



Mar.2019 NO.7

ウィング



鹿嶋市男女共同参画推進シンボルマーク



平成30年度共創のまちづくり事業

『産後応援プロジェクト』～新しいヒントが見つかる講座～

Contents

- 平成30年度共創のまちづくり事業『産後応援プロジェクト』
- 知っていますか!? 産後クライシス ～女性の愛情曲線～
- キラキラ人探究! 渡辺 道子さん
- 開催報告 『攻めのダイバーシティ経営戦略セミナー』
- 孫育て『こんなに違う!? 子育ての常識 昔と今』
- 開催報告『高校生のためのライフプランニング授業』
- ハローワーク常陸鹿嶋マザーズコーナーの紹介

© F-P-I-N



★子どもの自立力を伸ばすために
家庭でできること★

- ①親が手出ししている身の回りのことを1つやめてみよう
- ②家の仕事を子供の役割として1つ与えてみよう
- ③家族のコミュニケーションを「ほめる20%、ありがとう80%」にしよう

第1回講師 Home to Work
桑井優子さん

市との共創により、NPO 法人ファーストペンギンネットワークが主体となり、産後の女性が、孤立することなく、それぞれの希望するライフスタイルの中で、生き生きと活力ある生活が送れる社会を目指し、子育てや女性の社会復帰に役立つ講座を全4回実施しました。※写真は第1回の様子。



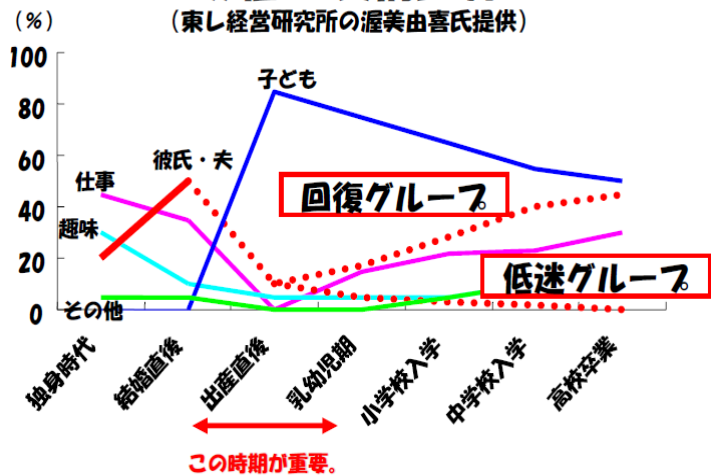
世界から見た日本の男女共同参画

ジェンダーギャップ指数(世界各国の社会進出における男女格差を示す指標)2018では日本は110位でG7最下位、日本は男女平等が進んでいないという結果に。

知っていますか!? 産後クライシス ～女性の愛情曲線～

女性の愛情曲線

(東レ経営研究所の瀧美由喜氏提供)



皆さんは、「産後クライシス」という言葉をご存知でしょうか。ウィングでも何度か掲載しましたので、ご記憶にある方もいるかもしれません。「産後クライシス」とは、出産や家事・育児をきっかけに夫婦間に溝ができ、産後2年以内に特に女性側の愛情が急激に冷え込み、最悪の場合は離婚に至ってしまうという状態のことを言います。左のグラフは、女性の愛情が何に対してどのくらい向けられているのかをライフステージごとに示した研究結果です。妻の愛情は、結婚直後は「夫」の占める割合が大きですが、子どもが生まれると一気に夫への愛情は下がり、「子ども」への愛情が大部分を占めるようになります。その後、徐々に愛情が回復していくグループと低迷したままのグループに分かれていくのですが、その運命の分かれ目は、出産後から乳幼児期にかけて「夫と二人で家事・育児をしたかどうか」にあるというのです。

近年では、「イクメン」や「カジダン」言われるように、育児や家事に積極的な男性が増えてきています。一方で平成29年プレパパ・プレママ講座講師の渡邊大地さん(株アイナロハ)は、妻がしてほしいと思っていることと夫がしていることは実はズレていることが多いと指摘します。夫としてパパとして頑張っているつもりなのに妻の不満はたまっていく悲しい現実…。

渡邊さんは「夫婦会議」を提唱しています。大切なのはそれぞれの夫婦がお互いの考えを言い合える、一緒に考えることができる関係になることです。また、とくに核家族の場合、産前産後の妻の体調や気持ちを気遣うことは、夫の大切な役割です。まずは妊娠中から、産後の女性が心身ともに大きな変化にさらされることについて、夫婦でしっかり知識を持っておく、また、その変化を女性がひとりで抱え込まないよう、妊娠中から不安に思うことを共有したり、産後も定期的に話し合いの機会を持つことが大切です。産後をHAPPYにするための夫婦会議、ぜひ実践しましょう!

