。

○衣服着脱の介助

衣服は好みのものを選んでいただき、出来るところは自分でやってもらいます。原則は「脱着健患」(患側(マヒや痛みなどのある側)から着て、健側(動く側)から脱ぐ)です。

○車いすの介助

車いすは、まず安全点検から



始めます。ブレーキをかけ、開いたり折りたたんだりしてみましょう。「速度はいいですか?」「乗り心地はどうですか?」と聞いてみてください。段差がある時は、座っている方にも頭を動かしてもらおうなど協力してもらおうと、安心してキャスターや大車輪を上げることができます。

災害時の避難所生活にも役立つ技術

○ガウンを作ろう

毛布でガウンが作れます。「くろみしますよ」と声掛けをしながら毛布を巻き、腰をひも(ストッキングを利用)で止め、上半分を肩にかけると、保温できます。



「強くありませんか?」などと声掛けをしましょう。触られるのがストレスになる人もいますので、無理強いはいしないことが大切です。

※熱湯を使用するので、やけどしないよう注意が必要です。



○ホットタオルとリラクゼーション

レジ袋にタオルを入れ熱湯をかけます。さらに乾いたタオルで包んで、首から肩にあてます。次に、リラクゼーションを行います。肩から腕、背中をやさしく手のひらでなでてあげましょう。

介護の「かきつけこ」とは・・・

か 観察 き 記録 く 工夫 け 計画 こ 行動
「やいゆえよ」で支えあいましょう
やさしく いたわって ゆとりをもって え 笑顔で よ 寄り添って...

育児・介護休業法で定められた「労働者の仕事と介護の両立」のための制度

家族の介護を行う労働者の「仕事と介護の両立」を支援する法律として「育児・介護休業法」があります。

この法律では、労働者が介護休業などを取得する権利を定めるとともに、事業主に短時間勤務制度などの措置を講じるよう義務付けています。介護を行いながら仕事を続けるためには、こうした制度を上手に利用していくことが重要です。

(注意)ここに挙げた制度概要は法定の内容であり、企業によってはこれを上回る内容の制度を整備している場合もあります。自社の制度を確認しておきましょう。

制度	概要
介護休業	労働者は、要介護状態の対象家族1人につき、要介護状態に至るごとに1回、通算して93日まで介護のために仕事を休むことができます。
短時間勤務制度等の措置	事業主は、①短時間勤務制度、②フレックスタイム制度、③時差出勤制度、④介護サービスの費用の助成のいずれかの措置を講じなければなりません。
介護休暇	対象家族が1人であれば年に5日まで、2人以上であれば年に10日まで、要介護状態にある対象家族の介護その他の世話のために仕事を休むことができます。
法定時間外労働の制限	1ヶ月に24時間、1年に150時間を超える時間外労働が免除されます。
深夜業の制限	深夜業(午後10時から午前5時までの労働)が免除されます。
転勤に対する配慮	事業主は、就業場所の変更を伴う配置の変更を行おうとする場合、その就業場所の変更によって介護が困難になる労働者がいる時は、その労働者の介護の状況に配慮しなければなりません。
不利益取扱いの禁止	事業主は、介護休業などの申出や取得を理由として解雇などの不利益取扱いをしてはなりません。

※制度を利用できる労働者：勤務先の業種や規模に関わらず、原則として要介護状態の「対象家族」を介護する労働者が対象となります。また、就業規則に制度がなくても、介護休業、介護休暇、法定時間外労働・深夜業の制限の制度は、申出により利用することができます。(ただし、勤務先の労使協定の定めによっては、勤続年数が1年未満の方(介護休業の場合)など、取得できない場合があります。)対象者などの詳細は厚生労働省のホームページを確認してください。

※要介護状態：負傷、疾病又は身体上若しくは精神上の障害により、2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態をいいます。介護保険制度の要介護・要支援認定を受けていない場合でも取得できます。

(出典)厚生労働省「平成25年度仕事と介護の両立モデル 介護離職を防ぐために」

インタビュー

妻井さんにお聞きしました!!

