



SOYOKAZE

# そよ風

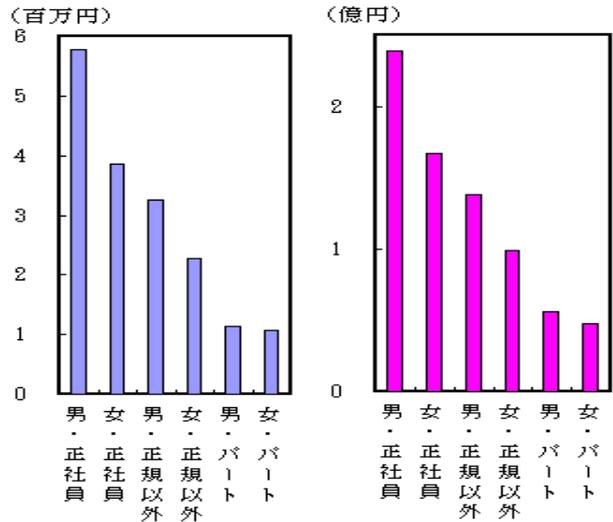
Vol.41

2012年 3月25日

【目次】

- P 1 \* トピックス「女性の貧困」
- P 2 \* 講座報告
  - ・女性の排せトラブルを考える
  - ・家族にひそむDVの芽
  - ・市の男女共同参画
- P 3 \* 講座報告
  - ・アサーティブ・トレーニング
- P 4 \* 講座報告
  - ・再就職準備セミナー
  - ・女性史から学ぶ
  - ・女と男のトレンド社会学IV
- P 5 \* 記録誌報告
  - ・イキイキママのこれからライフ
  - ・家族の現在を考える
  - \*これから行う講座のお知らせ
  - ・震災と女性とくらし
- P 6 \* 図書紹介、貸出案内
  - \* 総会、次年度運営委員募集のお知らせ
  - \* 女性の悩みごと相談
  - \* センター利用案内

性別・雇用形態別の平均年収と生涯賃金



※内閣府「平成21年度年次経済財政報告」より

トピックス

## 女性の貧困

近年、非正規雇用の拡大が進み、いまでは全労働者の三分の一強に達しています。中でも女性労働者の非正規雇用割合は過半数を超えていて、男女の賃金格差をさらに押し進めています。正規職男性の平均給与を100とすると、女性は72.1となっていますが、年収300万円以下で見ると男性が25.1%、女性は67.7%となっています。(平成22年度内閣府)

雇用の形態や賃金の男女間性別格差を生みだしていることは、人々が生きる上で欠かせない家事・育児・介護等のケア役割を、一手に女性が担わされてきたことと無縁ではありません。つまり強固な性別役割分担意識が機能し、今日まで継続してきた弊害が指摘されます。

ケア役割のために、労働市場では半人前にしか扱われず、半人前だから安く使われるという悪循環がなかなか断ち切れていません。平均収入約250万円と言われる母子家庭では、不安定な雇用や低い収入をカバーするため、二か所働き、健康を害してしまうという人もいます。さらに経済上、子どもの教育にも困難を生じ、貧困による教育格差も進行しています。いわゆる「子どもの貧困」と

といわれる状況です。

また高齢単身女性の3人に1人は年収120万円以下という統計もあり、中でも顕著なのが低年金です。女性の無年金を解消しようとの意図で改正された制度の下でも、生活維持ができるほどの夫の遺族年金がなければ、貧困を強いられています。

労働の場での女性に不利な立場、政治的・公的活動への参加・参画の遅れなど、女性の貧困を克服するうえでも、これらを改めることが急務となっています。それには、私たち一人ひとりが、「女だからこれでいい」とか「男ならこうでなくては」という、性に対して固定的な考えから脱し、男性のケア役割への参加、女性の労働市場への参加を進めていく必要があります。

「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」と憲法第25条の第一項にうたわれています。それにしても、最近、高齢者、障がい者を介護している女性が、相次いで孤独のうちに亡くなるという事件が起きました。現代社会での貧困の一断面を見る思いがします。