キラキラ人 探究!

み~つけた!

このコーナーでは、男女共同参画を实践され、イキイキと輝いている方の秘訣をご紹介します。

今号は、家業の不動産業のほか複数の会社を手伝いながら、仕事に家庭に地域貢献にと、精力的に活躍を続ける「渡辺 道子さん」にお話を伺いました。

◆ 渡辺 道子さん / (株)宮中グリーンホーム 副社長・(株)スキル・バンク ライセンスアドバイザー
NPO 法人ファーストペンギンネットワーク 理事

今の仕事の礎となったシステムプログラマーとしての経験、結婚、転職



△ WEB ページの制作を手がける渡辺さん

学生時代にパソコンに出会い、パソコンの無限の可能性に衝撃を受け、プログラム開発のベンチャー企業に全くの知識も持たないまま、システムプログラマーとして飛び込み、技術を身につけたい、ステップアップしたい、とにかく必死だった20代。当時のIT業界は今よりも男性社会で、たくさんの苦労もあったそうです。そんな職場で出会ったのが現在の夫 英樹さんです。結婚を考えた時に、自分は実家の不動産会社を継がなければならない、しかも、英樹さんは同じ技術者で、将来を期待される指折りの人材、それでも一緒についてきてもらえるか、二人で話し合ったそうです。(渡辺さん)「夫は芯が強く、悪口つ言わない忍耐力のある人でした。そんな彼なら環境が変わっても一緒に乗り越えてくれると思っていました」

結婚を機に、両親が営む不動産会社に二人で転職し、技術職から慣れない営業職に。今の渡辺さんからは想像もつきませんが、人と話すことがとにかく苦手だったとのことで、緊張の毎日だったそうです。そんな慣れない営業の日々の中で、前職の技術を活かしウェブ発信を手がけることに。(渡辺さん)「当時の不動産業界は今よりもずっとITに遅れていた時代です。これからの広告は、チラシや新聞などの紙媒体からウェブに切り替わってくる、自分たちのこれまでの技術を活かされると気づいたときは、つらいと思っていた営業の仕事ももっと頑張れるようになりました。今では問合せのほとんどがWEBからで、両親(社長)にも感謝されています」と話してくれました。

つらい不妊治療、その時思ったこと、得たこと

子どもがほしいと願ってから数年、自然妊娠では叶わず、高度医療が行える数少ないクリニックでの不妊治療を受けるため、家を離れウィクリーマンションで生活することに。慣れない場所でのひとりでの生活、寝ても覚めても治療のことで頭がいっぱいに。もしこれで妊娠できなかつたらきっともう耐えられない、そう思ったそうです。そこから渡辺さんは考えたそうです。この治療をしている間に、自分への投資としてDTPデザインの勉強をしよう、そうしたら外注していた広告も自分の納得がいくものが作れる、もう少しうまくいかなかったとしても、一つでも自分に得るものがあるじゃないかと。勉強に夢中になっている間は、治療のことを片時ですが忘れることができました。その後、お子さんを授かり、その時学んだDTPデザインの知識が、仕事の幅を広げたくさんの仕事につながっているそうです。

*DTP:雑誌やパンフレットなどの紙媒体の原稿作成、編集、デザイン、レイアウトなどをパソコン上で行うこと

子育て、PTA会長の経験

バリバリ仕事に邁進する渡辺さん、子育てと仕事の狭間で「もうムリ!できない!」と英樹さんにぶつけたことがあるそうです。そのときの英樹さんは「わかった、いいよ」と受け止めてくれ、それから今も変わらず、子どもの送り迎えなどいろいろなことをしてくれるそうです。働くママがひとりで仕事と家庭を両立するには限界があります。渡辺さんのように、一人で全部を抱え込まず、「〇〇すべき、しなきゃ」という考えを捨てて、家族の手助けやあるいはサービスを利用するなど、周囲の協力を得たり、ちょっとした時間の工夫をしながら両立できるようになると心の負担も少し軽くなると思います。