親の介護に直面した時は、誰しも戸惑いと先の見えない不安を感じることもあるかもしれません。

「公益社団法人認知症の人と家族の会岡山県支部」顧問の妻井令三さんにご自身の体験をふまえながら、介護に対する心構えなどについてお話を伺いました。

つまい れいぞう



Q: お母様の介護をされたと伺いましたが…。

A: 私の転勤を機に、田舎の母親の言動がおかしくなってきました。当時、私たちは認知症のことは何一つ知らず、かかってくる電話の内容や、食習慣の変化に戸惑いました。ある時の検査入院で、重度の認知症であることを知らされ、驚きと同時に妻と二人三脚での介護生活が始まったのです。夜中に何度となく起こされてのトイレ誘導、最初は母親の汚れものの始末には大変なショックを伴いました。失敗や異様な行動を叱りつける毎日で、まさに修羅場の状態が続きました。とはいうものの、振り返ってみると妻に介護を押し付けて亭主の私は仕事を理由に逃げ腰だった時期もあったと気付くのです。

介護保険利用の要介護者の6割以上が認知症の方だと言われています。問題は、認知症の初期は介護度が低く出がちですが、四六時中目が離せないなど、実は一番手が掛るのです。介護保険の要介護度は実情にマッチしきれておらず、デイサービスだけでは解決できません。

Q: 「認知症の人と家族の会」を結成したきっかけは?

A: 我慢に我慢を重ねた3年半の在宅介護ののち、老健施設へ仮入所させました。1ヶ月ほど経って、母を訪ねると「ここは良い。仕事をさせてくれる」とイキイキした顔で言うんですね。優れた介護職員の勧めで、母は利用者にお茶を入れたり、おしぼりを配ったりしていました。その様子を見て、認知症になると何も分からなくなってしまうのではない。ちゃんと主観性が残っていて、生き甲斐は大事なのだと気付きました。私は仕事を通して世間の大概のことは知っているつもりでしたが、人にとって大事な半分の「生活」については何も知らなかったのです。また、介護家族同士が話し合う「仲間」が大切だと気付かされたのです。

20年程前は、限られた施設にしか「家族会」がありませんでした。母のいる施設で「家族会」を作り、その後、各施設の家族会が集まって「呆け老人を抱える家族の会」岡山県支部（現・認知症の人と家族の会）を結成し、定年を機に私が事務局長を引き受けました。

Q: 介護離職を防ぐためには何が必要でしょうか?

A: 現在、運営しているコールセンターにも親の介護の必要性から離職したという電話も増えています。いずれにしても、相談できる場所、悩みを聞いてもらえるところが必要です。介護の社会化は一步前進しましたが、その利用制限など逆風が吹いている点は見逃せません。

親一人子一人の例ですが、母親が施設入所を拒み、在宅介護をしていた娘はやむなく離職。収入が無くなり、介護疲れと生活不安に追い込まれました。こういった家族は孤立しがちで、何らかの支援が必要です。現在の介護保険は当事者支援の制度で、要介護者を抱えた家族を救うことはできません。私は『介護家族支援法』の策定が是非必要だと主張しています。

これから介護をする人たちへメッセージをお願いします。

超高齢社会となった現在、「介護」は避けて通れない時代です。働き方も変えなければならないし、企業もその人に合わせて仕事と介護を両立できるように支援する必要があります。やむを得ず「離職」をしてしまった人にも新しい人生を生きてほしいと思います。仕事にも向き合い、介護にも充足感をもつ人は強い。介護者が元気で、明るく毎日を過ごそうとする姿勢が大事です。そして、介護も相談できる「仲間」という資源を大切にしてください。

ウィズライブラリーの中から仕事と介護を両立するための参考図書を紹介します

『仕事と介護
両立ハンドブック
改訂増補版
～コア社員の
退職を防ぐ～』

・新田香織【著】
・(公財)日本生産性本部
生産性労働情報センター
(2015年)

『これから始める
仕事と介護の
両立支援』

・労務行政研究所【編】
・労務行政
(2015年)

『介護離職から
社員を守る
ワーク・ライフ・
バランスの新課題』

・佐藤博樹/矢島洋子【著】
・労働調査会
(2014年)



二人の子どもを育てながら、ずっとフルタイムで仕事をしてきた上田さん。仕事と家庭のバランスを取って幸せを感じながら、豊かに暮らすためにはどうすればいいのでしょうか。ご自身の経験をもとにしたお話しで、たくさんの元気をいただきました。