## ～自分の体、大切にしていますか？～ 女性の排泄トラブルを考える

日程：平成23年11月28日（月） 午後200～400  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター 会議室  
講師：西村かおるさん  
NPO法人日本コンチネンス協会会長



この講座では、尿漏れや便秘など、女性が抱えやすい排泄トラブルから健康について考えてみました。排泄トラブルは、ホルモンの変化や出産経験などで起こりやすく、日頃から食事と運動に留意することが大切だと教えられました。また、「膀胱は心の鏡、腸は第2の脳」と言われるほど自律神経やホルモンの影響を受けやすいとのことで、便秘対応には乳酸菌が有効ということでした。暇を見つけては骨盤底筋を鍛えるのがよいと、その簡単な方法も体験してみました。

自分の健康を守るには、正しい知識を持つことが大事だという認識を深め、生涯にわたって健康に暮らすための一歩として、この講座を生かしていきたいと思いました。

## 家族にひそむDVの芽 —子どもも被害にさらされる—

日程：平成23年12月1日（木） 午後1:30～3:30  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター 会議室  
講師：瀧田信之さん  
湘南DVサポートセンター代表



「DVは親密な人からの暴力なので、受けた人の心は折れてしまう。しかし、信頼できる大人と出会うことで、暴力を受けた子どもたちの7割が、暴力をふるわない心を育てられる」とのこと、そして私たちに何が出来るか、具体的な支援計画をシュミレーションするワークショップも行いました。参加者からは、「信頼に足る身近な大人になる努力をしたい」「大事な取り組みだと認識した」などの感想も寄せられました。

身近な大人が、子どもが受けているDVのサインを見過ごさない目をもつ大切さを確認することができました。

## 市の男女共同参画 今までの取り組みとこれから

日程：平成23年12月3日（土） 午後1:30～3:30  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター 会議室  
講師：杉森長子さん  
武蔵野市在住／元・日本女子大学教授



日本が女性差別撤廃条約を批准した1985年、武蔵野市は初めて「婦人問題懇談会」を設置しました。杉森さんはその1期から十数年間、座長として活躍されました。「昭和60年～今日までこの会議に関わった市民は100人を超えるが、報告書や意識調査を見る限り、まだ状況は改善されたとはいえない」と話されました。しかし「『まなこ』は創刊20周年を迎え、むさしのヒューマン・ネットワークセンターも、男女共同参画推進拠点として使命を果たしつつある現状は高く評価できる」「これからは現実を見つめ行動するとき。政策の決定には市長と市議会がカギ。地道でも確実な前進策を、皆で考え実行するとき」など、厳しいご指摘や力強いご提案がありました。参加者からも活発な意見が出され、充実した会となりました。

# アサーティブ・トレーニング

…そして私の生き方



日程：1月16日～2月13日 毎週月曜日（全5回）10:00～12:00  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター 会議室



トレーナー：**坂本照子さん**  
NPO法人 ウィメンズ・サポートオフィス 連 代表理事

チューター：**下村美恵子**  
むさしのヒューマン・ネットワークセンター長

第1回 1月16日	アサーティブ・トレーニング そして私の生き方
第2回 1月23日	トレーニング① 言いたい言葉が出てこない
第3回 1月30日	トレーニング② きらわれたくない私
第4回 2月6日	トレーニング③ つい言いすぎてしまうことも
第5回 2月13日	トレーニング④ 言葉を飲み込んでしまうとき

自分と相手の気持ちを大切にしながら、きちんと話し合えるさわやかな人間関係を築いていく一つの方法を学ぶ機会として、今年度も「アサーティブ・トレーニング（AT）講座」を実施しました。

アサーティブ（Assertive）とは、自分を一歩前に押し出す、前向きに率直に自分を表現すること（\*トレーナーとして講師を務めた坂本照子さんのレジュメから）です。それには、基本的な考え方や技法を学び、参加者同士の意見交換をまじえて、実際にあった事例をもとに、納得いくまでロールプレイ（役割演技）で場面を再現し、トレーニングを繰り返すのが有効です。