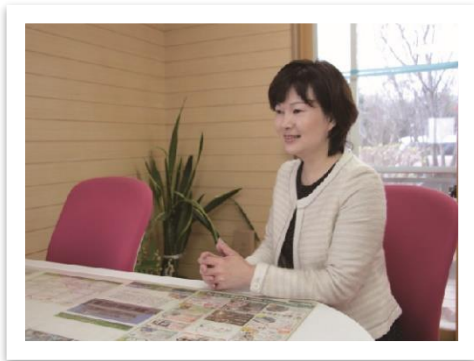
そんな多忙な渡辺さんですが、PTA会長を務める女性がま



△ 息子さんとの運動会での1コマ。頑張れ~!!

だまだ少ない中で、会長を務めた経験があります。ここでも渡辺さんは「何事も経験、たくさんの方の事を学びました」と前向きで、人前で話すことが苦手だったので、お料理をしながらスピーチの練習をすることも。そんな頑張るママの姿を見て、息子さんから「自分も、苦手な事でも何でも自分でやってみることにしたよ」という言葉をもらったそうです。お子さんの成長を感じたうれしい瞬間です。

お客様のため から 地域のために ふれあいサロン オアシスの活動



△ インタビュー中の渡辺さん。
周りの人を引き込む、魅力あふれる女性でした◎

はまなす公園前のビルを自社で購入し、自社のお客様のための交流の場にといいながら実現出来ないまま数年が過ぎた頃、お客様の一人ボランティア団体「ほっこりん」の代表をされていた大牧さんから「お客様の隣の家はお客様とは限らない。地域の子どもからお年寄りまでみんなが元気に笑顔で集まれるような場所をつくりたい。ついては場所を無償で貸していただけませんか」との話から一気に話が進み、「ふれあいサロン オアシス」を昨年の6月に立ち上げたそうです。企画立案は「ほっこりん」などのボランティア団体を中心に、リーフレット作成・広報など、人集めや申込受付は無償で自社で請負い、採算度外視でスタート。一度訪れた人がまた人を呼び、たくさんの方の輪が広がってきているそうです。皆さんの「ありがとう」、「楽しかった」、「参加してよかった」という暖かな声に囲まれて、渡辺さんにとっても心のオアシスになっているようです。

最後に、これからの夢、未来を生きる若い世代へメッセージ

「私のモットーは " 挑戦 " です。失敗もありますが、その失敗もまた次には生きた材料になると思っています。一人ではできない事、多くの方と関わりながら生きていく中で『ああ、この人とやれて良かったな、楽しかったな』そう思ってもらえるような人になりたいです。自分が考えていた道、思い描いた道と違う事があっても、若い世代にはそこで諦めず『今ある環境の中で自分ができる事』を見つけてチャレンジして欲しいです。そこで得た経験や積み重ねはきっと新たな自分の発見や新たな世界を開くきっかけになると思います。応援しています!」と、爽やかな笑顔で語ってくださいました。

渡辺さんの益々のご活躍を期待しております。



2月12日開催 攻めのダイバーシティ経営戦略セミナー @鹿嶋市商工会館



人手不足が深刻になってきている今、「ダイバーシティ経営（性別や国籍、年齢、障がいの有無、キャリアや働き方の多様性も含む「多様な人材」を受け入れると同時に、それぞれの能力を最大限発揮し活躍の場が広がるようマネジメントすること）」の視点から「働きやすさ」と「働きがい」をキーワードに、企業力を強化し成長し続けるために取り組むべき「真の働き方改革」について理解を深めることを目的に、セミナーを開催しました。

第1部基調講演では「多様な人材に活躍してもらうために企業は何をすべきか」と題し、講師 松原光代さん（PwC コンサルティング合同会社 主任研究員）から「働き方改革は、自社の経営目標を達成するためのインフラ（基盤）整備である。育児や介護などを理由に従来の働き方ができない「時間制約」社員など多様な働き手が増えていく中であって、そうした多様な人材が活躍できる職場づくりをし、かつ、継続的にキャリア・能力開発ができるようマネジメントしていくことが大変重要となっている」と話され、「働きやすさ」に配慮しながら「働きがい」を生み出すことをセットに考えることの重要性を訴えました。