講演

『仕事も家庭も！あなたの暮らしを豊かにする ワーク・ライフ・バランス』

講師

うえだ りえこ
上田 理恵子さん (株式会社マザーネット 代表取締役社長)



マザーネットとは

マザーネットのサービスは2001年に始めましたが、現在、『ケアリスト』と呼ぶ育児・家事のプロスタッフは約900名。主力のスタッフは50～60歳代です。日本全国、エリアを限定せずサービスの提供をしています。困っている人が一人でもいれば、現地でスタッフを募集し、サービスを開始しています。国は女性の活躍を推進していますが、育休や時短の社員が増えると会社が回らなくなり、ワーキングマザーでも残業が必要なことが増えてきました。初産の年齢が上がったこともあり、子育てと介護の両方を担っている人も少なくないのが現状で、家事や育児の一部を第三者に頼むというケースが、ここ2～3年で増えています。

仕事を続けるための環境づくり

ワーキングマザーが困っていることのトップは、子どもが急に病気になった時にどう対応するかです。育児期は思った以上に長いものですが、子どもの病気で会社を休む回数は、0歳～1歳児に比べて2歳児は半減。データを見ると、今の大変さがずっと続くわけではないことが分かります。上司とも話し合い、長い目で見たキャリアプランを考えましょう。「やってみないか？」と言われた時、すぐに「ノー」と言わず、チャレンジできる自分であられるように、準備をしておくことが大切です。

制度ができると権利ばかりを主張する人が多いですが、プロ意識を忘れずに任された仕事はやりきる姿勢を持ってください。何がどこにあるかと、進捗状況などを「見える化」しておくと、限られた時間の中で効率的に仕事ができますし、いざという時には手伝ってもらいやすくなります。日頃

からみんなが忙しくてできないことを進んでするなど、役に立つように努めること。そして、「ありがとう」という気持ちを持って、職場の人と良い関係を築いておくことが、仕事と家庭の両立の秘訣です。

家庭でできる工夫と子どもとの関係

電化製品やインターネット通販、育児・家事代行サービスなどを活用して、育児や家事の効率化が図れる時代です。便利なものをどんどん活用してください。仕事と家事などの両立ができなくて離職してしまう人も多いですが、何でも完璧にしようとしなくていいことです。タイムスケジュールを書き出して時間を作り出す工夫をすると、幸せを感じやすくなります。

子どもとの信頼関係を築くことも大切です。自分が働く意味を本音で伝えて欲しいと思います。そして、子どもが不安定になりやすい時期は、仕事に気持ちを向け過ぎず、常にSOSをキャッチしてやれるよう、心にスペースを残しておきましょう。

働く理由と優先順位を考える

仕事と家庭の両立のキーワードは「心の安定」と「時間の使い方」です。なぜ仕事をするのでしょうか。「自分にとっては?」「社会にとっては?」と、働く理由を考えてみましょう。この二つの理由があると、壁に当たった時に乗り越えて行けます。また、収入、勤務時間、仕事のやりがい、子どもとの時間、自分の時間などの優先順位はライフステージによって変わりますが、その時々で自分にとってのベストバランスを見つけていきましょう。

人が集まる講座をたくさん生み出してきた坂田さん。集客のための企画とチラシ作りのポイントを、ワークショップを交え、具体的な例を挙げながらわかりやすくお話しいただきました。

講演 ワークショップ
『企画のツボ! 行列のできる講座と
人が集まるチラシの作り方』

講師 さかた しずか
坂田 静香さん (NPO法人男女共同参画おおた 理事長)



集客できない原因

講座に人が集まらない時の言い訳トップ3は、①「いいことをやっているから、いつかは報われる!」などという開き直り、②「市民の意識が低いからだ」など他人のせいにする、③「天気」のせい、です。しかし本当の原因は、「企画力」と「広報・PR力」の不足。いくら言い訳をしても参加者は増えません。結果がすべて。定員割れは経費の無駄遣い。手に取ってもらえないチラシは資源の無駄遣いです。

私は、自身が集客に失敗した講座を分析し、少しずつ改善を積み重ねてきました。また、他の地域で成功した事例を真似し、自分の地域に合わせてアレンジをしてきました。そして、人集めには法則性があることを知ったのです。

