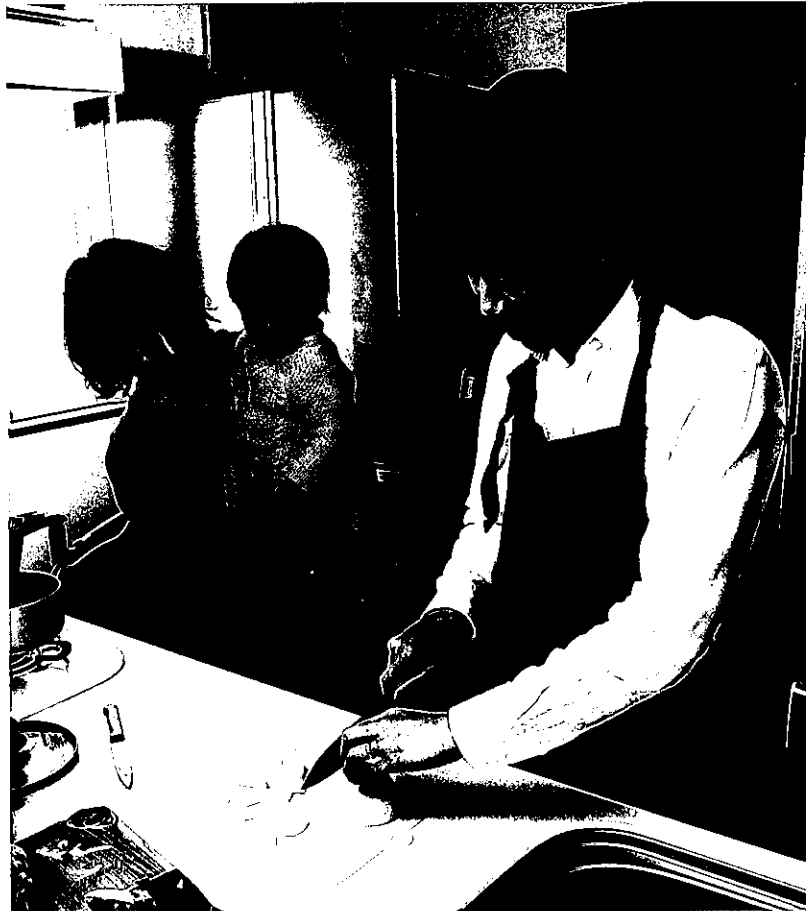


# PRISM



～男女共同参画社会をめざして～



男女共同参画社会とは、男女が互いに人権を尊重しつつ、責任を分かち合い、性別に関わりなく個性と能力を十分に発揮することができるような社会です。

## CONTENTS

- [1] 特集「ワークライフバランス」…………… P1～4
  - ・家事分担のススメ
  - ・「がんばっているつもりなのに！」夫・妻への不満
  - ・「どちらがやっている？」家事・育児分担宣言書
  - ・アンガーマネジメント
  - ・家族、子どもを連れて、こんな休日どうですか？
  - ・仕事と子育て両立支援推進企業等顕彰
- [2] LGBTを知っていますか？…………… P5
- [3] 災害現場における男女共同参画…………… P6
- [4] PRISM☆BOOKS…………… P6
- [5] 市民編集員コーナー…………… P7

**PRISM**とは

プリズムを通る光は、多方面に分かれて進みます。  
そこで、多様な価値観をそれぞれが認め合えることをめざして、情報誌の名前にしました。

パパ ママ  
1 + 1 =  家事分担のススメ

政府は日本再興戦略の一環として「すべての女性が輝く社会づくり」を掲げています。これに伴い、4月には企業において女性の採用比率などの目標設定を義務付ける女性活躍推進法が施行されます。各種調査によると、家事・育児の負担は女性に偏っています。仕事と家庭を両立しやすくするにはどうしたらよいか、夫婦で考えてみませんか。

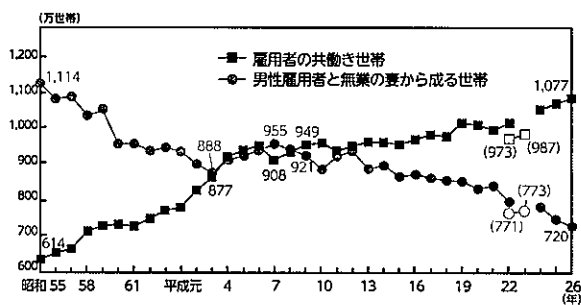
『妻は家庭を守るべき』はもう古い!?