今回は16名の参加者がその理論と実際を学び合いました。参加者の「事例の再現体験」を通じて、言いたいことが適切に言えたと思った時が、トレーニングの終了です。言いたかったことが言えたときの爽快感、やりとりした会話に納得できた時のホッとした安堵の表情、それを周囲で見守る人の感想のいろいろに、全員参加の一体感が感じられました。

理解がさらに進むよう、トレーニングの後は毎回「私の生き方」というタイトルで、女性の生き方や社会背景などを考えるミニ女性学講義も加わりました。この組み合わせで実施するAT講座は多くはありません。

今回も定員を超えたため、応募者全員の方を受け入れられず残念でしたが、講座の経過を記録した冊子を刊行いたしましたので、関心のある方はセンターでご覧ください。

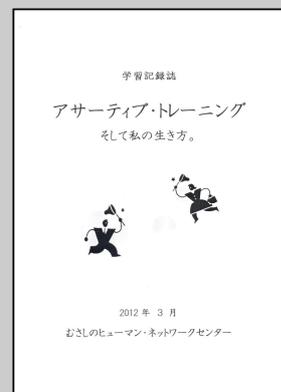


## 受講してみてもいい

- 何気ないコミュニケーションが、こんなに奥深いものだと、改めて認識できた5回でした。専業主婦になってからずいぶんおろそかにしてきたな…と感じています。
- 今回の講座を通じて、自分はどう思うかを常に考え、少しずつですが相手に伝えられるようになっていきたいと思えます。
- 自分と向き合う大切さなど、この講座を通してたくさんの気づきがあったこと、そして前向きな気持ちをもてたことがうれしいです。
- 「大切な人であればあるほど伝え合うことが難しい」というのは本当にそのとおりです。5回はあっという間で学ぶところがたくさんありました。

学習記録誌もできました！

## 『アサーティブ・トレーニング』 ～そして私の生き方～



※センターで貸し出しもしています。

## 女性のための 再就職準備セミナー ～次の一歩のために Job Again

日程：平成24年2月9日～23日（毎週木曜日・全3回）  
10:00～12:00  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室

《第1回》いまの労働状況と私のライフプラン

講師：佐藤道子さん（特定社会保険労務士）

《第2回》履歴書、職務経歴書を書くポイント

講師：上田昌美さん（キャリアコンサルタント）

《第3回》「働く私」も「家庭の私」も… みんなで話し合い

講師：岡橋葉子さん（NPO法人むさしの経営支援パートナーズ）

女性の人生90年時代。仕事と生活の調和  
— ワーク・ライフ・バランス実現に向け  
て、再就職準備に役立つ実践的講座を3回  
シリーズで行いました。



再就職準備の第一歩は、まず現在の労働状況を知ることです。情報収集をし、年収や税金、そして配偶者控除のことなどについても知ることが大切です。ここでは自分の人生計画を立てていくシュミレーション〈私の10年カレンダー〉なども作ってみました。

さらに履歴書・職務経歴書・添え状の書き方などを具体的に学び、添付する写真は大切なので、健康そうに写るま

で何度でも撮り直すなどのアドバイスや、焦らずにキャリアへの道をたどろうという提言に勇気づけられました。

そして「働く私」も「家庭の私」も大切にしていこうと、意欲をもって仕事をし、社会貢献もし、収入を得て自立していくこと、中小企業には女性が働くうえでのきめ細かい支援もあること、「起業」という仕事の仕方もあることなど、多様な働き方のヒントに励まされました。

## 女性史から学ぶ



第1回は海保洋子さんに、「女性史とは何か」、とくに近代国家の形成過程を、女性の視点から、現在を生きる私たちにそれは何を問うているのかについてお話しいただきました。

第2回は2004年刊行の『武蔵野市女性史』を編纂された中の3名の方に、執筆時のご苦労やエネルギーに生きた戦前・戦中・戦後の武蔵野市の女性たちの活動や暮らしについてお聞きしました。質疑も活発で、熱気のある学習になりました。

女性史とは、女性の「痛覚」をともなった女性の歴史であり、それは今日まで続いている人権問題だとのこと指摘には深く学ばされました。

日程：平成24年3月7日/14日（毎週月曜日・全2回）  
午後1:30～3:30  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室