企画で大切なこと

まずは、対象者を徹底的に絞り、興味や課題に合わせた企画を考えることです。対象者が絞れると開催の曜日や時間帯が設定できます。

雑誌の企画内容やキャッチコピーをリサーチしたり、ベストセラーを読んだり、一般的なニーズを把握することで企画力を磨く努力をすることも大切です。

タイトル選びは集客の大事な要素

タイトル選びには時間をかけ、こだわってください。社会背景をタイトルにしたり、「エンパワーメント」など一般には馴染みのない言葉で呼びかけても人は集まりません。「自分にとって必要な情報が得られる」

と思うから、貴重な時間を削って参加するのです。その講座を受講すると何が得られるのか、受講後の姿が思い描けるようなゴールが見えるタイトルを付けましょう。

流行している言葉の一部を使うのも良いでしょう。子どもや親子向けには楽しそうなタイトルを付けるなど、参加しやすい工夫をしています。

次の講座の集客につなげる工夫と熱意

人気のある講座は抽選にしています。次の講座の案内がダイレクトにできるチャンスととらえて、抽選に外れた人にこそ丁寧に対応します。当選者への通知には、「〇〇人の応募の中から選ばれました」と、必ず人数を書き、連続講座であれば、「すべての回に参加できない方はご辞退ください」と書いておけば、キャンセルの連絡をいただけたりするので、空席を作らずに済みます。

また、満員になった講座のチラシに「満員御礼」などと貼っておくなど、次への関心を持ってもらえるような仕掛けをしています。

アンケートや、受講動機も活用しましょう。例えば、「保育付きだから」など、何が魅力的だったのかがわかれば、次の講座を企画する時のヒントになります。

何よりも一番重要なのは担当者の熱意と努力です。一度成功するともっといいものを作ろうと癖になるもの。ぜひ、熱意を持って、人が集まる講座を企画してください。

チラシ作りのポイント ~どこに書く? 何を書く?~

- *メインタイトル、日程、場所など、参加者が知りたい情報を大きく。
- *A4の横書きは左上に、縦書きは右上に重要な要素を。
- *「参加費無料」は宣伝の大きなセールスポイントです。
- *若者や外国人向けにはイラストなどをたくさん使い、読ませるチラシよりは、見せる工夫を。
- *「評判の講師をお呼びしました」というような、企画の良さを伝えることばを入れる。

- *映画のようなタイトルが決まっているチラシには、有名な俳優や監督の名前、受賞歴を入れる。
- *パパ向けの講座チラシのデザインは、ママの賛同が得られるデザインに。
- *連続講座で「全ての講座に参加していただける方」という言葉は敬遠されがち。定員オーバーする自信がある時にだけ使きましょう。



「生き方死に方を考える社会フォーラム」の活動を通して、高齢者の終末期医療や“死に方”についての議論を進めている山中浩司さんに、21世紀におけるこれからの男性の生き方について、多くのデータを元にわかりやすく、また興味深いお話をいただきました。

講演

『男のいきづらさ ～ポスト工業社会で男性は生き残れるか～』

やまなか ひろし

講師

山中 浩司さん (大阪大学大学院人間科学研究科 教授)



男性は生物学的にリスクが多い!?

ドイツの雑誌で『男』という名前の病気』という特集記事が組まれるなど、欧米では「男」であることそのものが「病気」であるかのように言われることさえあります。生物学的に見ると、男性を決定するY染色体は非常に小さく、遺伝子の数も少ないのです。不安定な染色体であるうえ、男性はともすれば自分の命を危険にさらすような行動をしがちです。現在は男性の死亡率は女性に比べて1割くらい多く、特に20代後半から30代前半にかけては自殺、事故などの理由でより高くなっています。

工業化がもたらした社会変化と ポスト工業社会

工業化により農村から都市部へ大量の出稼ぎ労働者が移住し、人口が都市に集中しました。農村では男女ともに働いていましたが、都市化により男性は労働者、女性は主婦という役割分担が生まれました。合わせて、夫婦と子どもだけの核家族化が進みました。

高所得の熟練労働者を中心とした工業社会が過去のものとなり、労働者が減少してくると、経営者と交渉する力も失われ、労働組合が衰退します。そして、ポスト(脱)工業社会では所得の高低を教育が大きく左右するようになります。つまり、教育歴の少ない人にはチャンスが減り、大学を出るといことが経済的に有利となるのです。

今、なぜ「男性」が問題なのか?