近年、家庭の男女双方が就業する「共働き」の世帯数は年々増加し、平成9年以降はいわゆる専業主婦の世帯数を上回っています(図1参照)。また「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」という性別役割分担意識も大きく変わり、現在では役割分担への反対意見数が賛成意見数を超えています(図2参照)。

家庭の在り方は人それぞれです。我が子の共働きに賛成しない年配の方や役割分担に賛成の意見を持っている人も、若い夫婦を見守ってあげましょう。

【図1】共働き世帯の増加

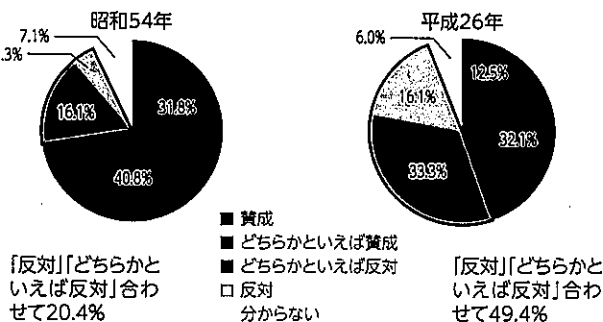
約30年間でいわゆる専業主婦の世帯数と共働きの世帯数が逆転



出典:内閣府男女共同参画局「男女共同参画白書 平成27年版」

【図2】アンケート「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき?」

約30年間で意識が大きく変化

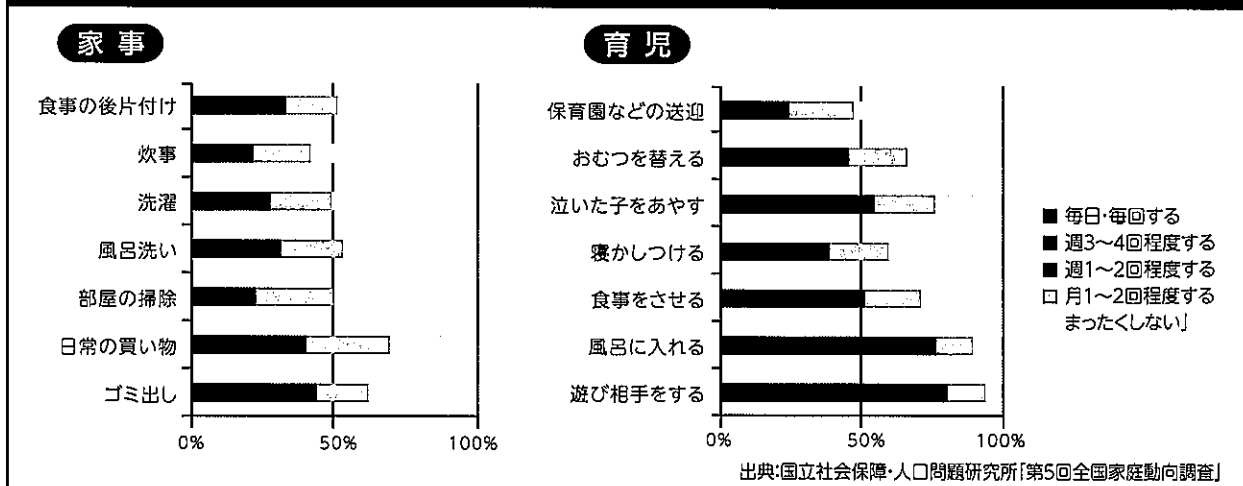


出典:内閣府男女共同参画局「男女共同参画白書 平成27年版」

お父さん、家の仕事してる? 家事・育児の8割は妻が担当

国立社会保障・人口問題研究所による全国家庭動向調査によると、夫と妻の合計を100%としたときの夫の家事分担割合は14.9%、育児分担割合は20.2%となり、家事・育児の約8割を妻が行っています。夫はゴミ出しなどの家事は積極的に行っていても、掃除や炊事などは行う人が少ない傾向にあります(図3参照)。男女双方が仕事と家庭を両立しやすくなるよう、家庭における家事・育児の分担を見直してみませんか。