第2部事例紹介では（日田市）吉野電業㈱ 代表取締役 吉野邦彦さんから「多様な人材の活用と、社員のモチベーションアップ」と題し、これまで取り組んできた職場環境の見直しや仕事のモチベーションを上げるためのアイデア、人材を適材適所に生かす取り組みなどをご紹介いただくとともに、社会保険労務士法人葵経営代表 皆川雅彦さんから吉野電業㈱から学ぶべき取り組みのポイントを解説いただきました。

まとめとして、松原さんから「企業の中には様々な考え方を持つ人が働いている。考えが違うことを意識した対話を行うことでコミュニケーションの質が上がり、働きやすい職場に繋がる。そこに働きがいが伴えばダイバーシティ経営の土壌になる。出来ることから始めていくことで『0から1へ』という重たい1歩が踏み出せる。」とコメントをいただきセミナーを締めくくりました。

参加企業からは、「様々な事例を同うことが出来て大変参考になりました。出来ることから1歩を踏み出したいと思います」などの感想が寄せられました。



（吉野社長）
何よりも一歩を踏み出そう。
我が社では、会社をよくするために皆で常に考え、様々なことにチャレンジしています。下からの「こうしたい」の声が職場の改善につながったことも多くあります。これからも、活気があって、男性にも女性にも高齢者や障がい者にも働きがいのある「優しい」環境づくりを目指します。

皆川社労士 'eye'

吉野電業（株）は、自社にどんな課題があるのか棚卸し、課題解決と企業成長、個々の能力発揮にいかにつなげていくか、そのためにどうするかを、従業員皆で知恵を絞り試行錯誤し、着実に取り組みを重ねている。他業種の取り組みであっても、その取り組みから学び、それが他企業との差別化につながることもある。これならできるところから一つずつあきらめずに続けていくことが大切。

吉野電業（株）の取り組みから学ぶ Point★

- ①face to face 顔を合わせたコミュニケーション（対話）
- ②学びあい 社内での社長や他の従業員を講師とした学びあい
- ③共有化 仕事の見える化、マニュアル作り
- ④手作り感 お金をかけずに皆で作る
- ⑤遊び心 楽しみながらオリジナルのしかけづくりをする

孫育て『こんなに違う!? 子育ての常識 昔と今』

近年じいじ・ばあば世代が子育てを手伝う「孫育て」という言葉が注目されています。おじいちゃん・おばあちゃんにとって孫はとてもかわいい存在だと思います。お父さん・お母さんも、おじいちゃん・おばあちゃんに子育ての手助けをしてもらえたらきっとうれしいはず。孫育てで大切なことは、「パパ・ママのやり方をサポートすること」です。そこで、今と昔で大きく違う子育ての常識についてをご紹介します！



	昔	今
だっこ	「抱きぐせ」がつくので、赤ちゃんが泣くたびにだっこしない。	泣いたらすぐにだっこ、スキンシップ重視。「自分は大切にされている」と感じ、人への信頼感が育つなど、心の成長につながる。
母乳と粉ミルク	粉ミルクのほうが栄養価が高い。	母乳は赤ちゃんが育つ大切な栄養素が含まれているもの。ミルクにも赤ちゃんに必要な栄養素が十分入っているので、母乳があげられない時や足りない時はミルクも上手に使うことが大切。
卒乳	1歳までに卒乳(断乳)	「食事がよく食べられるようになった」「コップでお茶などが飲めるようになった」など、子どもの成長に合わせて時期を考える。1歳3か月頃が卒乳しやすい時期。
白湯・果汁	離乳食の準備段階で果汁を飲ませたり、お風呂上りなどに白湯を飲ませる。	果汁の過剰摂取により、母乳やミルクの摂取量が減ることによる低栄養や発育障害との関連が報告されている。お風呂上りなどの水分補給は白湯や麦茶でOK。また、4か月を過ぎたら離乳食の準備としてスプーンで白湯をあげてみる。
虫歯の予防	大人がかみ砕いた食べ物を子どもに与える。はしやスプーンを共有する。	赤ちゃんの口の中に虫歯菌はなく、大人の口からうつることがわかってきている。子ども専用のお箸やスプーンを使い、ペットボトルなども共有しないように気を付ける。
日光浴	日光浴をしないと、歩行などに支障が出る「くる病(ビタミンD欠乏症)」になる。	朝の光を浴びることで生活のリズムが整うため、朝、起きたらカーテンを開ける。また、お散歩などで新鮮な空気や日光を適度に浴び、赤ちゃんの抵抗力や骨の成長を促すことが大切。
洋服	厚着をさせたほうがよい。	新生児の頃は大人より1枚多く着せ保温に気を配る。2か月以降は体温調節ができるようになってくるので大人と同じ枚数、もしくは1枚少ないくらいでよい。
歩行器	歩行器は赤ちゃんの歩行訓練になる。	全身の筋肉を使うハイハイは全身をバランスよく発達させるために必要なプロセス。歩行器は「おもちゃ」として使用し、歩行訓練として長時間使わせることは避けたほうがよい。