アメリカの有名なハイスクールで「どんな勉強を

しているのか?」の問いに積極的に答えてくるのは女子学生ばかり。男子学生はどこにいるのかといえば、校舎の隅でタバコを吸ったりしています。男性が社会の中心だと思っていたけれど、もはや学校ではそうではなく、男性は完全にドロップアウトしているのです。イギリスでは「ボーイズパニック」と言われるくらい大問題になっています。

OECD加盟国における高等教育の進学率は日本、韓国、トルコ以外では圧倒的に女性が多いのです。教育到達度の影響が大きい職業、例えば医師や弁護士などへの女性の進出も著しく、大学卒業生に占める女性の割合は生命科学、社会科学、経営、法学で多数となっています。

男女共同参画が進めば生産性は上がる!

欧米と比較して、日本(韓国、トルコも)では女性管理職の割合は少なく、ロールモデルがいたとしても未婚であったり、家庭との両立が困難で、「あのようになりたくない」と言うのが本音のようです。男性の長時間労働やM字カーブも依然として解消されず、多くの女性がパートタイムとして復職し、フルタイムで元の職場に就く人は稀です。

女性が働きやすい会社は1時間当たりの生産性が高いというデータもあります。女性に限らず障害者などの社会的弱者が働きやすい会社は、男性にとっても働きやすいのです。少子高齢化により人口構造も大きく変化している今、誰もが生きやすい道を探るべきです。

ウィズ・ パートナーシップ 推進事業

男性や若い世代を対象とした男女共同参画の 啓発を進めています！

県では、男性や若い世代の男女共同参画についての理解を促すための事業（ウィズ・パートナーシップ推進事業）を募集し、提案団体に委託しています。今回は平成26年度に実施された事業を紹介します。

地域デビューで、充実のセカンドライフを!!

にいみフォーラム(新見市)

『地域デビューしてみませんか？ 第二の人生 ～自然の恵みを生かす私たちのボランティア～』というテーマで、男性の地域デビュー講座を開催しました。

午前には、野山を散策しながら、講師の話を聞いたり、山野草を採取したりしました。採取した山野草は、非常食・保存食にできるものも多く、この日は、にいみフォーラム会員が調理し、参加者の昼食の一品になりました。参加者は山の恵みを再発見し、素材を生かした山菜料理を味わいました。

午後からの地域活動活性化交流会は、地域活動を行うためのネットワークづくりのきっかけとなりました。参加者からは「男性同士の新しい出会いにエネルギーをもらった。地域で情報発信の役割も担いたい。」という意欲的なご意見もいただきました。



文化の多様性を通じて理解を深めよう

ブーさん文庫(岡山市)

親と子、都市と農村、日本と他国など、それぞれが多様な文化を育んでいます。それが十分に伝わらない時、ストレスとなり、人間関係に悩んでしまいます。講演会では若い子育て世代を対象に、鳴門教育大学の佐々木宏子名誉教授に「絵本を通して子どもの個性を見つめる」と題し、子どもの個性を引き出し発達を後押しする絵本の紹介や、親子それぞれの個性の違いが独自の子育てパターンを作り出すというお話をして頂きました。また、文化や暮らし方による価値観の違いに気づかされる絵本の紹介もありました。参加者からは「程よい距離感が子育てのコツなんですね」との感想。

ブーさん文庫は、定期的に出かける幼稚園・保育所・学校などで、子どもたちが文化や価値観の多様性に触れることができる絵本等の紹介をしています。



広げよう 男女ともに 子育て支援の輪

笠岡女性セミナー(笠岡市)

「今ですよ。子育て支援の大切さ」をテーマに、長年幼児教育に携わっていた丸山和子さん(NPO法人人エブリィハート理事長)を講師・コーディネーターにお招きし、講演会とシンポジウムを開催しました。

丸山さんからは、子どもは周りの環境に左右されること、子どもの節目ごとの子育て術などについてお話いただき、シンポジウムでは、子育て中の男性、学童保育の主任、笠岡市子育て支援課の保健師、当セミナー会員代表の4名のパネリストの方々により、家族、地域での子どもとの関わり方などについて活発な意見交換が行われました。

参加された子育て世代にとっては、親としての自覚と自信を深めていくよい機会となったのではないでしょう。



自分らしく活躍できる社会に向けて

NPO法人さんかくナビ(岡山市)