【図3】夫の家事・育児への参加程度



出典:国立社会保障・人口問題研究所「第5回全国家庭動向調査」

## 『がんばっているつもりなのに！』夫・妻への不満

普段、家事・育児をしている夫婦に聞いてみました!!

「ゴミ出しや、犬の散歩もやってるよ！」  
 「普段は仕事が忙しくて難しいけど、たまに  
 食器洗いや掃除もしてるよ！」  
 「休みの日は子どもと遊んだりご飯食べさせ  
 たりちゃんと面倒見てるよ！」

「仕事に行くついでや、健康のために  
 やっているジョギングのついで、自分の  
 都合に合うものばかり！」

「やってくれるのは嬉しいけど、なんで  
 いちいち〇〇やっておいたよって報告す  
 るの！褒めて欲しいの？」

「普段ずっと面倒見てるのは私。家事  
 だってほとんど私任せだし。それだけで  
 やった気にならないでほしい。」

- 夫の中で、「自分は家事・育児をしている」という意識であっても、妻からすれば「もっと協力してほしい」と思う部分が多く、両者の考えに大きなギャップがあることが分かりました。
- 夫たちの不満は、「妻の方が専業主婦や育児休暇（仕事の時間が自分より短い）等により家にいる時間が多いため、家事をするのは普通ではないか。そして、自分も家事をしているのに認めてくれない」といった部分です。
- また、妻たちの不満は、家事や育児への参加や分担を夫自身がまだまだ「手伝うこと」・「特別なこと」と思っているところであり、それは、夫の「ちょっと家事をしたらそれを報告する」というような行動として出てしまっているようにも思えます。
- 家事・育児分担を円満にするには、家事・育児に対する夫の積極的な参加や、お互いの状況を見てできることは自分がするという気持ち大切です。

## 『どちらがやっている？』家事・育児分担宣言書

- 分担を見直すことは、お互いにもっと協力できる部分を発見できるチャンス！現在の分担状況を振り返り、これからの分担について話し合ってみましょう。

〈例〉 現 状

項 目		太郎	花子
家事	ゴミ出し	○	
	料 理		○
	洗 物		○

〈例〉 これから

項 目		太郎	花子
家事	ゴミ出し	○	
	料 理		○
	洗 物		○

あなたの家の  
 分担チェック!!

現 状

項 目		太郎	花子
家事	ゴミ出し		
	料 理		
	洗 物		
	洗 濯		
	買 物		
	トイレの掃除		
	部屋の掃除		
育 児	風呂の掃除		
	子どもの送り迎え		
	子どものお風呂入れ		
	寝かしつける		
	ご飯をあげる		
遊び相手をする			

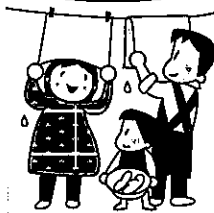
これから

項 目		太郎	花子
家事	ゴミ出し		
	料 理		
	洗 物		
	洗 濯		
	買 物		
	トイレの掃除		
	部屋の掃除		
育 児	風呂の掃除		
	子どもの送り迎え		
	子どものお風呂入れ		
	寝かしつける		
	食事の世話		
遊び相手をする			

- お互いの立場や状況を理解した上で、相手がしてくれている「家事」・「育児」に関わる気持ちと、感謝の気持ちを忘れずに（^^）

# アンガーマネジメント

怒りと上手に付き合うには…



家事や育児でイライラしたときどうしていますか？アンガーマネジメントは、怒りの感情・イライラと上手に付き合うことで、怒りのエネルギーをもっとポジティブに使いましょうという心理教育で日本でも学校教育や企業研修などに導入されています。アンガーマネジメントの技術や考え方は、家庭の円満や現場のパワハラ防止などに役立つと考えられています。

