

ウィズ・ユー



上里町男女共同参画
推進センター
シンボルマーク

あなたとともに



いつもお花でいっぱい! (センター花壇)



四季を通じて花壇の手入れ

上里町男女共同参画推進センター 事業活動推進委員会
活動のひとつ **花いっぱい運動**



上里町の花、サルビアの植栽



センター玄関

もくじ

- 男女共同参画週間講演会..... 2
- 男性の育児休業制度、女性活躍推進法..... 3
- 女性団体連絡協議会共催講座報告、相談窓口のご案内、編集後記... 4

「女だけじゃだめなのよ、男も一緒に、がんばらない介護」



講師 野原すみれさん

人生50年ではなく

100年時代

自身の介護の体験談を元に「老親介護は今よりずっとラクになる」を出版し、「がんばらない介護」を日本で初めて提唱した野原すみれさんを講師に迎え、男女共同参画週間講演会を開催しました。

「今や超高齢化社会、90歳、100歳は当たり前前の世の中、介護抜きには人生は終わらない。しかし、高齢者は人生の達人です。大いに誇りを持って、若者に智恵や工夫を伝え、胸を張って生きましよう!」と語る野原さん。超高齢化社会の葬儀事情にもふれ、「100歳の親の子は誰もが後期高齢者、自分の健康管理だけで精一杯。親の葬儀とはいえ参列できない事情もある」と言います。

老い仕度、大切な3つの備え

定年退職をしてからも、長い「老後」が待っています。野原さんは「たつぷりとある時間を価値ある人生にするための老い仕度について、本当に大切なことは3つ」と言い、その3つとは、

健康

- ・よい食事を心がける
- ・病気とは上手につきあう
- ・おしゃれをして楽しくおしゃべり

お金

- ・現金は生活に見合った額を蓄える
- ・資産の有効活用を考える

危機管理

- ・遺言状を早めに書く
- ・お世話になっている人の一覧表を作る
- ・旅行に出かける前には日程や連絡先、大切なことを伝えておく
- ・ひとり暮らし対策

「この3つを心がけ、必要なことは書き出して万が一に備えておけば、安心して明るく快適に過ごすことができるでしょう」と語りました。

よい介護とは、がんばらない介護

野原さんは、「介護で一番大切なことは介護者が元気でいること。介護者が元気で自分にゆとりができて初めて、人にも優しくなれ、明るい笑顔と優しい言葉をかけながらお世話することができ。そのためには『がんばらない介護』をすること。『がんばらない介護』は『手抜き』ではなく、困った時やつらい時には一人で抱え込まず、ヘルパーや訪問介護、ショートステイなどのサービスをめいっぱい利用し、人の手も十分借りて介護をすること。介護者自身の健康を良好に保つ努力を忘れないで!」と言います。

また、有償介護のすすめや認知症の方のかかり方、認知症予防策を話され、最後に、「色気(好奇心)と食い気(体と心に良い美味いもの)を忘れず楽しく、愉快に且つ快適に、充実した日々を過ごす、これが「元気に100歳!」の極意です」と締めくくりました。

ユーモアたっぷりのわかりやすい内容に、会場は終始笑いにつつまれ、これからの介護が明るくなるような大変参考となる講演会となりました。

参加者アンケート～抜粋～

- ・とても楽しく話を聞くことができた。介護＝大変というイメージがあったが、今日の講演会を聞いて無理せず頼れる所には頼った方がよいという事が分かった。
- ・様々なご経験の中でポイントをまとめてわかりやすくお話くださったので、ずっと頭に入ってきた。
- ・ユーモアいっぱいの楽しい講演だった。具体的な話がいっぱい、年をとりよりよく生きるコツがわかった。
- ・私も老老介護の経験者ですが、その当時講演を聞いていたらよかったと思った。



会場の様子

知っていますか？ 育児休業制度と女性活躍推進法

育児休業制度の基礎知識 Q&A



Q 育児休業をとれるのは、どんな人？

A

原則として、1歳になるまでの子どもを育てる男女従業員です。

- 男女に関係なくとれます。
- 妻が専業主婦であっても、夫は取得できます。
- 妻が育児休業中であっても、夫は取得できます。
- 有期契約社員（例えば、1年契約を更新している人など）もとれます。

育児休業は、仕事と育児の両立を支援するために「育児・介護休業法」で定められている制度です。就業規則に規定がなくても申出により取得できます。勤め先の人たちや家族とよく話し合い、理解を得た上で、積極的に取得をめざしましょう。

Q

育児休業の制度は、男女で違うの？

A

女性の場合、産後8週間は「産後休業」となります。

男性は、赤ちゃんが生まれた日から育児休業をとることが可能ですが、出産した女性は産後8週間は「産後休業」となり、育児休業を続けて取る場合、産後休業終了後からのスタートになります。