若者を対象に、県内の各分野で活躍する女性3人、(株)バイオバンク社長 大平真澄さん、トマト銀行県庁支店長 万殿純子さん(現在は人事部調査役「ダイバーシティ推進チームリーダー」)、ゆのこう美春閣・鷺羽山下電ホテル女将 永山泉水さんから、仕事や生活の経験、男女共同参画を推進するメリット、若い世代へのメッセージを話していただき、その後は講師を囲んでの座談会をするトークセッションを開催しました。

普段は話す機会のない、仕事も職種も異なる先輩女性との意見交換は、これから社会人となる若者にとって活動のヒントやつながりの場となったようです。

参加者からは、仕事や生き方のリアルに触れることのできた刺激的で貴重な時間だったと感想が寄せられました。



ひとりで悩まないで… ～声を上げることが解決の第一歩～

ウィズセンターでは、女性相談員による生き方・家族や夫婦などの悩みの相談、男性相談員による男性のための電話相談、弁護士や医師による相談(予約制)を実施しています。平成26年度には、2790件の相談が寄せられました。主な相談の内容では「こころ」に関する相談、「夫婦関係」の相談、「暮らし」についての相談が多くなっています。また、DVの相談は458件で全体の16.4%でした。

平成27年3月に公表された国の「男女間における暴力に関する調査結果」によると、配偶者からの暴力被害の相談先として女性の44.9%、男性の75.4%が誰にも相談しなかったとしています。また、相談しなかった理由として、男女とも、最も多かったのは、「相談するほどではないと思ったから」という回答でした。

「相談しても理解してもらえない」「自分さえ我慢をすればよい」「自分にも悪いところがあるのでは」といった気持ちがあるのかもしれませんが、DV被害は被害者本人が声を上げることが解決の第一歩となります。私たち相談員は、あなたの悩みに真摯に向き合います。どうか悩みを一人で背負い込まずに相談してみてください。相談することで今の状態を客観的に見るができるようになり、解決の糸口を見つけることができるかもしれません。

私たちは、あなたがもともと持っている力を回復し、それを十分に発揮できるようお手伝いをしたいと思っています。



■相談時間 火～土曜日(祝日を除く) 9:30～17:00
(受付は16:30まで)

■相談専用電話 ☎086-235-3310

ウィズライブラリー

～新着図書より～



『セクシュアリティをことばにする』

- ・上野千鶴子 対談集
- ・青土社
- ・(2015年)

女性はセクシュアリティから解放されるのか? 8人との対談のことばから「希望」と「絶望」を垣間見ることができます。



『結果を出せる人になる! 「すぐやる脳」の作り方』

- ・茂木健一郎
- ・Gakken
- ・(2015年)

ちょっとした意識や習慣を変えるだけで、神経回路が強化される「すぐやる脳」。あなたの人生がガラリと好転します。



『結婚してはみたものの。』

- ・冬川智子
- ・幻冬舎
- ・(2015年)

結婚は新たな人生のスタートですか?新妻が必ず通るお悩みを自分らしく生きることによって解決してみませんか?あなたも願く場面があるはずですよ。

映画のつどい

10月～12月の上映予定

◇10月22日(木)
「折り梅」



◇11月19日(木)

岡山県男女共同参画推進月間特別企画
映画「日本国憲法」

◇12月10日(木)
「郡上一揆」

「映画のつどい」はお申込みなしでご参加いただけます。当日の開始時刻(いずれも13時30分から)までにウィズセンター会議室へお越し下さい。

ご参加をお待ちしています。

※やむを得ず上映作品が変更になることがありますので、ご了承ください。



今号の表紙

デザイン:小椋夏希さん(専門学校岡山情報ビジネス学院 CGデザイン学科1年)

(作品のコンセプト)

様々な秋の味覚をおいしそうに表現しました。見る人が、楽しい秋の訪れを感じてもらえるように描きました。

お知らせ

男性だって弱音をはいていいんです。 (男性相談員による男性のための電話相談)

男性であるがゆえに、誰にも打ち明けられず、職場のこと、夫婦のこと、子育てや生き方など、ひとりで抱え込んでいませんか。

男性だって弱音をはいていいんです。他人に聞いてもらえるだけで気持ちが楽になることもあります。

男性の相談員(臨床心理士)が電話で相談をお受けします。ひとりで悩まず、お気軽に…



■男性相談実施日及び時間

原則として、毎月第2金曜日
午後5時から午後8時まで
※相談日は、都合により変更することがあります。
※相談は、電話によるもののみで、面接相談は
おこないません。

■男性相談専用電話

い つも なみせ ぞ
☎(086)221-1270

キャリアアップ講座

今年度最後のチャンス!!