そもそも、怒りの正体は、自分が考えるこある「べき」という考え（コアビリーフ）に対して相手とのギャップができると怒りの感情が現れると言われていています。自分がどんな時に怒りを感じるのか、心のクセを明らかにしておくことがアンガーマネジメントの近道です。

## 【アンガーマネジメントの活用例】

☆怒りのピークは6秒間！

カチンときたら数を1から6までゆっくり数える。怒りの感情から意識をそらし、相手に反射的言動をしないようにする。

☆イライラを点数化する

自分のイライラ、怒りに10段階評価で点数をつけてみる。本当に自分が何に対して強く怒っているか分かる。

☆イライラを書いて見える化し、怒りのクセを知ろう

怒りの感情を書き出して記録する。継続して書き続けることで、自分の怒りの傾向、パターンが見えてきて、無駄な怒りを減らすことにつながる。

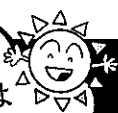
マイナスイメージばかりが目立つ怒りですが、うまくコントロールすることで、何かをする際のエネルギーや行動を起こす際のモチベーションとなったりもします。怒りを向上心へ上手に変換できれば、苦手克服、レベルアップなど建設的な目標達成につなげることも可能です。

怒りと上手に付き合えば、今よりもっと毎日の生活が過ごしやすいものになるかもしれません。

参考文献 ○怒りのマネジメント術 安藤俊介（朝日新聞出版）

○アンガーマネジメント入門 小林浩志（東洋経済新報社）

家族、子どもを連れて、こんな休日はいかがですか？



## 余暇を充実させるためのスポット紹介

### ★たまにはアクティブに！★

高滝湖周辺おすすめモデルコース

#### 高滝ダム憩いの家

営業日：土日祝日

高滝神社からすぐ

→観光案内、軽食、レンタサイクルあり  
まずはここで観光相談！



↓ 徒歩12分

#### ふれあい広場

→ボート遊び

高滝湖は釣り以外にも、サイクルボートなどのボート遊びができます。



↓ 徒歩5分

#### 市原湖畔美術館

→美術鑑賞

館内中学生以下無料！  
随時ワークショップも開催中（参加費別途）。  
休日に芸術に触れるのもいかが。



### ★休日のはのんびりしたい！★

ほっと一息をつきたいときおすすめ

#### 上総更級公園

→総面積約10ヘクタールを誇る市原市唯一の総合公園です。芝生広場でお弁当を食べたり、修景池で水鳥を観察したり花壇で四季の花を眺めてのんびりと休日を過ごしてみませんか？



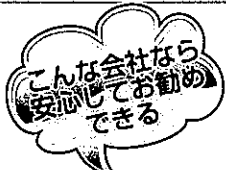
～春の近隣立ち寄りスポット～

→五井北緑道の桜は必見！

お出かけの際には、こちらもチェック

市原の観光イベント情報はこちら→  
「いちほら観光ナビ」（市のHP）





## 仕事と子育て 両立支援推進企業等顕彰

朝、出勤前に保育所へ子どもを送り届け一安心とお仕事に励んでいると、突然、保育所からお熱が来ましたとの呼び出しが！そんなとき、「子どものお迎えに行っていいますか」と言ったとき「うむ、行ってよし！」って答えてくれる上司って素敵！

出産・子育てと働き方をめぐる問題を何とかしようとして施行された「次世代育成支援対策推進法」は、基本理念として、子育ての意義について、家庭その他の場において理解が深められ子育ての喜びを感じられるよう配慮しなければならないとしています。「その他の場」とは地域のコミュニティであったり職場であったりするわけですが、事業主が子育てと仕事の両立を実践する職場環境をつくるために実施することが望ましい項目も推進法の中で挙げられています。

具体的には育児休業制度をより充実したものにしようとか、職場復帰しやすい環境づくり、子育てのための短時間勤務や労働条件の見直し、事業所内の保育所設置、などなど。地域貢献活動の一環として、授業参観ならぬ子どもたちがパパママの職場を参観する企業参観日を設けましょう、なんていうことまで盛り込まれています。