高校生のためのライフプランニング授業 『10代から考えておきたい将来のこと』を開催

人生はたくさん選択の連続です。進学して何を学ぶのか、どんな仕事に就き、どのような働き方をしたいのか、誰といつ結婚するのか、子どもは持つのか、持つとしたら何人か、そう遠くはない自分の将来について具体的に考えてほしい高校生の時期に、自分らしい人生を考えるきっかけとするため、『10代から考えておきたい将来のこと』と題して、1月22日私立清真学園高等学校、講師 方波見真弓さん(茨城県女性プラザ・左)、1月25日県立鹿島灘高等学校、講師 渡邊大地さん(㈱アイナロハ・右)からお話しいただきました。



講座では、事前の生徒へのアンケートをもとに進められ、(方波見さん)「性別などの固定観念に縛られず、自分の考えをしっかりと自分らしさを大切に人生の選択をしてください」(渡邊さん)「まずは自分の言葉、自分の考えを持つ。それがライフプランニングのスタートです」、それぞれの講師からこれからの未来を担う高校生に向けてメッセージが送られました。生徒の感想から、両校とも、他者の意見や考え、その違いを知る機会となり、働くことや暮らし方を自分事として捉え、改めて自分自身を見つめなおす機会につながったようです。

編集・発行 鹿嶋市男女共同参画推進委員会(市民生活部 女性支援室)
〒314-8655 鹿嶋市大字平井1187番地1 Tel:0299-82-2911 Fax:0299-83-7894
E-mail joseisien1@city.ibaraki-kashima.lg.jp



子育てしながら働きたい女性を応援します! ハローワーク常陸鹿嶋マザーズコーナー

ハローワーク常陸鹿嶋マザーズコーナーでは子育てをしながら就職を希望している方を対象に、子ども連れで来所しやすい環境を整備した「マザーズコーナー」を設置し、働く前の準備相談から就職までの個別相談を行っています。お子様連れでも安心して相談できますので気軽にご利用ください。

★予約・問い合わせ: ハローワーク常陸鹿嶋
TEL0299-83-2318
平日8:30~17:15(土・日・祝日、年末年始を除く)

★————— 2018年度男女共同参画推進事業 —————★

2018年

6月13日パパママ応援イベント☆

8月30日サロネーゼのための勉強会&交流会

11月23日鹿嶋市女子フェスタ2018withかしマルシェ

2019年

1月22日・1月25日 高校生のためのライフプランニング授業

2月12日 攻めのダイバーシティ経営戦略セミナー

3月10日・3月17日 もっとかわいく!子どもの写真撮り方講座

★————— 2019年度のパパママ応援イベントは6月30日(日)、女子フェスタは11月30日(土)に開催予定。お楽しみに! —————★

編集後記 今回も素敵なキラキラ人を紹介させていただきました。「挑戦し失敗してもそこで得た経験を新たなきっかけとする」生き方は、すべての頑張る人への力強いエールです。さらに今号では産後クライシスや子育ての今昔比較を掲載しました。家族みんなの愛情でHAPPYな子育てをしましょう!(S・K)