《第1回》『武蔵野市女性史』を編んで8年 I  
— 地域女性史が語るもの

講師：海保洋子さん（女性史研究者）

《第2回》『武蔵野市女性史』を編んで8年 II  
— 八丁のことや行動する女たちのこと

講師：海保洋子さん

むさしの市女性史の会の皆さん

## 女と男のトレンド社会学Ⅳ

### そうだったのか！ —僕たち男が生きにくいワケ—



センターでは初めての試みとして、男性による、男性のための「男性問題」を考える講座を実施しました。

前半は細谷さんに年代別の男性問題についてお話いただき、後半は2つのグループに分かれて参加者同士の意見交換を行いました。最

日程：平成24年3月17日（土）  
午後1:30～3:30  
場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室  
講師：細谷 実(まこと)さん（関東学院大学教授）

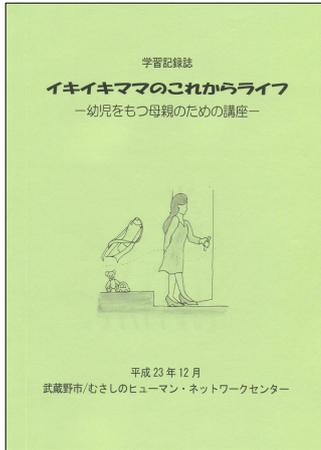
後は「仕事」をキーワードに全員で話し合い、「男の生きづらさ」がどこにあるのか、考え合いました。

参加者は11名と少なめでしたが、日頃話づらい男のホンネを男性同士で語り合う良い機会になりました。

# 学習記録誌ができました！

センターで貸し出しもしていますので、ぜひ手にとってみてください。

## 『イキイキママのこれからライフ』



2011年9月に実施した幼児をもつ母親向け講座で、「友だち」「夫」「仕事」を切り口に、これからの自分の生き方を考え合いました。どう生きたいか、どうなりたいか、夫や子どもも巻き込んで、「これからライフ」について考え合った受講者の、いろいろな想いが詰まっています。(全78ページ)

## 『家族の現在を考える』



2011年10月に実施した講座の記録誌です。いま「家族」について、いろいろとクローズアップされています。ここでは家族成立の歴史的経緯や、現代の子育て(孤育て)事情と悩む母親たちへの支援のあり方、また母・娘の関係の危うさ、介護の担い手としての夫・息子の問題…など、現場からのレポートをまじえた記録となっています。(全78ページ)

その後…



2月4日(土)、「イキイキママのこれからライフ」受講終了者による2回目の懇談会が行われました。「何かしたい」という思いを胸にしたそれぞれで話が進みました。

土曜日なので子どものいる人は夫に預け、これから何を勉強していこうか、どんな方法でやっていこうか…熱心に意見交換しました。3月末にも集まることが決まり、図書コーナーからそれぞれ興味のある本をたくさん借りて帰っていきました。

## これから行う講座のお知らせ

### 震災と女性と暮らし

～3.11 私たちのあした～

日時：2012年4月14日(土) 午後1:30～4:00  
場所：武蔵野プレイス 4Fフォーラム

講師：竹信 三恵子 さん

(東日本大震災女性支援ネットワーク共同代表・和光大学教授・元朝日新聞編集委員兼論説委員)

昨年の東日本大震災の被災地で、特に女性や高齢者、子ども、障がい者などの社会的弱者の支援について、どのような問題があったのか、現実を知り、課題を共有して、これからの支援や防災のあり方を考えていきます。

※お問い合わせ・お申し込み：当センターへ、電話・Fax・メール・ホームページで。

## 図書紹介

むさしのヒューマン・ネットワークセンター所蔵図書の蔵書一覧が、ホームページ上でいつでも閲覧できます。お探しの本、以前から読みたかった本・・・見つかるかもしれません。どうぞ、ご利用ください。