もちろん、仕事の内容や人員の関係などいろいろな実情があるので、全部の企業が項目をすべて実施できるものではありませんが、少しずつでも改善していけるといいですね。

こういった動きを促進するために、市原市では、「仕事と子育て両立支援推進企業等顕彰事業」として、より充実した支援に取り組んでいる企業を顕彰しています。



### ● 平成26年度の 仕事と子育て両立支援 推進企業等顕彰企業

#### 医療法人芙蓉会 五井病院



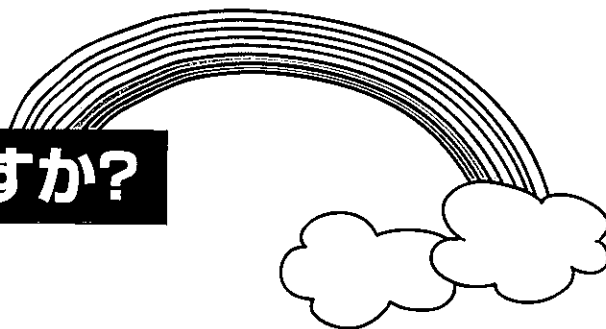
五井病院は厚生労働省が認定する「くるみん認定企業(平成23年度認定)」でもあり、平成22年には男女共同事業所表彰も受けています。

「顕彰」って、よくやりましたって表彰して終わりではなくて、この方はこんなに良いことをしていますよってみんなにお知らせすることなんですよ

#### 評価された取組

1. 出産時の父親の特別休暇が2日取得可能であることを該当者に周知して休暇取得を促進している点。
2. 育児休業を取得しやすいよう、制度を院内で広く周知し、育児休業中の職員に対しても定期的に職場の情報を提供している点。
3. 職場復帰がしやすいよう、職場復帰プログラムの実施、育児休業中の代替要員の確保、職場復帰後原則現職勤務を実施している点。
4. 小学校3学年修了時までの子を養育する職員の時短勤務を実施している点。
5. 職員の子供を対象とした院内託児所を設置して首が据わってから就学するまでの期間、24時間体制で保育を実施している点。
6. 小学校就学前までの間、子の看護のため、子が一人の場合5日、二人以上の場合10日、半日単位で特別休暇の取得が可能な点。

# LGBTを知っていますか？



## Q. LGBTってなに？

- A. L (レズビアン・女性同性愛者)、G (ゲイ・男性同性愛者)、B (バイセクシャル・両性愛者)、T (トランスジェンダー・性別違和のある人、性同一性障がいを含む) の頭字語による、性的少数者を示す言葉です。日本にも13人から20人に一人 (電通総研調査) の割合で存在しています。学校のクラスに1人から3人の割合ですね。

## Q. カミングアウトって？

- A. 自分がLGBTであることを他人に打ち明けることです。カミングアウトされた人への信頼の証です。また、本人の同意を得ずにLGBTであることを第三者に話すことを「アウトティング」と言います。相手はあなた個人を信頼して話をしたので、アウトティングしてはいけません。

## Q. LGBTと会ったことがありません。

- A. 「ホモ」「レズ」「オカマっぽい」と笑いながら話をしたり、「女々しい」「男らしくない」と性役割に人を当てはめる発言をしていませんか？ LGBT当事者は、人から傷つけられないよう自分を隠すことが多くあります。もしLGBTを笑うような発言をしていたら、その人にカミングアウトはし辛くなります。そして、本当のことを言えずに周囲から孤立していくLGBT当事者は多いのです。まずは貴方が、LGBTへの差別意識は無いことを表明していきましょう。なお、LGBT当事者以外の支援者を「アライ」と呼びます。

## Q. 同性愛者は趣味、病気なのでは？

- A. 趣味、病気ではありません。異性愛者が同性と恋愛できないように、同性愛者は異性と恋愛できません。同性と恋愛できる人はバイセクシャルですが、その際に同性を選ぶことは趣味によるものではありません。また、WHO (世界保健機関) は1993年から同性愛を「精神疾患」とはみなさず、治療の対象から除外しています。