もう一度働きたい「あなた」 まず一步踏み出してみませんか

〈対象〉再就職を希望する女性

Aコース(22日間)(10:00~16:00)

エクセル検定3級合格を目指したパソコン講座と、就業に関する知識等を習得する講座。(受講料無料、但し、教材費、検定受験料は実費負担。合計約1万円)

実施期間	開催地	受付期間
平成28年 1月19日(火) ~2月25日(木)	倉敷市男女共同参画推進センター 「ウィズアップくらしき」 (倉敷市阿知1-7-1-603天満屋倉敷店6階)	平成27年 12月2日(火) ~12月16日(水)

Bコース(8日間)(10:10~16:00)

パソコンの基本操作等を学ぶ入門講座と、就業に関する知識等を習得する講座。(受講料無料、但し、教材費は実費負担。約千円)

実施期間	開催地	受付期間
平成27年 12月2日(火) ~12月12日(土)	津山男女共同参画センター 「さん・さん」 (津山市新魚町17アルネ・津山5階)	平成27年 10月30日(金) ~11月13日(金)

〈お問合せ〉ウィズセンター TEL (086) 235-3307

DVでお悩みの方、夜も相談できます。 DV夜間電話相談(女性相談所)

岡山県女性相談所ではウィズセンターと同じく配偶者暴力相談支援センターとして皆様からのDV相談をお受けしています。

平成27年6月1日から「DV夜間電話相談」をスタートし、DVでお悩みの方のために、相談時間を拡充しました。

DV被害を受けたときや、これってDVかなと思ったら、ひとりで悩まず、ぜひご相談ください。

DV夜間電話相談

電話 086-235-6101
相談時間 16:30~20:00
(土、日・祝日、年末年始を除きます。)

また、岡山県女性相談所は、女性からの様々な相談にも応じています。相談者の気持ちを大切にしながら一緒に解決の道をさがります。

相談専用電話

■電話 086-235-6060
■相談時間 9:00~16:30
(土、日・祝日、年末年始を除きます。)

来所相談

面接での相談を希望される場合は、まずは電話で予約してください。
■相談受付時間 9:00~16:30
(土、日・祝日、年末年始を除きます。)

岡山県女性創業サポートセンター ご活用ください!

女性の創業を促進し、女性の活力を地域経済の新たな成長の原動力とすることを目的として、専門の相談員が創業を目指す女性と女性起業家を総合的に支援する「岡山県女性創業サポートセンター」をウィズセンター内に開設しました。ぜひご活用ください。



- 相談窓口 相談日:火曜日と土曜日
(ただし第3週目は火曜日と金曜日)
相談時間:9:30~18:00
(12:00~13:00除く)*受付時間は17:00まで
- 創業塾 中・上級Step Upコース:11/24~全5回、
火曜日 定員15名程度
- 女性創業セミナー&交流会
女性の創業への気運醸成に向けた講演などのセミナー、先輩女性起業家やビジネスリーダーと情報・意見交換を行う交流会を開催します。

お問合せ TEL (086) 233-0051 (相談日のみ)
Mail jsogyo@optic.or.jp
http://www.optic.or.jp

11月は岡山県男女共同参画推進月間です!!

県では、11月を「男女共同参画推進月間」と定め、広く県民の皆様にも男女共同参画に対する関心を持っていただくため、様々な催しを開催します。皆様のご参加をお待ちしています。

男女共同参画推進月間 特別企画 講演会

女性のエンパワーメントを語ろう

～第4回世界女性会議(北京会議)+20、
女性差別撤廃条約批准+30～

講師: ^{やました やすこ}山下泰子さん (文京学院大学名誉教授、法学博士)
開催日: 11月20日(金)
講演会 13:30～15:00 (主催:ウィズセンター)
意見交換会 15:15～16:30 (主催:世界女性会議岡山連絡会)
会場: きらめきプラザ 4階401会議室
募集人員: 50人(要予約)