### 『仕事と子育て 男たちのワークライフバランス』

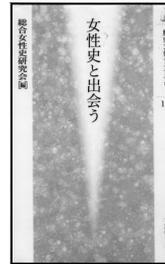
中間真一・鷺尾梓 著  
幻冬舎ルネッサンス 2010

最近、「イクメン」という言葉が市民権を得てきました。しかし、職場ではイクメンへの理解が広がっているとは必ずしも言えない現状があります。本書では、育児への参加が仕事のハンディにつながることを恐れる男性たちの本音が語られています。また、男性も女性も人間らしい、よりよい人生を送れるよう、働き方を見直す手がかりが、柔らかいタッチで書かれています。海外の「男の子育て」事情コラムも新たな目を開かせてくれます。

### 『女性史と出会う』

総合女性史研究会 編  
吉川弘文館 2001

本書は昭和ひとけた世代の、7人の女性史研究者にインタビューした聞き書きです。戦前・戦中の良妻賢母教育や軍国主義教育をどう受けとめてきたか、さらには戦後、研究者を志した7人を待ち受けていた、学会の女性への根強い偏見と差別をどう乗り越えてきたか、厚い壁と諦めることなく闘い、女性解放をめざして歩み続けた姿が活写され、それ自体が女性史の一コマとして迫ってきます。読みやすく、楽しみながら学べ、少し先を行く女性たちの声が聞こえてきます。



## 運営委員募集のお知らせ

■当センターは武蔵野市の男女共同参画推進の拠点として位置づけられた施設です。男女共同参画の活動をしている団体代表と個人による任意団体である運営協議会が、市から委託を受けて、講座などの企画・図書・情報・交流などの活動を行っています。男女が互いの人権と能力を尊重し合い、働き方や生き方を柔軟に選択できる、男女共同参画のまちづくりの実現を目指して、学び、考え、実践するセンターの活動に協力して下さる方を募集します(20名。越えた場合は調整)。

任期は、2012年4月から1年間(継続は可)。活動の目安は2~3回/月。お申し込みは4月14日までに当センターへ。

電話 / Fax 0422-37-3410

## 総会のお知らせ

■むさしのヒューマン・ネットワークセンター運営協議会の2012年度の総会を行います。武蔵野市の男女共同参画社会の実現に関心のある方々のご参加を歓迎いたします。\*総会終了後、交流と懇親の会を行います。(200円)

お申し込みは4月25日(水)まで。

・日時 4月28日(土) 10:30~12:00

・場所 むさしのヒューマン・ネットワークセンター  
(総会の日程は変更になる場合がありますので、お申し込みの際に、センターにご確認下さい。)

運営協議会会長 中川瑛子

## 女性の悩みごと相談

(※いずれも無料)

### ■女性総合相談…50分間まで面談・予約制

第2木曜日(10:00~、11:00~)

第4火曜日(13:30~、14:30~)

#### ★場所・問い合わせ

市民協働推進課市民相談係(市役所西棟7階)

☎60-1829

☎60-1921 (予約専用)

### ■母子(ひとり親)・女性相談

毎週月~金(9:00~17:00)

(祝日・年末年始を除く)

#### ★場所・問い合わせ

子ども家庭支援センター

☎60-1850



(イラスト) きたもりちか

・・・ひとりで悩まずに、まずはご相談を。

## 図書貸出案内

・図書  
3点まで  
14日以内

・ビデオ  
2点まで  
7日以内

・DVD  
センター内設置のプレイヤー  
または専用PCでのみ再生、  
視聴できます。  
※貸し出しはしません。



### ● センター利用案内 ●

開館時間：月・火・木・土曜日 9:30~17:00  
水・金曜日 9:30~21:00

#### 会議室利用時間

《午前》10:00~13:00

《午後》13:30~16:30

《夜間》17:00~20:30 (水・金のみ)

※予約制(2か月前より可) / 利用料無料

### ● 発行 ●

むさしのヒューマン・ネットワークセンター  
武蔵野市境 2-10-27 武蔵境市政センター2階

電話/FAX : 0422-37-3410

E-mail : mhnc@tokyo.email.ne.jp

ホームページアドレス <http://www.mhnc.jp/>