## Q. 友達や家族にカミングアウトされたら

- A. 個性の一つと思って、基本的には前と同じように接してください。特別なことではなく、LGBT当事者以外が日常会話で恋愛や結婚、家族や着る服の話をするのと同じように、LGBTも会話をし、生活したいだけです。ただし、同性愛者に異性との恋愛や結婚を勧めること、トランスジェンダーの人に本人が望まない性別らしい振る舞いを勧めることはNGです。

## Q. 渋谷区や世田谷区では同性婚ができる？

- A. 渋谷区や世田谷区のパートナーシップ証明書や宣誓書は婚姻制度とは違い、同性婚ではありません。証明で得られる権利は、男女が結婚した際に得られる権利にははるかに及びません。ですが、行政が同性同士の間を公的に認めるようになったことは、LGBTにとって大きな意味があると考えられています。なお、お隣の千葉市でも検討が始まりました。

## Q. 自分、または家族や友人がLGBT、またはLGBTかもしれない、悩んでいます。

- A. LGBT当事者同士が会ってまじめに話のできる場所は、東京都内が多いですが存在します。また、当事者や家族向けの電話相談窓口もあります。NHKオンライン「虹色」サイトなどに紹介されています。  
<http://www.nhk.or.jp/heart-net/lgbt/>

# 災害現場における男女共同参画

～災害避難所を例として～

近年多発する災害への対応を求める声は年々高まっています。その中で、ミクロな部分に焦点をあて、復興の拠点とも言える災害避難所における男女の共同参画の現状を取り上げます。

## 東日本大震災における避難所運営に伴う実際の声

- ・一ヶ月近く女性用更衣室や物干し場がなかった
- ・物資配布担当窓口が男性のみで、相談しづかった
- ・「男性だから」「女性だから」という見方で避難所運営が割り振られ、一方に負担が偏ってしまっていた。
- ・災害時には男性リーダーだけでは限界がある

(千葉県共同参画センター発行eパートナーちば参照)

上記1の調査結果に示す通り、男性、女性双方への配慮が不足していることが顕著に把握できます。特に、避難所では非日常の生活であるため、これらの配慮は必要不可欠であるといえます。

## 男女共同参画の視点に立った避難所運営の状況 (東日本大震災時)

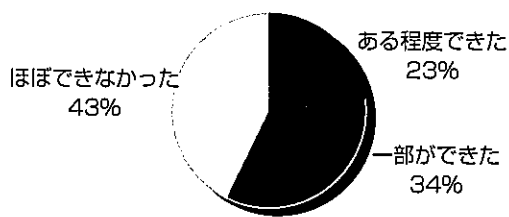
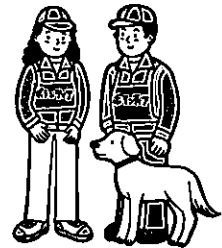


図1に示すとおり、男女共同参画の視点からの避難所運営には、まだまだ改善する余地はあるといえます。避難所運営は、「防災・災害復興」と大きく捉えられがちですが、その第一の目的は、誰もが安心できる生活の確保であり、その上でより良い災害復興、強いまちづくりが実現できるのではないのでしょうか。



↑図1 東日本大震災における避難所運営に伴う不足事項 (宮城県調査参照)

# PRISM☆BOOKS

～編集員おすすめの本～

## 『女たちの大英帝国』

井野瀬久美恵 著 / 講談社現代新書 1407  
1998年6月20日刊行

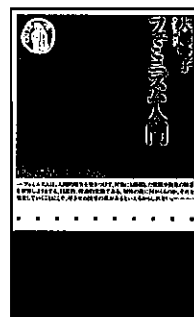
19世紀イギリスにおける中産階級に属する女性。階級的な含みを残しつつ、イギリス人女性のあるべき理想像である「レディ」。晩婚化が進む中、彼女達は「レディ」であるがゆえに、大英帝国の植民地であるイギリス国外へと飛び出していく。その要因を社会的背景から読み解き、「レディ・ナース」らの活躍の実例を取り上げ、従前のイギリス人女性像の打破を試みる。