また、育休取得の回数は特別の事情がない限り1人の子について1回と定められていますが、男性には特例があり、次の条件を満たすと2回に分けて育児休業をとることができます。

男性が2回に分けて育休をとれる条件は？ ➡ 妻の産後8週間以内に育休を取得することです。

妻が心身ともに大変なこの時期に育休を取得した場合は、特別な事情がなくても期間内にもう1度育休を取得することができます。

出典：イクメンプロジェクト「父親の仕事と育児両立読本」

詳しくはイクメンプロジェクトサイト ikumen-project.jp

イクメン 検索



「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）」が成立！

【背景】

我が国の15歳から64歳までの女性の就業率は、平成26年には63.6%（昭和50年48.8%）と増加する一方で、以前として根強い長時間労働を前提とした労働慣行等から、仕事と生活の両立ができずに就業継続やキャリアアップを諦める女性も多く、約6割の女性が第1子出産を機に離職しており、育児・介護等を理由に働いていないものの就業を希望している女性は約300万人に上がります。また、役員や管理職等の指導的地位にある女性の割合は諸外国と比べて低い水準にとどまるなど、働く場面における女性の活躍は不十分と言わざるを得ないのが現状です。

【経緯】

こうした中、政府は働くことを希望する女性が、職業生活においてその個性と能力を十分に発揮して活躍できるよう、「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）」を国会に提出し、可決、成立しました。この法律は、現在働いていないが就業を希望する女性、責任ある立場で働きたいけれども家庭生活との両立が困難であるがゆえに昇進をあきらめている女性、正社員として働くことにチャレンジしたい女性など働く場面で活躍したいという希望をもつすべての女性が、その個性と能力を十分に発揮できる社会を実現するために、極めて大事なエンジンとして機能することが期待されています。

女性が活躍できる場を充実させることにより、男女が共に仕事と生活を両立でき、全ての人にとって暮らしやすい、さらには持続可能な社会の実現につながるものと考えられます。



出典：内閣府男女共同参画局 広報誌「共同参画」

詳しくは内閣府男女共同参画局のホームページをご覧ください

上里町女性団体連絡協議会開催講座報告

がん予防教室 「肺がん乳がんのお話」

11月20日(金) 開催 86名参加



あいさつをする女性団体連絡協議会清水操会長



第1部「もっと知りたい! 肺がんのこと」講師 大関順一氏



第2部「知っておきたい! 乳がんの正しい知識」講師 鴨下憲和氏

第1部は大関内科医院院長、大関順一氏から肺がんについて説明があり、最大の原因は喫煙にあることや、タバコを吸わない人でも副流煙は主流煙より有害であること、海外と日本ではタバコの販売にも差があることを映像を交えて話され、年に1回肺のレントゲンを撮るなどの定期的な検診と禁煙で予防することが大切と話されました。第2部はけやきクリニック院長、鴨下憲和氏から乳房のしくみや、乳がんの説明、早期発見・早期治療の重要性、検診の大切さを映像を交えて詳しく説明されました。第1部、第2部ともに内容がわかりやすく、定期的ながん検診の大切さを改めて実感するとともに、参加した皆さんからも積極的に質問が出るなど、関心の高い有意義な講演会となりました。

相談事業のご案内 …その悩み、まずはご相談ください… 相談無料・秘密厳守

上里町では、毎日の暮らしの中でおこるさまざまなできごとで悩んでいる女性のために、総合相談窓口を開いています。専門の女性相談員と相談ボランティアがお話をうかがいます。また、女性弁護士による法律相談もおこなっています。ひとりで悩まず、ご利用ください。

相談窓口

相談時間等

問合せ先・電話番号

上里町女性の ための総合相談 要予約	【女性相談員による悩み事相談】 ・第1・第3水曜日 * 専門カウンセラー ・第2・第4水曜日 * 相談ボランティア 13:00~16:00 電話相談可 【女性弁護士による法律相談】 年4回 10:00~12:00 4/20・7/20・11/16・2/15 (予定)	上里町男女共同参画推進センター (ウィズ・ユー上里) ☎0495-35-1357 〔 8:30~17:15 〕 〔 土日、祝日、年末年始を除く 〕
With You さいたま相談室	月~土 10:00~20:30 (年末年始 祝日 第3木曜日 臨時休館日を除く)	埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま) ☎048-600-3800

編集後記

女性活躍推進法と総理は声を大にして「促進してまいります」と言っておりますが、むしろかしい事じゃないと思います。お互いが人を思いやる気持ちを少し増やして頂ければ。そして、男女共同参画推進センターを理解、活用して頂ければ良い町、社会ができると思います。

私たち、センター事業活動推進委員会も高齢化しておりますが、日々まい進していきたいです。尚、会員を募集しておりますのでよろしくお願い致します。(M)