地域で支える おひとりさま時代

講師: ^{うえの ちづこ}上野千鶴子さん
(社会学者、東京大学名誉教授)
開催日: 11月28日(土)
13:30～15:00
会場: きらめきプラザ 3階301会議室
募集人員: 150人(要予約)



ウィズセンター登録団体 自主企画

おかやま女性国際交流会

ワールドカフェ
「自分らしく生きて?」
開催日: 11月5日(木)
13:30～15:00
会場: ウィズセンター会議室

岡山県婦人問題懇話会

「男女の健康を考える ～いのちの大切さ～」
講師: 山崎洋子さん
(一般社団法人岡山県助産師会前会長)
開催日: 11月10日(火) 10:00～12:00
会場: きらめきプラザ 4階 401会議室

さんかくナビ

「ときめきカフェ&おしゃれなバザー」
COFFEE・TEA・抹茶(有料)
開催日: 11月28日(土) 10:00～13:30
会場: ウィズセンター交流サロン

WLBC岡山

〈第1部〉講演: 「笑ってるパパになろう!」

講師: ^{しのだ あつし}篠田厚志さん (ファザーリングジャパン関西理事長)

〈第2部〉「働き方見直しワークショップ」 「家事分担見直しワークショップ」

開催日: 10月24日(土) 13:00～
会場: おかやま西川原プラザ

ウィズ・パートナーシップ推進事業

邑久中学校読書ボランティア「ゆめ読」

「パパもじいじも楽しむ絵本タイム」
～アナウンサーが教えます! 発声と表現カ～
講師: ^{なかむら えみ}中村恵美さん (フリーアナウンサー)
開催日: 11月15日(日) 13:30～15:00
会場: ウィズセンター会議室

女性社長の会

トークセッション
「U-34のためのワークライフバランスプロジェクト」
開催日: 11月25日(水) 11:00～14:00
会場: 岡山リットシティビル



ウィズセンターは**土・日曜日**も開館しています。
お気軽に、お越しください。

ウィズセンター はこんなところ

- 開館時間** 火～土曜日 / 9:30～18:00
日曜日 / 9:30～17:00
- 休館日** 月曜日・祝日・年末年始
- 情報提供**
 - 図書・DVD・ビデオ等の貸出
 - 人材情報・各種団体の活動情報の提供
 - 男女共同参画に関する資料の閲覧
- 各種講座**
 - 男女共同参画に関する各種講座の開催
- 相談**
 - 相談員による一般相談
火～土曜日(祝日を除く) 9:30～17:00 (受付は16:30まで)
 - 特別相談(予約制)
弁護士による法律相談 原則第2・4金曜日
医師によるこころの相談 原則第1・3金曜日
 - 相談専用電話 ☎086-235-3310
 - 男性相談員による男性のための電話相談
原則第2金曜日 17:00～20:00
男性相談専用電話 ☎086-221-1270
- 就業支援**
 - 就業に役立つ講座の実施
 - 就業に関する情報の提供
- 交流**
 - 各種団体へ活動・交流の場と機会を提供
- 広報**
 - 情報誌の発行(年2回)
 - メールマガジンの配信(随時)
 - フェイスブックによる情報発信(随時)



きらめきプラザ



ウィズセンター



ウィズセンターへお越しの際は、なるべく公共交通機関をご利用ください。

男女共同参画に関する投稿(100字以内)をお待ちしています。選考の上、情報誌「With」等で紹介させていただきます。お名前とご連絡先電話番号を明記の上、郵送、FAX、またはEメールで、下記宛先までお送りください。

ウィズ67号 編集・発行/岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター)
〒700-0807 岡山市北区南方2丁目13-1
きらめきプラザ(県総合福祉・ボランティア・NPO会館)6階
TEL(086)235-3307(代) FAX(086)235-3306
Eメール: danjo@pref.okayama.lg.jp
ホームページ http://www.pref.okayama.jp/
岡山県トップページ▷組織で探す▷県民生活▷男女共同参画推進センター(ウィズセンター)



ウィズセンターのホームページにアクセスできます



ウィズセンターのFacebookにアクセスできます



岡山県男女共同参画推進センターのホームページはこちら

<http://www.pref.okayama.jp/eoshiki/187/>