## 『フェミニズム入門』

大越愛子 著 / ちくま新書 062  
1996年3月20日刊行

「女性の自由・平等・人権」を求める近代自由主義思想である「フェミニズム」の思想を、時代を追って整理し、その社会的背景などを踏まえながら、世界のそして日本のフェミニズムの歴史を読み解いていく。その中で、男女の性と権力のみならず様々な社会問題に鋭く切り込み、現代社会の抱える問題を独自の視点で問いかけている。





## 男女共同参画社会の実現に向けて

「子は鎧(かすがい)」といいますが、子は、親の鎧であるばかりでなく、地域全体の鎧でもあります。

いつの時代も子育ては女性にとっては大きな負担でした。子育て中の女性の負担を軽減し、男女の役割分担意識を改め、子育てと仕事の両立を可能にし、地域全体で子育てに関わる。これが子育てを支えるということであり、男女共同参画社会の実現であると思います。

子育ては、父親と母親が協力しながら行なうものです。ところが、これまでの日本人男性は、あまり子育てには関わってこなかったという印象があります。

「家の中のことは、家事であれ、育児であれ、女性の役割で、男性は子育てに関わるものではない」という意識の下、家庭を省みず仕事に没頭するのをよしとする気風がありました。

最近では少しずつ意識も変わってきていますが、子育てに関わっていると胸を張る父親も、その実情は、主に子どもと遊ぶことであり、オムツを取り替えたり、ミルクを飲ませたりしている父親となると、とたんに数が少なくなるのではないのでしょうか。

かつて女性は、夫と子どもに尽くすことが本分とされ、内助の功や良妻賢母が婦徳とされ、家庭を守り、夫が社会で心置きなく働くことができるように支え、子どもを立派に育て上げることが女性の役割だと考えられていました。言い換えると、老親の介護や家事育児など、無償で家族のケアをするのが女性の役割とされてきたとも考えられます。

子育てへ父親の参加を促し、夫婦が協力し合って子どもを育てるためには、まずこの固定的な性別役割分担意識を払拭することこそが、最重要課題であります。そして、女性が子育てと仕事を両立し、女性の社会参画を実現する上でも、この意識改革は欠かせないことであります。

女性の社会参画を促進するということでは、仕事と家庭の両立を支援する法制度の整備など公的支援の充実が必要不可欠ですが、企業や女性自身の意識改革も重要だと思えます。

これまでの日本社会は「男は仕事、女は家庭」という考え方でし、家庭と仕事の両立を実現するための整備は、企業側の負担増を伴う可能性もあるため、経営者が消極的になるのも理解できますが、企業経営者から現状維持的な発言が飛び出すたびに、問題の根深さをひしひしと感じます。

一方では、家事、育児や介護などとの両立を考えて、能力があるのにも関わらず、仕事にのめり込むことを躊躇している女性がいる現状を考えても、固定的な性別役割分担意識の上立った能力主義は、本当の能力主義ではないし、能力のある人の半分以上を仕事から排除していることから非効率的で非生産的な社会だとも考えられます。

以上のことから、子育ては、男女共同参画社会を構成する重要な要素の一つであり、いかにして、子育てに関する性別役割分担意識の固定化を防ぐかが課題であります。そのためには、まず男性が、子育てをする女性の心理を理解し、寄り添うことこそが、男女共同参画社会の実現に必要な最初の一步なのではないのでしょうか。

市民編集員 糸山 喬



お知らせ

～DVにお悩みの方へ～

**DV等家庭相談**

専用電話 **0436-23-9787**



時間：火曜日～金曜日(祝日、休日、年末年始を除く)  
午前9時30分～午後5時(受付午後4時まで)  
予約が望ましい

費用：無料

【編集・発行】市原市役所 企画部 人権・国際課

〒290-8501 市原市国分寺台中央1-1-1 TEL 0436-23-9826 FAX 0436-23-7252

ホームページアドレス <http://www.city.ichihara.chiba.jp> Eメールアドレス [jinkenkokusai@city.ichihara.chiba.jp](mailto:jinkenkokusai@city.ichihara.chiba.jp)